

# "I NUOVI STILI DI VITA"



Pastorale  
Sociale  
Lavoro  
Diocesi  
Caserta

*Guida per avviare un*

*processo di cambiamento*

*nella vita di tutti i giorni:*

## **PRATICHE COMPORTAMENTALI E DI RISPARMIO.**

### **1) Consumo critico e sobrio.**

Apparentemente il consumo è un gesto che si esaurisce al momento dell'acquisto, un fatto banale che riguarda solo noi, i nostri gusti, le nostre voglie, il nostro portafoglio. In realtà il nostro consumo riguarda tutta l'umanità perché dietro a questo gesto quotidiano si nascondono problemi di portata planetaria di natura sociale, politica e ambientale. Basti pensare all'impatto sulle risorse, sull'energia, alle ripercussioni sociali legate ai prezzi, alle condizioni di lavoro, alle problematiche legate ai rifiuti. Il nostro consumo può avere un impatto ambientale pesante o leggero, può svolgere un ruolo sociale positivo o negativo. Possono essere indicate 6 tappe per arrivare ad esercitare un consumo critico e responsabile: sobrietà, lotta ai rifiuti, consumo locale e naturale, commercio equo, attenzione al comportamento delle imprese, consumo senza aziende produttrici sono meno di duecento. Per un quarto si tratta di multinazionali, dalle quali discendono decine di marchi differenti. I comportamenti di ciascuna di queste società sono, in pratica, legittimati dalla nostra lista della spesa. In questo modo, grazie ai nostri acquisti potremo indirizzare le aziende verso politiche sociali e ambientali più giuste in tutto il mondo, perchè "l'esperienza dimostra che dove i consumatori si

fanno sentire, le imprese sono disposte a cambiare”. Comprare un prodotto è in realtà attribuire un potere. Per questo occorre capire a chi lo stiamo dando, questo potere. E scegliere.

■ “Guida al consumo critico”, Centro Nuovo Modello di Sviluppo, luglio 10th, 2009

## 2) Autoproduzione di beni e scambi di servizi.

All’insegna di meno merci, più servizi. L’autoproduzione può riguardare diversi prodotti (generi alimentari: pane, succhi, yogurt, frutta, verdura), ma anche di altra natura. Scambi di servizi senza usare la moneta: il servizio di un idraulico può essere ricompensato con quello di un elettricista (la Banca del Tempo, organizza proprio questi scambi. **Riciclo e riutilizzo delle cose:** es. raccogliere abiti usati e rimetterli in vendita. Ciò significa ridurre i rifiuti ed è un modo per incentivare la creatività.

## 3) Costituzione di “Gruppi di Acquisto solidale, Sobrio e Sostenibile”.

I gruppi di acquisto solidale (GAS) sono esperienze di acquisto collettivo (orientate secondo criteri precisi di solidarietà) da parte di un insieme di persone che decidono di incontrarsi per acquistare all’ingrosso prodotti alimentari o di uso comune, da ridistribuire tra loro. I GAS hanno, quindi, come finalità l’acquisto di beni e servizi per la realizzazione di una concezione più umana dell’economia, cioè più vicina alle esigenze reali dell’uomo e dell’ambiente, formulando un’etica del consumare in modo critico che unisce le persone invece di dividerle. I criteri su cui si basano i GAS nella scelta dei prodotti sono la scelta di prodotti locali a vantaggio di una maggiore freschezza e di un minore impatto ambientale, di prodotti biologici ed ecologici, la preferenza nell’acquistare presso piccoli produttori, spesso esclusi dai canali della grande distribuzione, cooperative sociali o enti non profit, l’attenzione alla dignità del lavoro e all’impatto ambientale. L’acquisto in gruppo oltre che favorire il risparmio alle famiglie, data l’elevata quantità, favorisce lo scambio di idee, la circolazione delle informazioni su prodotti e produttori, la definizione dei criteri con lo scopo di ridurre e riorientare i consumi e di rappresentare un’alternativa economica praticabile. I Gruppi di Acquisto Solidali, sono una esperienza di acquisto improntata al rispetto per l’ambiente e alla solidarietà verso i produttori. I protagonisti sono gruppi di famiglie che si mettono insieme per effettuare acquisti collettivi diretti verso piccoli produttori locali. I vari gruppi di acquisto sono organizzati in una rete di collegamento, in cui circolano informazioni, esperienze e segnalazioni di produttori. Ogni gruppo agisce in autonomia, la rete serve a

