

CALCOLA L'IMPATTO

Inserisci ciò che acquisti nel carrello per vedere che impronta lascia il tuo consumo medio sul pianeta.



vedi contenuto

Provenienza:



Alimento:

- carne
- cereali
- formaggi
- frutta
- funghi
- latticini
- legumi
- pesce

Aggiungi al carrello

Rimuovi



CALPESTERESTI LA TUA CASA?

UN MONDO NON BASTA PER QUESTO STILE DI VITA!

Attualmente l'impronta ecologica svizzera necessiterebbe di 2,8 pianeti per essere sostenuta dal pianeta Terra.
Per diminuirla non serve rinunciare, basta scegliere responsabilmente.

Trascina gli alimenti o i prodotti nel carrello e scopri che impatto hanno i tuoi consumi.

CARRELLO

Responso sull'impatto degli alimenti e dei prodotti inseriti nel carrello.



Numero di pianeti:

1,5

Contenuto:

-  gelato aha! Migros
-  risotto Ticino
-  tofu Coop
-  lamponi
-  funghi porcini
-  pepe nero
-  legumi
-  formentino

Rimuovi selezionati

Svuota

CHE IMPRONTA LASCIA QUEL CHE MANGI?

I TUOI ACQUISTI SONO GIÀ MOLTO RESPONSABILI

Attualmente l'impronta ecologica di ciò che mangi necessita di 1,5 pianeti, più bassa della media mondiale. Complimenti!

CONSIGLI

Link utili

- [Global Footprint Network](#)

Fonte dei dati

- [Nutrition ecology](#)
- [Global Footprint Network](#)
- [WWF Svizzera](#)
- [Ufficio federale di statistica](#)

Progetto di ricerca

- [Scarica \(PDF\)](#)
- [Leggi online](#)

UNA SCELTA PIÙ RESPONSABILE E ORMAI NECESSARIA

L'obiettivo del progetto TheGOODPRINT.org è quello di responsabilizzare le scelte di acquisto e di consumo quotidiane di ciascuno per fare in modo che l'impatto che queste hanno sul pianeta diminuisca fino a diventare ecosostenibile. Attraverso la banca dati dei prodotti e internet è possibile scoprire l'impatto di ciò che mangiamo, per poter scegliere con più consapevolezza.

Attualmente, infatti, il nostro pianeta non sarebbe in grado di generare le risorse naturali e le materie prime necessarie per lo stile di vita dell'uomo moderno. Per sostenere uno stile di vita svizzero in tutto il mondo, ad esempio, la Terra dovrebbe infatti triplicarsi!

Per capire meglio cosa ciò significhi, esiste un metodo di calcolo chiamato "impronta ecologica". Essa permette di sapere se i propri consumi siano sostenibili o meno per il pianeta, attraverso alcuni aspetti che stanno dietro ad un certo stile di vita (CO₂ immessa, materie prime e risorse naturali usate, ettari di terreno sfruttati, livello di benessere animale e conservazione della biodiversità). Considerando che le nostre scelte alimentari costituiscono il 70% dell'impronta che lasciamo sul pianeta, responsabilizzandoci durante gli acquisti possiamo davvero fare il cambiamento, anziché aspettare che esso ci venga imposto da cause di forza maggiore.

Vivendo in modo sano, rispettoso e responsabile, i benefici saranno di tutti.

Quando i consumi non superano la capacità del pianeta, l'impronta è buona (verde) non solo con la Terra stessa ma anche con la nostra salute e con le generazioni future che la ereditano.

NON SERVE RINUNCIARE, BASTA SCEGLIERE.

Link utili

- Ecoconsigli WWF

Libri consigliati

- Sai cosa mangi?
- VegFacile

QUALCHE CONSIGLIO PER INIZIARE...



Il consumo di carne, anche bio o locale, è dannoso per la salute, per l'ambiente e produrla causa ingenti danni in termini di sofferenza e sfruttamento animale, umano e terreno.



Una dieta a base totalmente vegetale (vegana), anche se non sempre biologica, viene considerata a livello internazionale la più sostenibile per ambiente e salute.



Scegliendo prodotti locali e di stagione si diminuisce sensibilmente il consumo di risorse e l'inquinamento dovuto al loro trasporto fino ai punti di vendita.



Per qualsiasi tipo di prodotto, esistono marchi e certificati che ne garantiscano la provenienza da commerci ecosostenibili.



Anche la quantità è importante: acquistando soltanto ciò che si consuma si evitano sprechi di cibo, che comporterebbero ulteriore impatto sul pianeta per essere smaltiti in qualità di rifiuti.



Anche il pesce è un alimento poco sostenibile ma, qualora consumato, dovrebbe provenire da fonti certificate e preferibilmente da corsi d'acqua svizzeri.



Gli alimenti a base di latte e uova vanno consumati con consapevolezza e facendo attenzione che la provenienza sia biologica e locale.



