

#MILANPROTOCOL

IL FUTURO È DI TUTTI, ANCHE TUO THE FUTURE BELONGS TO EVERYONE, INCLUDING YOU





#MILANPROTOCOL

“Nel Protocollo di Milano sono le singole persone, la società civile, a chiedere i cambiamenti, a esercitare pressione dal basso”

“In the Milan Protocol it's the citizens, the civil society, who are lobbying and ask for action from the bottom up”

Riccardo Valentini

Vogliamo lasciarci alle spalle un mondo in cui la fame e lo spreco convivono, in cui la produzione di biocarburanti e mangimi non tiene conto della scarsità di acqua e alimenti, in cui l'obesità in un Paese contrasta con la denutrizione in un altro.

Vogliamo creare un movimento della società civile per incoraggiare i leader politici ad affrontare le sfide dell'alimentazione, con un unico riferimento: il Protocollo di Milano sull'Alimentazione e la Nutrizione. L'Expo Milano 2015, dal tema “Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita”, sarà l'occasione per dare voce a questo bisogno di cambiamento.

Il “Protocollo di Milano” unirà cittadini e istituzioni per affrontare il problema della sostenibilità alimentare con tre obiettivi: promuovere stili di vita sani e combattere l'obesità, promuovere l'agricoltura sostenibile, ridurre lo spreco di cibo del 50% entro il 2020. L'iniziativa, lanciata all'edizione 2013 del Forum Internazionale del BCFN, chiede alla società civile di partecipare alla definizione del Protocollo. La versione finale sarà presentata in occasione di Expo Milano 2015. Il movimento ha bisogno del tuo aiuto per far diventare il Protocollo realtà.

We want to leave behind a world in which hunger and food waste coexist, where crops feed biofuels or animals despite water and food shortages, and where obesity in one country contrasts starvation in another.

We want to create a civil society movement to encourage our political leaders to address the challenges of food and nutrition, based on a single framework: the Milan Protocol on Food and Nutrition. The Expo Milano 2015, themed “Feeding the Planet, Energy for Life”, will be the occasion to voice this need for a decisive change to our policy makers. The “Milan Protocol” will connect citizens and policy makers to address the issue of food sustainability with a triple objective: to promote healthy lifestyles and fight obesity, to promote sustainable agriculture, to reduce food waste by 50% by 2020. The initiative, launched at the 2013 edition of the BCFN International Forum, now calls on the civil society to take an active role in drafting the document. The final version of the Protocol will be presented on the occasion of Expo 2015. The movement needs your support to make the Protocol reality.

Editorial coordination



www.codiceedizioni.it

Design and layout

Alessandro Damin

Infographics

centimetri.it

Images

Corbis, IStock, Thinkstock

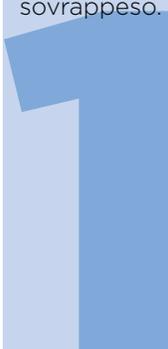
TRE PARADOSSI DEL NOSTRO

TEMPO SU CIBO E NUTRIZIONE

L'ANALISI DEGLI SCENARI GLOBALI DEL NOSTRO TEMPO E LA LORO CONTINUA E RAPIDISSIMA EVOLUZIONE METTONO IN EVIDENZA UN MONDO SEGNA TO DA INSOSTENIBILI PARADOSSI

MORIRE PER FAME O PER OBESITÀ?

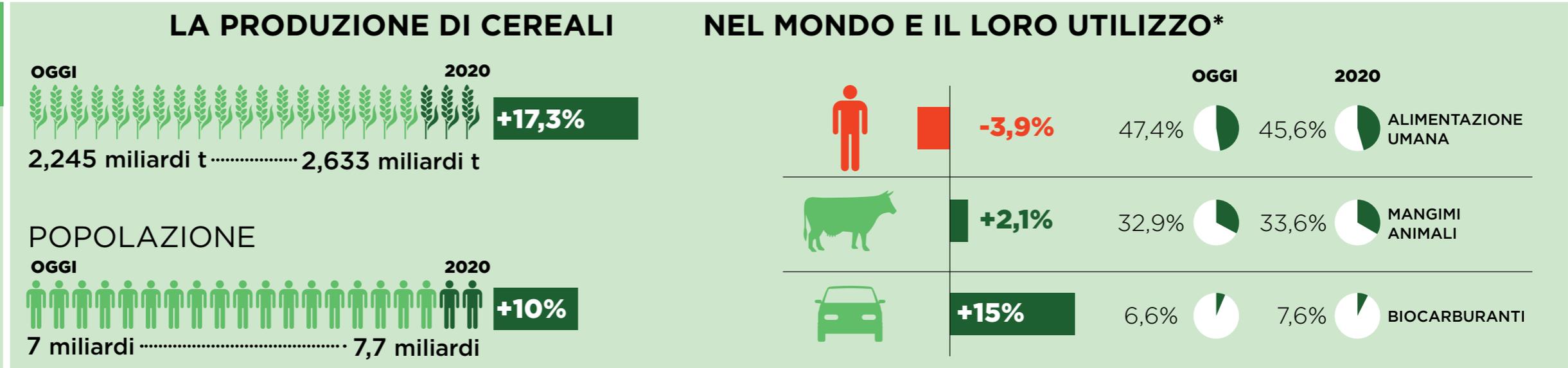
Oggi nel mondo per ogni persona malnutrita, ce ne sono due che sono obese o in sovrappeso.




NUTRIRE PERSONE, ANIMALI, O AUTOMOBILI?

