

Needfinding

Spreco Alimentare e abitudini degli utenti



Green Bytes



Amantia Linda



Botti Matteo



Boulahrajane Omar



Martino Paolo



Mascolo Andrea



Reggianini Ludovico



Dominio di Interesse

Il progetto affronta il tema dello spreco alimentare, un problema di grande attualità che ha forti ricadute ambientali, economiche e sociali.

La problematica riguarda soprattutto gli studenti universitari, specie se fuorisede, spesso inesperti nella gestione della spesa e dei pasti, con il rischio di acquisti non pianificati e cattiva conservazione degli alimenti.

Perché lo spreco alimentare?

La scelta del tema nasce dal desiderio di collegare i contenuti del corso di HCI con la sostenibilità, mostrando come gli strumenti digitali possano aiutare a ridurre gli sprechi nella vita quotidiana.

L'obiettivo è quindi sensibilizzare gli utenti e fornire soluzioni pratiche per favorire comportamenti più consapevoli e sostenibili.



Metodologia



Link al sondaggio



Piccola indagine preliminare

Per aiutarci nella scelta del dominio di interesse.



Sondaggio con questionario

Per conoscere le abitudini di un ampio bacino d'utenza.



Interviste agli utenti

Per approfondire i bisogni degli utenti e comprendere gli aspetti più critici

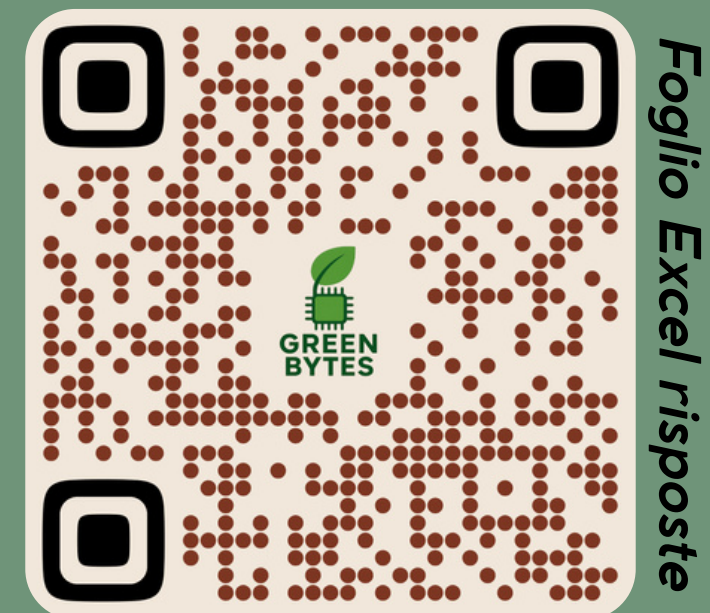


Informazioni ricavate dal sondaggio

Per prima cosa abbiamo creato un Google Form per raccogliere dati sulle abitudini alimentari delle persone.

Grazie alle 140 risposte siamo riusciti ad ottenere informazioni utili sulle abitudini e sui bisogni degli utenti in merito al tema dello spreco alimentare.

Dopo aver raccolto i dati in un foglio Excel abbiamo individuato codici e temi così da poter analizzare meglio i dati a nostra disposizione.



