



Il Rotary Club Borgomanero Arona per il benessere del pianeta e dei suoi abitanti.



Vademecum dei comportamenti sostenibili

Diffondi il documento, il Rotary e l'ambiente ti ringraziano!

Anno Rotariano 2020/2021
Presidenza Giorgio Baraggioni



Un impegno globale

Questa iniziativa del Rotary Club Borgomanero-Arona mira a fornire un contributo concreto al raggiungimento degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile, o Agenda 2030, delle Nazioni Unite.

Approvata dal Consiglio Generale dell'ONU nel 2015, l'Agenda 2030 si compone di 17 Obiettivi, ognuno atto a migliorare uno o più aspetti della nostra vita e società, tali da rendere la nostra esistenza *sostenibile* nel lungo periodo. La necessità di un simile approccio è stata più volte evidenziata dalla comunità scientifica internazionale che, ormai da decenni, studia, ricerca e osserva i mutamenti climatici, ambientali e sociali che stanno avvenendo sul Nostro Pianeta.

Il Rotary condivide la necessità di impegnarsi realmente per un futuro migliore, nel quale la giustizia sociale e ambientale siano le fondamenta sulle quali dovrà basarsi il futuro, soprattutto delle nuove generazioni.

Con tale spirito, la Commissione Sviluppo Sostenibile (SDG) del Rotary Borgomanero-Arona è lieta di presentarvi questo Vademecum, una prima concisa, seppur dettagliata, raccolta (che potrà e dovrà essere ampliata nel tempo) di azioni, accorgimenti, approcci da attuare ed adottare al fine di poter contribuire alla Causa di tutte le Cause: la sopravvivenza del Pianeta Terra (e la nostra...)

Alcuni concetti importanti in questo senso riguardano l'importanza delle nostre azioni quotidiane, la consapevolezza e la volontà di affrontare l'argomento, nonché la disponibilità e l'interesse al *Cambiamento*.

Il Cambiamento oggi è percepito, rispetto alle tematiche ambientali, con un'accezione negativa. Siamo invece chiamati a interpretarlo in senso **positivo e propositivo**.



Un impegno globale

Tra i **17 Obiettivi proposti dalle Nazioni Unite**, questo Vademecum tocca soprattutto i seguenti:

- SGD 7 Energia Pulita ed Economica
- SDG 11 Città e Comunità Sostenibili
- SDG 12 Consumo e Produzione Sostenibili
- SDG 13 Climate Action



Per saperne di più visita:

Lingua Italiana: <https://asvis.it/agenda-2030/>

Lingua Inglese: <https://sdgs.un.org/goals>

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



Azioni di contrasto alla CO₂

L'11 dicembre 2020, in occasione del V anniversario dell'Accordo di Parigi, la Commissione Europea ha approvato un protocollo ambientale che prevede che entro il 2030 siano ridotte del 55% le emissioni di anidride carbonica (CO₂) rispetto ai dati del 1990. Si tratta di un importante traguardo, in vista del più ambizioso obiettivo di diventare, entro il 2050, il primo continente al mondo a zero emissioni, raggiungendo così la cosiddetta neutralità climatica.

L'obiettivo europeo di ridurre fortemente le emissioni nocive entro il 2030 coinvolge ognuno di noi.

Per metterci nelle condizioni di vincere la sfida abbiamo predisposto un **Vademecum dei comportamenti sostenibili**.

Il documento intende offrire alcuni stimoli utili ad aumentare la consapevolezza sugli effetti delle azioni che ognuno di noi quotidianamente compie, nel tentativo di indurre, o per lo meno agevolare, comportamenti volti alla tutela dei beni ambientali e naturalistici, fondamentali alla vita in armonia col nostro pianeta, anche e soprattutto a protezione delle future e spesso incolpevoli generazioni future.

Nel vademecum, che nella sua stesura ha potuto contare anche sul contributo del nostro Rotaract, potete trovare una serie di consigli pratici, utili a vivere in maniera più consapevole e sostenibile. È una raccolta di suggerimenti e piccole azioni quotidiane che hanno l'obiettivo di proteggere e risparmiare le risorse naturali, ridurre il consumo della plastica, evitare gli sprechi, rimettere in circolo gli oggetti che non utilizziamo, vivere in una casa meno energivora, ecc., ecc.

Il documento nasce quindi con lo scopo di aiutarci a modificare, progressivamente nel tempo, il nostro stile di vita, tentando di coinvolgere il più possibile tutti coloro coi quali ci rapportiamo.



Azioni di contrasto alla CO₂

Con la consapevolezza che quanto abbiamo raccolto in questa prima fase non sia esaustivo sul tema, sarebbe auspicabile che il vademecum **dei comportamenti sostenibili fosse un documento aperto, in continuo aggiornamento**. Confidiamo infatti sul contributo di tutti coloro che volessero suggerire un argomento non trattato e/o un approfondimento sulle pratiche compensative delle emissioni di gas a [effetto serra](#).

Siamo certi che ognuno nel proprio ambito domestico e lavorativo, ha notato alcune piccole o grandi azioni che potrebbero contribuire, ancor più se svolte collettivamente, alla protezione del pianeta.

Per i vostri suggerimenti vi invitiamo quindi ad inviare una mail a info@R4planet.it.

Il momento è ora, non facciamoci cogliere impreparati. Facciamo la nostra parte con le azioni di sequestro della CO₂ e diffondiamo il documento ai nostri contatti. L'ambiente ce ne sarà grato!

Qui si possono trovare alcuni classici [esempi di emissioni di CO₂](#).

- La media annuale pro-capite nel mondo è di ca. 7 tonnellate di CO₂.
- La media annuale pro-capite in Europa è di ca. 9 tonnellate di CO₂.

Per conoscere la Commissione Sviluppo Sostenibile e i Service proposti al Consiglio, rimandiamo al seguente link:

<https://bit.ly/3tamAK>



Cos'è il Rotary

Il Rotary è un'associazione internazionale di imprenditori e professionisti. I suoi soci mettono volontariamente la propria competenza a disposizione della comunità, impegnandosi a migliorare le condizioni di vita nella società, mediante azioni di servizio e di generosità attiva.

Il motto del Rotary è infatti: Service above self; Servire al di sopra di ogni interesse personale.

L'associazione non fa differenza di sesso, di lingua, di razza, di religione, ed è aperta a tutte le persone adulte che dimostrino buon carattere, integrità morale, leadership, che godano di una buona reputazione e che siano animate da sincero spirito di amicizia. **In sintesi, si può dire che il Rotary è soprattutto amicizia e servizio.**

La base della organizzazione è costituita dai Club. Il primo Rotary Club nasce nel 1905 a Chicago per il volere del giovane avvocato Paul Harris e di tre suoi amici. Tre anni dopo, a San Francisco, nasce il secondo Club. Mentre il primo Club italiano sorge a Milano nel 1923.