rafforzare i gruppi e ad aiutare chi vuole iniziare. Un gruppo di acquisto diventa solidale nel momento in cui decide di utilizzare il concetto di solidarietà come criterio guida nella scelta dei prodotti. Solidarietà che parte dai membri del gruppo e si estende ai piccoli produttori che forniscono i prodotti, al rispetto dell'ambiente, ai popoli del sud del mondo e a coloro che - a causa della ingiusta ripartizione delle ricchezze - subiscono le conseguenze inique di questo modello di sviluppo. Ogni GAS nasce per motivazioni proprie, spesso perché alla base vi è una critica profonda verso il modello di consumo e di economia globale, insieme alla ricerca di una alternativa praticabile da subito. Il gruppo aiuta a non sentirsi soli nella propria critica al consumismo, a scambiarsi esperienze ed appoggio, a verificare le proprie scelte. I gruppi cercano prodotti provenienti da piccoli produttori locali per avere la possibilità di conoscerli direttamente e per ridurre l'inquinamento e lo spreco di energia derivanti dal trasporto. Inoltre si cercano prodotti biologici o ecologici che siano stati realizzati rispettando le condizioni di lavoro. I gruppi di acquisto sono collegati fra di loro in una rete che serve ad aiutarli e a diffondere questa esperienza attraverso lo scambio di informazioni. In Italia sono censiti un centinaio di GAS.

■ **“Sovranità alimentare”**, Commissione Nuovi Stili di Vita della Pastorale Sociale e del Lavoro – Diocesi di Padova.

#### 4) **Risparmio idrico**

L'acqua è un bene che viene usufruito da tutti i membri della comunità locale. Il bene comune non appartiene né al soggetto pubblico né a quello privato, ma alla comunità nel suo insieme che fruisce della risorsa acqua e che ha la responsabilità di salvaguardarla. È un bene di rilevanza economica, **affidato agli strumenti della concorrenza e del mercato** quali la gara, la tariffa, la società per azioni... per poter trarre profitto. L'acqua diventa quindi merce. In alcuni paesi del mondo il problema è sia la scarsità d'acqua che la sua gestione. Mentre in altri è solamente un problema di gestione, ovvero una questione di infrastrutture (reti e impianti), di servizi e di mezzi economici per poter garantire l'accesso. Attualmente: circa 1,2 miliardi di persone, quasi 1/5 della popolazione mondiale, non ha accesso sicuro all'acqua potabile (una fontana entro 1 km oppure 30 minuti di cammino); circa 2,5 miliardi non ha accesso ai servizi di fognatura. Questo spesso accade nei paesi con più abbondanza di risorsa. Nel mondo, tendenzialmente è il settore pubblico a gestire il servizio idrico nei paesi a basso reddito. Infatti, rappresenta il 90% nelle 400 città più grandi del mondo; la percentuale è leggermente inferiore, considerando *i paesi ad alto reddito*. Infatti, in Europa, delle 44 città con più di un milione di abitanti, il 36% è gestito da privati (PSIRU - Public Services International Research Unit - University of Greenwich).

■ **“Laboratorio acqua pubblica o privata? Quale gestione per garantire il bene comune?”** a cura della Commissione Nuovi Stili di Vita della Diocesi di Padova

## **Consigli:**

a) Chiudi il rubinetto mentre ti lavi i denti, ti radi o fai lo shampoo. Evitare lo spreco d'acqua è la principale fonte di risparmio idrico. Il rubinetto del lavandino del bagno ha una portata di oltre 10 litri al minuto, se viene lasciato aperto quando ci si lava i denti, si perdono inutilmente più di 30 litri di acqua potabile. Durante la rasatura è opportuno raccogliere l'acqua nel lavandino per sciacquare il rasoio. La chiusura del rubinetto mentre si massaggiano i capelli con lo shampoo evita un inutile spreco.

