



Associazione Culturale
"cento giovani" APS
Fondata nel 1975

iscritta al RUNTS al n. 114818

Associazione di Consumatori



REGIONE
LAZIO

Per una lotta allo spreco da favola (...ops da fiaba)

10 Podcast per sensibilizzare alla lotta contro lo spreco



L'Associazione Culturale Cento Giovani, con il sostegno finanziario della Regione Lazio – Piano regionale 2024 – Legge regionale 25 maggio 2016 n. 6 – ha prodotto 10 Podcast destinati a sensibilizzare i cittadini nella lotta allo spreco, alimentare, dei beni e dei servizi.

Per ascoltare i podcast incolla questo indirizzo web sulla barra del tuo browser (barra URL)

<https://open.spotify.com/show/625csLNs2H04hioPv5Sxxy>

Oppure inquadra il **codice a fianco**

FIABA 1: **Vecchi per davvero? Progettati per non durare e La montagna dei vecchi abbandonati, fiaba giapponese**

“Lo tengo o lo butto?”, quante volte te lo sei chiesto, magari in occasione del cambio di stagione, con la maglietta che era la tua preferita la scorsa estate e adesso non più, o quando la batteria dello smartphone comincia a non reggere fino a sera. Eppure, il “gettare via” non è un luogo, una sorta di altrove, quanto piuttosto un percorso di smaltimento che spesso conduce a bruciare/sotterrare quanto viene buttato.

In questa puntata del podcast, Silvia e Monica analizzano come la percezione della "vecchiaia" sia cambiata, passando da sinonimo di valore a qualcosa da scartare rapidamente. Come? Andando a pescare una meravigliosa fiaba giapponese: **La montagna dei vecchi abbandonati**. Seguici e scopri con noi come ci si possa ribellare alle consuetudini che sembrano incrollabili e invece basta un pizzico di coraggio per cambiare le cose!

Per una lotta allo spreco da favola vi sveliamo come trasformarci tutti in **supereroi**, modificando l'attribuzione di negatività al trascorrere del tempo e restituendo al consumo consapevole quel senso di piacere dell'acquisto che tutti noi conosciamo. Negli Stati Uniti, per esempio, si stanno diffondendo dei movimenti che si battono per la trasparenza sullo smaltimento e per il **diritto alla riparazione**, spingendo le aziende a rendere i prodotti più duraturi.

Sai cos'è l'**obsolescenza programmata**?

Si tratta di una strategia alimentata dalle grandi marche per limitare la durata di un prodotto allo scopo di massimizzare i profitti, ostacolando la **riparabilità dei prodotti** (es. la saldatura delle batterie o la mancanza di istruzioni per la riparazione).

FIABA 2: **Lo compro o non lo compro? L'acquisto d'impulso e quello che accadde ai tre porcellini, fiaba popolare inglese**

In questa puntata del podcast ***Per una lotta allo spreco da favola***, Silvia e Monica ci accompagnano nel bosco delle scelte quotidiane, con l'aiuto di una fiaba che conosciamo tutti: ***l tre porcellini***.

Ma li conosciamo davvero? ***Lo compro o non lo compro?***: una domanda semplice, che nasconde un mondo complesso. Ogni giorno prendiamo migliaia di **micro-decisioni** e, molte di queste, sono spinte da stimoli che neanche percepiamo, costruiti su **tecniche di neuromarketing** studiate per guidare le nostre decisioni d'acquisto. Risultato?

Acquisti d'impulso. Tanti, spesso inutili. Gli esperti di Princeton hanno dimostrato che **la nostra mente oscilla continuamente tra gratificazione immediata e soddisfazione a lungo termine**, portando fino all'80% dei nostri acquisti a essere d'impulso! Dietro i mattoni e le fascine si nasconde molto più di quello che ricordiamo e ci riguarda da vicino.

Ascolta la ***seconda puntata*** del nostro podcast e scopri come una vecchia fiaba può aiutarci a capire perché compriamo... e **cosa possiamo fare per compiere acquisti più consapevoli**.