Foglio Excel risposte

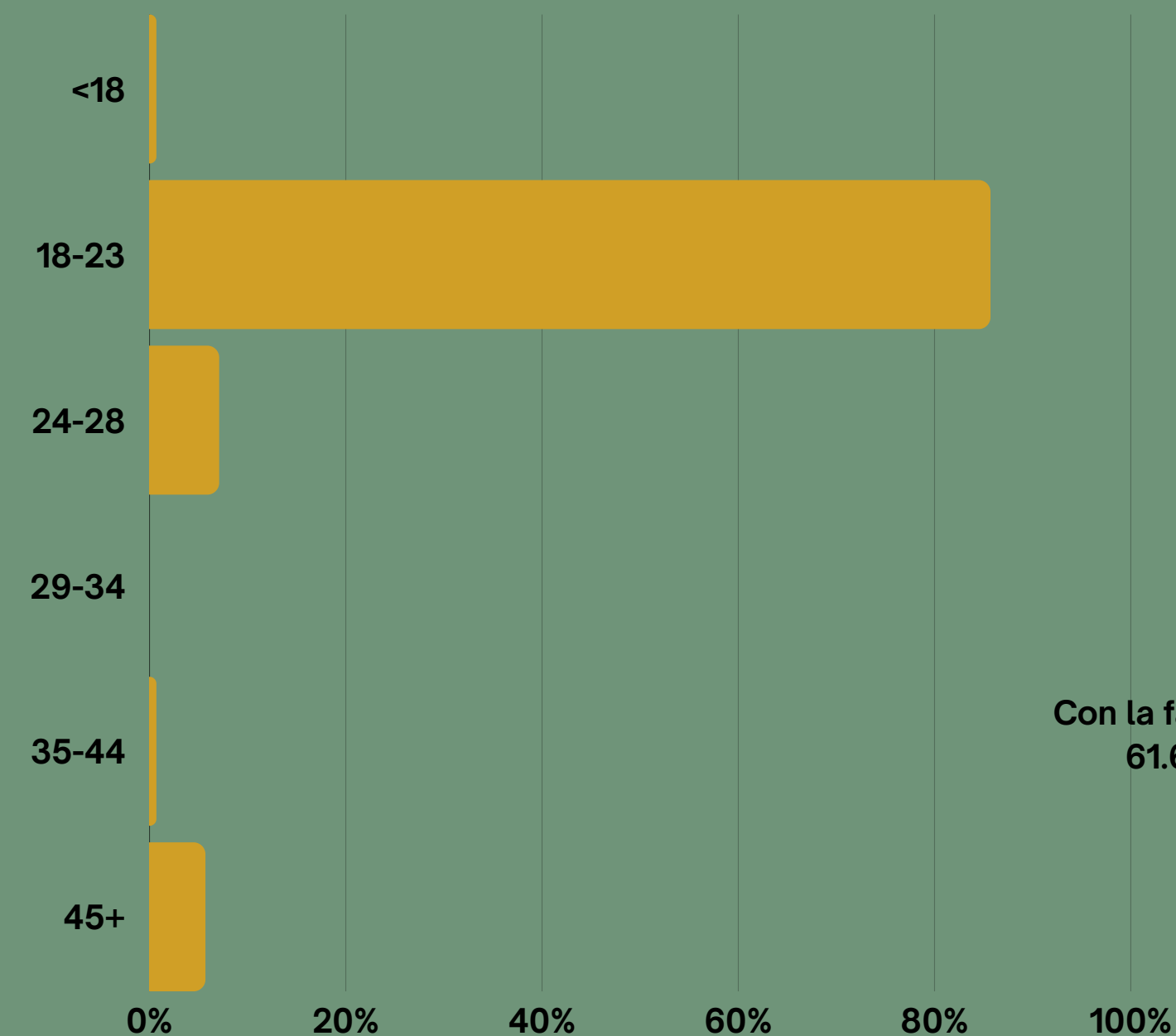
I partecipanti

Pool: 140 persone

Genere

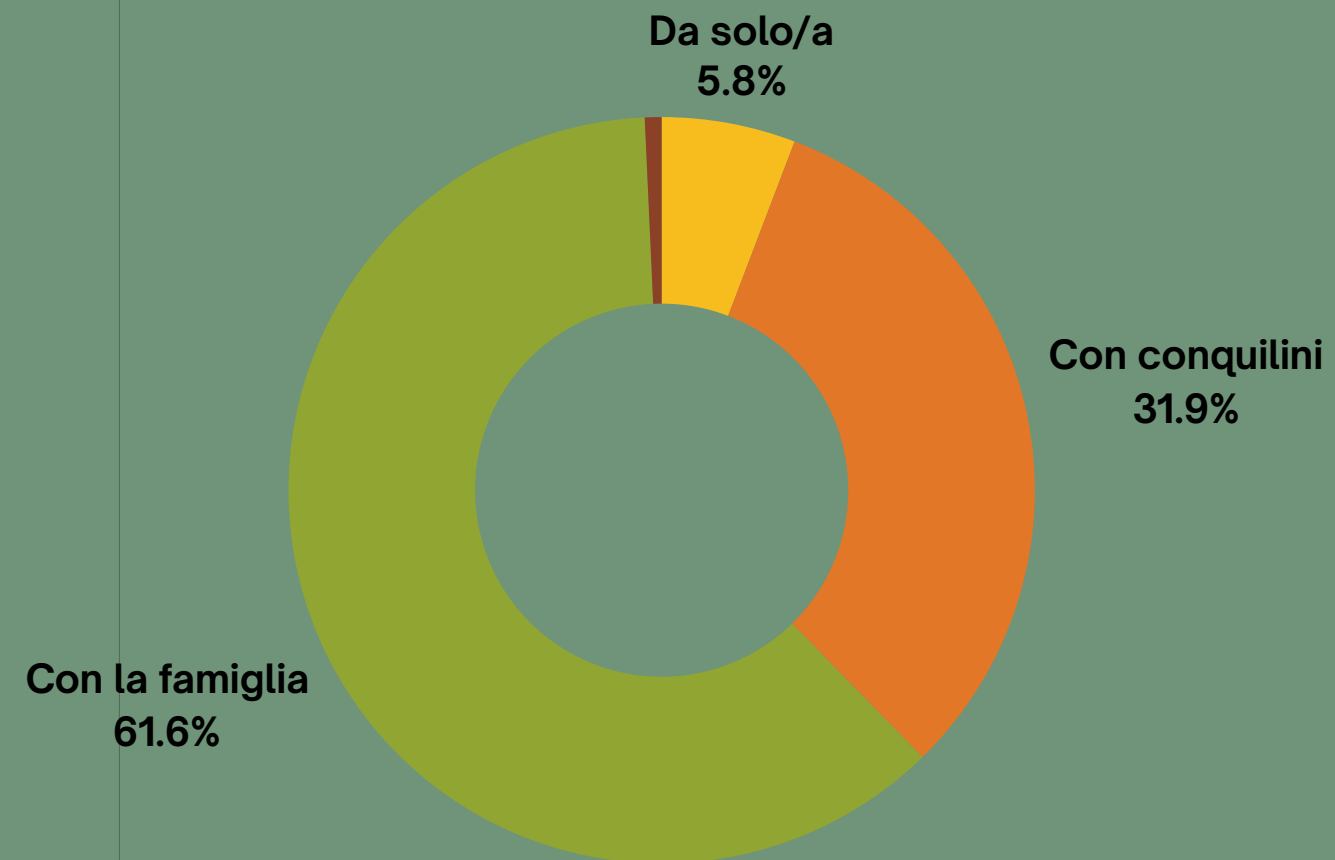


Età

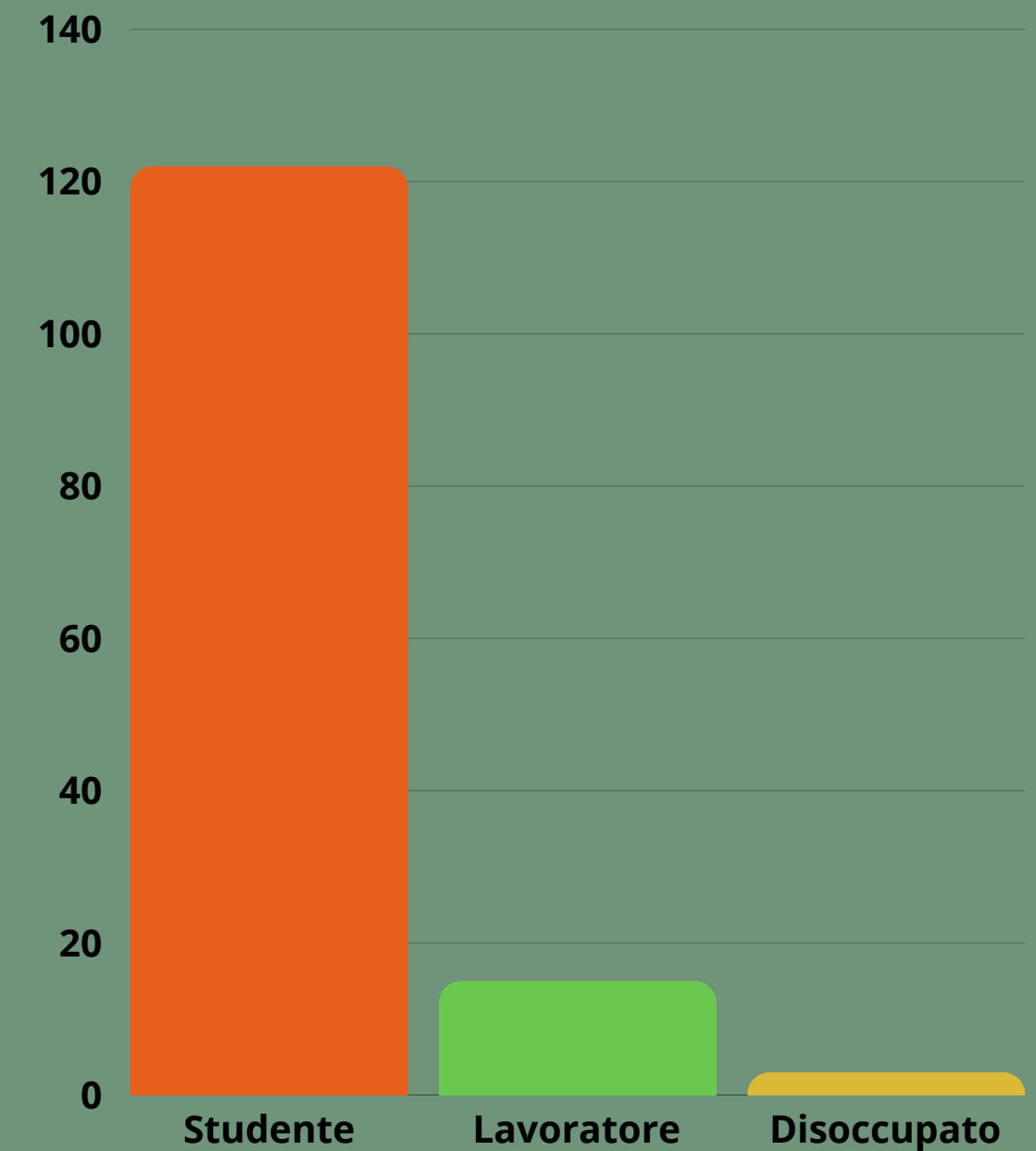


Situazione abitativa

- Da solo/a
- Con conquilini
- Con la famiglia
- residenza



Occupazione



Domande del sondaggio

Abitudini alimentari e di acquisto

- Quante volte alla settimana fai la spesa?
- Come decidi la quantità dei prodotti da acquistare?
- Con quale frequenza ti capita di cucinare in eccesso?