b) Controlla e fai riparare anche le piccole perdite : un rubinetto che gocciola spreca migliaia litri d'acqua. Con un ritmo di 90 gocce al minuto si perdono inutilmente 4000 litri di acqua in un anno. Una corretta e costante manutenzione degli impianti idrici domestici, contribuisce enormemente al risparmio idrico ed economico. Per determinare se esistono delle perdite si consiglia la seguente operazione : alla sera, prima di coricarsi, controllare che tutti i rubinetti siano ben chiusi, quindi leggere sul contatore dell'acqua il livello di consumo raggiunto. Al mattino, prima di utilizzare l'acqua, controllare nuovamente il livello del contatore. Una differenza, anche minima, tra le due letture indica che c'è una perdita (dallo sciacquone del WC, dai rubinetti o, più probabilmente, dalle tubature) che non solo spreca acqua ma potrebbe danneggiare le strutture abitative. Ad esempio : un foro di un millimetro su una tubatura disperde oltre 2300 litri d'acqua potabile in un solo giorno !

c) Utilizza in modo responsabile lo scarico del water. Il 30% dell'acqua utilizzata nell'ambito domestico viene consumata dallo scarico del WC. Ogni volta che viene premuto il pulsante dello sciacquone, si convogliano verso la fognatura circa 10-12 litri d'acqua. Molto spesso questo consumo serve solamente ad eliminare un pezzetto di carta igienica! L'installazione di una cassetta WC con doppio tasto, cioè con erogazione differenziata dell'acqua in base al reale bisogno, permette il risparmio di decine di migliaia di litri d'acqua in un anno. Anche l'inserimento nella cassetta di scarico di una bottiglia di plastica da 1,5 litri piena d'acqua consente di risparmiare, in modo semplice ma efficace, parecchi litri d'acqua pro-capite: ad esempio una famiglia di 4 persone, in cui ogni membro utilizza in una giornata 5 volte lo sciacquone, può risparmiare oltre 10.000 litri d'acqua all'anno !

d) Usa la lavatrice e la lavastoviglie a pieno carico, risparmierai acqua ed energia. La lavatrice e la lavastoviglie consumano per ogni lavaggio circa 80-120 litri d'acqua indipendentemente dal carico. E' opportuno utilizzare questi apparecchi solo quando è necessario e

comunque sempre a pieno carico. L'uso intelligente degli elettrodomestici permette un grande risparmio d'acqua e di energia elettrica. La portata massima di carico è riportata sui libretti d'uso degli apparecchi. In caso di sostituzione della lavatrice o della lavastoviglie si consiglia l'acquisto di modelli in "CLASSE A", il loro maggior costo sarà compensato dal risparmio idrico ed energetico. Molti di questi elettrodomestici sono dotati di programmi economici di funzionamento : impariamo ad utilizzarli meglio !

e) Installa sui rubinetti un semplice frangigetto : puoi risparmiare fino al 50% d'acqua  
I frangigetto, o "areatori", sono dei piccoli e semplici dispositivi che, attraverso un sistema di ventilazione, riducono la quantità d'acqua in uscita dal rubinetto senza comprometterne la resa. Questi dispositivi, in vendita anche in ferramenta o attraverso internet al costo di pochi euro, si installano in pochissimo tempo sui rubinetti della cucina e bagno al posto del generico filtro anticalcare : un piccolo sforzo per un grande risparmio!

f) Per lavare i piatti o le verdure utilizza una bacinella e usa l'acqua corrente solo per il risciacquo. Un buon lavaggio per le verdure e la frutta non si realizza facendo scorrere su di esse molta acqua, ma riempiendo una bacinella lasciandole in ammollo, e quindi sfregandole energicamente con le dita. L'acqua così utilizzata potrebbe poi essere impiegata per bagnare le piante di casa. La stessa cosa vale per il lavaggio manuale dei piatti. In questo caso si potrebbe utilizzare anche l'acqua di cottura della pasta con l'aggiunta del normale detersivo. L'acqua corrente dovrebbe essere utilizzata solo per il risciacquo.