La fiaba dei tre porcellini ci insegna che **ogni scelta ha conseguenze, ma possiamo sempre riprendere il controllo** grazie a **quattro semplici azioni** che ognuno di noi può mettere in pratica:

- 1 Mantieni il piacere dell'acquisto**
- 2 Informati**
- 3 Ricorda i tuoi diritti**
- 4 Controlla il tuo stato d'animo prima di comprare**

FIABA 3: **Averlo a tutti i costi... ma a quali (veri) costi? Il fenomeno del Buy now, pay later e quello che accadde a La Sirenetta**

🌟 Come **la Sirenetta** ha barattato la sua voce per un paio di gambe, spesso cediamo alla tentazione di acquistare in modo **rapido e impulsivo**, soprattutto nel mondo del **fast fashion**. Questo comportamento porta a conseguenze che non possiamo ignorare: un nuovo continente, fatto interamente di rifiuti, emerge nell'Oceano Pacifico.

Insieme possiamo cambiare questa abitudine! In questa puntata dedicata a **La Sirenetta**, Silvia e Monica ci raccontano come.

🌍 **Comprendere l'impatto delle nostre scelte** è il primo passo per restituire al Pianeta la voce che gli abbiamo tolto. 🧑 **La Sirenetta ci insegna una preziosa lezione.** Nella fiaba, scambia la sua voce per un paio di gambe... sperando di conquistare il principe, ma il risultato è ben diverso da ciò che immaginava. **E se avesse riflettuto** un po' di più prima di fare quella scelta impulsiva?

Pensate: l'**83,9%** della Generazione Z acquista **fast fashion**, contribuendo all'**impatto ambientale dell'industria tessile**. Un cittadino europeo consuma mediamente 26 kg di prodotti tessili ogni anno e ne butta via 11 kg.

🌟 **Ma c'è una via d'uscita!** Come dimostra la fiaba, anche gli errori impulsivi possono diventare opportunità per riflettere e migliorare. Non si tratta di giudicare, ma di responsabilizzarci: ogni scelta che facciamo può essere un piccolo passo verso un cambiamento più consapevole,

Comprare meno significa godere di più: restituiamo valore ai nostri oggetti, apprezziamo la loro unicità e usciamo dal circolo vizioso di consumi esagerati e stressanti.

FIABA 4: E vissero tutti felici e contenti? Ovvero che cosa succede “dopo”. Il ciclo del riciclo e la parabola del lieto fine (che c'è davvero nelle fiabe o è solo un pregiudizio?)

? E vissero tutti felici e contenti... ma per davvero? Anche dopo che un prodotto finisce nella spazzatura? Oggi faremo un **viaggio “nel dopo”**, esplorando una verità scomoda: meno del 10% della plastica viene riciclata.

Non perdere questa puntata dove Silvia e Monica raccontano come **ogni gesto individuale, se condiviso e replicato**, può essere un **piccolo passo verso la lotta contro lo spreco**.

Come nelle fiabe, dobbiamo conoscere la verità per cambiare il finale: ogni prodotto buttato inizia un viaggio “al buio”, infatti, **dietro ogni acquisto c'è un ciclo che non si chiude con l'apertura del cestino**.

Solo un consumatore informato ha il potere di fare scelte consapevoli. Come nelle fiabe, solo se ci armiamo di conoscenza possiamo cambiare il corso delle cose. Non è un invito al pessimismo, ma alla **consapevolezza**, perchè **per vivere davvero “felici e contenti” è necessario essere informati sul “dopo” di ciò che consumiamo**.