Un terzo dell'intera produzione alimentare globale è destinato alla nutrizione del bestiame, mentre una quota crescente di terreni agricoli è destinata alla produzione di biocarburante: stiamo alimentando le nostre automobili invece che le nostre persone.

*Ripartizione dell'utilizzo di cereali in percentuale tra alimentazione animale, alimentazione umana e produzione di biocarburante



ALIMENTARE LO SPRECO O SFAMARE GLI AFFAMATI?

Ogni anno nel mondo sono sprecate 1,3 miliardi di tonnellate di cibo, ancora perfettamente commestibile, mentre 868 milioni di persone soffrono la fame.




Fonte: Elaborazione BCFN su dati OECD/FAO 2011; OMS 2010; GLOBAL FOOTPRINT NETWORK 2012

THREE PRESENT-DAY PARADOXES

ABOUT FOOD AND NUTRITION

AN ANALYSIS OF PRESENT-DAY GLOBAL SCENARIOS AND THEIR CONTINUAL AND RAPID EVOLUTION HIGHLIGHT A WORLD OF UNSUSTAINABLE PARADOXES

DIE OF HUNGER OR OBESITY?

Today, worldwide, for every malnourished person, there are two people who are obese or overweight.

TODAY IN THE WORLD

UNDERNOURISHED PEOPLE

868 million

OBESSE OR OVERWEIGHT PEOPLE

1.5 billion

FOR EVERY UNDERNOURISHED PERSON, THERE ARE TWO WHO ARE OBESSE OR OVERWEIGHT

DEATHS EVERY YEAR WORLDWIDE FROM:

LACK OF FOOD

36 million

TOO MUCH FOOD

29 million

FEED PEOPLE, ANIMALS, OR CARS?

One-third of all food production worldwide is destined for feeding livestock. In addition, a growing share of agricultural land is used for the production of biofuel. As a result, we are choosing to feed automobiles instead of people.

* Allocation of the use of grains as a percentage between animal food, human food, and the production of biofuel

GRAIN PRODUCTION IN THE WORLD AND ITS USE*

Category	Today	2020	Change
Human Food	47.4%	45.6%	-3.9%
Animal Fodder	32.9%	33.6%	+2.1%
Biofuels	6.6%	7.6%	+15%

Category	Today	2020	Change
Grain Production	2.245 billion tons	2.633 billion tons	+17.3%
Population	7 billion	7.7 billion	+10%

FEED WASTE OR FEED THE HUNGRY?

Every year worldwide, 1.3 billion tons of perfectly edible food are wasted, while 868 million people suffer from hunger.

1/3 OF GLOBAL FOOD PRODUCTION = 1.3 billion tons OF FOOD ARE WASTED

4 TIMES WHAT IT WOULD TAKE TO FEED THE 868 MILLION PEOPLE WHO ARE HUNGRY

THE PLANET'S BALANCE IS NEGATIVE
Today, what is consumed is greater than what we are able to regenerate. For our current lifestyle, we will need 1.5 planets, and in 40 years we will need 3

TODAY

1.5 planets

2050

3 planets

Source: BCFN elaboration based on OECD/FAO 2011; WHO 2010; GLOBAL FOOTPRINT NETWORK 2012

