

# INTERVISTA ALESSANDRO RONGAROLI

Intervistatori: Maria Sfondrini, Mattia Formento, Soheil Akharraze e Marco Giulio Grilli

October 2024

## Introduzione

**Intervistatore** : Buongiorno Alessandro, grazie per aver accettato di rispondere a qualche domanda. Questa intervista fa parte di un progetto universitario volto a esplorare il concetto di benessere (wellbeing) all'interno del contesto urbano, con particolare attenzione alla sostenibilità alimentare. L'obiettivo del progetto è comprendere come le persone che vivono in città affrontano le sfide legate all'acquisto e al consumo di cibo sostenibile. Attraverso queste interviste, cerchiamo di raccogliere opinioni ed esperienze personali per capire meglio quali sono i comportamenti, le abitudini e le scelte legate all'alimentazione, e come questi possano contribuire al benessere complessivo e alla sostenibilità delle comunità urbane. Iniziamo con qualche informazione di base. Potresti dirmi il tuo nome completo?

**Alessandro** : Certo, mi chiamo Alessandro Rongaroli.

**Intervistatore** : Quanti anni hai, Alessandro?

**Alessandro** : Ho 38 anni.

**Intervistatore** : E qual è il tuo genere?

**Alessandro** : Sono maschio.

**Intervistatore** : Qual è la tua occupazione?

**Alessandro** : Lavoro come grafico freelance. Lavoro da casa, così posso conciliare gli impegni di lavoro con la cura della famiglia, soprattutto perché ho un figlio piccolo. Posso organizzare i miei orari di lavoro in base alle sue necessità.

**Intervistatore** : Dove risiedi attualmente?

**Alessandro** : Vivo a Orzinuovi.

**Intervistatore** : Segui una dieta particolare?

**Alessandro** : Sì, sono vegetariano da più di 10 anni. Cerco di variare molto la mia dieta, includendo frutta, verdura, legumi e cereali integrali, per assicurarmi di assumere tutti i nutrienti necessari. Anche mio figlio segue una dieta prevalentemente vegetariana, ma non sono troppo rigido: gli lascio la libertà di mangiare prodotti non vegetariani quando siamo fuori o a scuola.

**Intervistatore** : Pratici sport?

**Alessandro** : Gioco a padel un paio di volte a settimana e cerco di fare lunghe passeggiate quotidiane, soprattutto quando porto mio figlio al parco o facciamo gite nel weekend.

**Intervistatore** : Quanto spesso mangi a casa?

**Alessandro** : Mangiamo a casa quasi tutti i giorni. Mi piace cucinare per me e mio figlio. Pranzo e cena sono momenti importanti per noi, ma una o due volte al mese ordiniamo cibo da asporto o mangiamo fuori.

## Macro-tema 1: Abitudini di Acquisto

**Intervistatore** : Per quante persone fai la spesa di solito?

**Alessandro** : Faccio la spesa principalmente per due persone: me e mio figlio. Cerco di bilanciare le sue esigenze con la mia dieta vegetariana.

**Intervistatore** : Quanto spesso fai la spesa?

**Alessandro** : Vado a fare la spesa due volte a settimana. Mi piace avere frutta e verdura fresche sempre disponibili, quindi vado spesso al mercato o dal fruttivendolo.

**Intervistatore** : Come scegli i negozi in cui fai la spesa?

**Alessandro** : Al mercato scelgo frutta e verdura di stagione per la qualità. Al supermercato compro altri prodotti come cereali, tofu e latte di mandorla, nonché snack per mio figlio.

**Intervistatore** : Come sono cambiate le tue abitudini di acquisto con il tempo?

**Alessandro** : Con l'arrivo di mio figlio ho dovuto adattare le mie abitudini. Ora faccio spese più rapide e compro più prodotti adatti a un bambino, ma mantengo la mia filosofia vegetariana.

**Intervistatore** : Quali sono i criteri più importanti per te quando scegli un alimento?

**Alessandro** : La qualità e la freschezza sono fondamentali. Cerco di acquistare prodotti biologici e bilanciare la mia dieta per assicurarmi di assumere tutti i nutrienti necessari.