Nelle fiabe è sempre l'**intraprendenza a fare la differenza**. Anche nella vita reale lo è, ma dobbiamo imparare le **tre azioni del consumo responsabile**:  **Ridurre**, ovvero comprare meno e meglio  **Riutilizzare**, ossia l'arte del dare vita a nuovi oggetti  **Riciclare**, in modo da consumare meno energia rispetto quella che si consumerebbe per creare nuovi prodotti (sapevi che riciclare una lattina richiede

FIABA 5: Acqua azzurra, acqua chiara. Il tema dello spreco d'acqua e L'uccello che chiama la pioggia, fiaba popolare giapponese

Silvia e Monica sapranno indicare diverse strategie per affrontare il problema sia a livello macro (amministrativo e politico), come la conservazione, la gestione della carenza e l'aumento della disponibilità tramite riuso, desalinizzazione e deviazione (come ultima risorsa), che micro.

 Noi siamo composti d'acqua. Ebbene sì, per il 60% del peso corporeo nei maschi adulti, dal 50 al 55% nelle femmine e fino al 75% in un neonato.  Rappresenta il 70% della superficie terrestre, ma solo in una minima parte, circa l'1%, è utilizzabile per la nostra esistenza (dolce e non inquinata).  Secondo i dati dell'Istat 2019, si parla di un prelievo di 9,5 milioni al metro cubo per anno, ovvero 428 litri al giorno per abitante, con una dispersione al 47,9% e un uso di 220 litri al giorno per abitante.  Un dato relativo al 2023, per l'Italia, stabilisce che ogni giorno, a causa dell'infrastruttura di distribuzione fatiscente, perdiamo 157 litri per abitante, (fonte: <https://www.rinnovabili.it/clima-e-ambiente/acqua/spreco-acqua-italia-istat/>).

 Per sensibilizzare sull'importanza dell'acqua, è stata istituita la Giornata Mondiale dell'Acqua (22 marzo),  ebbene sì, anche nel tuo piccolo, insieme alla tua famiglia, puoi fare la differenza!  Non sprecare acqua a casa, facendo attenzione a tubi e rubinetti che perdono, chiudendo il rubinetto mentre ci si sta lavando i denti o ci si insapona nella doccia...  Utilizzare meno elettricità, dal momento che, per funzionare, le centrali elettriche impiegano migliaia di litri d'acqua per la fase del raffreddamento!  Quando si fa la spesa e ci si siede a tavola, privilegiare una logica che riduca gli sprechi alimentari, poiché dal 12 al 15% del consumo globale di acqua viene ricondotto a questi sprechi, cioè utilizzata per produrre cibo che viene gettato via senza essere consumato.

FIABA 6: Per la luce “intelligente” non abbiamo bisogno di un... genio. Né di lampade magiche che crearono qualche grattacapo al famoso Aladino della celebre fiaba tratta da Le Mille e una notte

Nella **sesta puntata** del podcast ***Per una lotta allo spreco da favola***, Silvia e Monica partiranno dalla **fiaba di Aladino e dalla sua lampada magica** per esplorare questo problema che riguarda tutti noi perchè, così come il genio della lampada, anche **la luce ha un potere immenso ma se non la usiamo con saggezza, può sfuggire al nostro controllo.**

La **vera potenza non è nella lampada, ma nella scelta di come usarla.** In questa puntata del podcast ***Per una lotta allo spreco da favola***, ti invitiamo a spegnere la luce... e ad accendere l'immaginazione perchè **scegliere consapevolmente quando e come illuminare i nostri spazi** è il primo passo per il cambiamento.

Proprio come Aladino, che all'inizio non conosceva il vero potere della lampada, spesso anche noi **non ci rendiamo conto dell'impatto delle nostre abitudini quotidiane.**

Nella **sesta puntata** del nostro podcast sveliamo alcuni **trucchi utili a ridurre l'impatto dell'inquinamento luminoso:**  **Sfruttare la luce naturale e spegnere le luci quando non servono** (l'accensione della lampadina comporta un consumo legato all'avvio del circuito e al riscaldamento della stessa)  **Utilizzare luci localizzate e lampade fluorescenti**  **Tinteggiare le pareti di chiaro** per aumentare la luminosità