Sprego alimentare

- Con quale frequenza ti capita di sprecare cibo?
- Quali sono le cause principali per cui sprechi cibo?
- Quali sono gli alimenti che sprechi più frequentemente?

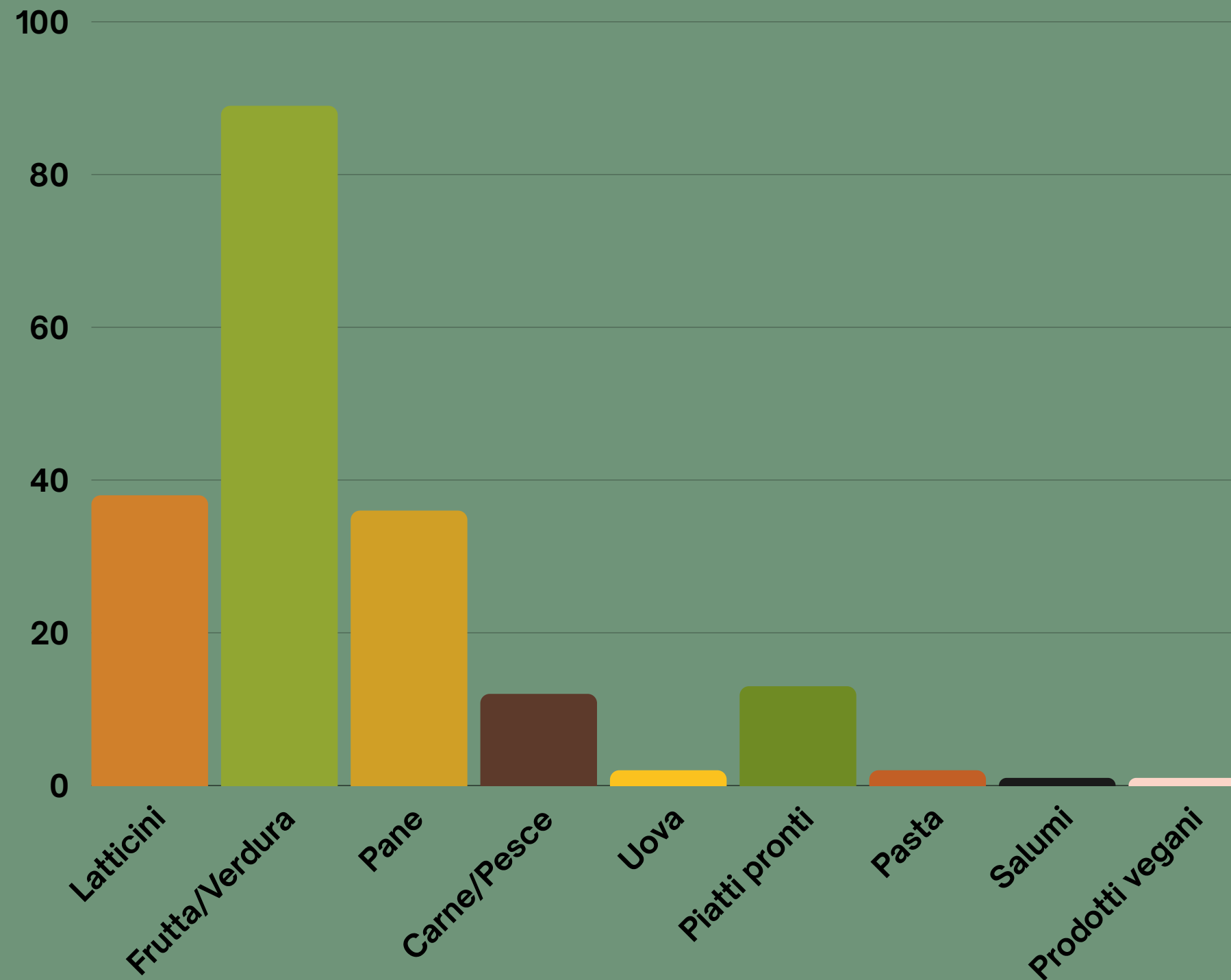
Uso di sistemi per ridurre lo spreco

- Quanto è rilevante per te il problema dello spreco alimentare?
- Conosci o utilizzi sistemi dedicati alla riduzione dello spreco alimentare?
- Per quale motivo non utilizzi questi sistemi?
- Ti interesserebbe scoprirli e magari provarli?
- Cosa ti incoraggerebbe a provarli?