#MILANPROTOCOL

IL FUTURO È DI TUTTI, ANCHE TUO THE FUTURE BELONGS TO EVERYONE, INCLUDING YOU

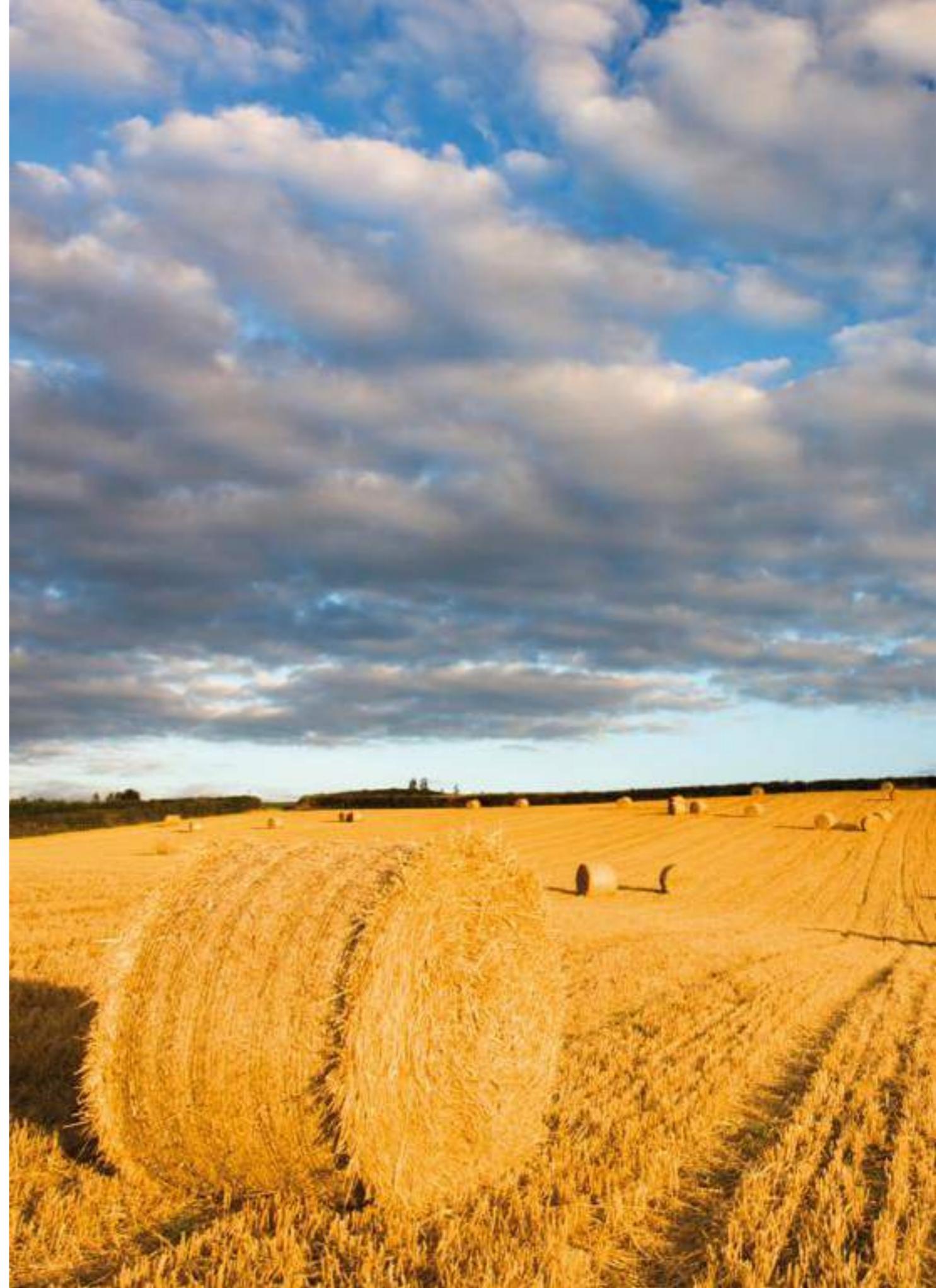
Ogni persona ha il diritto di essere libera dalla fame e di avere accesso a quantità sufficienti di cibo, che sia sano e sicuro. Ma il piatto che ognuno di noi ha davanti a sé potrebbe invece progressivamente svuotarsi. Nel tentativo di rispondere alla domanda di cibo, acqua potabile, legname, carburante, fibre, abbiamo influito (soprattutto negli ultimi 50 anni) in modo irreversibile sugli ecosistemi, sottoponendoli a stress troppo elevati; e oggi ne paghiamo le conseguenze. In una sorta di circolo vizioso, le nostre risorse alimentari si stanno progressivamente impoverendo proprio per il modo sbagliato e la compulsione con cui le abbiamo prodotte fino ad oggi. Il cambiamento climatico, la salute delle persone, la capacità della terra di generare materie prime e acqua in quantità sufficienti a sfamarci e dissetarci dipendono strettamente dalla gestione dei sistemi alimentari. Una gestione globale che oggi si trova condizionata da tre assurdi paradossi.

1. Un terzo di ciò che produciamo per fini alimentari finisce ogni anno tra i rifiuti: cibo prezioso scartato come se non avesse valore.
2. Contemporaneamente, senza che questo desti sufficienti preoccupazioni, continuiamo a non risolvere il dilemma fra alimentare le persone e nutrire gli animali, riservando milioni di ettari di terra alla produzione di cereali per mangimi (per sostenere abitudini alimentari a grande consumo di pro-

Every person has the right to be free from hunger and to have access to sufficient quantities of food that is healthy and safe. But instead the plate in front of each one of us could gradually have nothing left on it.

In the effort to meet the demand for food, fresh water, timber, fuel, and fibers, we have made an irreversible impact on the ecosystems and subjected them to too much stress (especially in the last 50 years), and now we are paying the consequences. In a kind of vicious circle, our food supplies are running low because of the wrong way and the compulsion with which we have been producing them until now. Climate change, the health of people, and the earth's capacity to generate food and water for everyone in sufficient quantities to feed us and quench our thirst depend strictly on the management of food systems. This global management is today influenced by three absurd paradoxes.

1. *A third of what we produce for food each year ends up in the trash: valuable food is discarded as if it were of no value.*
2. *At the same time, without this causing sufficient concern, we continue not to solve the dilemma of nourishing people or animals, reserving millions of hectares of land for the production of cereals for animal feed (to support diet habits with a high consumption of animal protein) and for the production*





Un terzo di ciò che produciamo per fini alimentari finisce ogni anno tra i rifiuti: cibo prezioso scartato come se non avesse valore

A third of what we produce for food each year ends up in the trash: valuable food is discarded as if it were of no value



Negli ultimi 50 anni abbiamo influito in modo irreversibile sugli ecosistemi, e oggi ne paghiamo le conseguenze

In the last 50 years we have made an irreversible impact on the ecosystems, and now we are paying the consequences



teine animali) e per la produzione di biocarburanti per i nostri trasporti, terra che potrebbe invece essere destinata al fabbisogno umano.

3. Se da un lato il nostro piatto si sta svuotando, dall'altro si riempie troppo spesso di un insieme di alimenti che portano a modelli alimentari non equilibrati: questo sta facendo aumentare in modo preoccupante il numero di persone obese o affette da malattie causate dalla cattiva alimentazione, con pesanti ricadute sulle economie nazionali.

