



CONSUMO SOSTENIBILE

PERCHÉ? COSA STA SUCCEDENDO?

COS'È IL CONSUMO SOSTENIBILE

Il consumo sostenibile è un concetto studiato per ridurre gli squilibri sociali e ambientali causati dal NOSTRO comportamento irresponsabile nei confronti del nostro pianeta.

DI COSA SI PREOCCUPA?

- Soddisfare i bisogni umani primari.
- Favorire una buona qualità della vita.
- Giungere ad una più equa distribuzione delle risorse.
- Agire con riguardo alle generazioni future.
- Tenere presente l'impatto ambientale.
- Ridurre l'uso delle risorse, i rifiuti e l'inquinamento.

COSA STA SUCCEDENDO?

- Oltre 2 miliardi di persone necessitano di maggiori risorse, soltanto per sopravvivere.
- Il continuo utilizzo e spreco di risorse oltre a danneggiare l'ambiente, danneggia anche noi. Ogni anno il nostro pianeta perde enormi quantità di terreno fertile a causa delle deforestazioni e del sovra pascolo. Ogni giorno si estinguono decine di specie di animali e piante, e gran parte delle risorse necessarie alla nostra sopravvivenza ce li forniscono proprio loro.
- Tenendo conto che al presente consumiamo molto più di quello che la nostra Terra ha da offrirci, possiamo capire che un aumento di popolazione comporterà una pressione immensa sulle risorse naturali, la biodiversità e l'equilibrio biologico del pianeta.

COSA POSSIAMO FARE? CAPIRE...

- *Come PRODURRE e CONSUMARE*
 - Alimentazione e Salute
 - Spostarsi
 - Turismo
 - Rifiuti
 - Energia
 - Acqua



AFFRONTARE PROBLEMATICHE, QUALI...

- Cambiamenti climatici
- Sfruttamento minorile
- Distruzione della biodiversità



ALIMENTAZIONE E SALUTE



Ecco una serie di consigli da tener presente per un acquisto CONSAPEVOLE e RESPONSABILE:

- Scegli alimenti biologici, carni e uova prodotte in allevamenti non intensivi;
- Prediligi prodotti stagionali e locali;
- Richiedi al tuo negoziante la presenza di etichette che informino con chiarezza sul cibo che acquisti e leggile con attenzione;
- Assumi integratori alimentari solo se ne hai veramente bisogno. Scegli quelli con ingredienti naturali;
- Segui una dieta equilibrata con un consumo moderato di carne e un buon apporto di frutta e verdura.

SPOSTARSI



Consigli che ti aiuteranno a vivere l'esperienza del trasporto in modo più responsabile e meno stressante:

- Cammina, vai in bicicletta o usa i pattini. Questi mezzi, oltre a tenere pulito l'ambiente, aiutano a tenerti in forma!
- Usa i mezzi pubblici; risolverai il problema dello stress causato dal traffico e potrai sfruttare il tempo di percorrenza come tempo libero.
- Guida con attenzione; evita la guida aggressiva (frenate brusche, accelerazioni, alta velocità) perché consuma il 30% in più di carburante.
- Acquista veicoli motorizzati verdi e applica una corretta manutenzione dell'automezzo.
- Serviti di organizzazioni di car share / car pool.

TURISMO



- Scegli formule di viaggio che sostengono l'economia locale e che non richiedono un eccessivo sfruttamento delle risorse ambientali e sociali del paese ospitante;
- Non sprecare né acqua né energia!
- Non abbandonare i rifiuti! In assenza di cestini puoi momentaneamente porli nello zaino;
- Non sradicare piante! Andrebbero lasciate nel loro habitat naturale e inoltre molto spesso è un'azione illegale;
- Se vuoi portare a casa souvenirs, acquista quelli di produzione locale;
- Rispetta le leggi del territorio;
- Informati sul territorio per capirne meglio gli usi e costumi.

RIFIUTI

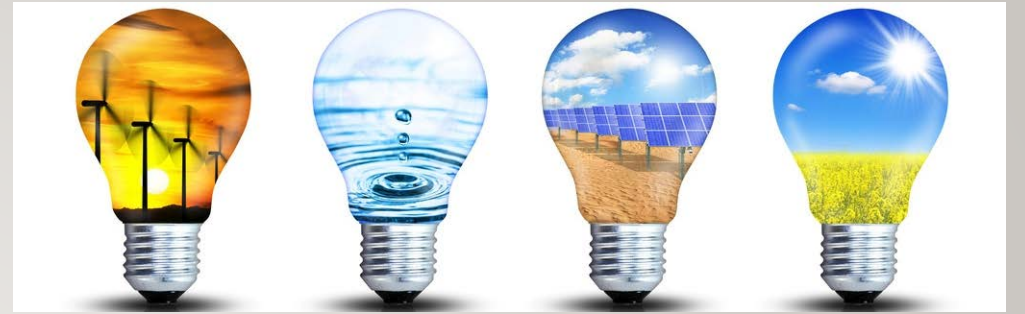


Ogni anno vengono generati miliardi di tonnellate di rifiuti, di cui centinaia di milioni sono considerati pericolosi. Si tratta di materiali che gettiamo e che invece potrebbero essere riutilizzati come risorse.

