



Pensare sostenibile



L'idea di sostenibilità, per privati come per le aziende, si traduce come un impegno non solo per ridurre il nostro impatto sul Pianeta, ma anche per il benessere sociale ed economico delle persone.



Cosa significa quindi parlare di aziende sostenibili?

Quando possiamo dire che un'azienda ha a cuore la sostenibilità e **come possiamo fare a valutare concretamente questo parametro?**



Le aziende sostenibili sono
quelle che riescono a
raggiungere a integrare
nel proprio modello di
business i tre criteri

ESG



**Perché investire nella
cultura per la sostenibilità
è oggi necessario,
prima ancora che giusto?**

I governi dei 193 Paesi membri dell'ONU hanno sottoscritto l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile.

Un programma d'azione per le persone, il pianeta e la prosperità che ingloba 17 Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile in un grande programma d'azione per un totale di 169 'target' o traguardi da raggiungere entro il 2030.





care up

insieme a

INNOvation
& GOVERNANCE

affiancano le aziende nel
percorso di sviluppo delle
capacità necessarie per
“divenire” sostenibili e
raggiungere i GOALS ONU

lavorando specificatamente
sui criteri S-G (social and
governance).

care up



La strada della sostenibilità porta a:

- Creare relazioni forti e di mutuo beneficio con i vari stakeholder
- Rafforzare l'immagine aziendale e migliorare la sua reputazione
- Accrescere le performance finanziarie
- Ridurre i costi e le spese
- Sviluppare una responsabilità condivisa
- Portare ad un cambiamento culturale attraverso strategie di lungo periodo
- Garantire un ambiente di lavoro più motivante e più sicuro.

Verso un futuro sostenibile!

Le azioni per guidare il cambiamento



ANALISI

Analizzare la propensione alla Sostenibilità dell'azienda, le azioni già intraprese, a che punto si trova del percorso



DEFINIZIONE

Identificare ciò che deve essere cambiato e le azioni da intraprendere per raggiungere gli obiettivi di sostenibilità



SVILUPPO

Costruire una roadmap del cambiamento con azioni e progetti studiati a misura di ciascuna realtà



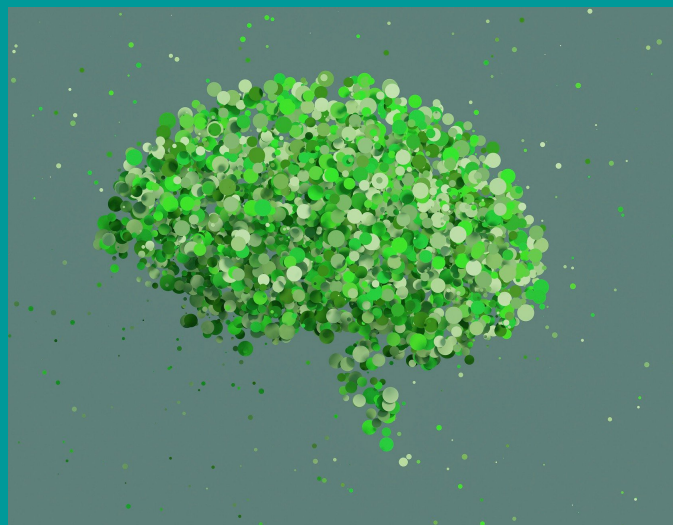
Incontri di sensibilizzazione
rivolti alla popolazione
aziendale

Il viaggio della sostenibilità



Esperienze e formazione
outdoor

Strumenti e idee



Accademy – Corsi ed
incontri approfonditi

Futuro

[illegible]

A hand in a light blue shirt sleeve points its index finger towards a yellow speech bubble. The background is a blurred green with several other yellow speech bubbles of varying sizes.

Accademy

*La formazione in aula
dedicata alla sostenibilità*



Accademy

La formazione dedicata alla sostenibilità

Migliorare le competenze ESG in un percorso formativo completo dedicato ai manager della CSR che vogliono **approfondire i temi della sostenibilità in azienda.**

Percorso declinato nei tre fattori ESG e profilato con gli obiettivi aziendali .

Percorso di 4 ore in aula

Classi fino a 20 persone selezionate

Obiettivi definiti con l'azienda in un percorso di condivisione dinamico

Confronti e analisi di casi di studio

L'importanza di misurare e gestire la Sostenibilità Aziendale e i suoi impatti sociali.