g) Lavati con la doccia : puoi risparmiare fino al 75%. Un bel bagno caldo è sicuramente una pratica rilassante ma, purtroppo, richiede fino a 150 litri d'acqua. L'uso della doccia è maggiormente tonificante e rivitalizzante, ma soprattutto richiede tra i 40 e i 50 litri di acqua in meno. Questo risparmio può essere ulteriormente incrementato se si installa anche un moderno riduttore di flusso sul diffusore.

h) Non lavare l'automobile utilizzando l'acqua potabile. Ricorda che l'acqua merita un destino migliore. Il lavaggio dell'automobile utilizzando l'acqua potabile è vietato da una ordinanza comunale. I trasgressori saranno quindi sanzionati a norma di legge. Se ci si rivolge ad un autolavaggio è opportuno informarsi se l'impianto è dotato di ricircolo o recupero delle acque.

i) Non innaffiare il giardino e l'orto utilizzando l'acqua potabile. L'innaffiatura di giardini e orti utilizzando l'acqua potabile è vietata da un'ordinanza comunale. I trasgressori saranno quindi sanzionati a norma di legge. Per l'innaffiatura si consiglia di raccogliere l'acqua piovana e di scegliere piante meno bisognose d'acqua (piante "xerofile"). I vasi fioriti presenti sui balconi possono essere bagnati utilizzando l'acqua di risciacquo delle verdure. L'acqua piovana può essere raccolta, attraverso i pluviali, in appositi contenitori di stoccaggio. Il corretto utilizzo di questa

risorsa permette, oltre l'irrigazione di orti e giardini, di lavare l'automobile senza speco di acqua potabile.

## 5) Gestione dei rifiuti.

Nulla è creato, nulla è distrutto, tutto è trasformato. Partiamo da formule fisiche, lo zero non esiste. Una pianta posso bruciarla, diventerà cenere o qualsiasi altra cosa benefica o malefica, ma come entità non scomparirà mai. E' già creata perché anche se ho deciso di piantarla, il seme già c'era. La mia libertà sta nel trasformare. L'importanza sociale e ambientale di una corretta ed efficiente gestione dei rifiuti si può evincere dallo stato delle strade in caso di sospensione del servizio per sciopero. Pertanto, se il primo livello di attenzione è rivolto alla necessità di prevenire la formazione dei rifiuti e di ridurre la pericolosità, il passaggio successivo riguarda l'esigenza di riutilizzare i prodotti (es. bottiglie) e, se non è possibile il riuso, riciclare i materiali (es. riciclaggio della carta). Infine, solo per quanto riguarda il materiale che non è stato possibile riutilizzare e poi riciclare (come ad esempio i tovaglioli di carta) e il sottovaglio (ovvero la frazione in piccoli pezzi indistinguibili e quindi non riciclabili di rifiuti, che rappresenta circa il 15% del totale), si pongono le due soluzioni del recupero energetico tramite sistemi a freddo o a caldo, come la bio-ossidazione (aerobica o anaerobica), la gassificazione, la pirolisi e l'incenerimento oppure l'avvio allo smaltimento in discarica. Dunque anche in una situazione ideale di completo riciclo e recupero vi sarà una percentuale di rifiuti residui da smaltire in discarica o da ossidare per eliminarli e recuperare l'energia. Da un punto di vista ideale il ricorso alle discariche ed all'incenerimento indifferenziato dovrebbe essere limitato al minimo indispensabile. La carenza di efficaci politiche integrate di riduzione, riciclo e riuso fanno dello smaltimento in discarica ancora la prima soluzione applicata in Italia ed in altri paesi europei. Per quanto riguarda il recupero, esistono progetti ed associazioni che si occupano dello scambio di beni e prodotti usati (per esempio Freecycle).

**Umido:** *L'espressione umido, relativamente ai rifiuti solidi urbani, indica la frazione merceologica di questi caratterizzata da materiale organico, come ad esempio lo scarto di frutta e verdura. Tale frazione è caratterizzata da una notevole deperibilità e dal fatto che, in virtù della sua natura organica, può essere utilizzata nella produzione di compost, biogas e syngas (gas di sintesi).* Obiettivi riconosciuti da quasi tutti sono : ridurre la quantità di immondizia, facilitarne la raccolta, differenziare i rifiuti, riciclare ciò che è possibile, fare attenzione alla necessità dei nostri acquisti e del loro corredo di imballaggio, tutela del luogo dove si vive. Le conseguenze sono la diminuzione dei consumi di materiale e di energia, la riduzione dell'inquinamento atmosferico e delle acque e il miglioramento ambientale e senza dubbio la riduzione del rischio di malattie quali allergie e tumori. I rifiuti finiscono in discarica, suolo isolato o cave abbandonate, spesso da noi gestite dalla malavita. I siti idonei sono in numero limitato in ogni territorio. Il riciclaggio, il recupero, l'inceneritore o "termovalorizzatore" (oggi in discussione), il trattamento meccanico