Il 23 settembre 1954, per iniziativa di una ventina di notabili locali, incluso l'onorevole Achille Marazza, uno dei padri costituenti della Repubblica Italiana, **nasce il Rotary Club Borgomanero-Arona.**

Nel mondo si contano attualmente 35.000 club con oltre 1.200.000 soci. L'Italia è divisa in 13 distretti, con circa 760 Club con più di 43.000 soci.

I soci Rotariani si incontrano regolarmente durante le Conviviali per trascorrere un po' di tempo assieme, per ampliare le conoscenze professionali e per pianificare i service a scopo umanitario, sia a livello territoriale sia mondiale. **Ogni Club infatti, dopo aver individuato le necessità locali, stabilisce obiettivi, tempi e metodi per intervenire in numerosi ambiti: sanità, povertà, arte, istruzione, ambiente, ecc.** Inoltre, ogni Club partecipa a iniziative di livello mondiale per sradicare la povertà, per migliorare la qualità della vita, per offrire opportunità di istruzione e per intervenire nel settore sanitario, tramite la Rotary Foundation, la più cospicua fondazione mondiale.



Vademecum dei comportamenti sostenibili



Per una casa sostenibile

Ridurre i consumi domestici rendendo sostenibile la tua casa significa investire meglio i tuoi risparmi, emettere in ambiente meno sostanze nocive e migliorare il benessere termo-igrometrico nella tua abitazione.

I combustibili fossili (petrolio, gas e carbone) soddisfano oltre l'80% del fabbisogno energetico mondiale, immettendo in atmosfera gas a effetto serra che provocano pesanti mutazioni climatiche negli ecosistemi più sensibili (global warming).

Secondo il Ministero dello Sviluppo Economico, quasi il 90% del patrimonio edilizio italiano (13,5 milioni di edifici) ha un fabbisogno energetico invernale di circa 220-250 kWh/mq anno, ovvero consuma circa 25 mc di gas per mq. Un'enorme quantità di energia dissipata: il vero buco del sistema energetico nazionale!

Il parco immobiliare esistente è responsabile di circa il 36% di tutte le emissioni di anidride carbonica (CO₂) dell'Unione europea e del 50% del consumo di energia finale per il riscaldamento e il raffrescamento.

Il solo settore residenziale assorbe circa il 40% del fabbisogno energetico europeo, con evidenti responsabilità in termini di emissioni di CO₂.



Per una casa sostenibile

Migliora l'efficienza energetica in casa (e inquina meno)

Una famiglia italiana spende in media 1.500 euro all'anno per l'energia (gas, gasolio, elettricità). **Questa spesa può essere ridotta dal 10% all'80%**. Tutto dipende dall'attuale efficienza della propria casa e da quello che si è disposti a fare per migliorarla.

Se consumi meno energia, risparmi e al contempo contribuisce a ridurre l'inquinamento climatico.

Le strategie per rendere una casa più efficiente dal punto di vista energetico sono molteplici. Si va da piccoli accorgimenti, semplici ed economici, a interventi più onerosi: veri e propri investimenti ammortizzabili nel giro di qualche anno.

Esistono agevolazioni statali a favore di chi risparmia energia (mediante l'isolamento termico delle strutture disperdenti, o la sostituzione dei generatori di calore, ad esempio) e di chi utilizza energie rinnovabili (come i pannelli solari per ottenere acqua calda e gli impianti fotovoltaici per produrre corrente elettrica). Nel nostro paese sono previsti incentivi finanziari e fiscali per chi porta la propria abitazione a elevati standard di risparmio mediante l'acquisto di pannelli solari, caldaie ad alto rendimento, pompe di calore, impianti fotovoltaici, serramenti efficienti, schermature solari, opere di isolamento termico delle murature esterne e delle coperture.

Attraverso un check up della tua abitazione, un esperto valuta analiticamente i consumi energetici e il livello di benessere, per poi proporre rimedi efficaci, segnalare le procedure per accedere agli incentivi fiscali e simulare un piano di rientro dei costi stimati.



Per una casa sostenibile

Consigli preliminari per capire quanto spendi attualmente e in che condizioni è la tua casa

Per iniziare, raccogli le bollette del riscaldamento (gas/gasolio) e dell'elettricità degli ultimi 12 mesi. Fai la somma e dividila per i metri quadrati della superficie della tua casa, escludendo i locali non riscaldati (box, scantinati, sottotetti, ecc.). Se la spesa totale è compresa tra 15 e 25 euro al metro quadrato all'anno, o è maggiore, avrai molte possibilità per ridurla sensibilmente.

Valuta l'età del tuo impianto di riscaldamento e lo stato in cui si trova, controlla la tenuta all'aria delle finestre e se lo scaldabagno possiede un sufficiente isolamento termico.



Per una casa sostenibile

Interventi che non costano niente, ma che contribuiscono al risparmio energetico e alla salvaguardia dell'ambiente

Regola il termostato dello scaldabagno al massimo a 35°C.

Spegni la luce quando esci da una stanza.

Nei mesi invernali regola il termostato del riscaldamento su 20 °C quando sei in casa, e su 16 °C quando vai a letto. Ridurre di 1 °C la temperatura interna corrisponde a un risparmio in bolletta del 6%.

Usa i programmi di risparmio (“eco” o “bio”) della lavatrice e della lavastoviglie.

Arieggia i locali della tua casa non più di 2-3 volte al giorno, per 5 minuti al massimo per volta, spalancando tutte le finestre e le porte di casa, facendo circolare liberamente l'aria.

Durante il ricambio d'aria nei mesi invernali spegna il riscaldamento o azzeri le valvole termostatiche.

Pulisci almeno una volta all'anno la serpentina del condensatore del frigorifero.

Asciuga il bucato all'aria e non nelle asciugatrici.

Chiudi le eventuali aperture nei locali non frequentati.

Chiudi le persiane (e le finestre) durante il giorno in estate e al tramonto in inverno.



Per una casa sostenibile

Interventi semplici e poco costosi

Controlla periodicamente tutti i rubinetti e gli sciacquoni ed eventualmente falli riparare. Un rubinetto che gocciola continuamente può perdere fino a 2.000 litri d'acqua all'anno. Uno sciacquone difettoso può perdere fino a 6 litri all'ora, cioè 52.000 litri all'anno. In media il 5% del consumo idrico in casa è dovuto alle perdite.

Installa un nuovo soffione sulla doccia che eroghi solo 5 litri d'acqua al minuto. Risparmierai fino al 50% di acqua.

Monta le bocche frangigetto sui rubinetti della cucina e del bagno. Queste bocche aggiungono aria all'acqua e riducono i consumi idrici del 30-50%.

Chiudi tutte le eventuali aperture nel tetto e nello scantinato, e sostituisci i vetri rotti delle finestre.

Controlla e pulisci periodicamente i filtri dell'eventuale riscaldamento ad aria in inverno e del condizionatore in estate.