Adempimenti normativi: la nuova direttiva CSRD, timeline e sanzioni

Quanto pesa oggi la variabile S in una società e come implementarla.

Basi per come comunicare la sostenibilità



Percorso di 4 ore in aula

Classi fino a 20 persone
selezionate

Obiettivi definiti con l'azienda in un
percorso di condivisione dinamico

Confronti e analisi di casi di studio

Accademy

La formazione dedicata alla sostenibilità

Migliorare le competenze ESG in un percorso formativo completo.

Comunicare la sostenibilità oltre il greenwashing

La sostenibilità come leva competitiva

Costruire una Brand identity sostenibile

*I principi per una comunicazione efficace della
sostenibilità*

Il rischio di greenwashing e sue implicazioni

I recenti sviluppi normativi e casi pratici



Approfondimenti ed esperienze

dedicati alla sostenibilità

Approfondiamo la sostenibilità



- *Adempimenti normativi: CSRD, timeline e sanzioni*
- *Finanza sostenibile*
- *Azienda sostenibile, come misurarla?*
- *Comunicare la sostenibilità come e perché evitare il Greenwashing:*

Sostenibilità nella quotidianità

*Proposte con attività combinabili tra loro sul tema No Spreco e del vivere sostenibile
Webinar – Laboratori – Podcast – Esperienze - ...*

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE



Sostenibilità nella quotidianità



Obiettivo 2:

Porre fine alla fame, raggiungere la sicurezza alimentare, migliorare la nutrizione e promuovere un'agricoltura sostenibile

2.1 - Entro il 2030, porre fine alla fame e garantire a tutte le persone, in particolare ai poveri e le persone più vulnerabili, tra cui neonati, un accesso sicuro a cibo nutriente e sufficiente per tutto l'anno

2.2 - Entro il 2030, porre fine a tutte le forme di malnutrizione

Sostenibilità nella quotidianità



Obiettivo 12:

Garantire modelli sostenibili di produzione e di consumo

12.3 - Entro il 2030, dimezzare lo spreco alimentare globale pro-capite a livello di vendita al dettaglio e dei consumatori e ridurre le perdite di cibo durante le catene di produzione e di fornitura, comprese le perdite del post-raccolto

12.5 Entro il 2030, ridurre in modo sostanziale la produzione di rifiuti attraverso la prevenzione, la riduzione, il riciclo e il riutilizzo

Sostenibilità nella quotidianità

- Brunch organizzato a buffet con monoporzioni appositamente cucinato da un cuoco professionista.
- Show cooking “Riuso e antispreco” guidato da un cuoco professionista con eventuali momenti di interazione e pratica in cucina
- Gaming sui temi del riuso o anti-spreco
- Sessione di Minduful eating
- Webinar o Podcast sul risparmio in cucina, leggere le etichette, organizzazione del frigorifero e dispensa, riuso in cucina
- Incontro con nutrizionista sulla sostenibilità in ambito alimentare
- Sito web dedicato alla nutrizione



Brunch sostenibile con Show cooking

Con occhio attento alla **sostenibilità** si propone una giornata dove la **lotta allo spreco** sia il valore portante.

L'esperienza si fonda al momento formativo dove vengono date importanti nozioni sul:

- Riciclo
- Impatto ambientale
- Riuso

Diventa quindi un momento esperienziale e formativo nonché di riflessione condiviso.

Tutti i piatti proposti vengono ricavati utilizzando prodotti che normalmente andrebbero sprecati, ma che con un poco di fantasia e qualche conoscenza di base possono diventare dei buonissimi spuntini.

Serviti in contenitori alimentari atti al riciclo

Esempio di portate:

Bruschetta con scarola spadellata con uvetta e pinoli

Cous Cous con crema di cime di rapa, acciughe e crostini

Mini Hamburger di ceci

Pelli di patate croccanti

Torta di pane

Infuso di finocchio e anice

Durata: 1 ora e 30 circa

Docenti: Cuoco e Nutrizionista

2 SCONFIGGERE LA FAME



12 CONSUMO E PRODUZIONE RESPONSABILI



Show Cooking in azienda

Cucinare imparando a riciclare gli avanzi



Show cooking interattivo dove il cuoco illustrerà la descrizione dei piatti e la modalità di preparazione dar consigli e rispondendo alle domande delle persone.