FIABA 7: **Meno spreco, riscopriamo il gusto. A chi vogliamo sederci vicino a tavola: a Pollicino, con gli orchi o la principessa di Bene come il sale, fiaba italiana narrata da Italo Calvino?**

Per la puntata dedicata allo spreco alimentare 🍔 ci siamo focalizzate su una fiaba italiana di Italo Calvino: ***Bene come il sale.*** 🍷 Perchè vedete, intorno alla tavola si è sempre organizzata la nostra esistenza, è un fatto antropologico, culturale: le fiabe ne sono una prova e basta pensare alle nostre nonne e al loro modo di accoglierci con un piatto caldo.

! Solo che le nonne ci avrebbero dato uno scappellotto se avessero saputo che buttiamo nel cassonetto (in termini di grammi al giorno): frutta fresca (27,1), verdura (24,6), pane fresco (24,1), insalate (22,3), e importanti quantità di latticini!

Qualche dritta quando andiamo al supermercato?

- 🍅 Meglio a stomaco pieno: evitate di entrare in un supermercato quando state morendo di fame;
- 🛒 Utile portare con sé una lista della spesa, che è stata compilata orientandosi su un menu possibile per l'intera settimana;
- 🇵🇱 Prima di comprare guardate nel frigo: non è sciocco “ripassare” le date di scadenza dei prodotti freschi che già possedete, prima di decidere di acquistarne di nuovi.

FIABA 8: **A un passo da casa (e non lo sapevi) Mete più vicine, senz'auto, con mezzi condivisi. Senza rinunciare alla magia della scoperta, come raccontano I viaggi di Gulliver di Jonathan Swift**

 Il medico **Gulliver**, emblema del **viaggiatore avventuriere**, ci ha portato in luoghi lontani e straordinari, completamente diversi da ciò che conoscevamo. Ma oggi, per scoprire qualcosa di nuovo, non è necessario andare lontano. Il nostro ambiente ci ringrazia ogni volta che scegliamo di viaggiare con consapevolezza..

¶ L'**industria del turismo** è, infatti, responsabile del **10%** delle **emissioni globali di CO2**, mentre in Europa il **60,6%** delle emissioni di CO2 è causato dalle **autovetture**. Gli **aerei** si attestano i mezzi più inquinanti, mentre viaggiare in **treno** sembrerebbe essere la scelta più ecologica.

 **Viaggiare in modo responsabile** non significa rinunciare all'avventura, ma valorizzare l'esperienza locale e ridurre il nostro impatto sul Pianeta. Le **scelte consapevoli** possono fare la differenza per la salute di tutti noi.

 Viaggiare in modo responsabile non significa rinunciare all'avventura, ma scoprire il valore di ciò che ci circonda e ridurre il nostro impatto sul Pianeta. Se lo posso fare io, lo possono fare tutti. Ce lo spiegano Silvia e Monica in questa puntata del podcast *Per una lotta allo spreco da favola*.

 E tu, quali luoghi vicino a te ancora non hai visitato?

 **In questa puntata** Silvia e Monica ragionano su quanto riconsiderare le nostre abitudini non sia un sacrificio, ma un'opportunità per viaggiare in modo sostenibile, scoprendo la bellezza di ciò che ci circonda e contribuendo a ridurre il nostro impatto sul Pianeta.

FIABA 9: A proposito di diritti (del consumatore).

Informarsi prima di ogni acquisto, domandare, approfondire, non è scocciare, invece dimostrarsi responsabili.

Silvia e Monica in questo episodio raccontano che, come nella fiaba, ogni azione che intraprendiamo, anche la più piccola, può portare a grandi risultati. La prossima volta che fai un acquisto, ricorda: essere consumatori consapevoli è una responsabilità che possiamo condividere.

Sapevi che scegliere consapevolmente è un nostro diritto sancito dal Codice del Consumo? E solo così la Principessa sul pisello della fiaba di Hans Christian Andersen divenne regina.