biologico sono i sistemi esistenti per affrontare il problema rifiuti sapendo tuttavia che esisterà sempre una discarica. Un sistema che pensa solo a produzione e consumo è destinato a ferire mortalmente la terra e tutti noi. L'incenerimento è il processo di combustione controllata di rifiuti negli inceneritori. Gli inceneritori con recupero energetico, detti anche termovalorizzatori, sono impianti che smaltiscono rifiuti usandoli come combustibile per produrre calore e/o elettricità. Due le categorie principali e quantitativamente predominanti di rifiuti inceneriti: i rifiuti solidi urbani (RSU), che trattati adeguatamente sono definiti CDR, ovvero combustibile derivato dai rifiuti, e i rifiuti speciali; a queste si aggiungono categorie particolari come i rifiuti medici, i rifiuti pericolosi o le armi chimiche. Spesso gli inceneritori vengono chiamati termovalorizzatori. La differenza sostanziale rispetto a un semplice inceneritore è che un termovalorizzatore oltre a incenerire i rifiuti riutilizza parte del calore come in una piccola centrale elettrica, anche se con rendimenti molto inferiori. ■“I Rifiuti”, Quotidiano Responsabile.

### **Consigli:**

- a) Differenziare i rifiuti è il primo diritto/dovere
- b) Non gettare nel wc cose diverse : solo 1/3 delle case è collegato a un depuratore.
- c) Vestiti, mobili ed elettrodomestici possono servire a qualcuno: contatta il Comune, la Caritas od organizzazioni come Mani Tese
- d) Gli scarti di cucina (sono il 30%) possono essere utilizzati come concimi mediante il compostaggio domestico: le compostiere si comprano in negozi di casalinghi.
- e) Farmaci, pile o batterie inquinano le falde acquifere se finiscono in discarica o l'aria se bruciati. Non comprarli laddove non accettano il ritiro specifico!
- f) Carta = albero morto + gas serra: il riciclo è cruciale. Pretendilo dal Comune!
- g) Il consumo di carta si riduce raccogliendola separatamente , usando il retro bianco di fogli scritti, agende vecchie come blocco-appunti (sobrietà!).
- h) L'alluminio (lattine per es.) è raro, costoso e poco degradabile: rifletti, forse è meglio il vetro. La plastica costa poco ma non è degradabile: rifletti, c'è l'alternativa.
- i) Scegli pile durature, ricaricabili e a bassa dose di mercurio.
- j) Scegli prodotti con imballaggi piccoli e leggeri.

### **Riciclo : compostaggio domestico**

Il **compost**, detto anche **terricciato** o **composta**, è il risultato della decomposizione e dell'umificazione di un misto di materie organiche (come ad esempio residui di potatura, scarti di cucina, letame o liquame) da parte di macro e microrganismi in condizioni particolari: il processo, detto **compostaggio**, è controllato ed accelerato dall'uomo. Il compost può essere utilizzato come fertilizzante su prati o prima dell'aratura. Il suo utilizzo migliora la struttura del suolo (apporto di

sostanza organica) e la biodisponibilità di elementi nutritivi (azoto). Aumenta inoltre la biodiversità della microflora nel suolo.

Dall'azione dei microrganismi, insetti, lombrichi, funghi attivati dall'ossigeno e dalla temperatura risulta una decomposizione naturale nell'ambiente, l'humus. Il compostaggio domestico è una procedura utilizzata per gestire in proprio la frazione organica dei rifiuti solidi urbani. Per praticarlo è sufficiente disporre di un lembo di giardino, preferibilmente soleggiato, in cui accumulare gli scarti alimentari della cucina e quelli dell'orto/giardino. In alcuni casi viene utilizzato la compostiera o composter, un contenitore atto a favorire l'ossigenazione e a conservare il calore durante l'inverno. Esistono composter di produzione industriale, ma anche autocostruiti con materiale di recupero.