Verrà mostrato come creare, assemblare, ideare un piatto partendo dalla materia prima, organizzando il tutto nella location aziendale. *E' possibile prevedere anche momenti di interazione dove le persone possano provare le tecniche mostrate.*

Lo show cooking è ideato avendo particolare attenzione a tutto ciò che nella cucina di tutti i giorni viene spesso scartato, spingendo le persone ad utilizzare un poco di fantasia in ottica di azzerare lo spreco alimentare.

Si parlerà di

- riciclo degli avanzi
- materie di scarto e non
- risparmio economico

Opzione Plus

Affiancamento allo chef con una nutrizionista

E' possibile creare un libretto con la descrizione delle ricette presentate allo show cooking

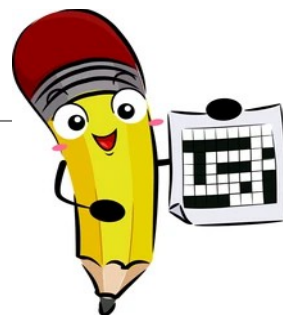


Gaming sui temi del riuso o anti-spreco



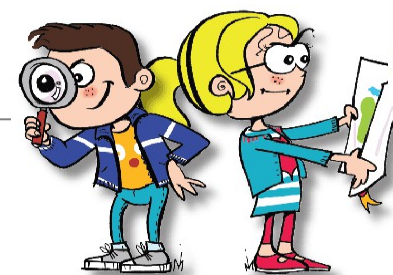
Laboratorio

Laboratorio pratico guidato da uno chef, per inventare ricette e pietanze partendo da materie prime e ingredienti definiti. Verranno in questo caso utilizzati anche prodotti o parti di prodotti in ottica di riciclo e zero spreco.



Parole crociate

Gioco da portare a termine a squadre o singolarmente. Si richiede la soluzione di uno schema di parole crociate specificatamente ideato sul tema della sostenibilità alimentare



Caccia al tesoro

Caccia al tesoro a prove, dove è necessario rispondere a domande, sperimentare cose, trovare soluzioni, ...

Tutto a tema sostenibilità ambientale e alimentare

Gaming sui temi del riuso o anti-spreco

2 SCONFIGGERE LA FAME



12 CONSUMO E PRODUZIONE RESPONSABILI



Stagionalità

Implementare le conoscenze sulle stagionalità dei cibi.

Si richiede con quiz o prove di identificare la giusta stagione per ogni alimento (frutta, verdura, pesce, ...).



Etichette alimentari

Come identificare le informazioni corrette nei cibi.

Simulazione per creare delle etichette di un prodotto dato.



Carrello della spesa

Creare un carrello della spesa (i prodotti saranno disegnati e stampati su cartoncino) inserendo alimenti che seguano delle specifiche indicazioni o dei richiesti principi nutrizionali.

Gaming sui temi del riuso o anti-spreco



Memory

Memory classico di ricerca di due carte, ma in questa versione (anche online) non dovranno essere trovate 2 immagini uguali, ma "legate ideologicamente e logicamente" dal punto di vista della sostenibilità (e.i. acqua - bottiglia di vetro). Gli abbinamenti possono essere anche personalizzati



Trivial quiz

Gioco anche virtuale (testi e immagini) simil Trivial con domande concernenti la sostenibilità. I partecipanti dovranno scegliere tra tre alternative di risposta, partendo da una base di almeno 15 domande. Verrà poi sempre proposta la risposta corretta e fornito un report con il totale delle risposte.



Video quiz interattivo

Video quiz con grafica che da una base di 15 domande focalizza l'attenzione delle persone su concetti chiave legati alla sostenibilità.

Verrà poi sempre proposta la risposta corretta.

Mindful eating



È un percorso di rieducazione alimentare fondato sullo sviluppo della consapevolezza attraverso le tecniche proprie della Mindfulness.

Si viene guidati da una psicologa in un percorso per scoprire come riconnettersi con il proprio corpo e la propria mente riattivando i sensi e l'attenzione del qui ed ora, imparando a riconoscere il senso di sazietà, nel non giudicarti ed accettarti migliorando l'autostima.