Anche per noi consumatori, la prova è fondamentale. Richiedere informazioni è il nostro diritto, garantito dal **Codice del Consumo**, ed è l'unico strumento che abbiamo per contrastare politiche di produzione scorrette o poco trasparenti. La conoscenza è potere, e ogni **acquisto consapevole** può diventare un atto di responsabilità verso il nostro Pianeta. ✨

Il **Codice del Consumo** ci tutela, garantendo il nostro **diritto all'educazione al consumo**. Ma quanto spesso ci fermiamo davvero a esaminare ciò che acquistiamo? ✨ **La Principessa sul Pisello** ci insegna che la verità si rivela attraverso la sensibilità e l'attenzione ai dettagli. Se la principessa è riuscita a percepire un pisello sotto venti materassi, anche noi possiamo imparare a esaminare attentamente ciò che acquistiamo.

🕒 Di fronte all'**asimmetria informativa** non è solo lecito chiedere trasparenza: le aziende hanno il dovere di fornire informazioni chiare e accessibili, perché scelte consapevoli non possono essere fatte al buio.

FIABA 10: **Non è tutto oro quel che riluce. L'inganno del greenwashing e I vestiti nuovi dell'imperatore, fiaba di Hans Christian Andersen**

👁️ “**Non ha niente indosso!**” grida il bambino nella celebre fiaba ***I vestiti nuovi dell'Imperatore*** di Andersen. Eppure **nessuno, fino a quel momento, aveva avuto il coraggio di dirlo.**

Lo stesso succede oggi, quando alcune aziende si vestono di “verde” solo in apparenza. È il **fenomeno del greenwashing**: pratica messa in atto per dare una **falsa impressione degli impatti ambientali o dei benefici di un prodotto, che può trarre in inganno i consumatori**, secondo la definizione del Parlamento europeo.

Nella puntata “Il greenwashing: il lato oscuro dell'apparire,” Silvia e Monica ci guidano attraverso questa riflessione importante. Scopri come smascherare le verità nascoste dietro il mondo del marketing e diventare un consumatore più consapevole!

🎧 Ascolta la **decima e ultima puntata** di ***Per una lotta allo spreco da favola***, e scopri cosa ci raccontano l'Imperatore e la sua (inesistente) veste sul potere della Perché ***a volte, per proteggere il Pianeta, basta aprire gli occhi.***

🐒 “**Non vedo niente, ma non voglio sembrare stupido**” - così reagì il Ministro nella fiaba di Andersen. Come lui, **anche noi cadiamo nella trappola del greenwashing**

Considerazioni sull'utilizzo delle favole, delle fiabe e dei podcast

Si è scelto di utilizzare le favole e le fiabe - da quella dei tre porcellini ai viaggi di Gulliver dalle fiabe giapponesi a Italo Calvino - per veicolare il concetto di **“LOTTA ALLO SPRECO”** perché **“La fiaba è specchio, spugna, testimonianza di come le nostre società si sono mosse rispetto a temi da sempre pregnanti e stringenti, per mantenere l'ordine e l'armonia nella collettività”** ed il podcast per la diffusione perché un format in grado di agganciare target hard-to-reach per i media, come i giovani (il 39% ha meno di 35 anni), i profili istruiti, con livello professionale elevato (il 29% è laureato e il 13% è un professionista). Si tratta di consumatori più responsabili della media, l'81% di loro preferisce comprare da aziende socialmente responsabili; esplorativi/early adopter, il 67% adotta per primo una nuova tecnologia e sono più interessati a prodotti premium (60%), nonché più ricettivi ai consigli dei propri artisti preferiti (56%).

Gli ascoltatori di podcast hanno una dieta mediale più ampia e ricca d'interessi rispetto al totale popolazione: sono frequentatori più assidui e regolari dei cinema e guardano con meno frequenza la TV tradizionale.

Sono anche punti di riferimento per i consumatori meno accorti che cercano di emularli.