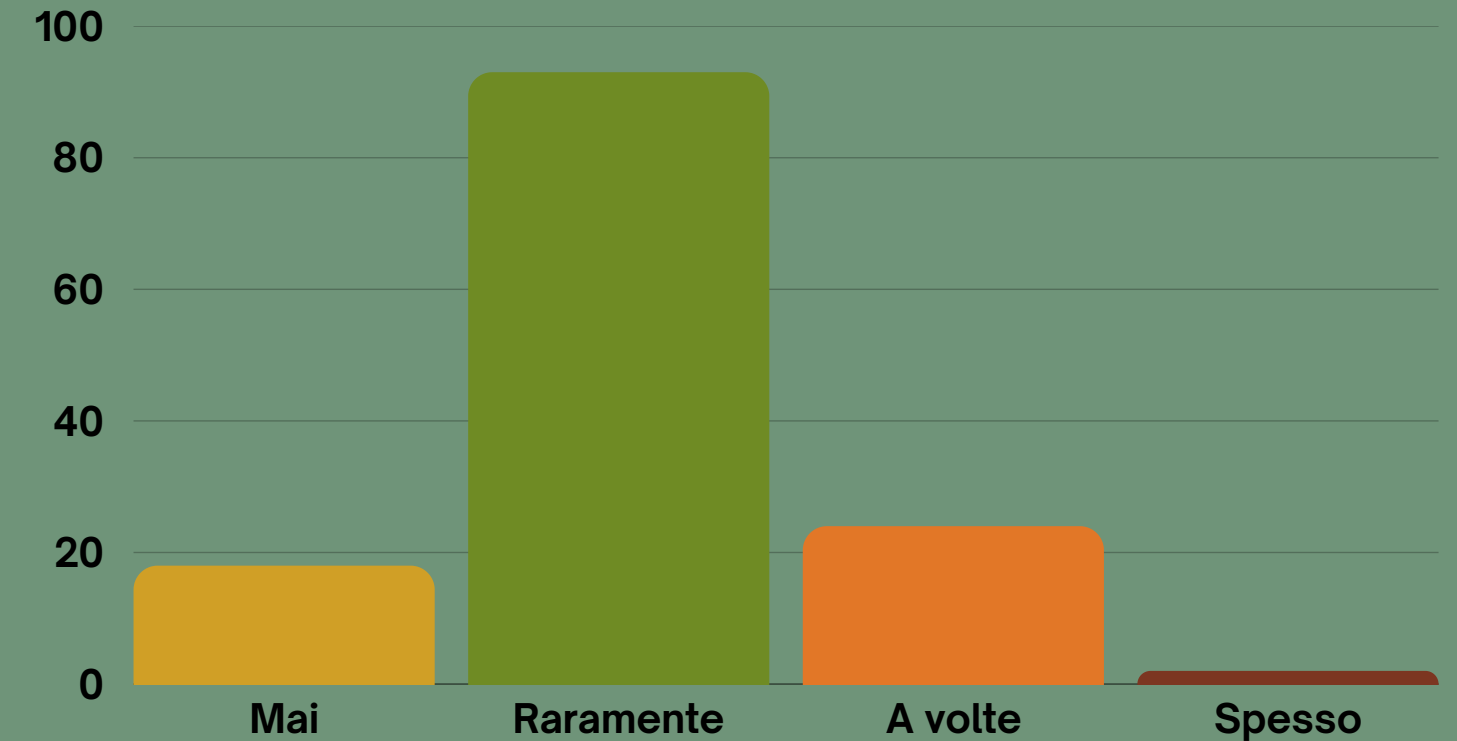


Risposte al sondaggio

Alimenti più sprecati



Con che frequenza ti capita di sprecare cibo?

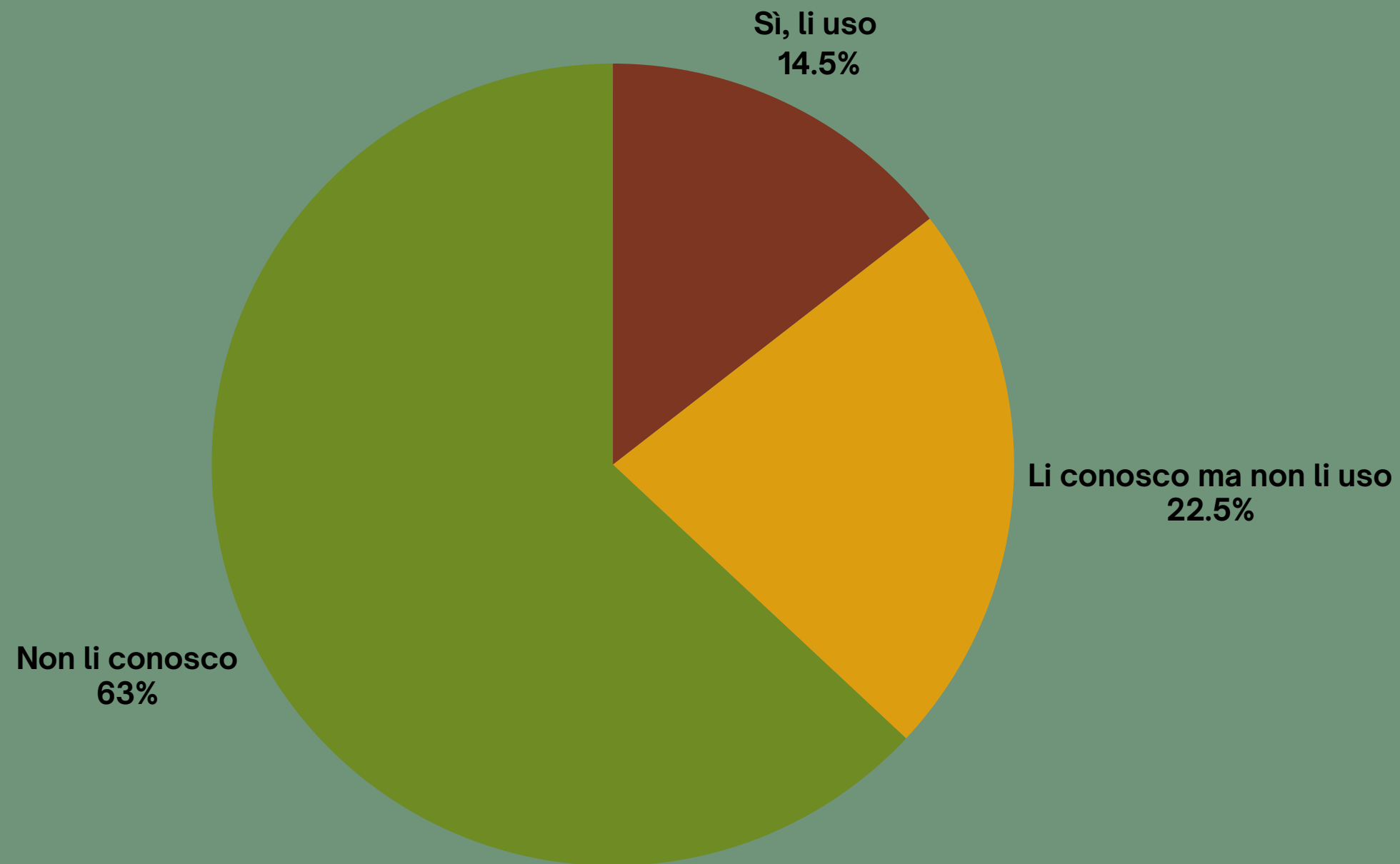


Per quale motivo ti trovi a dover buttare il cibo?