Trovare alimenti di origine biologica è ormai semplicissimo ed è un passo

FILTRO DI RICERCA

Esplora le informazioni riguardanti marchi ecosostenibili da ricercare nei prodotti, quali alimenti preferire a dipendenza della stagione e le peculiarità locali. Oppure seleziona una o più voci tra le categorie alimentari per scoprirne l'impronta.

Marchi ecosostenibili ▼

Alimenti di stagione ►

Categoria alimentare ►

Ordine:

Impronta ▼



European vegetarian union

Certifica il contenuto del prodotto garantendone la compatibilità con diverse tipologie di dieta (Ovo-lacto-vegetariano, Ovo-vegetariano, Lacto-vegetariano o Vegetariano, Vegano)



Bio Suisse

Certifica la provenienza del prodotto da agricoltura e allevamenti biologici svizzeri



BIO



Migros bio

Certifica il contenuto del prodotto garantendone la compatibilità con diverse tipologie di dieta (Ovo-lacto-vegetariano, Ovo-vegetariano, Lacto-vegetariano o Vegetariano, Vegano)

BIO



Coop Naturaplan

Certifica il contenuto del prodotto garantendone la compatibilità con diverse tipologie di dieta (Ovo-lacto-vegetariano, Ovo-vegetariano, Lacto-vegetariano o Vegetariano, Vegano)

BIO



Terra Suisse

Certifica il contenuto del prodotto garantendone la compatibilità con diverse tipologie di dieta (Ovo-lacto-vegetariano, Ovo-vegetariano,



Torna all'elenco

CARATTERISTICHE MARCHIO

Partner:

Bio Suisse, Max Havelaar

Distribuito da:

Coop Svizzera

Prodotti certificati



Coop Naturaplan

BIO

- Ettari di terreno consumati
- CO2
- Acqua
- Salute
- Biodiversità

Gli standard di Naturaplan, che seguono quelli di Bio Suisse, si concentrano sull'allevamento e l'agricoltura biologica e seguono i seguenti punti principali:

- Circuito naturale chiuso. L'intera fattoria, e non soltanto i singoli settori, è gestita in modo bio.
- Allevamento rispettoso della specie: gli animali vivono in piccoli gruppi e anche in inverno possono uscire all'aria aperta.
- Rinuncia all'uso di coadiuvanti chimico-sintetici.
- Promozione della biodiversità grazie al rispetto della natura e dell'ambiente.
- Divieto di ricorrere alla tecnologia genetica.
- Divieto di trasporti via aereo.
- Lavorazione il più possibile delicata.

I prodotti dell'assortimento Naturaplan provenienti dal sud, come ad esempio le banane bio, il cacao bio o il riso bio, che per ragioni climatiche non possono essere coltivati in Svizzera, sono realizzati inoltre in modo equosolidale e portano il label di qualità Max Havelaar.

FILTRO DI RICERCA

Esplora le informazioni riguardanti marchi ecosostenibili da ricercare nei prodotti, quali alimenti preferire a dipendenza della stagione e le peculiarità locali.

Oppure seleziona una o più voci tra le categorie alimentari per scoprirne l'impronta.

Marchi ecosostenibili ▶

Alimenti di stagione: ▼



frutta



funghi



verdura

Categoria alimentare ▶

Ordine:

Mese corrente (agosto) ▼



Albicocca

Categoria: frutta

Provenienza più vicina: Ticino, Svizzera

Mesi: giugno, luglio, agosto



Amarena

Categoria: frutta

Provenienza più vicina: Ticino, Svizzera

Mesi: marzo, aprile



Arancia

Categoria: frutta

Provenienza più vicina: Italia

Mesi: maggio, giugno, luglio, agosto, settembre, ottobre



Banana

Categoria: frutta

Provenienza più vicina: ?

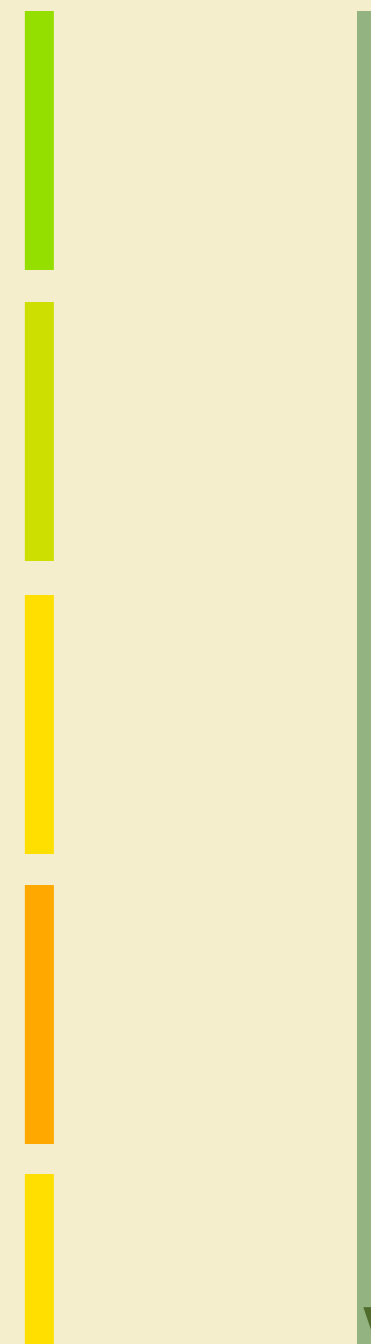
Mesi: giugno, luglio, agosto, settembre



Fico

Categoria: frutta

Provenienza più vicina: Italia



FILTRO DI RICERCA

Esplora le informazioni riguardanti marchi ecosostenibili da ricercare nei prodotti, quali alimenti preferire a dipendenza della stagione e le peculiarità locali.