La soluzione di questi tre paradossi che minacciano la nostra sopravvivenza è la nostra priorità. Perché il futuro è ancora plasmabile: anche se siamo lontani dal riconciliare la sostenibilità ambientale con la crescita economica e dal dare la giusta attenzione alla relazione che intercorre tra gli esseri umani, il Pianeta e il cibo, siamo anche in grado, essendo noi la prima causa dei nostri problemi, di porvi rimedio. L'Expo che nel 2015 si terrà a Milano e affronterà il tema del cibo come risorsa primaria per la nostra sopravvivenza, e che riunirà più di 140 Paesi del mondo, sarà un'occasione unica di confronto. Il Protocollo di Milano, proposto dalla Fondazione Barilla Center for Food and Nutrition e già condiviso con

of biofuels for our transportation, whereas this land could be used for human needs.

3. If on the one hand, our plate is being emptied, on the other, it is being filled too often on a combination of foods that leads to unbalanced food models: this factor is causing an alarming increase in the number of obese people or those who suffer from diseases caused by a poor diet, with serious repercussions on national economies.

The solution of these three paradoxes which threaten our survival is our priority. Because the future can still be shaped: even though we are far from reconciling environmental sustainability with economic growth and giving proper attention to the relationship between human beings, the planet, and food, as we are the prime cause of our problems, we can also find the remedies.

Expo 2015 to be held in Milan, and which will address the topic of food as a primary resource for our survival, bringing together more than 140 countries from around the world, will be a unique opportunity. The Milan Protocol, proposed by the Barilla Center for Food & Nutrition Foundation and already agreed with by many experts in the field, has

numerosi esperti del settore, si propone come base di discussione da cui partire per pianificare il nostro futuro alimentare. Stabilendo come priorità quella di sconfiggere i paradossi globali in tema di alimentazione, il Protocollo suggerisce quali interventi a livello istituzionale, produttivo e personale siano imprescindibili per cambiare rotta, e per costruire un modello di consumo e produzione sostenibile capaci di riconciliare il rispetto per il Pianeta con il benessere fisico ed economico dei suoi abitanti. Questo documento è stato redatto anche per rendere evidente a tutti il livello di complessità della situazione, anche alla luce delle pressioni globali economiche e demografiche, e della straordinaria varietà di esigenze locali. Proprio per questo il Protocollo va considerato come una piattaforma sulla quale avviare un discussione e stimolare i necessari approfondimenti, affinché tutti possano condividere le scelte e le strategie necessarie per garantire a ognuno di noi un futuro sostenibile.

Scarica il documento completo su www.protocollodimilano.it

been proposed as a basis for discussion from which to plan our food future.

Giving priority to defeating the global paradoxes in terms of food, the Protocol suggests what interventions undertaken at the institutional, productive, and personal levels are essential in order to change our course and create a model of sustainable consumption and production that is capable of reconciling respect for the planet with the physical and economic well-being of its inhabitants.

This document has also been drawn up to make clear to everyone the complexity of the situation, also in the light of the global demographic and economic pressures, and the extraordinary variety of local needs.

Precisely for this, the Protocol must be considered as a platform from where discussion can be started and the necessary in-depth analyses stimulated, so that everyone can share the choices and strategies needed to ensure a sustainable future for us all.

Download the Milan Protocol on www.milanprotocol.com

9 BUONE RAGIONI PER SOSTENERE
IL PROTOCOLLO DI MILANO

.....
*9 GOOD REASONS TO SUPPORT
MILAN PROTOCOL*



1

DAL CAMPO ALLA TAVOLA *FROM FIELD TO FORK*



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Capite quanto si spreca e dove. Conoscendo falle e pregi della filiera produttiva contemporanea è possibile limitare la maggior parte degli sprechi e delle perdite di cibo. Un'analisi sul campo, specifica per ogni Paese, può disegnare un quadro completo dello spreco alimentare e stabilire gli obiettivi da raggiungere, a seconda degli strumenti a disposizione. La giusta base di partenza deve essere la collaborazione tra agricoltori, produttori e distributori, che dev'essere caldeggiata, favorita e sostenuta. I Paesi hanno bisogno di tutti gli attori coinvolti e questi ultimi devono poter contare sulle istituzioni per raggiungere l'ambizioso obiettivo proposto dal Protocollo di Milano: abbattere del 50%, entro il 2020, lo spreco alimentare (food waste e food loss).

Understand how much is being wasted and where. By knowing the flaws and merits of the contemporary production chain, it is possible to limit the majority of wastage and losses of food. An analysis in the field, specific for each country, can draw a complete picture of food waste and set targets to be achieved, according to the tools available.

The right starting point must be the collaboration between farmers, manufacturers, and distributors, which must be encouraged, facilitated, and supported. Countries need all the players involved and they must be able to rely on institutions to achieve the ambitious objective proposed by the Milan Protocol: a 50% reduction of food waste and food loss by 2020.



TU/YOU

Usa i sensi, la testa, la fantasia. Gli stratagemmi che possiamo usare per combattere lo spreco alimentare nelle nostre case sono pochi e intuitivi. Si tratta di ridare valore al nostro rapporto con il cibo, comprando solo ciò di cui abbiamo bisogno, surgelando le eccedenze, organizzando il frigo in modo intelligente; usa vista e olfatto e interpreta bene la data di scadenza, condividendo quel che non consumi.

La vita quotidiana è fatta di buone e cattive abitudini: non è garantito che le buone siano per forza più facili di quelle cattive, ma quel che è certo è che le cattive ci rendono responsabili, solo nelle case europee, di più del 40% del totale dello spreco di cibo.