Installa lampade a LED.



Per una casa sostenibile

Interventi fino a un costo di € 500, recuperabili in un periodo compreso tra 1 e 3 anni

Se è tecnicamente possibile fai installare delle valvole termostatiche sui caloriferi. Si tratta di un dispositivo che modifica automaticamente la portata d'acqua calda del radiatore in base alla temperatura dell'ambiente.

Se la caldaia lo consente, fai installare una sonda di temperatura esterna. L'impianto di riscaldamento risulterà più efficiente.

Chiudi e impermeabilizza tutte le fessure della struttura della tua casa, iniziando dal tetto e dallo scantinato (in particolare laddove tubi e cavi entrano in casa e intorno ai collegamenti con la fondazione), poi rendi ermetico il fissaggio dei serramenti alle murature.

Sigilla e isola i canali dell'eventuale sistema di riscaldamento (e raffrescamento) ad aria.

Installa sciacquoni dotati di tasto di risparmio. Utilizzando questo dispositivo si riduce una scarica, dai normali 9-15 litri a soli 3-4.

Fai revisionare i sistemi di riscaldamento (e di raffrescamento) ogni anno.

Sostituisci i vecchi elettrodomestici (lavatrice, lavastoviglie, frigorifero ed eventualmente congelatore) con apparecchi di nuova generazione, a basso consumo idrico ed energetico. Circa un terzo della bolletta elettrica riguarda il consumo degli elettrodomestici.

Isola i tubi dell'acqua calda negli scantinati non riscaldati e nei vespai sotto la casa.

Installa lampade compatte a risparmio energetico, anche all'esterno.

Installa un timer che regoli l'accensione e lo spegnimento delle lampade all'esterno.



Per una casa sostenibile

Interventi per risparmiare molta energia, con investimenti recuperabili in un periodo compreso tra i 3 e i 15 anni

Fai installare nuove finestre a bassa trasmittanza termica e con vetri a bassa emissività. Chiedi consiglio a un esperto per scegliere la tipologia di telaio e di vetro più adatti alla tua casa.

Isola il soffitto dello scantinato non riscaldato con pannelli termoisolanti. Se lo scantinato interrato è riscaldato è opportuno isolare termicamente le pareti perimetrali dall'interno. Isolare termicamente un edificio significa trattenere all'interno il calore prodotto dall'impianto di riscaldamento. Le abitazioni prive di isolamento o con uno spessore insufficiente disperdono inutilmente energia termica e riscaldano l'ambiente esterno. Chiedi consiglio a un esperto sul tipo di materiale e sullo spessore più adeguati alla tua casa.

Migliora l'isolamento termico del tetto. È un intervento utile sia nei climi freddi sia in quelli caldi, poiché previene anche il surriscaldamento della casa.

Migliora l'isolamento termico delle pareti perimetrali (cappotto esterno). Si tratta di un'operazione onerosa, ma decisamente conveniente se la casa consuma molta energia per il riscaldamento. Chiedi una consulenza a un esperto accreditato che dimostri una piena conoscenza del tema, non fidarti solo del parere dell'impresa edile.

Sostituisci la caldaia, il bruciatore, il boiler, il climatizzatore con nuovi modelli a risparmio energetico e ad alto rendimento. Se hai anche isolato termicamente la tua casa, non avrai più bisogno di sistemi di riscaldamento e di climatizzazione tanto potenti quanto quelli utilizzati in precedenza. Anche in questo caso chiedi consiglio a un esperto sulla tipologia e sulla potenza termica della caldaia più adatte alla tua situazione, non fidarti solo del parere dell'idraulico o del rivenditore.

Se utilizzi una stufa a legna/pellet, passa a un modello ad alta efficienza. Sostituire una vecchia caldaia a legna con un modello classificato ad elevato rendimento permette di riscaldare gli ambienti con maggiore efficienza e di ridurre le emissioni di polveri sottili.



Per una casa sostenibile

Interventi per risparmiare molta energia, con investimenti recuperabili in un periodo compreso tra i 3 e i 15 anni

Installa dei pannelli solari termici che producono acqua calda sanitaria e che in molti casi serviranno anche come integrazione all'impianto di riscaldamento.

Installa schermature mobili davanti alle finestre: ombreggiano e prevengono il surriscaldamento estivo degli ambienti.

Installa una pompa di calore per soddisfare le esigenze di riscaldamento, raffrescamento e produzione di acqua calda. Si tratta di una tecnologia alimentata a energia elettrica, che risulta molto efficiente se abbinata a un edificio con un involucro energeticamente riqualificato, quindi con un ridotto fabbisogno termico. L'aggiunta di un impianto fotovoltaico con batteria di accumulo e l'utilizzo di sistemi di cottura alimentati unicamente a energia elettrica può rendere l'edificio energeticamente autosufficiente e indipendente dai combustibili fossili.

Installa dei pannelli solari fotovoltaici per autoprodurre energia elettrica. Il fotovoltaico è ormai una tecnologia matura. Il rendimento dei pannelli è solitamente garantito per 20 anni e il prezzo si è abbassato notevolmente rispetto a pochi anni fa. Un tipico impianto domestico ora costa tra i 4.000 e i 7.000 euro a seconda della complessità. Abbinando al fotovoltaico un sistema di accumulo (batteria), è possibile utilizzare l'energia prodotta in qualunque momento della giornata, riducendo o eliminando la necessità di prelevare energia dalla rete elettrica. Chiedi consiglio a un esperto sulla tipologia di pannelli, sulla superficie necessaria e sul corretto posizionamento.

Acquista energia da fornitori di sole fonti rinnovabili certificate. È ormai possibile trovare e scegliere tariffe competitive rispetto ai fornitori di fonti miste. Per valutare le offerte e cambiare fornitore si può utilizzare il Portale Offerte di ARERA - Autorità di Regolazione per Energia Reti e Ambiente selezionando l'opzione "solo energia verde" nella selezione dei criteri di fornitura: www.ilportaleofferte.it



Per una casa sostenibile

Interventi per risparmiare molta energia, con investimenti recuperabili in un periodo compreso tra i 3 e i 15 anni

Raccogli e utilizza l'acqua piovana. Con l'acqua piovana potrai alimentare gli sciacquoni del water, irrigare l'orto e il giardino, pulire la casa e lavare l'auto. Adeguatamente filtrata e depurata, l'acqua piovana può essere utilizzata per la piscina, nel bagno e nella doccia, sostituendo circa il 50% dell'acqua potabile normalmente usata in casa.

Pianta un albero per ombreggiare in estate la finestra più grande sul lato ovest della tua casa. Migliorerai la tua qualità abitativa.

Se stai per acquistare una casa pretendi che sia certificata almeno in classe energetica C. Il 90% del patrimonio edilizio italiano è classificato in classe G (l'ultima in termini di efficienza energetica). Un'abitazione in classe C consuma mediamente il 70% in meno di energia termica, rispetto a una di pari metratura in classe G.