## Macro-tema 2: Trasporto e Logistica

**Intervistatore** : Cosa significa per te acquistare alimenti in modo sostenibile?

**Alessandro** : Significa scegliere prodotti che rispettano l'ambiente, che siano locali e con il minor uso possibile di pesticidi.

**Intervistatore** : Quanto è importante per te l'impatto ambientale legato al trasporto degli alimenti?

**Alessandro** : È abbastanza importante. Preferisco comprare prodotti locali per ridurre l'impatto ambientale legato al trasporto.

**Intervistatore** : Che importanza dai alla provenienza locale degli alimenti?

**Alessandro** : Molta importanza, specialmente per frutta e verdura. Sostenere i produttori locali è positivo per l'economia e la qualità del cibo.

**Intervistatore** : Come ti informi sulla provenienza degli alimenti?

**Alessandro** : Chiedo direttamente ai venditori al mercato, oppure controllo le etichette nei supermercati.

**Intervistatore** : Cosa ti spinge a scegliere prodotti da filiere sostenibili?

**Alessandro** : La mia volontà di fare scelte consapevoli per l'ambiente e la salute della mia famiglia, ma cerco sempre un equilibrio tra prezzo e qualità.

## Macro-tema 3: Imballaggi e Sprechi

**Intervistatore** : Come valuti gli imballaggi dei prodotti che acquisti?

**Alessandro** : Cerco di evitare imballaggi eccessivi, specialmente in plastica, ma non sono troppo rigido su questo punto.

**Intervistatore** : Come gestisci lo spreco alimentare a casa?

**Alessandro** : Pianifico i pasti per evitare sprechi. Se avanza cibo, lo riutilizzo o lo regalo alla vicina.

**Intervistatore** : Hai notato sforzi da parte dei rivenditori per ridurre gli imballaggi?

**Alessandro** : Sì, molti supermercati offrono prodotti sfusi e alcuni venditori usano sacchetti di carta invece della plastica.

## Macro-tema 4: Sostenibilità

**Intervistatore** : Ci sono prodotti che preferisci acquistare biologici?

**Alessandro** : Sì, preferisco il biologico per prodotti freschi e latte vegetale quando possibile.

**Intervistatore** : Quali sono i principali ostacoli per l'acquisto di prodotti sostenibili?

**Alessandro** : Il costo, poiché spesso i prodotti biologici sono più cari.

**Intervistatore** : Cosa ti servirebbe per essere più informato sulle opzioni sostenibili?

**Alessandro** : Più trasparenza e informazioni più chiare sugli scaffali dei negozi.

**Intervistatore** : Cosa ti incoraggerebbe a comprare più prodotti sostenibili?

**Alessandro** : Prezzi più accessibili e una maggiore varietà.

## Macro-tema 5: Delivery e In Loco

**Intervistatore** : Vai spesso al mercato o usi botteghe locali?

**Alessandro** : Sì, vado al mercato una o due volte a settimana per i prodotti freschi.

**Intervistatore** : Cosa preferisci tra mercato e supermercato?

**Alessandro** : Preferisco il mercato per la freschezza, ma il supermercato è più comodo per i prodotti confezionati.

**Intervistatore** : Usi mai i servizi di consegna a domicilio?

**Alessandro** : Sì, occasionalmente, quando sono molto impegnato.

**Intervistatore** : Quanto spesso usi la consegna a domicilio?

**Alessandro** : Forse una volta ogni tre settimane.

**Intervistatore** : Trovi che il costo della consegna sia un problema?

**Alessandro** : Sì, a volte il costo della consegna è troppo alto.

## Considerazioni Finali

**Intervistatore** : Quali cambiamenti pensi che i produttori dovrebbero fare per promuovere la sostenibilità?

**Alessandro** : Prezzi più bassi e maggiore trasparenza sulle etichette renderebbero i prodotti sostenibili più accessibili.

**Intervistatore** : C'è qualcosa che vorresti aggiungere riguardo alla sostenibilità alimentare?

**Alessandro** : È importante educare i bambini a fare scelte consapevoli, ma queste scelte devono essere accessibili a tutti.