Use your all senses, your head, and your imagination. The courses of action we can use to fight food waste in our homes are few and intuitive. It is a matter of restoring value to our relationship with food by buying only what we need, freezing surpluses, organizing the fridge in an intelligent way; use your own sight and smell, and consider the expiration date properly, and share what you are not able to consume. Daily life is made up of good and bad habits: there is no guarantee that the good ones are necessarily easier than the bad ones, but what is certain, is that bad ones make us responsible, in European homes alone, for more than 40% of the total wastage of food.

1,3 MILIARDI

LE TONNELLATE DI CIBO
COMESTIBILE SPRECAE
OGNI ANNO

1.3 BILLION

TONS OF EDIBLE FOOD WASTED
EVERY YEAR

SENSIBILMENTE ATTIVI BEING SIGNIFICANTLY ACTIVE



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Raccontate il percorso del cibo. Una volta scoperto dove si verificano le quantità maggiori di *food losses* nella filiera, è necessario diffondere il problema dello spreco di cibo e di come porvi rimedio. Una produzione efficiente non è solo moralmente giusta, ma è estremamente vantaggiosa: gli esperti e i professionisti del settore alimentare possono spiegarne le ricadute economiche, sociali e ambientali. Preservare il valore del cibo non è solo una questione etica, ma è la preconditione per un vero e proprio progresso che coinvolga tutti. E le istituzioni devono fornire il supporto necessario affinché si innesti un percorso di sensibilizzazione ed educazione.

Tell us about the path food takes. Once you know where the largest quantities of food losses occur in the supply chain, it is necessary to circulate the problem of food wastage and how to remedy it. Efficient production is not only morally right, it is also extremely advantageous and food experts and professionals can explain its economic, social, and environmental repercussions. Preserving the value of food is not only a question, but is the prerequisite for real progress that affects everybody. The institutions must provide the necessary support to ensure that a route of awareness-raising and education is taken.



TU/YOU

Diventa parte attiva. Sai come il tuo cibo viene prodotto? Essere a conoscenza di tutti i passaggi è indispensabile per poter fare le scelte giuste e per “votare con la forchetta”, preferendo il cibo che è il frutto di una filiera virtuosa e che ne rispetta il valore. Solo conoscendo ciò che accade intorno a noi possiamo raccontare, diffondere e farci noi stessi portavoce delle iniziative contro lo spreco, sia a livello domestico che produttivo, per creare consapevolezza e – perché no – stimolare nuove idee all’interno della comunità di cui facciamo parte. E per chiedere, dal basso, iniziative a livello nazionale e internazionale.

Become an active participant. Do you know how your food is produced? Being aware of all the steps is essential in order to make the right choices and to “vote with your fork”, preferring food that is the result of a virtuous supply chain that respects its value. It is only by knowing what is happening around us that we can tell others about it, and spread the word by becoming a spokesperson for initiatives against waste, at both the domestic and production level, to create awareness, and – why not – to stimulate new ideas within our communities. And as a grassroots movement, to ask for initiatives at the national and international level.

PRODURRE DI PIÙ CON MENO PRODUCING MORE WITH LESS

1/3
DEI RACCOLTI

È IMPIEGATO PER PRODURRE
MANGIMI E BIOCARBURANTI

1/3
OF ALL CROP
PRODUCTION

IS DEDICATED TO ANIMAL FEED OR
BIOFUELS



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Promuovete l'efficienza agricola. La popolazione è in aumento, la capacità delle risorse di rinnovarsi sta diminuendo, per cui non vale più la semplice logica di aumentare la produttività per soddisfare la domanda crescente.

Bisogna imparare a fare di più e meglio, ma con meno: è l'agricoltura sostenibile, che deve avere diverse forme e declinazioni a seconda delle esigenze e deve adattarsi ai cambiamenti climatici che abbiamo causato.

Esistono già molte soluzioni e le istituzioni le devono favorire, promuovere e diffondere, riservando energie e attenzioni alla ricerca di un'efficienza sempre maggiore.

Promote agricultural efficiency. The population is increasing and the renewal capacity of resources is decreasing, so the simple logic of increasing productivity no longer holds to meet the growing demand. We must learn to do more and better, but with less: this means sustainable agriculture, which must take on different forms and variations according to local needs and adapt to the climate changes that we have caused.

Many solutions already exist and the institutions must encourage, promote, and spread them, keeping their energy and attention in order to seek even greater efficiency.



TU/YOU

Vivere direttamente l'esperienza è il modo migliore per conoscere. Tu come coltiveresti un prodotto e dove prenderesti l'acqua di cui ha bisogno? Sapresti riconoscerne la varietà migliore per il tuo clima e terreno? Difficile sapere senza mettersi in gioco, senza provare a capire in prima persona di cosa stiamo parlando quando parliamo di agricoltura sostenibile. Puoi agire in prima persona come se fossi una piccola filiera produttiva, per capire cosa pretendere da quella da cui ti rifornisci, per riconoscere qualità e gusto, restituendo loro importanza. Ma, nel farlo, ricorda che la cosa più sostenibile che tu possa fare è condividere lo spazio, le risorse e i risultati con chi ti circonda.

Direct experience is the best way to know things. How would you cultivate a food product and where would you get the water it needs? Are you able to recognize the best variety for your climate and soil? It is hard to know what we mean when we talk about sustainable agriculture without getting into the game, without trying to understand it firsthand. You can personally take action as if you were a small production chain, so as to understand what to expect from your suppliers, to recognize quality and taste, thus restoring their importance. But, in doing so, remember that the most sustainable thing you can do is to share spaces, resources, and results with those around you.



