



**MONDO**

c'è cibo per 12 mld di persone,  
ma siamo 7 mld.

Ce n'è per tutti!

**CIBO**

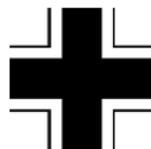


**FAME**

Una persona su otto mangia  
abbastanza per essere sana

870 mln di persone  
soffrono la fame.

**SALUTE**



**SPRECO**

Un terzo della produzione  
mondiale di cibo viene sprecato

**Grazie per il tuo sostegno**

[www.cibopertutti.it](http://www.cibopertutti.it)

In collaborazione con:  
**"Hotel e spiagge di Rimini"**



CARITAS  
DIOCESANA  
RIMINI

Dona il tuo  
**5x1000**  
alla Caritas  
C.F. 91025300400

Via Madonna della Scala,7  
Tel. 0541. 26040  
[www.caritas.rimini.it](http://www.caritas.rimini.it)



CARITAS DIOCESANA  
RIMINI

**Con questa maglietta sostieni la campagna**  
**"Una sola famiglia umana**  
**Cibo per tutti: è compito nostro 2015"**



*«Dare voce a tutte le persone che soffrono silenziosamente  
la fame, affinché questa voce diventi un ruggito in grado di  
scuotere il mondo».*

*Papa Francesco, 13 dicembre 2013*

Questo l'appello del Papa a tutto il mondo. Un appello che è stato raccolto da diversi movimenti cattolici e che in Italia si realizza nella campagna:

**"UNA SOLA FAMIGLIA UMANA, CIBO PER TUTTI: È COMPITO NOSTRO"**

Caritas Internationalis, insieme a Caritas Italiana e alla Caritas Ambrosiana, porteranno la Campagna all'Expo di Milano 2015.

Anche Caritas Diocesana Rimini ha promosso la Campagna nelle parrocchie e nelle scuole con l'intento di sensibilizzare bambini, giovani e adulti alla lotta contro la fame e lo spreco.

# Noi cosa possiamo fare?

Una sola famiglia umana,  
cibo per tutti:  
è compito nostro

## Il Decalogo intelligente



### LA SPESA INTELLIGENTE

Prima della spesa, controlla cosa serve davvero.



### LA CUCINA INTELLIGENTE

Quando cucini, fai attenzione alla qualità.



### IL FRIGORIFERO INTELLIGENTE

In frigo, metti davvero i cibi a breve scadenza.



### IL FREEZER INTELLIGENTE

Quando cucini, fai attenzione alla qualità.



### RICETTE CONTRO LO SPRECO

Utilizza avanzi e scarti alimentari.



### PRODOTTI FRESCHI E DI STAGIONE

Privilegia l'acquisto dal produttore.



### È TROPPO PER TE?

Danne un po' ai tuoi vicini di casa.



### AL RISTORANTE NON RIESCI A FINIRE IL TUO PIATTO?

Chiede di portare a casa gli avanzi  
in un pacchetto.



### "CONSUMARE PREFERIBILMENTE ENTRO ..."

Gli alimenti sono ancora idonei anche dopo  
il giorno indicato: verifica bene prima di buttarli.



### FIDATI DEL TUO NASO

Prima di buttare un alimento annusa, guarda e,  
se l'aspetto è buono, assaggia.

"Quando l'ultimo albero sarà abbattuto, l'ultimo fiume avvelenato, l'ultimo pesce pescato,  
vi accorgete che non si può mangiare il denaro"