Per una casa sostenibile

Cinque motivi per scegliere una casa a basso consumo energetico

1. Consapevolezza energetica:

una casa a basso consumo energetico è caratterizzata da un fabbisogno termico molto basso e permette quindi di risparmiare sui costi di riscaldamento, di migliorare il comfort abitativo e di aumentare sul lungo periodo il valore dell'immobile.

2. Maggiore comfort:

un buon isolamento delle pareti non giova solo al portafoglio, ma aumenta anche il comfort. Il cappotto termico aumenta le temperature delle superfici interne producendo effetti positivi sul nostro benessere. Una buona coibentazione esterna del perimetro dell'edificio si rivela utile anche in estate, poiché riduce il surriscaldamento. Trascorriamo il 90% del nostro tempo in ambienti chiusi: è chiaro pertanto che la qualità dei locali influisce notevolmente sul nostro benessere e sulla nostra salute.

3. È amica dell'ambiente e del clima:

gli impianti di riscaldamento sono una delle maggiori fonti di inquinamento atmosferico, essendo responsabili del 36% delle emissioni di CO2 nell'UE. Una casa a basso consumo consente quindi di ridurre l'emissione di sostanze inquinanti.

4. È economica:

grazie all'isolamento, i costi di riscaldamento vengono ridotti radicalmente. Una famiglia media spende in un anno uno stipendio per il riscaldamento. Un'abitazione in classe A di 100 mq ha in media un costo annuale di riscaldamento inferiore a 200 euro.

5. Aumenta di valore:

Solo il fatto che l'impiantistica viene rinnovata già dopo 15 o 20 anni, mentre le pareti esterne dell'edificio non vengono toccate per un periodo compreso tra i 30 e i 60 anni, induce a utilizzare materiali di valore ed elementi isolanti efficaci. Le spese necessarie devono essere considerate un investimento per il futuro.



Per ridurre il consumo energetico dei dispositivi elettrici e d'illuminazione

Molti dispositivi elettrici funzionano con una tensione diversa da quella della rete (220-230 V). Per questo motivo possiedono degli adattatori che trasformano l'energia di rete per garantirne il loro funzionamento. Spesso tuttavia i trasformatori rimangono attivi anche quando gli apparecchi sono inutilizzati, perché l'interruttore di spegnimento si trova nel circuito interno. Questa pratica mantiene l'apparecchio in posizione stand-by, normalmente indicata da una spia luminosa.

La funzione stand-by consente la comoda e immediata accensione dell'apparecchio con il telecomando, ma non interrompe totalmente i consumi energetici: l'apparecchio sembra spento, ma continua a consumare. Si può ovviare a questo inconveniente collegando l'apparecchio a una presa dotata di interruttore.



Per ridurre il consumo energetico dei dispositivi elettrici e d'illuminazione

Televisori

Per interrompere automaticamente il collegamento con la rete dopo un determinato periodo di stand-by, il televisore deve essere dotato di un interruttore efficiente. È il caso degli apparecchi più moderni, che pertanto sono più ecologici.

Un televisore privo di interruttore efficiente rimane sotto tensione anche quando è spento e quindi consuma ulteriore energia. È facile accertarsene toccando la parte posteriore dell'apparecchio, dove c'è l'ingresso del cavo di alimentazione. Se quest'area rimane calda anche un'ora dopo dallo spegnimento, il televisore sta continuando a consumare.

Quando acquisti un nuovo apparecchio dovresti verificare che il potenziale dello stand-by sia inferiore a 1 Watt. Alcuni televisori sono dotati di interruttori automatici (Auto OFF) che interrompono il flusso di corrente dopo un'ora di stand-by.

CD Player, forni a microonde

Questi apparecchi rimangono spesso in stand-by e assorbono energia per tutto il giorno. Puoi evitare tale inutile consumo isolandoli dalla rete tramite una presa con interruttore.

Audio

Gli impianti audio con adattatore esterno consumano normalmente energia anche quando sono inattivi. Per spegnerli totalmente staccali dalla presa o utilizzane una dotata di interruttore. All'acquisto accertati che l'apparecchio possieda un interruttore che lo separi effettivamente dalla rete. Il potenziale dello stand-by dovrebbe essere inferiore a 1 Watt.



Per ridurre il consumo energetico dei dispositivi elettrici e d'illuminazione

Personal Computer

Nei computer di ultima generazione è installata una funzione di risparmio energetico, che dopo qualche minuto di inattività mette in stand-by lo schermo, ossia la periferica che consuma la maggior parte dell'energia. In casi di prolungata inattività è consigliabile spegnere sia lo schermo che il PC, tramite l'interruttore generale. Anche in questo caso utilizza una presa con interruttore.

Il salvaschermo aumenta il consumo perché la generazione di immagini animate richiede molta energia.

Stampanti a getto di inchiostro

Spegnere ogni volta la stampante a getto di inchiostro dopo l'utilizzo, conviene solo quando l'apparecchio deve restare a lungo inattivo. A ogni accensione, infatti, la stampante pulisce le testine e questo processo provoca un consumo di energia maggiore rispetto a quella che si risparmierebbe spegnendola ogni volta. Evita di stampare i biglietti di treno e dell'aereo e utilizza le app o la mail da un dispositivo mobile.

Adattatori di scanner, modem e telefoni cellulari

L'efficienza degli adattatori è normalmente scarsa, lo si può notare dal calore che emettono quando sono in funzione. Sostituiscili con modelli più efficienti, staccali dalla presa subito dopo l'uso o collegali a una presa con interruttore. I più moderni adattatori elettronici hanno un potenziale di soli 0,1 Watt.

Metti in carica il cellulare in modalità aereo per ricaricarlo in minor tempo.



Per una mobilità sostenibile

Prediligi modalità a zero emissioni, ad esempio spostati, ogni volta che puoi, a piedi o in bicicletta.

Scegli il treno anziché l'aereo. Optare per il treno anziché l'aereo per i percorsi medio-lunghi permette un notevole risparmio di emissioni di CO₂. Per la tratta Milano-Roma o Milano-Parigi, ad esempio, si risparmiano circa 80 kg di CO₂, pari alla combustione di circa 35 litri di petrolio, arrivando in centro anziché in aeroporto.