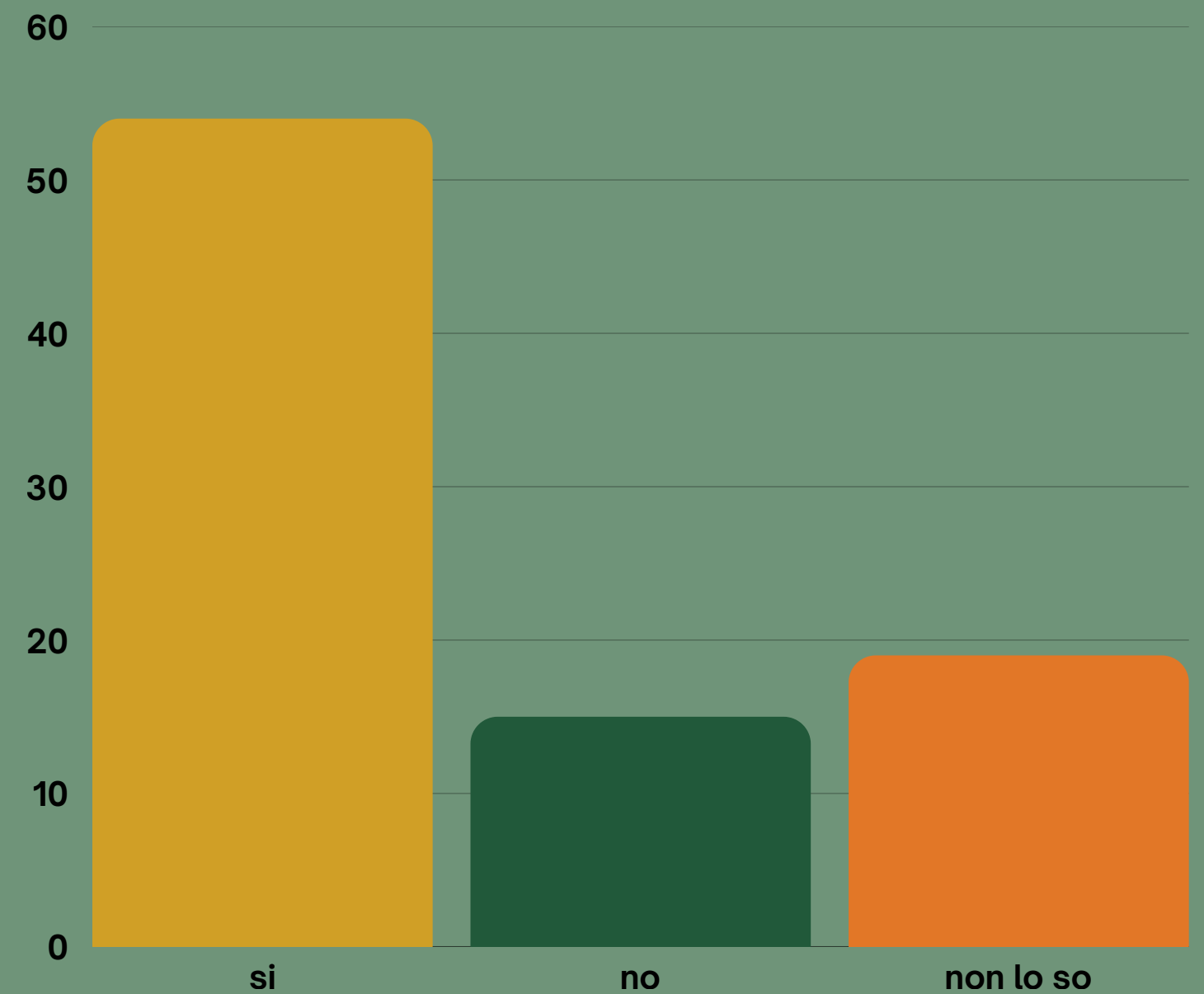


Risposte al sondaggio

Conosci sistemi che aiutano ad evitare lo spreco?



Troveresti utile un sistema che ti aiuti ad evitare gli sprechi?



Interviste

Tramite il sondaggio abbiamo raccolto i contatti degli intervistati e, sulla base delle loro risposte, abbiamo individuato le tipologie di utente che ci interessavano.

Le interviste sono state realizzate nella sede di PoliRadio, in un ambiente sereno dove il colloquio potesse svolgersi al meglio.

Ci siamo divisi in coppie, in modo da avere un intervistatore e un trascrittore. Le interviste sono state filmate e trascritte per facilitarne l'analisi.

Tutti i partecipanti hanno acconsentito alla registrazione video. Per una sola intervista, quella con l'utente esperto, è stato organizzato un incontro online tramite Zoom.



UTENTE TARGET

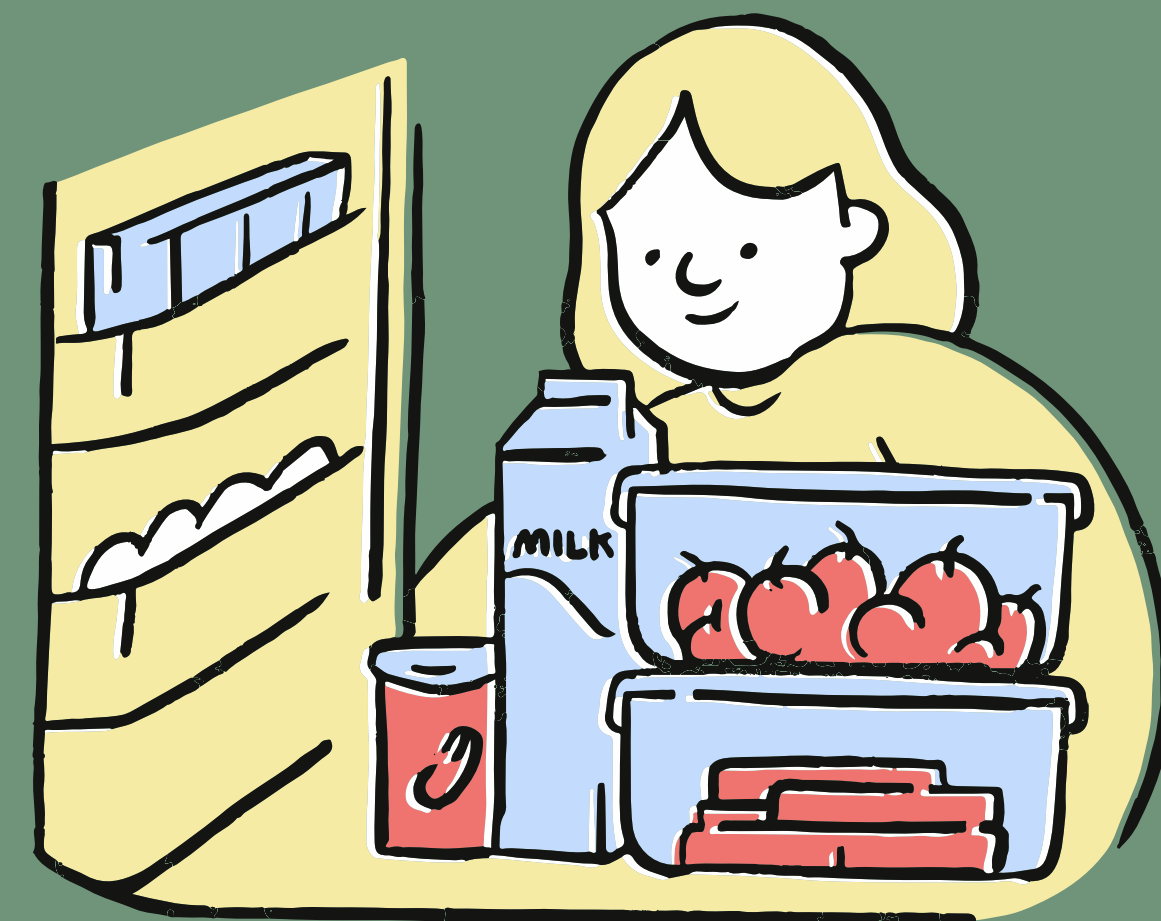
Studente universitario, prevalentemente fuori sede, che si approccia per la prima volta alla gestione alimentare e che regolarmente spreca del cibo

UTENTE ESTREMO

Studente molto attento agli sprechi alimentari e che si impegna a produrne il meno possibile utilizzando metodologie o servizi che lo aiutano a raggiungere l'obiettivo desiderato

UTENTE ESPERTO

Esperto consapevole che analizza e riduce gli sprechi alimentari, adotta strategie pratiche per ridurre lo spreco di cibo in ogni fase, dagli acquisti alla gestione delle risorse



Struttura dell'intervista

Domande di background

Profilazione dell' intervistato

- Presentazione generale (nome, cognome, età, nazionalità...)
- Occupazione (studente, lavoratore...)
- Pratici sport?
- Come ordineresti queste problematiche dalla più rilevante alla meno rilevante? (mancanza di posti di lavoro, spreco alimentare, cambiamento climatico, violenza nelle città, aumento del costo della vita?)
- Attualmente vivi da solo, con coinquilini o con la famiglia?
- Cosa fai nel tuo piccolo per limitare lo spreco?
- Com'è stato il passaggio da avere una mano in cucina a doversi arrangiare e fare tutto da solo?