Cosa puoi fare?

- Rifiuta imballaggi superflui e incoraggia le imprese a ridurre il sovra-imballaggio;
- Rendi i vuoti di bottiglia e i contenitori riciclabili quando previsto;
- Riusa e ricarica il più possibile;
- Ripara gli oggetti, quando è possibile, invece di buttarli via;
- Ricicla la carta, le lattine e le bottiglie gettandole negli appositi contenitori. Fai il compostaggio dei tuoi rifiuti domestici.

ENERGIA



In che modo puoi risparmiare?

- Spegni gli apparecchi elettronici anche se sono in stand-by;
- Acquista lampadine a risparmio energetico;
- Spegni la luce quando esci da una stanza;
- Abbassa il termostato di qualche grado e copriti di più se hai freddo in casa!
- Non utilizzare acqua calda più del necessario;
- Le batterie scariche sono altamente inquinanti, evitane l'uso;
- Installa porte e finestre a tenuta d'aria;
- Assicurati di sostituire o acquistare elettrodomestici a risparmio energetico di classe A.

ACQUA



Come puoi evitare gli sprechi?

- Fai brevi docce al posto del bagno;
- Nello scegliere il WC, prediligi quelli a basso consumo idrico. Lo stesso vale per la lavatrice o la lavastoviglie; inoltre cerca di metterle in funzione solo a pieno carico;
- Assicurati che gli impianti idraulici siano funzionanti e non perdano;
- Non gettare nel WC assorbenti, pannolini, ecc. (soprattutto se poi vengono scaricati in mare!)
- Non gettare mai negli scarichi prodotti utilizzati per il bricolage e per le piccole manutenzioni domestiche (come solventi, colori, l'olio dell'auto, ...)

CAMBIAMENTI CLIMATICI



Uno dei metodi che il nostro pianeta utilizza per lamentarsi del nostro comportamento è il clima. Improvvise perturbazioni, scioglimento dei ghiacci, venti gelidi, alluvioni, siccità, e altri eventi atmosferici come questi, sono tutti conseguenza di due problemi:

il RISCALDAMENTO GLOBALE e il BUCO DELL'OZONO.

Cosa fare?

- Smettere di usare spray. Anche se non contengono più clorofluorocarburi (CFC), responsabili del buco dell'ozono, contengono altri agenti chimici inquinanti dannosi per l'atmosfera;
- Accertarsi che il nostro frigorifero non emetta CFC;
- Ridurre l'utilizzo dei mezzi a motore, altamente inquinanti a causa delle alte emissioni di CO₂ e altri gas serra.

SFRUTTAMENTO MINORILE



Come non contribuire a questa ingiustizia?

- Informati sul marchio che acquisti e assicurati dei loro codici di condotta;
- Evita di acquistare da fornitori che notoriamente si servono del lavoro in schiavitù per la fabbricazione dei loro prodotti;
- Partecipa a campagne volte a migliorare le condizioni di lavoro e a ridurre l'impatto ambientale;
- Non acquistare prodotti da marchi che utilizzano slogan ingannevoli o offensivi.

BIODIVERSITÀ



La natura e i suoi abitanti hanno merito di un equilibrio naturale indispensabile alla sopravvivenza del nostro pianeta e della nostra. Trascurare questo provoca serie conseguenze ambientali, quali l'estinzione di piante e animali e, quindi, la distruzione della biodiversità.

Come evito di danneggiare la natura?

- Informarsi sulla provenienza del prodotto e sul tipo di allevamento praticato, dato che molti supermercati vendono carne e pesce acquistata da fattorie ad allevamento intensivo;
- Rifiutarsi di consumare cibi o prodotti (pellicce, scarpe, ...) fabbricati con metodi inaccettabili;
- Scegliere prodotti o servizi col marchio 'NON testato su animali';
- Mangiare meno carne; non è necessario diventare vegetariani, è sufficiente ridurre il consumo settimanale.



SAPER (e)
CONSUMARE

★ **VINCITORE** ★
2022