Condividi i mezzi di trasporto, utilizzando servizi come questi:

- Il progetto Equostop, promosso da Terre di Lago, si basa sulla condivisione delle auto che circolano sulle strade e che spesso trasportano una sola persona. È un sistema di car pooling istantaneo: l'equostoppista, esponendo sul ciglio della strada una "card" che attesta l'appartenenza a un'associazione del territorio, chiede un passaggio riconoscendo al conducente dell'auto un contributo volontario per le spese di viaggio. Per maggiori informazioni:

<http://terredilago.it/equostop.html>

- attraverso una piattaforma online e una app, BePooler (per pendolari Italia-Svizzera) mette in contatto i colleghi di una stessa azienda, o di aziende vicine, per condividere il tragitto percorso in auto. In questo modo si dividono le spese di viaggio e si ottimizzano gli spostamenti, riducendo l'utilizzo delle vetture e diminuendo i consumi di carburante e le emissioni di CO₂. Per maggiori informazioni: <https://www.bepooler.com/>

Passa a un'auto elettrica. Grazie agli attuali incentivi è possibile rottamare un'auto di almeno dieci anni e sostituirla con un veicolo completamente elettrico. I risparmi sia economici sia ambientali per l'intero ciclo di vita di un'auto elettrica sono notevoli rispetto a quelli dei mezzi a motore endotermico. I veicoli elettrici sono esenti dal bollo auto per cinque anni e permettono l'accesso in molte aree ZTL.

Adotta uno stile di guida pacato: si riducono i consumi, gli incidenti e si prolunga la durata del veicolo e delle sue parti.

Evita l'acquisto di nuovi veicoli ad alto consumo. L'Agenzia Internazionale dell'Energia ha calcolato che l'aumento delle vendite di SUV è la seconda causa al mondo dell'incremento delle emissioni di CO₂ dal 2010 (dopo la produzione di energia da fonti fossili).

Per maggiori informazioni: <https://www.iea.org/commentaries/growing-preference-for-suvs-challenges-emissions-reductions-in-passenger-car-market>



Per un'alimentazione sostenibile

Compra bene per mangiare meglio

È di estrema importanza ripristinare l'equilibrio tra attività umana, natura, sistemi alimentari e biodiversità.

Gli alimenti vengono prodotti con un notevole dispendio di risorse, spesso trasportati per centinaia se non migliaia di chilometri, conservati in celle frigorifere o surgelati prima di arrivare nei supermercati per essere destinati al consumo.

L'uso dei pesticidi in agricoltura contribuisce a inquinare il suolo, le acque e l'aria.

L'eccesso di nutrienti nell'ambiente è una delle principali cause di inquinamento dell'aria, del suolo e dell'acqua oltre ad avere un impatto negativo sulla biodiversità e sul clima.

Prediligi prodotti locali e biologici. Il trasporto a lunga distanza e il confezionamento degli alimenti hanno un peso ambientale notevole. Scegliendo prodotti locali, rispetti l'ambiente e sostieni l'economia locale. Scegliendo prodotti biologici, eviti il rischio di residui chimici nel cibo e l'impiego di fertilizzanti e pesticidi nella fase di coltivazione.

Scegli frutta e verdura di stagione

Il consumo di risorse e di energia necessarie per **la produzione di frutta e verdura di stagione è sessanta volte inferiore** rispetto a quello necessario per la coltivazione in serra.



Per un'alimentazione sostenibile

Limita il consumo di carne

La maggior parte della carne prodotta proviene da grandi aziende zootecniche con bestiame allevato intensivamente. **Per produrre 1 kg di carne bovina possono servire fino a 15 kg di foraggi e 15.000 litri d'acqua.** Inoltre, il gas metano che producono i ruminanti ha un impatto sul clima 20 volte superiore rispetto a quello dell'anidride carbonica.

Prediligi alimenti a base vegetale. La filiera della carne rappresenta il 15% delle emissioni globali. Grandi quantità di cereali e legumi sono prodotti e trasportati unicamente per alimentare gli animali negli allevamenti intensivi. Limitare il consumo di carne, soprattutto bovina, e dei latticini, prediligendo alimenti proteici vegetali e uova, aiuta a ridurre notevolmente le emissioni riconducibili alla nostra dieta. I legumi sono una valida alternativa e accorciano la filiera alimentare.

Non sprecare il cibo

Le stime attuali della FAO indicano che circa un terzo del cibo prodotto a livello mondiale si spreca all'interno della filiera alimentare, ovvero circa 1,3 miliardi di tonnellate di cibo perfettamente commestibile. Una quantità resa ancora più spaventosa se si pensa che nel mondo 795 milioni di persone, ovvero l'8,9% della popolazione planetaria, soffre la fame o è affetta da forme di malnutrizione.

Ogni famiglia italiana butta settimanalmente in pattumiera 630 grammi di cibo avanzato, per un controvalore di circa 6,50 Euro. I motivi possono essere diversi: un eccessivo acquisto di scorte, un'infinita varietà di prodotti da scegliere, oltre che una scorretta conservazione degli alimenti.

Riduci lo scarto alimentare. Molti negozi offrono sconti particolari per prodotti in scadenza, spesso ancora buoni per diversi giorni. Evita che gli sforzi spesi per la produzione e il trasporto di un prodotto si trasformino in rifiuti.

Per un'alimentazione sostenibile



Alcune utili app:

Acquista il cibo in scadenza che rischia di essere invenduto e buttato da supermercati, botteghe alimentari e simili:

- Too Good 2 Go

I negozianti possono affiliarsi all'app gratuita "Too Good 2 Go" per vendere a un prezzo ridotto i prodotti in scadenza. Per informazioni: <https://toogoodtogo.it>

- MyFoody

- Last Minute Sotto Casa

Gestisci la spesa settimanale e il tuo frigorifero; salvaguarda gli scarti e sperimenta in cucina:

- No Waste – Food Inventory List

- In Scadenza

- UBO – Una Buona Occasione

- Plant Jammer: Fight Food Waste

Dona il cibo:

- Ring The Food

- Ratatouille

Smaltisci correttamente l'olio che hai utilizzato per cucinare. Puoi per esempio conservarlo in un recipiente per poi conferirlo negli appositi contenitori in discarica. **Si stima che ogni litro di olio smaltito impropriamente attraverso il sistema fognario possa inquinare un milione di litri d'acqua.**

Aderisci a iniziative volte ad aumentare la percentuale di eccedenza alimentare avviata alla donazione, al recupero e al riciclo: è possibile ridurre il food waste donando tutto ciò che gli enti benefici riescono a gestire; le materie prime inutilizzate possono entrare nella filiera alimentare del settore zootecnico. In questo modo si riduce ulteriormente la quantità di alimenti destinati a diventare rifiuti.



Per un'alimentazione sostenibile

Acquista consapevolmente

Riduci l'acquisto di prodotti confezionati. Prediligi prodotti alla spina o con imballaggi leggeri. Scegli confezioni riutilizzabili prodotte con materiale riciclato, riciclabile o compostabile. Se acquisti prodotti sfusi al mercato puoi per esempio utilizzare più volte i sacchetti di carta della frutta o le confezioni in plastica delle uova.