4

A OGNI CAMPO IL SUO UTILIZZO *EACH FIELD HAS ITS USE*



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Ripartite equamente il territorio. La terra a nostra disposizione non è infinita e per questo va distribuita tra le diverse esigenze, riconoscendo quali di esse sono fondamentali e quali invece possono essere contenute.

Se un terzo della produzione agricola globale è impiegato per nutrire il bestiame e un'altra quota importante è utilizzata per la produzione di biocarburanti, diventerà presto difficile nutrire la popolazione mondiale, in continuo aumento. Per questo è necessario bilanciare, attraverso politiche adeguate, il rapporto tra biocarburanti, mangimi e produzione alimentare. E rivedere strategie e consumi nazionali, trovando soluzioni alternative e sostenibili.

Distribute the territory fairly. The land at our disposal is not infinite and therefore it should be distributed among the different needs, recognizing which of them are essential and which ones could be contained. Seeing as one-third of the global agricultural production is used to feed cattle and another significant portion is used for the production of biofuels, it will soon become difficult to feed the world's population, which continues to grow. For this you need to balance, through appropriate policies, the relationship between biofuel, feed, and food production, and revise strategies and domestic consumption by finding alternative and sustainable solutions.



TU/YOU

Mangia di tutto un po'. Mettere nel tuo piatto tutti i tipi di alimenti, privilegiando frutta, verdura, cereali e pesce, è il meglio che tu possa fare.

Perché in questo modo potrai orientare la domanda di prodotti alimentari, potrai chiedere (e permettere) al tuo Paese di destinare i terreni agli usi più consoni, potrai contribuire positivamente all'ambiente e anche alla tua salute.

La varietà di cibo, infatti, è anche alla base delle diete maggiormente consigliate dalle istituzioni internazionali in materia di alimentazione.

E ricordati che seguire le stagioni non è solo una scelta intelligente ma può essere divertente, riscoprendo alimenti purtroppo dimenticati.

Eat a little of everything. Putting all types of foods on your plate, especially fruit, vegetables, grains, and fish is the best thing you can do. Because this way, you can orient the demand for food, you can ask (and allow) your country to allocate land for more appropriate uses, and you'll be able to make a positive contribution to the environment, as well as your own health. The variety of food is also the basis of the diets most recommended by international institutions in the field of nutrition. And remember that following the seasons is not only a smart choice, it can also be a fun to rediscover foods that have unfortunately been forgotten.

REGOLAMENTARE LA SPECULAZIONE REGULATING SPECULATION



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Regolamentate la speculazione. Il cibo è un diritto e non può dipendere dalle fluttuazioni del mercato. Le istituzioni hanno l'obbligo di garantire l'accesso costante al cibo e devono quindi istituire un quadro normativo per la speculazione finanziaria sulle materie prime alimentari. Se fino ad ora le politiche della gestione dei prezzi sembrano aver mancato l'obiettivo di favorire l'accesso al cibo, oggi questo problema non può più essere rimandato: il mercato delle *food commodities* deve riscoprire anche il valore non economico dei prodotti di scambio e fare i conti con i cambiamenti economici, climatici e sociali che influenzano la nostra possibilità di alimentarci.

Regulate speculation. Food is a right, and cannot depend on fluctuations in the market. The institutions have an obligation to ensure constant access to food and therefore, they need to establish a regulatory framework regarding financial speculation on food commodities. Although until now the policy of the management of prices seems to have missed its target of facilitating access to food, today this problem can no longer be postponed: the market for food commodities must also rediscover the non-economic value of exchanged products and deal with the economic, climatic, and social factors that affect our ability to feed ourselves.



TU/YOU

Distribuisce le tue attenzioni. Le tue scelte possono influire più di quanto credi, e anche la tua dieta. Con la giusta varietà di cibo nella tua quotidianità eviterai di essere la causa di eccessive attenzioni su certi alimenti o su modelli alimentari non legati alla tua tradizione. L'occidentalizzazione dei consumi, le diete ricche di prodotti poco presenti nel proprio territorio sono tendenze da limitare: in questo modo governi e finanza potranno fare scelte che rispettano il cibo e il suo valore, e che non mettono a rischio la capacità del mondo di alimentare la sua popolazione crescente. Avresti mai pensato di poter davvero influire sui meccanismi finanziari?

Distribute your attention. Your choices may affect you, and also your diet, more than you think. With the right variety of food in your daily life, you will avoid being the cause of any excessive attention on certain foods or eating patterns that are not related to your tradition. The Westernization of consumption, diets that are rich in common products not frequent in their territory, are common tendencies that should be limited: in this way, governments and finance can make choices that respect the food and its value, and that do not put the ability of the world to feed its growing population at risk. Had you ever thought that you really could affect the financial mechanisms?



29 MILIONI

LE PERSONE CHE OGNI ANNO MUOIONO PER MALATTIE LEGATE ALL'ECCESSO DI CIBO

29 MILLION

PEOPLE THAT DIE EVERY YEAR FROM DISEASES RELATED TO FOOD EXCESS

6

SANO È SOSTENIBILE HEALTHY IS SUSTAINABLE



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Promuovete e favorite l'alimentazione sana. La cattiva salute, oltre a essere un problema primario per le persone, è insostenibile: per le economie nazionali, per l'ambiente, per la filiera produttiva. Alimentarsi in modo sano, invece, rende la sostenibilità più facilmente raggiungibile. La sanità viene infatti alleggerita del peso economico generato dalla necessità di affrontare le malattie causate dalla cattiva alimentazione (come l'obesità, il diabete, le patologie cardiovascolari); una dieta varia ha un impatto inferiore sull'ambiente; promuovere la giusta alimentazione nei Paesi sviluppati può sostenere la redistribuzione del cibo a livello mondiale. Salute economica nazionale e salute fisica della popolazione sono due variabili tra loro interdipendenti.