Si scoprirà come e quanto le emozioni influiscono sul rapporto con il cibo, come riconoscerle e come gestirle



Imparare a mangiare quando si ha fame seguendo il corpo senza ossessioni è importante per iniziare un regime alimentare senza sprechi

Sostenibilità è costanza e imparare a essere perseveranti nelle scelte

2 SCONFIGGERE
LA FAME



12 CONSUMO E
PRODUZIONE
RESPONSABILI



Webinar e/o Podcast sulla sostenibilità

- WOW facts per risparmiare
- Come fare la spesa o meglio come scegliere i prodotti
- Organizzare il frigorifero e la dispensa. Come conservare i cibi?
- Come leggere le etichette
- Consigli per il riciclo in cucina. Alcune idee
- Contro lo spreco niente stress! Una dieta sana e evitiamo i “cibi da stress”
- Conoscere gli alimenti. Cosa contengono e cosa apportano al nostro organismo?
- I menù della settimana. Come crearlo?
- Sostenibilità: cibi e stagionalità

Sito web dedicato *ed interazione con Nutrizionista*

Programma da seguire settimanalmente aggiornato dalla nutrizionista con:

- consigli per imparare a fare la spesa in modo sostenibile
- piano alimentare settimanale bilanciato e sostenibile
- lista della spesa settimanale
- consigli per scegliere i cibi migliori
- Tips giornaliere mandate via mail

Filo diretto con la nutrizionista – Mail dedicata / Blog interattivo dove scrivere le proprie domande.
La nutrizionista risponderà in modo pubblico o privato a seconda della modalità scelta.

Manda foto del tuo carrello della spesa e segui i consigli della nutrizionista per migliorare la spesa



*Sostenibilità è costanza
Imparare a essere perseveranti nelle
scelte*



Sostenibilità nella quotidianità



Obiettivo 3:

Garantire una vita sana e promuovere il benessere di tutti a tutte le età

3.2 - Entro il 2030, porre fine alle morti prevenibili di neonati e bambini sotto i 5 anni di età. Tutti i paesi dovranno cercare di ridurre la mortalità neonatale ad almeno 12 per ogni 1.000 bambini nati vivi e la mortalità dei bambini sotto i 5 anni di età ad almeno 25 per 1.000 bambini nati vivi

3.4 - Entro il 2030, ridurre di un terzo la mortalità prematura da malattie non trasmissibili attraverso la prevenzione e il trattamento e promuovere benessere e salute mentale

3.5- Rafforzare la prevenzione e il trattamento di abuso di sostanze, tra cui l'abuso di stupefacenti e il consumo nocivo di alcol

3.6- Entro il 2020, dimezzare il numero globale di morti e feriti a seguito di incidenti stradali

3.d: Rafforzare la capacità di tutti i Paesi, soprattutto dei Paesi in via di sviluppo, di segnalare in anticipo, ridurre e gestire i rischi legati alla salute, sia a livello nazionale che globale

Sostenibilità nella quotidianità



- Screening (dermatologico – cardiologico – senologico – glicemia - esami del sangue - ...)
- Corso di disostruzione pediatrica neonato e bambino
- Primo soccorso: Cosa fare in caso di Come affrontare i piccoli incidenti domestici (ustioni, colpi di sole, ingestione sostanze nocive,)
- Podcast/Webinar sulla salute mentale
- Podcast/Webinar/Percorsi di sensibilizzazione e/o comunicazione - Come combattere le dipendenze (alcool, fumo,)
- Percorsi interdisciplinari per ridurre gli incidenti stradali (docenti scuola guida, nutrizione, psicologi del traffico, fisioterapisti)

Sostenibilità nella quotidianità



Obiettivo 5:

Raggiungere l'uguaglianza di genere ed emancipare tutte le donne e le ragazze

5.1 - Porre fine, ovunque, a ogni forma di discriminazione nei confronti di donne e ragazze

5.2 - Eliminare ogni forma di violenza nei confronti di donne e bambine, sia nella sfera privata che in quella pubblica

5.5 - Garantire piena ed effettiva partecipazione femminile e pari opportunità di leadership ad ogni livello decisionale in ambito politico, economico e della vita pubblica

Sostenibilità nella quotidianità



Obiettivo 10:

Ridurre l'ineguaglianza all'interno di e fra le Nazioni

10.2 - Entro il 2030, potenziare e promuovere l'inclusione sociale, economica e politica di tutti, a prescindere da età, sesso, disabilità, razza, etnia, origine, religione, stato economico o altro

Sostenibilità nella quotidianità

Podcast/Webinar/Percorsi di sensibilizzazione sull'inclusione e la diversità

Percorsi sulla sensibilizzazione LGBT

Laboratori esperienziali

Formazione esperienziale





info@careup.eu