Prediligi i prodotti del **Commercio Equo e Solidale**. Il Fairtrade è una forma di commercio basata sul rispetto di criteri di sostenibilità sociale e ambientale regolarmente verificati e certificati. Prodotti come tè, caffè, cioccolato e zucchero provengono prevalentemente da aree del mondo fortemente dominate dalla monocoltura e dove gli abitanti pagano il prezzo più alto per le conseguenze del cambiamento climatico in termini di precarietà e perdita di risorse. Attraverso il commercio equo e solidale si fortifica una filiera che permette ai piccoli agricoltori di ottenere un prezzo congruo per il frutto del proprio lavoro e si offre la possibilità di finanziare la diversificazione della produzione e l'adozione di metodi sostenibili di produzione.

Unisciti a un **Gruppo di Acquisto Solidale**. È un metodo per acquistare prodotti locali direttamente dalle aziende del territorio con un rapporto fiduciario e diretto con il produttore.

I Gruppi di Acquisto Solidale nascono su iniziativa spontanea dei consumatori; sono gruppi di cittadini, di solito amici, conoscenti o persone che condividono lo stesso condominio o luogo di lavoro, che decidono di acquistare periodicamente prodotti alimentari e non, direttamente dai produttori locali mediante ordini collettivi. I componenti del gruppo d'acquisto condividono il desiderio di costruire un'economia sana, locale e proveniente dal basso, in cui la qualità e il prezzo si incontrano, favoriscono il rapporto tra produttore e consumatore, promuovendo realtà locali operanti nel rispetto dell'ambiente e della forza lavoro.

Obiettivi del gruppo d'acquisto sono: sviluppare e mettere in pratica il consumo critico; sviluppare e creare solidarietà e consapevolezza; socializzare. Il gruppo d'acquisto si definisce "solidale" quando applica il principio di eticità ai propri acquisti, connotando la propria esperienza nel campo del consumo critico. Il principio di solidarietà proprio dei gruppi d'acquisto viene declinato verso i seguenti portatori di interessi: i consumatori stessi, che portano avanti collettivamente, mediante il lavoro volontario, le attività del gruppo; i produttori locali con i quali si instaura una relazione diretta e fiduciaria; i produttori del sud del mondo, tramite l'adesione ai principi del commercio equo e solidale (continuità nelle relazioni, prezzo equo, retribuzione dignitosa, ecc.).

Per un'alimentazione sostenibile



Stimola l'autoproduzione alimentare

Se hai a disposizione un giardino o un terreno, hai la possibilità di autoprodurre cibo, evitando una parte delle emissioni derivanti dall'intera filiera. Nel tuo orto puoi applicare tecniche di permacultura e food forest.

La permacultura consiste nel progettare un sistema integrato per la produzione di cibo durante tutte le stagioni, in armonia con le condizioni ambientali locali.

La food forest o "foresta commestibile" è una tecnica di permacultura in cui si possono trovare alberi da legno, piante da frutto, erbe medicinali e officinali, bacche, ortaggi e molto altro, in sinergia con le piante spontanee e gli animali che vivono in quel particolare habitat.

Se hai a disposizione un terreno puoi creare un ecosistema nel quale la produzione del cibo avviene spontaneamente e in maniera sostenibile, con limitato impiego di energia e risorse naturali, oltre che di manutenzione umana. Coltivare una foresta commestibile permette di ottenere cibo per noi e per gli animali che la abitano, nonché di incrementare la biodiversità creando un microclima particolare che produce ossigeno, contrastando l'erosione e ottimizzando risorse come materiale organico, acqua e minerali.

Prendendo a modello l'ecosistema foresta, l'area prescelta viene coltivata a più strati: erbaceo, arbustivo e arboreo. La food forest può essere realizzata dai singoli cittadini in un angolo del proprio giardino, oppure su estensioni di terreno molto ampie, o ancora convertendo un bosco o un frutteto già esistenti.



Come ridurre l'inquinamento digitale

Evita l'uso indiscriminato delle e-mail

Internet inquinata: se fosse una nazione oggi sarebbe il 6° più grande consumatore di energia del pianeta.

Ogni nostra attività sul web implica complesse elaborazioni di dati da parte di potenti computer posti nei cosiddetti data center, che consumano ingenti quantità di energia per la loro alimentazione e per dissipare il calore che generano.

Sommando ogni azione che compiamo in rete, il mondo digitale produce il 2% delle emissioni mondiali di gas serra. Uno studio della McMaster University ha stimato che entro il 2040 questo dato raggiungerà il 14%.

E' un dato poco noto, ma una mail da 1 megabyte emette circa 19 grammi di CO₂, tenendo conto sia del consumo energetico del computer sia di quello dei server coinvolti nel traffico.

Otto e-mail emettono tanta anidride carbonica quanto quella prodotta da un'auto che percorre 1 km.

Si calcola che **un'azienda con 100 dipendenti** che inviano in media 33 messaggi di posta al giorno per circa 220 giorni all'anno **produca all'incirca 13,6 tonnellate di CO₂**, equivalenti a 13 viaggi andata e ritorno da Parigi a New York.

Ogni minuto vengono inviate nel mondo 188 milioni di e-mail.

Ogni volta che scrivi sul web lasci un'impronta ambientale: questo succede perché, prima di raggiungere i vari destinatari, le mail vengono copiate una decina di volte dai vari server, che hanno poi il compito di trasmetterle all'indirizzo di posta finale.

Tutti questi passaggi richiedono l'utilizzo di energia elettrica e quindi producono emissioni di CO₂.



Come ridurre l'inquinamento digitale

Ecco qualche consiglio per limitare i danni, rispettare l'ambiente ed evitare inutili sprechi:

rifletti prima di scrivere; rileggi prima di spedire e ricordati gli allegati; evita gli invii collettivi se non sono necessari; usa le mailing list con intelligenza; evita le mail non conclusive; svuota la mailbox.

Quanto pesa un messaggio WhatsApp? Apparentemente nulla: digiti qualche parola e premi invio. Tanti gesti nel digitale ci appaiono così: semplici e leggeri, ma anche il digitale inquina, e tanto.

Guardare un'ora di video alla settimana, ad esempio, equivale al consumo annuo di due frigoriferi.

Secondo l'associazione indipendente The Shift Project **guardare dieci minuti di video in streaming consuma una quantità di energia elettrica 1500 volte maggiore** rispetto alla ricarica della batteria di uno smartphone.

Ogni minuto nel mondo si guardano circa 700 mila ore di video su Netflix e 4,5 milioni di video su YouTube.

Dietro un click apparentemente innocuo si nasconde spesso un ingente danno per il pianeta, è pertanto necessario sviluppare una coscienza ambientale digitale. Dobbiamo ricordarci tutti (giovannissimi in testa, visto che sono i più inclini a cambiare abitudini) che essere «green» passa anche dal digitale; dai messaggi Whatsapp alle mail, dai video ai social.

Per un abbigliamento sostenibile



Che cosa puoi fare?