Promote and encourage healthy eating. Beside being a primary problem for people, poor health is untenable for national economies, the environment, and the production chain. However, making healthy food choices makes sustainability easier to achieve. Healthcare is indeed relieved of the economic burden of having to deal with diseases resulting from a poor diet (such as obesity, diabetes, and cardiovascular disease); a varied diet has a lower impact on the environment; promoting proper nutrition in developed countries can support the redistribution of food worldwide. National economic health and the physical health of the population are two interdependent variables.



TU/YOU

Fatti ispirare da una vita sana. Per vivere in salute non è necessario stravolgere la propria alimentazione, ma è sufficiente – in base a esigenze, gusti, tradizioni e preferenze – seguire i suggerimenti dei modelli alimentari sostenibili. Come quello proposto dalla Doppia Piramide, che, mantenendo la presenza di tutti i tipi di alimenti, consiglia in quali quantità assumerli, privilegiando prodotti che hanno un impatto basso sulla salute delle persone e del Pianeta, e limitando quelli che non fanno troppo bene né a noi né all'ambiente. L'equilibrio non è un obiettivo impossibile e può essere praticato poco alla volta, trovando nella quotidianità il giusto spazio per tutti gli alimenti.

Be inspired by a healthy life. For a healthy lifestyle, you do not need to revolutionize your diet, but it is enough – according to your needs, tastes, traditions, and preferences – to follow the suggestions for sustainable food models, such as the one proposed by the Double Pyramid, which, by keeping all foods, recommends the quantities to be consumed, favoring products that have a low impact on the health of the planet and of human beings, and limiting those that do not do us or the environment much good. Achieving balance is not an impossible goal and can be practiced a little at a time by finding the right space in everyday life for all foods.

UN MONDO IN MOVIMENTO *A WORLD IN MOTION*



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Incoraggiate le persone alla giusta attività fisica. La salute del singolo è fondamentale per alleggerire i costi delle economie nazionali: è quindi interesse dei governi, delle istituzioni sanitarie e di tutti promuovere e attuare programmi per la diffusione dell'attività fisica. I governi dovrebbero impegnarsi direttamente, promuovere campagne, stimolare l'attenzione, raccontare i benefici che una regolare attività fisica può portare a ognuno di noi, creare occasioni e mettere a disposizione i luoghi giusti. Proporre un nuovo stile di vita sostenibile che si concili con le necessità e i difficili ritmi quotidiani.

Motivate people about doing the right amount of physical activity. The health of the individual is fundamental in order to reduce the costs of the national economies: it is therefore in the interest of governments, health institutions, and everyone to promote and implement programs for the diffusion of physical activity. Governments should be directly committed: promoting campaigns, stimulating attention, talking about the benefits that regular physical activity can bring to each of us, creating opportunities, and providing the right places. Proposing a new sustainable lifestyle that can be reconciled with the daily needs and difficult pace of everyday life.



TU/YOU

Movimenta la tua giornata. C'è ancora posto nella quotidianità per l'attività fisica, non puoi lasciare che sia sopraffatta da tutte le altre, il più delle volte sedentarie. Guardati attorno, riorganizza il tuo tempo, cerca gli spazi e i momenti per svolgere un'attività fisica che si adatti alle esigenze del tuo corpo, alle tue possibilità e ai tuoi gusti. Il movimento assume innumerevoli forme, diversi tipi di intensità, dallo sport alla passeggiata, dal ballo alla spesa fatta a piedi. Trova piccoli stratagemmi per inserire il movimento tra un momento e l'altro e convinciti del fatto che un corpo che si muove è più sano ed energetico.

Spice up your day. There is still a place in everyday life for physical activity, you cannot let it be overwhelmed by all the other things which, more often than not, are sedentary. Look around, reorganize your time, and look for spaces and moments to perform a physical activity that suits the needs of your body, your ability, and your tastes. Movement takes on many forms and different types of intensity, from sports to walking, from dancing to going shopping on foot. Find little tricks for inserting movement in between one moment and another, and be convinced of the fact that a body in motion is healthier and more energetic.



OLTRE 140

I PAESI CHE SI RIUNIRANNO ALL'EXPO DI MILANO PER DISCUTERE DI ALIMENTAZIONE

MORE THAN 140

COUNTRIES WILL MEET AT MILAN EXPO TO DISCUSS ABOUT NUTRITION

8

RACCOGLIERE IDEE GATHERING IDEAS



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Contribuite all'accordo, per essere tutti d'accordo. Il Protocollo di Milano dev'essere arricchito, può ancora contenere le proposte che ogni Paese ha in serbo, affinché si crei davvero un documento condivisibile da più punti di vista ed esigenze. Le istituzioni e tutti i portatori d'interesse possono e devono ancora discuterne per arrivare a un documento definitivo, che tutti vorranno firmare perché rispecchierà un'idea comune e auspicabile di futuro.

C'è ancora tempo, ma per arrivare pronti all'Expo 2015 le proposte vanno fatte ora.

Contribute to agreement, to helping everyone be in agreement.

The Milan Protocol must be enriched, it can still contain proposals that each country has, in order to actually create a document shared by multiple viewpoints and needs.

The institutions and all the stakeholders can and should discuss it further to arrive at a definitive document that everyone will want to sign, because it reflects a common idea of a desirable future.