Domande sul progetto

Abitudini sulla spesa

- Ogni quanto vai a fare la spesa?
- Per quante persone fai la spesa?
- Dove fai abitualmente la spesa?
- Preferisci supermercati, mercati rionali, piccoli negozi o ordini online?
- Presti attenzione alle offerte o alla raccolta di punti fedeltà?
- Controlli la data di scadenza dei prodotti?
- Come gestisci la conservazione dei cibi in casa?
- Presti attenzione alla provenienza dei prodotti o agli imballaggi?
- A parità di prodotto prediligi il più costoso a minor impatto ambientale o il più economico senza curare l'aspetto ambientale?



Abitudini in cucina

- Cucini solo per te?
- Come scegli cosa cucinare?
- Segui una dieta specifica o hai bisogni alimentari particolari?
- Ti capita di acquistare piatti pronti o prediligi preparare tu i piatti che consumi?
- Preferisci mangiare a casa o fuori?
- Cucini volontariamente in eccesso per avere più pasti?
- Come gestisci la loro conservazione?



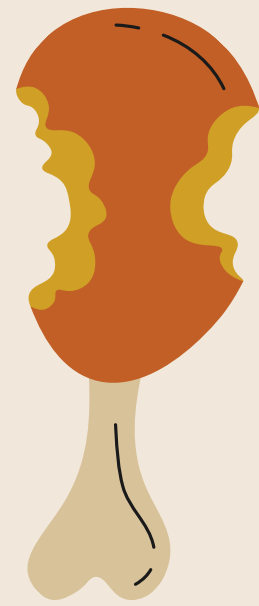
Considerazioni sullo spreco

- Come descriverti lo spreco alimentare?
- Quanto é presente nella società odierna?
- Con quale frequenza ti capita di sprecare cibo?
- Per quale motivo ti trovi a dover buttare o non utilizzare più degli alimenti?
- Quali sono gli alimenti che butti più frequentemente?
- In quale ambito c'è una maggiore presenza dello spreco alimentare? (ristorazione, domestico...)
- La società di oggi presta attenzione allo spreco alimentare?
- In che modo? In alternativa per quale motivo non si cura di questo tema?



Feedback dell'intervistato

- Quali accortezze o comportamenti potrebbero esserti d'aiuto a combattere lo spreco alimentare?
- Utilizzi dei servizi o delle applicazioni che aiutano a combattere lo spreco?
- A tuo avviso come si potrebbe impiegare la tecnologia per ridurre lo spreco alimentare?
- C'è qualche aspetto che ritieni importante condividere in merito a questo tema che non abbiamo trattato nel corso dell'intervista



Intervistatore: Matteo
Trascrittore: Ludovico

Descrizione

Gaia ha 21 anni ed è una studentessa del secondo anno di ingegneria ambientale al politecnico di Milano. È di Cremona ma ora abita a Milano con 4 coinquilini. È intollerante al lattosio e ama cucinare.

Abitudini alimentari

Fa la spesa 1 volta alla settimana, al market o al supermercato. Segue il metodo 5-4-3-2-1: compra 5 verdure, 4 frutti, 3 fonti di proteine, 2 fonti di carboidrati e uno sfizio. Nel fare la spesa predilige prodotti economici, non si cura della sostenibilità.

Relazione con lo spreco alimentare

Inizialmente si trovava a buttare del cibo perchè scaduto, adesso presta molto più attenzione a ciò soprattutto per un fattore economico. Predilige mangiare a casa evitando così di sprecare cibo o di far scadere gli alimenti.

I formaggi e i latticini sono gli alimenti che spreca maggiormente.



Gaia
utente medio

“Gli studenti si regolano di più allo spreco ma più per un fattore economico”

Intervistatore: Paolo
Trascrittore: Andrea

Descrizione

Sofia, studentessa di 20 anni, iscritta al terzo anno di ingegneria biomedica ed originaria di Crotone. Vive in un appartamento in condivisione con un altro coinquilino. La radio e la cucina sono due sue grandi passioni.

Abitudini alimentari

Fa la spesa 1 volta alla settimana al supermercato, talvolta anche al mercato di Lambrate. Si organizza con una lista dettagliata e, in caso di offerte vantaggiose, si lascia tentare dall'acquisto di un prodotto in promozione anche se non preventivato.

Predilige prodotti economici ma è disposta a pagare di più se i prodotti sono maggiormente sostenibili.

Relazione con lo spreco alimentare

Raramente butta via cibo. Quando capita sono principalmente verdure. Non capita mai con prodotti a rischio (uova e latticini). Sfrutta il calendario per ricordarsi di tutte le scadenze.



Sofia
utente medio

***“Non compro mai
piatti pronti,
preferisco cucinare
da me e sapere cosa
c’è dentro.”***

Intervistatore: Paolo
Trascrittore: Linda

Descrizione

Silvia, 23 anni, studentessa al secondo anno di magistrale alla facoltà di ingegneria ambientale, abita in provincia di Milano con la famiglia. Nel tempo libero ama fare le passeggiate con il suo cane.

Abitudini alimentari

Vive con la famiglia, ma poichè i suoi genitori sono fuori per lavoro, spesso provvede lei alla spesa circa 1 volta a settimana per tutta la famiglia. Predilige supermercati per prodotti generici e vendita al dettaglio per frutta, verdura e pane. Segue le offerte in maniera assidua ma desiste dall'acquisto compulsivo.

Relazione con lo spreco alimentare

Controlla sempre le date di scadenza dei prodotti. L'organizzazione dei prodotti in categorie le permette un rapido accesso ed una migliore gestione. Per la conservazione di alimenti a rischio li congela dividendoli in porzioni. Di rado si trova costretta a buttare via prodotti come frutta e verdura o affettati in quanto scaduti o irrecuperabili.



Silvia
utente medio

“L’aspetto più importante è la programmazione: prima di andare a fare la spesa controllo sempre la dispensa”

Intervistatore: Andrea
Trascrittore: Paolo

Descrizione

Andrea, uno studente di ingegneria informatica al 3° anno, è originario di un paesino in provincia di Varese. Si è trasferito per motivi universitari a Cologno Monzese, dove vive da solo.