- Leggi l'etichetta e controlla quali materiali utilizza il capo che stai per acquistare. Evita possibilmente quelli sintetici e non naturali;
- Acquista secondo una logica mirata all'utilizzo duraturo dei capi e non secondo una logica di stagionalità o di "usa e getta";
- Rendi il tuo armadio un capsule wardrobe (pochi capi, abbinabili tra loro);
- Non buttare gli abiti. Rimetti in circolo quelli che non utilizzi più. Prova a seguire lo schema dell'immagine qui sotto e agisci in funzione delle tue esigenze.



- Fai riferimento ad associazioni e pagine web che supportano la moda sostenibile, come: Fashion Revolution, Il vestito verde, GoodOnYou.



Come ridurre la plastica

La dispersione e l'accumulo nell'ambiente di prodotti plastici è una delle forme di inquinamento più pressanti e più gravi. Basti pensare che **ogni anno finiscono negli oceani, dalle nazioni costiere, circa 8 milioni di tonnellate di rifiuti di plastica, il che equivale a buttare cinque buste di immondizia ogni 30 centimetri di costa in tutto il mondo.**

La comodità e il facile utilizzo di questo materiale ne hanno consentito una diffusione su larghissima scala, soprattutto per quanto riguarda il cosiddetto “usa e getta”. Molti di questi oggetti, come le buste o gli involucri per il cibo, hanno una vita di pochi minuti e poche ore, ma rimangono nell'ambiente per centinaia di anni. Spesso le plastiche contengono additivi che le rendono più resistenti, più flessibili e durevoli, ma d'altra parte ne prolungano la vita nel momento in cui vengono gettate via. Si stima che alcune plastiche impieghino almeno 400 anni per degradarsi.

Ecco alcuni consigli per diminuire l'utilizzo, e quindi la dispersione, della plastica nell'ambiente:

- impiega stoviglie riutilizzabili, evita per quanto possibile piatti, bicchieri e posate usa e getta;
- per la spesa impiega shopper in tela, utilizza più volte i sacchetti di carta della frutta e i contenitori in plastica delle uova;
- acquista alimenti sfusi senza imballaggi;
- utilizza borracce in alluminio;
- utilizza rasoi in acciaio, spazzolini da denti con il manico in bambù, cotton fioc in cartoncino;
- usa barattoli in vetro;
- cerca di evitare le fibre sintetiche.

Acquista shampoo, saponi e scrub solidi piuttosto che liquidi. Seppur possa sembrare maggiore il costo di prodotti solidi rispetto ai corrispettivi liquidi, gli shampoo e i saponi solidi possono essere impiegati per un numero maggiore di lavaggi, consentendo quindi un notevole risparmio economico al consumatore. Inoltre, non sono contenuti in flaconi di plastica e sono prodotti con materie prime naturali.

Non utilizzare e non acquistare cannuce in plastica.

Scegliere di bere l'acqua del rubinetto tutti i giorni, anziché acquistare bottiglie in plastica, ti permette di risparmiare facendo bene all'ambiente. Adotta uno stile di vita più sostenibile.



Come trattenerne le microplastiche

Il Mediterraneo è il mare con la maggior presenza di microplastica, tanto che gli scienziati lo definiscono "plastic soup".

Le microplastiche sono causate sia dal disgregamento della plastica galleggiante, sia da quella portata direttamente dai fiumi.

Quando laviamo i capi di abbigliamento in fibra sintetica, miliardi di particelle si staccano dalle fibre che né i filtri delle lavatrici né quelli degli impianti di depurazione riescono a trattenere.

La microplastica è già entrata nella nostra catena alimentare: ne sono state trovate tracce nella neve, ovviamente nei pesci, nell'acqua potabile, nella frutta e nella verdura.

Senza saperlo ingeriamo 5 grammi di microplastica alla settimana (equivalente a una carta di credito!) e non se ne conoscono appieno gli effetti sulla salute.

Utilizza degli appositi sacchi in cui inserire i capi sintetici (in poliestere) prima di metterli in lavatrice. Le washing bag in poliammide sono in grado di trattenere fino all'80% delle microplastiche, che poi potrai smaltire insieme ai rifiuti indifferenziati.

Come limitare i rifiuti



Il nostro stile di vita si ripercuote direttamente sull'ambiente e sui cambiamenti climatici. Occorre pensare che la lavorazione e la trasformazione di materie prime in beni di consumo, implica un elevato consumo di energia e alti livelli di emissioni di CO₂. Prima o poi ogni prodotto è destinato a essere buttato, ma anche per il suo smaltimento si consumano ingenti quantità di energia. Abitudini di consumo e di acquisto attente ai problemi del clima e preoccupate di ridurre il consumo delle risorse e la produzione di rifiuti possono rivelarsi strategie utili e vincenti.

Consigli per ridurre la produzione di rifiuti

Chiediti sempre, prima di ogni acquisto:

- Mi serve davvero questo prodotto?
- Potrei comprarne al suo posto uno usato?
- È un prodotto riutilizzabile?
- È un prodotto di buona qualità, di lunga durata ed è eventualmente riparabile?
- Il materiale che lo compone è riciclabile?
- L'imballaggio che lo riveste è necessario?



Come limitare i rifiuti

Incentiva l'economia circolare

Partecipa all'economia circolare. Prediligere prodotti usati, durevoli e riparabili aiuta a evitare emissioni e promuove l'economia locale.

Con una serie di obblighi per le case produttrici di dispositivi elettrici ed elettronici, nel novembre 2020 il parlamento europeo ha approvato una risoluzione che rafforza il Right to Repair. Si tratta di un passo in avanti contro l'obsolescenza programmata e la riduzione dei rifiuti RAEE. La prossima azione spetta alla Commissione, che dovrà recepire queste linee guida e renderle operative.

Utilizza i device elettronici (pc e telefoni cellulari) fino a “fine vita”

Per produrre un computer vengono usati 240 chilogrammi di combustibili fossili, 22 chilogrammi di prodotti chimici e 1,5 tonnellate di acqua. Senza contare che, secondo Greenpeace, i rifiuti tecnologici pesano ogni anno quanto 22 milioni di auto, e solo il 20% dei dispositivi viene smaltito in maniera corretta, mentre la gran parte finisce in enormi discariche in Paesi come Nigeria e India.



Come smaltire correttamente i rifiuti

Lo smaltimento non corretto di computer dismessi, telefoni cellulari, batterie al litio, giochi e dispositivi elettronici in genere è estremamente dannoso per l'ambiente.

Questi apparecchi possono infatti contenere alcune sostanze pericolose come piombo e mercurio, oltre a numerosi metalli preziosi come oro, argento, rame, ottone, zinco, acciaio, ferro, stagno e alluminio che compongono i loro circuiti stampati e che potrebbero essere recuperati e riutilizzati per produrre nuovi apparecchi.

Il RAEE (Riciclaggio di Apparecchiature Elettriche ed Elettroniche) permette di recuperare da queste vere e proprie “miniere urbane” le varie frazioni dei metalli ferrosi - separandoli dalle frazioni organiche come plastica, gomma, legno, tessili e polveri - e di raffinare quelli più preziosi.