È possibile effettuare il compostaggio anche senza composter, in un cumulo o in una buca, ma i risultati saranno più lenti e di minore qualità. Il processo di decomposizione è favorito dall'ossigenazione, quindi un periodico rivoltamento del materiale ne mantiene un sufficiente livello di porosità. Quantunque sia possibile introdurre scarti di carne e pesce, in genere l'eccesso è sconsigliato dato che le proteine animali decomponendosi rilasciano un odore sgradevole. Il materiale ottenuto in 3/4 mesi di compostaggio (più tempo in inverno, meno in estate) può essere usato come concime per l'orto o il giardino, infatti il terriccio reperibile in commercio è prodotto con un compostaggio industriale, con rivoltamento meccanico, ma i procedimenti ed i risultati sono equivalenti.

La diffusione del compostaggio domestico permette di ridurre in modo significativo peso e volume dei rifiuti solidi urbani che devono essere trasportati e smaltiti. In numerosi comuni italiani il compostaggio viene pertanto incentivato attraverso uno sconto sulla tassa per lo smaltimento dei rifiuti solidi urbani ai cittadini che lo praticano; alcuni comuni forniscono anche il composter o ne rimborsano l'acquisto.

■ **“Trattamento rifiuti”**, Quotidiano responsabile.

## **6) Risparmio energetico.**

L'energia non è un qualsiasi elemento in mezzo ad altri, ma una realtà necessaria per accedere a beni e servizi di estrema rilevanza per lo sviluppo umano. Dipendiamo da essa per l'illuminazione, per il riscaldamento, per la cottura del cibo, per la produzione industriale e per quella agricola; ad essa è legata la possibilità di funzionamento di strumenti importanti, da quelli per la comunicazione e per lo scambio di informazioni a quelli legati all'ambito della salute. La mancanza di accesso all'energia costituisce quindi una dimensione critica della drammatica povertà che affligge numerose nazioni. Pensiamo che vi sono nel mondo circa due miliardi di esseri umani, specie nelle



campagne, che non dispongono di elettricità e che il consumo energetico del miliardo più ricco di persone supera di venticinque volte quello del miliardo più povero. Non è questione di diversa disponibilità nelle varie aree geografiche, ma di una vera e propria ingiustizia: Benedetto XVI nella *Caritas in Veritate* (n.49) ha denunciato il comportamento di quelle nazioni, che si accaparrano risorse energetiche, che sarebbero essenziali per i più poveri. Se, poi, l'accesso all'energia è solo questione di forza, in tale ambito si svilupperanno conflitti anche di vasta portata. Il tema è centrale poi anche per la salvaguardia del creato: numerose forme di inquinamento dipendono dalla produzione ed al consumo di energia e lo stesso mutamento climatico è legato dalle emissioni di gas come l'anidride carbonica ed il metano, la cui produzione avviene in misura significativa proprio in tali ambiti. I consumi crescenti di risorse energetiche - specie quelle non rinnovabili - pongono, insomma, gravi interrogativi per la possibilità di un futuro giusto, pacifico e sostenibile per la famiglia umana. Le Rete Interdiocesana parla di energia, dunque, per responsabilità, nei confronti dei poveri della terra e delle generazioni future - secondo l'indicazione che viene, ancora una volta, da Benedetto XVI nella *Caritas in Veritate* e nel *Messaggio per la Giornata Mondiale della Pace 2010*. Non possiamo prenderci cura della terra, non possiamo progettare una vita buona per questa e per le prossime generazioni (è l'idea di sostenibilità) senza considerare la questione energetica. In essa si gioca una dimensione importante del bene comune, che esige un attento discernimento circa i modi di produrre e di utilizzare l'energia. La cultura dello spreco, dell'inefficienza, del sovraconsumo che abita le nostre società è presente anche in campo energetico ed anche qui occorre rinnovare gli stili di vita, concentrandosi sui bisogni reali e non indotti, promovendo il risparmio e l'efficienza, in vista di una consapevole sobrietà.