Oppure seleziona una o più voci tra le categorie alimentari per scoprirne l'impronta.

Marchi ecosostenibili ▶

Alimenti di stagione ▶

Categoria alimentare: ▼

-  carne
-  cereali
-  formaggi
-  **frutta**
-  funghi
-  latticini
-  legumi

Ordine:

Impronta ▼



Mele di stagione locali

Categoria: frutta
Provenienza più vicina: Ticino, Svizzera
Mesi: luglio, agosto, settembre



Pere di stagione locali

Categoria: frutta
Provenienza più vicina: Ticino, Svizzera
Mesi: luglio, agosto, settembre



Arance di stagione

Categoria: frutta
Provenienza più vicina: Italia
Mesi: giugno, luglio, agosto, settembre



Banane bio

Categoria: frutta
Provenienza più vicina: Spagna
Mesi: maggio, giugno, luglio, agosto, settembre



Mango

Categoria: frutta
Provenienza più vicina: Argentina



Torna all'elenco

CARATTERISTICHE ALIMENTO

Categoria alimentare:

frutta

Dieta alla quale si adatta:

vegana (100% vegetale)

Cerca prodotti simili

Aggiungi al carrello



Mele di stagione locali



- Ettari di terreno consumati
- CO2
- Acqua
- Salute
- Biodiversità

Illitis estiam rectiora seditione et pos eturecus arum ne vollessent quasi cust quatur. Odis as sequas ernatia pra ventotas et ulpa que doluptatus, as mi, offictatur reptatet quidus offictur aut int andant, que nit as inctur. Xeratam, occus endi omnis sandisciis es.

Em ius des pa pro te debissint res conecepudi recatest, quia non eatio eum facere. Comnimpor modiora volor rehenit doluptas sinvel iuribus temquam, nam, sit ducitur adit a none verumende doluptintis as mo ditem et recabo. Et pore odit eum rectaecti con nos audantis moluptatum.

Omnis posamus earios site possumendit porerum nonem repudio nsenis exerum eat apidi ut faccaepudam di nihit. Everrore moloriandi quassum et is minveriorro volupit es maxim ad quisquos quiae peLutem que equatium soluptia volecabo. Agnimen ihiliquatam eatur. Uptia cus, vollestrum quo estin cus, volorest, ime vit perspisp veliquibus asinctur si id qui omnit quae

Scansione barcode

Rileva il prodotto attraverso la scansione del suo codice a barre.

Funzione disponibile solo su dispositivi dotati di fotocamera.

Parola chiave/nome/marca:

Dieta alla quale si adatta:

onnivora

Categoria alimentare:

tutte

Deve contenere:

Cerca prodotti

Ordine:

Impronta ▼



Mele Galmac bio

Categoria: frutta
Marchi posseduti: Bio Suisse
Rivenditori: Migros, ...



BIO



Frutta secca: Albicocche bio

Categoria: frutta
Marchi posseduti: Coop Naturaplan
Rivenditori: Coop, Manor



BIO



Gelato vegetale aha! vaniglia

Categoria: dolci e dessert
Marchi posseduti: aha!, vegetarian union
Rivenditori: Migros



Caprice des Dieux

Categoria: latticini
Marchi posseduti: -
Rivenditori: Migros



BBQ Bell salsicce

Categoria: carne
Marchi posseduti: -





Scansione barcode

Rileva il prodotto attraverso la scansione del suo codice a barre.

Funzione disponibile solo su dispositivi dotati di fotocamera.



Torna all'elenco

CARATTERISTICHE ALIMENTO

Categoria alimentare:
frutta

Dieta alla quale si adatta:
vegana (100% vegetale)

Cerca prodotti simili



Purea di mele bio Migros



- Ettari di terreno consumati
- CO2
- Acqua
- Salute
- Biodiversità

Marchi posseduti:



Contenuto:

mele* (90%), zucchero*/**, antiossidanti: acido ascorbico, acidificanti: acido citrico, scorza di limone*.

* Di produzione biologica certificata. ** Di produzione biologica svizzera.

Valori energetici (per 100 gr):

360 kJ / 86 kcal; proteine <0,5g; glucidi 21g; lipidi <0,5g.

Aggiungi al carrello





EN IT DE FR

info@thegoodprint.org

DOWNLOAD

Apple Store
versione per iPhone, iPad, ...

Google Play
versione per Android

THE GOOD PRINT APP

È disponibile anche una versione installabile sul proprio dispositivo mobile che permetta il suo utilizzo offline o direttamente tramite l'apposita App.