

GESTI UTILI PER VIVERE MEGLIO E TUTELARE L'AMBIENTE

MOBILITA' SOSTENIBILE

- Spostarmi a piedi o in bicicletta
- Fare le scale invece di prendere l'ascensore
- Nella scelta di un'auto privilegiare il gas o l'elettrico/ibrido
- Usare il car pooling con amici o colleghi di lavoro
- Usare i mezzi di trasporto pubblico: se possibile si dovrebbe cercare di spostarsi con tram, treni, autobus e metropolitana
- Usare il piedibus per incentivare un sano stile di vita nei bambini, è un autobus umano formato da una fila di piccoli studenti che si recano a scuola a piedi e da un "autista" e un controllore adulti che li accompagnano e che stanno rispettivamente in cima e in fondo. Il gruppo di bambini passa per un tragitto prestabilito raccogliendo i passeggeri alle varie fermate rispettando gli orari pattuiti, proprio come un autobus vero. Si tratta di una strategia intelligente dove i bambini cominciano ad acquistare fiducia ed indipendenza facendo una sana attività fisica che fa lasciare a casa le auto ai genitori

ENERGIA

- Ridurre l'uso dell'asciugacapelli o di altri piccoli elettrodomestici
- Sostituire le lampadine ad incandescenza con quelle a basso consumo
- Ridurre l'uso del condizionatore e del riscaldamento in casa, cercando di tenere temperature accettabili (20 gradi)
- Installare un termostato programmabile in casa in modo che la temperatura sia diversa quando siamo in casa e quando non ci siamo
- Spegnerne i computer quando non in uso
- Spegnerne la luce nelle stanze dove non c'è nessuno
- Non lasciare in stand by gli elettrodomestici, ricordiamoci soprattutto di spegnere completamente il televisore
- Usare i programmi eco per lavatrice e lavastoviglie
impostare temperature basse per la lavatrice: per un bucato pulito bastano 30 °

- stirare meno: i tessuti moderni sono spesso realizzati con componenti sintetiche e stretch che consentono di evitare la stiratura se vengono stesi con cura dopo il lavaggio

ALIMENTAZIONE

- Sostenere contadini locali acquistando prodotti della mia zona
- Acquistare cibo biologico
- Lottare contro l'uso di pesticidi e diserbanti
- Iscrivermi ad un gruppo d'acquisto di prodotti biologici della mia zona
- Ridurre il consumo di cibi con proteine animali
- Acquistare detersivi ecologici
- Preferire alimenti freschi di stagione con preferenza per quelli prodotti vicini a noi
- Acquistare prodotti locali a Km 0: scegliendo prodotti alimentari delle nostre zone si promuove un modello di sviluppo sostenibile che valorizza le risorse locali e che promuove l'acquisto di prodotti a km 0

RIFIUTI

- Per gli acquisti usare borse di stoffa o comunque riutilizzabili.
- Riparare o riutilizzare tutto ciò che è possibile
- Fare la raccolta differenziata
- Produrre pochi rifiuti o almeno ridurre la produzione di rifiuti
- Compostare i rifiuti organici
- Usare pannolini lavabili che oltre ad essere ecologici non irritano la pelle del bambino e possono essere lavati più volte in lavatrice e riutilizzati
- Promuovere la riduzione della produzione dei rifiuti con adeguate politiche di acquisto, riutilizzo, resa degli imballi, ricariche e altre forniture a basso contenuto di imballaggio
- Fare la raccolta differenziata differenziando correttamente i vari materiali possiamo veramente dare una grossa mano all'ambiente e favorire il riciclo.

SUOLO - ACQUA

- Usare detersivi biodegradabili
- Piantare alberi o arbusti se possibile
- Ridurre il consumo di acqua
- Chiudere il rubinetto quando ci si lava denti, mani o comunque non fare scorrere l'acqua senza usarla
- Usare lo sciacquone con un flusso ridotto tutte le volte possibili
- Non lasciare l'acqua aperta mentre ci si lavano i denti: esce senza scopo, è puro spreco
- preferire la doccia al bagno, si consumano molti litri di acqua in meno e ci si lava lo stesso, anzi forse anche di più;
- installare i riduttori ai rubinetti: vengono inseriti al posto dei normali frangigetto per frammentare l'acqua in particelle minuscole e miscelarla con aria. In questo modo il getto rimane comunque corposo ma il consumo si riduce della metà garantendo comunque la stessa pressione.

Migliorare le conoscenze sull'ambiente tramite educazione ambientale, informazione e promozione eventi

Migliorare la conoscenza del territorio locale (eventi, passeggiate, percorsi guidati alla scoperta di storia, ambiente e gastronomia, pubblicizzare le bellezze locali, ecc...)

Modificare il proprio stile di vita e orientarsi verso una filosofia green non è difficile: si sono fatti grandi passi avanti e ogni giorno sono proprio le persone normali, i semplici cittadini a contribuire alla salvaguardia dell'ambiente con i loro piccoli gesti quotidiani. Con un piccolo impegno da parte di tutti si possono ottenere risultati inimmaginabili, provare per credere