There is still time, but to be ready for Expo 2015, the proposals must be made now.



TU/YOU

Dì cosa ne pensi. Racconta quel che già fai per contrastare i paradossi globali nella tua vita e quelli che vivi nella tua comunità: racconta le iniziative contro lo spreco che hai visto, quello che fai nella tua cucina, nel tuo carrello della spesa per consumare e acquistare il giusto. Pensa a delle soluzioni di vita sana che siano realmente applicabili nella tua quotidianità e raccontale ad altri: potrebbero diventare un modello per molti. Racconta le storie dei produttori virtuosi da cui ti servi. Ed esprimi la tua opinione sugli obiettivi del Protocollo di Milano: perché il futuro è di tutti, anche tuo.

Say what you think. Talk about what you are already doing to combat global paradoxes in your life and the ones you experience in your community: talk about initiatives against waste that you have seen, what you do in your kitchen, and what you put in your shopping cart regarding the right purchases and consumption. Think of healthy living solutions that are really applicable in your everyday life and tell others about them: they may become a model for many people. Tell your stories about virtuous producers from whom you have made purchases. Express your opinion on the objectives of the Protocol: because the future belongs to everyone, even you.

PASSARE ALL'AZIONE TAKE ACTION



ISTITUZIONI/INSTITUTIONS

Promuovete le soluzioni del Protocollo di Milano. Decidere di firmare un accordo come quello proposto dal Protocollo richiede, oltre alle proposte e alle firme, un impegno totale affinché trovi una sua applicazione globale. E perché questo accada va sostenuto, raccontato dove ancora non è conosciuto e difeso nella sua complessità, stimolando le opinioni e gli interventi di chi ancora non vi ha preso parte. Tutti gli attori della filiera alimentare devono sentirlo come proprio, devono comprendere i vantaggi che può portare, affinché s'impegnino davvero ad adottare le buone pratiche promosse dal Protocollo.

Promote the solutions of the Milan Protocol. In addition to proposals and signatures, the decision to sign an agreement like the one proposed by the Protocol requires a total commitment to ensure its global application.

And for this to happen, it should be supported, recounted wherever it is not yet known, and defended in its complexity, thus stimulating the opinions and actions of those who have not yet participated. All actors in the food chain must feel it to be their own, they must understand the benefits it can bring as long as they are really committed to adopting the best practices promoted by the Protocol.



TU/YOU

Diffondi e discuti. Tu puoi essere un attore fondamentale di trasmissione e di dibattito sul testo del Protocollo. Fatti portatore di proposte e obiezioni da discutere con i protagonisti della tua quotidianità, con coloro che producono il cibo che consumi e che possono essere interessati a parlarne, con le scuole, con le associazioni, in famiglia.

Animare una discussione su un tema così complesso può solo facilitare il compito di arrivare a un accordo, aggiungendo il contributo di tutti e sensibilizzando il maggior numero di attori possibili. Essere protagonisti del cambiamento è possibile: prendi parte alla costruzione del tuo futuro.

Divulge and discuss. You can be a fundamental player in the transmission and discussion of the text of the Protocol. Become a vector of proposals and objections to discuss with the players in your everyday life, with those who produce the food you eat and who may be interested in talking about it, as well as with schools, associations, and family members. Undertaking a debate on such a complex issue can only facilitate the task of reaching agreement, adding the contribution of everyone and raising the awareness of the largest number of players possible. You can be the agents of change: take part in building your future.



DIVULGA IL PROTOCOLLO DI MILANO

*MILAN PROTOCOL:
SPREAD THE VOICE*



Il protocollo di Milano riguarda temi quali l'agricoltura sostenibile, la dieta sana e la riduzione degli sprechi. Tre questioni chiave su cui il mondo dovrebbe concentrare le proprie attenzioni nell'avvicinarsi al 2015

Milan Protocol is looking at sustainable agriculture, healthy diets and reducing food waste, three really key issues that the world should be focused on when we go into 2015
(Ellen Gustafson)

Ci sono una serie di contraddizioni che vanno sanate, non possiamo lasciare la responsabilità delle scelte soltanto sulle spalle del singolo cittadino

There are a lot o contradictions that should be tackled and we cannot let the responsibility of choice fall solely on the individual citizen
(Gabriele Riccardi)

Dobbiamo creare un sistema alimentare più sostenibile e stabile, capace di resistere alle oscillazioni dei prezzi alimentari, al cambiamento climatico e a tutti quegli eventi di cui siamo testimoni oggi

We must create a more sustainable and resilient food system that can overstand the shock of food crises, climate change and all other impacts that are occurring by now
(Danielle Nierenberg)

Nel Protocollo di Milano sono le singole persone a chiedere i cambiamenti, a esercitare pressione sui governi

In the Milan Protocol it's the citizens, the civil society, who are lobbying and ask for action from the bottom up
(Riccardo Valentini)

Questi problemi richiedono un nuovo modo di affrontarli: i vecchi metodi che dipendono dai governi non ci porteranno da nessuna parte

These problems need new ways of tackling it, the old way which depend on the governments will not lead anyway
(Ali Morsi Abbassel El Halawani)

#MILANPROTOCOL

Get involved and share your contribution!

www.milanprotocol.com



Powered by



Barilla
Center
FOR FOOD
& NUTRITION

people, environment, science, economy

FONDAZIONE BARILLA CENTER FOR FOOD & NUTRITION

Via Madre Teresa di Calcutta, 3/a

43121 PARMA - ITALY

www.barillacfn.com – info@barillacfn.com