Come ridurre l'inquinamento da combustione



Evita di bruciare le sterpaglie del tuo giardino e in generale di accendere fuochi incontrollati

Tra le fonti di inquinamento che innalzano i valori di PM10 e di altre particelle inquinanti, si tende spesso a sottovalutare il ruolo giocato dalle combustioni incontrollate all'aperto: **smaltimento di residui di potature** nel settore agricolo; roghi operati da privati con materiali plastici, imballaggi di vario genere, rifiuti ingombranti, vernici, resti di detersivi e saponi, oli esausti; impieghi legati a celebrazioni religiose come i Falò di Sant'Antonio e i fuochi d'artificio. Per non parlare dei roghi delle ecomafie per lo smaltimento illegale dei rifiuti, come avviene nella tristemente nota "terra dei fuochi" nella provincia di Caserta.

Il problema è particolarmente sentito in Pianura Padana, che è stata indicata dalla rivista The Lancet, nel suo ultimo report del 2019, come il luogo in Europa in cui si muore di più per inquinamento.

La pericolosità di queste combustioni risiede nella loro natura privata che non permette di vagliare le sostanze che vengono bruciate. Questi cumuli possono essere composti da diversi materiali come plastica e oli esausti, che hanno un potenziale inquinante molto più alto delle combustioni di soli residui vegetali.

Il problema in Pianura Padana, ancora una volta, è duplice poiché la particolarità del suo territorio impedisce un efficiente ricircolo d'aria in alcuni periodi dell'anno tanto che da ottobre a marzo qualsiasi tipo di combustione all'aperto è vietato dalla legge.

Come ridurre l'inquinamento da combustione



Evita di utilizzare stufe e camini obsoleti

Una buona parte delle emissioni inquinanti, dello spargimento di polveri sottili e del conseguente peggioramento della qualità dell'aria, proviene dalla combustione domestica di legna da ardere e di pellet, che avviene in molti casi all'interno di stufe obsolete (prodotte più di 10 anni fa) e di camini a focolare aperto. Si stima che si tratti di 6,3 milioni di apparecchi, ovvero il 70% del parco installato.

I moderni apparecchi a biomassa legnosa invece sono caratterizzati da emissioni da 4 a 8 volte inferiori rispetto alle tecnologie più datate e utilizzate impropriamente (una conduzione scorretta dell'apparecchio a legna, infatti, può causare incrementi notevoli delle emissioni di polveri sottili e di carbonio organico anche di 10 volte rispetto a un utilizzo ottimale).

È quindi consigliabile: rottamare i vecchi apparecchi grazie agli incentivi statali; installare nuovi dispositivi a rendimento certificato, avvalendosi di tecnici qualificati e facendo le dovute manutenzioni annuali; utilizzare correttamente gli apparecchi, usando combustibili di qualità certificata.

Per chi fosse interessato è utile consultare il libro bianco [Rottamare ed educare](#) pubblicato dall'AIEL, l'Associazione italiana energie agroforestali. Si tratta di un documento che fa il punto sulla qualità dell'aria nel nostro Paese, riferendosi in particolare alle zone più colpite, ovvero quelle del bacino padano.

Comportamenti socialmente utili



Fai parte di una comunità energetica

Già oggi si possono costituire comunità energetiche che includono più soggetti tra cui enti pubblici, singoli cittadini, imprese che auto-producono e auto-consumano energia condividendo impianti da fonti rinnovabili. L'energia prodotta è consumata dagli aderenti alla comunità. L'energia in eccesso viene immessa in rete.

Sia la componente auto-consumata che quella immessa in rete sono incentivate.

In questo modo la comunità energetica ottiene numerosi benefici: riduce le emissioni, riduce il costo della bolletta per gli associati, sostiene le fasce di popolazione più disagiate.

Attraverso le comunità energetiche si attiva un circolo virtuoso che, con l'aggiunta di batterie d'accumulo, colonnine di ricarica per autovetture e maggiore attenzione nella ripartizione oraria dei consumi, massimizza i benefici per cittadini e imprese aderenti.

Per maggiori informazioni: <https://www.legambiente.it/wp-content/uploads/2020/06/rapporto-comunita-rinnovabili-2020.pdf>

Aderisci a progetti di finanza sostenibile

È importante chiedersi come vengono utilizzati i nostri risparmi dalle istituzioni finanziarie. I fondi sostenibili, o socialmente responsabili, sono strumenti di gestione del risparmio che consentono di canalizzare i capitali in strumenti finanziari con un elevato profilo di responsabilità sociale e ambientale. Recentemente l'Unione europea ha definito i parametri per cui un fondo può essere definito sostenibile.

Comportamenti socialmente utili



Adotta una piccola centrale idroelettrica in disuso

È un nuovo modello di gestione del bene comune “energia”, attraverso processi che coinvolgono direttamente i cittadini, i territori, le comunità locali, puntando sulle energie rinnovabili.

Nel nostro territorio vi sono molte piccole centrali idroelettriche che sono abbandonate da decenni. Grazie all'azionariato popolare, un gruppo di cittadini si riunisce in una cooperativa e finanzia la ricostruzione e la gestione della centrale idroelettrica.

Condividi le esperienze

Condividi la tua esperienza nell'implementazione delle buone pratiche sostenibili, offrendo incoraggiamento a chi intende contribuire al raggiungimento degli obiettivi climatici.

Partecipa alle decisioni della comunità

Prendere parte alle attività sul territorio riguardanti la strategia climatica locale ti consente di aumentare l'inclusione nel processo decisionale e l'identificazione di azioni e obiettivi condivisibili con altri soggetti della comunità stessa.



Pianta un albero

Effettua un'azione, seppure di lieve entità, di sequestro di CO₂.

Ogni essere umano emette circa 7 tonnellate di CO₂ all'anno. In cinquant'anni ognuno di noi emette quindi 350 tonnellate di CO₂.

Per ridurre del solo 5% la propria impronta ambientale ognuno di noi dovrebbe piantare 125 alberi all'anno, occupando una superficie di circa 500 mq di terreno. Per neutralizzare l'impronta ambientale dovremmo piantare 2.500 alberi all'anno su una superficie pari a quella di un campo da calcio.

Dato che una parte delle emissioni non potranno essere azzerate, si dovranno mettere in atto meccanismi compensativi. Le 'tecnologie' migliori su cui possiamo contare al momento sono le foreste, ma rimane imprescindibile una rapida decarbonizzazione del settore energetico

Credits



Si ringrazia la Rete per il Clima del Verbano per i preziosi contenuti delle sue pubblicazioni, rispetto alle quali ci sentiamo di aver fatto ampio omaggio di divulgazione.

Redazione del documento:

Alessandro Palazzo
Marco Magaraggia
Arianna Rudoni
Chiara Luce Arlunno

Impaginazione:

Paolo Pucci

Versione: 05.04.2021