Abitudini alimentari

Predilige prodotti a lunga conservazione, ciò implica una dieta con un ridotto consumo di frutta e verdura. Solitamente fa la spesa al supermercato una volta ogni due settimane basandosi su una lista precedentemente preparata. Sceglie i prodotti in base al criterio del prezzo/kg, facendosi anche guidare dalle promozioni attive senza però allontanarsi troppo dalle esigenze primarie

Relazione con lo spreco alimentare

Grazie alla creazione di un database personale e il congelamento di prodotti che non è sicuro di consumare nell'immediato riesce a ridurre drasticamente il proprio spreco alimentare. Quando è al supermercato, preferisce il prodotto a minor impatto ambientale, anche se implica un aumento sullo scontrino finale.



Andrea
utente estremo

“Prima di acquistare ogni prodotto mi pongo una domanda: “Riuscirei a finirlo?” così facendo evito sprechi”.

Intervistatore: Ludovico
Trascrittore: Matteo

Descrizione

Nicolò ha 22 anni e da 4 anni studia ingegneria informatica al politecnico di Milano. È di Carrara ma ora abita a Milano con coinquilini. Fa parte di un gruppo di divulgazione scientifica.

Abitudini alimentari

Fa la spesa poche volte perchè si porta da casa dei genitori la maggior parte del cibo (sughi, carne, pesce, verdure) conservandolo in freezer. Nel fare la spesa cerca una via di mezzo tra prodotti economici e di qualità. Per evitare scadenze ravvicinate prende prodotti in fondo allo scaffale. Ha l'abitudine di pesare il cibo che andrà a cucinare per evitare eccessi e assicurarsi di consumare tutto

Relazione con lo spreco alimentare

Spreca molto raramente il cibo e vi presta grande attenzione. Se ha grandi quantità di cibo da consumare invita gli amici in modo da finire tutto. Al ristorante gli dà molto fastidio non finire quello che ordina perchè consapevole che, eventuali avanzi, verrebbero buttati.



Nicolò
utente estremo

“All’aumentare del reddito potrebbe esserci un maggiore spreco alimentare”

Intervistatore: Linda
Trascrittore: Omar

Descrizione

Lorenzo ha 23 anni e frequenta il corso di laurea magistrale di AI presso il politecnico di Milano. Vive da 4 anni come fuorisede a Milano con coinquilini.

Abitudini alimentari

Fa la spesa una volta alla settimana/ogni 10 giorni al supermercato e dal fruttivendolo. E' molto organizzato; infatti ha una lista "fissa" e si ritrova a comprare spesso le stesse cose in base ai suoi bisogni. Se aggiunge prodotti al di fuori della sua routine di spesa rimuove/riduce un altro prodotto per compensare. Quando acquista le confezioni "famiglia" porziona il tutto e lo conserva nel congelatore.

Relazione con lo spreco alimentare

Spreca il cibo molto raramente. Quando succede, in quantità minime, è per la scadenza ravvicinata dei prodotti freschi (insalata o mozzarella). Nello scegliere i prodotti da acquistare presta molta attenzione agli imballaggi e all'impatto ambientale. Nel suo piccolo sprona e aiuta i suoi coinquilini ad evitare sprechi di cibo che per loro sono regolari.



Lorenzo
utente estremo

***“lo spreco
alimentare è dovuto
alla mancata
curanza delle
persone sul cibo”***

Struttura dell'intervista

utente esperto

- Come definirebbe lo spreco alimentare?
- In che misura lo spreco alimentare incide sull'ambiente e sull'economia?
- La società di oggi presta attenzione a questa tematica? Se sì in che modo?
In alternativa per quale motivo non si cura di questo tema?
- Quante consapevolezza c'è tra le persone a riguardo dello spreco alimentare?
- Lo spreco alimentare si può riscontrare anche nei processi produttivi?
- A suo avviso lo spreco è maggiore a livello domestico o nella ristorazione/produzione?
- Cosa fa nel suo piccolo per evitare lo spreco alimentare?
- Quando fa la spesa presta attenzione alla provenienza degli alimenti o agli imballaggi?
- Considera che l'acquisto o la consumazione di piatti pronti possa influire negativamente o positivamente sugli sprechi?
- In merito alle sue ricerche, potrebbe spiegare cosa s'intende per *"green nudge"*?
- In che modo l'approccio dei *"green nudges"* può essere applicato al fine di ridurre gli sprechi?
- Utilizza delle applicazioni o dei servizi che aiutano a combattere lo spreco alimentare?
- Come si potrebbe secondo lei, al giorno d'oggi, impiegare la tecnologia per ridurre lo spreco alimentare?
- Se potesse dare un consiglio pratico a chi vuole iniziare a ridurre il proprio spreco alimentare quale sarebbe?
- C'è qualche aspetto che ritiene importante condividere in merito a questo tema che non abbiamo trattato nel corso dell'intervista?

Intervistatore: Ludovico
Trascrittore: Linda e Andrea

Descrizione

Julien Roger Jean-Pierre Picard è un ricercatore presso Environmental Institute on Economics and the Environment. Ha completato il dottorato di ricerca in Environmental Economics presso la London School of Economics and Political Science.

Abitudini alimentari

Non presta molta attenzione alle date di scadenza dei prodotti poichè quando fa la spesa predilige, quasi sempre, prodotti freschi. Fa la spesa diverse volte e nel corso della settimana presso i supermercati della zona. Presta molta attenzione all'origine dei prodotti

Relazione con lo spreco alimentare

Grazie al suo campo di studi, ritiene che ad oggi ha una maggiore consapevolezza e attenzione allo spreco alimentare rispetto a quando era studente. Sottolinea il forte impatto che il packaging ha sullo spreco alimentare, poiché le due dimensioni sono strettamente collegate.



J. Picard

“I’d say there are two different types of food waste: one you can avoid and one you cannot reduce”