■ **Simone Morandini (Fondazione Lanza)**, tratto da: "la Rete Interdiocesana Nuovi Stili di Vita"

## **Consigli:**

- a) Spegni la TV se nessuno la guarda,
- b) non lasciare attaccati perennemente i caricabatteria di cellulari e altri apparecchi portatili,
- c) utilizza il meno possibile l'ascensore : risparmi e guadagni in salute,
- d) usa lampadine a basso consumo e ricorda che una lampada da 100 watt fa più luce di due da 60 watt,
- e) interruttori con regolatori di luminosità riducono il consumo fino al 50%,
- f) non lasciare in standby il tuo elettrodomestico se non è in uso ma **STACCA LA SPINA.**
- g) rifletti su uno stile di vita diverso improntato alle tre R (ridurre riutilizzare riciclare),

h) le luminarie di Natale in una città come la tua producono 7 milioni di kg di anidride carbonica equivalenti a 30.000 alberi piantati necessari per equilibrare il gas emesso,

i) al sito [www.energie-rinnovabili.net](http://www.energie-rinnovabili.net) potrai scoprire interessanti novità.

## **7) Gestione riscaldamento.**

Per riscaldare gli ambienti utilizziamo circa il 15% dei consumi energetici nazionali e il 70% della energia consumata in casa. Il riscaldamento è dopo il traffico la maggiore causa di inquinamento delle nostre città. Ridurre il consumo è cruciale per diminuire le emissioni inquinanti che provocano l'effetto serra dal quale derivano la desertificazione, lo scioglimento dei ghiacciai, l'aumento del livello del mare e quant'altro.

### **Consigli:**

a) Controllare l'efficienza della caldaia seguendo gli obblighi di legge,

b) non superare 20° C, ogni grado in più aumenta il consumo energetico del 4-8% senza migliorare il grado di benessere,

c) chiudere i termosifoni laddove non sono utilizzati,

d) evitare la dispersione di calore regolando la chiusura di porte e finestre,

e) le caldaie a condensazione sono allo stato le più efficienti,

f) finestre, pavimenti e mura concorrono fortemente all'isolamento termico per cui è bene scegliere sistemi adatti all'uso,

g) evitare di coprire i termosifoni con panni o altro perché l'aria calda per produrre calore deve circolare liberamente.

## **8) Mobilità sostenibile.**

Secondo molti abitanti un grande problema comune in città è "il traffico". E' innegabile che lo sviluppo della motorizzazione privata ha determinato numerosi problemi: smog, stress, incidenti, code e file, spesa. Oggi si avverte fortemente la necessità di coniugare il bisogno di spostarsi con rapidità, autonomia e comodità con quello di ridurre al massimo le conseguenze ambientali, sanitarie e di ordine politico. Vecchi sistemi e nuove strategie sono spesso la soluzione al problema.

### **Consigli:**

a) I propri piedi in comode scarpe sono il sistema migliore per i piccoli tragitti,

b) la bicicletta è silenziosa, non emette anidride carbonica, fa bene alla salute e alla tasca,

c) i mezzi pubblici (ci sono?) fanno considerare gli altri come compagni di viaggio e non avversari da superare in curva,

d) se proprio devi usare l'auto o il motorino per i figli a scuola, ricordati che in Italia l'86% dei ragazzi abita a meno di 15 min dal plesso scolastico,

e) "Car sharing": è un sistema di autonoleggio a tempo conveniente per chi percorre 12-15.000 Km l'anno,

f) "Car-pooling" : consiste nella condivisione di un'auto da parte di più persone per il medesimo tragitto: può essere organizzato nei condomini, in Azienda/Ufficio o nei Comuni o Enti locali dove si studiano i volumi e le tipologie degli spostamenti (dal 1998 esiste la figura del Manager della mobilità!),

g) parcheggi scambiatori : dovrebbero sorgere fuori città vicino ai capolinea di mezzi pubblici o postazioni di noleggio di mezzi più leggeri,

h) taxi collettivi : sono utili dove il volume di traffico è alto e i mezzi pubblici insufficienti.

■ "<http://ambientefuturo.org>", U. Biggeri Quotidiano responsabile EMI.