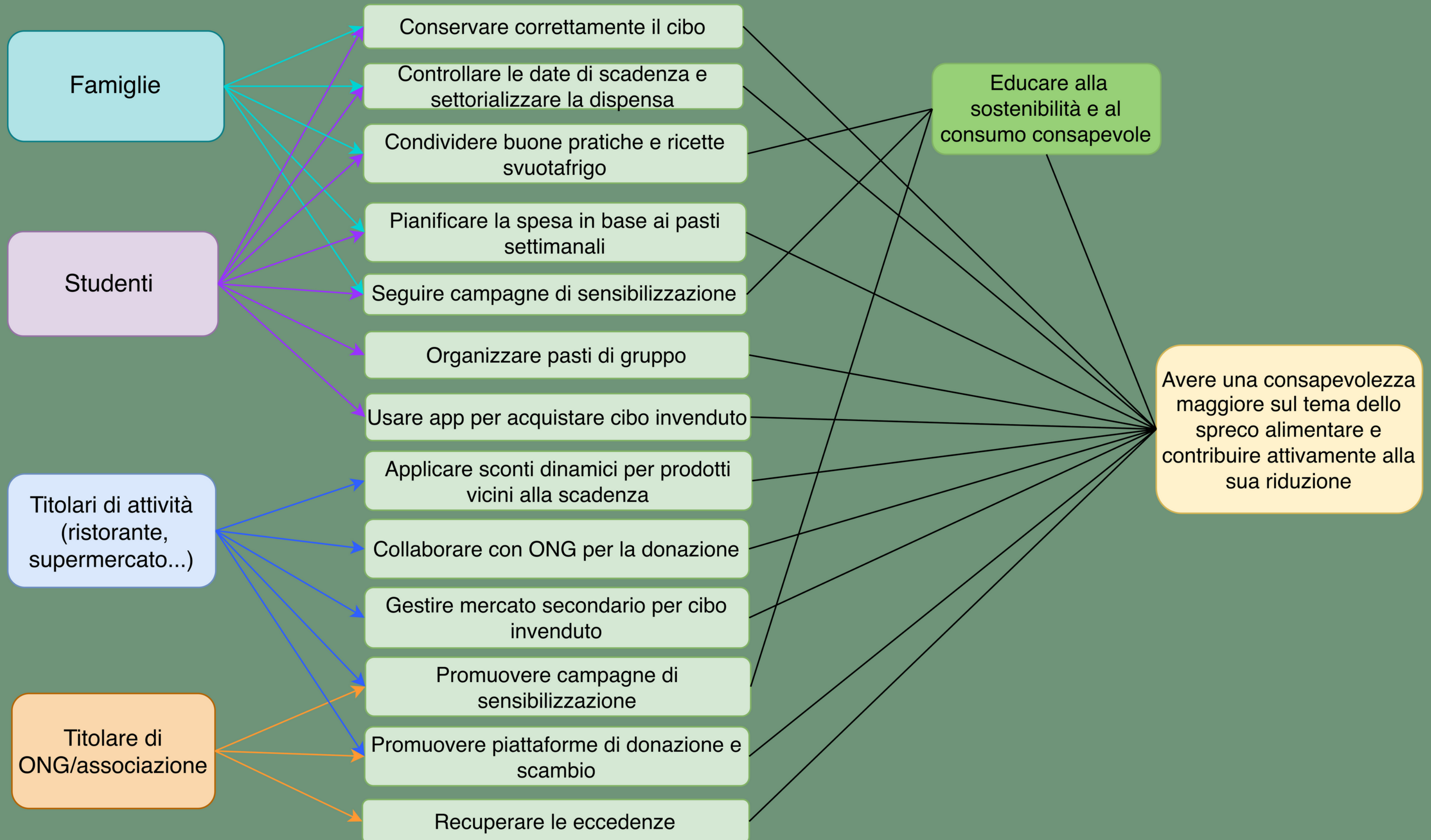
Initial mapping

Individuare le categorie di utenti interessati non è stato semplice, in quanto avevamo a disposizione una grande varietà di opzioni. Alla fine abbiamo optato per i seguenti raggruppamenti di utenti al fine di rappresentare la popolazione nella sua interezza.

Successivamente abbiamo individuato gli obiettivi degli utenti, cercando poi di identificare gli step che questi possono compiere per raggiungere gli obiettivi selezionati.

Nel corso del processo ci siamo resi conto di quanto questi step siano simili per la maggior parte degli utenti.

Al termine dell'analisi abbiamo deciso di concentrarci sugli studenti universitari, in quanto essi rappresentano gli utenti target più facili da raggiungere anche in termini numerici al fine di condurre le interviste nel lasso di tempo a nostra disposizione.





Tematiche emerse

Le principali cause dello spreco alimentare derivano dalla scadenza dei prodotti

Correlazione tra spreco alimentare, impatto ambientale e condizione economica

La tecnologia possiede un grande potenziale per supportare gli utenti nella lotta allo spreco alimentare



Consapevolezza

La totalità degli intervistati ritiene che lo spreco alimentare sia un problema importante e molti dichiarano di impegnarsi attivamente per ridurlo il più possibile.

Ognuno adotta metodi differenti come: pianificare la spesa ed i pasti, porzionare gli alimenti, usare metodi visti online, fare ricette anti-spreco...

L'organizzazione e la pianificazione sono due aspetti importanti evidenziati dalla maggior parte delle persone e anche dall'utente esperto.

Sia l'utente esperto che altri intervistati hanno sottolineato quanto il tema degli sprechi alimentari sia sottovalutato dalla società odierna perchè ritenuto non importante quanto altri.

Anche la disinformazione e la noncuranza contribuiscono a non dare la giusta importanza al problema

"È un problema molto presente principalmente negli stati più sviluppati, per un'eccessiva quantità di scelta e la "possibilità di essere schizzinosi" "

Andrea

Impatto ambientale ed economico

Dall'analisi dei dati emerge che la sostenibilità degli imballaggi e, più in generale, l'impatto ambientale sono fattori importanti che influiscono sulla scelta dei prodotti.

Circa il 66% delle persone intervistate afferma di impegnarsi nella scelta di imballaggi sostenibili evidenziando però quanto l'aspetto economico influisca su queste scelte.

Infatti sebbene la scelta sostenibile sia quella migliore e da preferire, il prezzo di certi prodotti e l'elevato costo della vita influiscono notevolmente sulla scelta finale

"Prediligo prodotti più costosi a minor impatto ambientale; però ora ho delle disponibilità economiche che potrei non avere quando vivrò da sola quindi la risposta potrebbe cambiare"

Silvia

"Non presto attenzione a questo aspetto anche se dovrei...non ci faccio caso perchè Milano già costa molto e se facessi attenzione anche a questo mi troverei a spendere molto di più"

Gaia

"La disponibilità economica influisce sulla spreco. All'aumentare del reddito aumenta lo spreco"

Nicolò

Impiego della tecnologia

L'84% degli intervistati ritiene che l'impiego della tecnologia possa essere una risorsa importante per la riduzione degli sprechi.

In molti hanno affermato di conoscere e utilizzare già delle applicazioni o dei sistemi elettronici riscontrandone un effettivo beneficio. Nonostante il 29% degli intervistati abbia riferito di non conoscere nessun'applicazione particolare, si è mostrato molto interessato all'argomento.

"Sarebbe bello approfondire il livello tecnologico perchè potrebbero esserci tante cose che contribuiscono allo spreco alimentare che ora ignoro"

Gaia

*"La tecnologia può essere davvero utile, ad esempio una notifica "ehi l'insalata sta scadendo, MANGIALA!"
Sarebbe un bel reminder per le persone, meglio non far scadere le cose"*

Lorenzo



Passi futuri

Per gli step successivi valuteremo la possibilità di organizzare dei focus group per approfondire le tematiche emerse come di maggior interesse per gli utenti.

Prenderemo in considerazione l'ipotesi di realizzare delle contextual inquiry nei luoghi direttamente connessi al nostro ambito di ricerca (mensa universitaria, bar, ecc) al fine di analizzare il punto di vista di chi vive quotidianamente a contatto con lo spreco alimentare e le eventuali strategie attuate.

Una volta definita la strategia e raccolti i dati, disporremo di maggiori informazioni utili per elaborare possibili soluzioni alle criticità emerse.