



COMUNE DI TREVIOLO



PROVINCIA DI BERGAMO SETTORE AMBIENTE

# Rifiuti: prevenire è meglio che smaltire!



Un piccolo vademecum per aiutarci a riflettere su come, a partire dai rifiuti, possiamo adottare uno stile di vita "ecocompatibile" fatto di piccoli gesti, semplici e concreti per avere più rispetto dell'ambiente in cui viviamo.



SETTIMANA EUROPEA PER LA RIDUZIONE DEI RIFIUTI



Opuscolo formativo e informativo per evitare gli sprechi e produrre meno rifiuti realizzato nell'ambito della Settimana Europea Riduzioni Rifiuti 2010

## 3 Prevenire la formazione dei rifiuti

Il principio di "prevenzione" trova grandi possibilità di applicazione, oltre che nelle fasi di produzione, imballaggio e distribuzione dei beni, anche a livello domestico.

### La spesa consapevole

Ogni volta che acquistiamo un oggetto, rischiamo anche di comprare un rifiuto. Perciò, se nella scelta dei prodotti teniamo conto, oltre che della qualità e del prezzo, anche del loro impatto ambientale, possiamo diminuire il quantitativo di rifiuti che poi dovremo gestire.

Ecco alcune indicazioni per effettuare degli acquisti consapevoli:

- Andiamo a fare la spesa già muniti di borse in stoffa o in plastica riciclata: sono resistenti e riutilizzabili all'infinito.
- Evitiamo l'acquisto di prodotti usa e getta, prediligendo prodotti che durano a lungo e che possono essere, nell'eventualità, facilmente riparati.
- Moderiamo l'acquisto di prodotti usa e getta (fazzoletti, tovaglioli, piatti, bicchieri, posate, pannocarta, pannolini, ecc); esistono in commercio anche pannolini per l'infanzia riutilizzabili o biodegradabili.
- Preferiamo l'acquisto e l'uso di prodotti e di imballaggi ecologici (etichettati) fatti con materiali riciclati o riciclabili oppure, se possibile, riutilizzabili. Ad esempio una bottiglia da 1 lt. in vetro a rendere, che viene nuovamente riempita in media per 40 volte, è in grado di sostituire 27 bottiglie di plastica da 1,5 lt e ben 120 lattine di alluminio.
- Scegliamo, se possibile, prodotti sfusi o con imballaggi poco voluminosi e costituiti da un solo materiale così da facilitare le operazioni di differenziazione.
- Preferiamo le "confezioni famiglia" a quelle monodose (es. biscotti, marmellate, tè e tisane).
- Nel reparto detersivi e prodotti detergenti, prediligiamo quelli concentrati e diluibili, con possibilità di ricarica, o, ancor meglio, "alla spina" (con flaconi riutilizzabili più volte).
- Cerchiamo di consumare cibi freschi di stagione anziché in scatola o surgelati, con un risparmio sia di imballaggi sia energetico.
- Privilegiamo l'acquisto di alimenti prodotti non troppo lontano così da contribuire a un minor consumo di energia e a un minore inquinamento (per l'imballaggio, il trasporto e la distribuzione).
- Non eccediamo nella spesa per non trovarci nella condizione di dover buttare cibo.

Il presente vademecum "riutilizza" i contenuti del quaderno pubblicato nel '97 dalla Provincia di Bergamo, intitolato "Noi produttori di rifiuti", disponibile sul sito internet provinciale nella pagina delle Pubblicazioni dell'Osservatorio provinciale dei rifiuti.

Per questo ringraziamo vivamente Gloria Gelmi per i testi da cui abbiamo preso spunto e Moris Lorenzi per le illustrazioni.



### Altri spunti di riferimento

- › Le buone pratiche verdi – Provincia di Bergamo
- › Salvalacqua – Provincia di Bergamo
- › Piacere quotidiano – I love Lodi – Comune di Lodi
- › Il libro dei rifiuti – La raccolta fa la differenza – Regione Marche
- › Manuale per la prevenzione domestica dei rifiuti - Associazione Aeres – Venezia
- › [www.altroconsumo.it/impatto-ambientale](http://www.altroconsumo.it/impatto-ambientale)
- › Campagna europea per la riduzione dei rifiuti "Meno 100 kg di rifiuti all'anno per abitante"

## Crediti e ringraziamenti

ENTE PROMOTORE: PROVINCIA DI BERGAMO - Assessorato all'Ambiente  
Pietro Romanò - Assessore all'Ambiente  
Claudio Confalonieri - Dirigente Settore Ambiente  
Anna Nicotera e Lavinia Cattaneo - Ufficio Agenda21  
Provincia di Bergamo - Settore Ambiente - Via Camozzi n. 95 BERGAMO  
Tel.: 035/387568 - Fax: 035/38759  
mail: [agenda21@provincia.bergamo.it](mailto:agenda21@provincia.bergamo.it) sito: [www.provincia.bergamo.it](http://www.provincia.bergamo.it)

Si ringraziano sentitamente Monica Giusto e Anna Maria Bentivoglio, consulenti della Provincia di Bergamo in materia di riduzione rifiuti e GPP, che hanno collaborato alla realizzazione dell'opuscolo e Elena Spinelli e Anna Carminati del settore Ambiente, per il loro supporto nella verifica dei contenuti e dei dati.

Stampato nel mese di novembre 2010

## Occhio alle etichette!

Le etichette "eco" che contraddistinguono i prodotti sono molte! Eccone alcune che troviamo anche al supermercato



Prodotto riciclabile



Non disperdere nell'ambiente dopo l'uso



Ecolabel è il marchio ecologico che contraddistingue alcuni tipi di prodotti (detersivi, fazzoletti di carta, lampadine, vernici, ecc) fabbricati rispettando criteri ambientali fissati dall'Unione Europea.



Il Marchio europeo dell'agricoltura biologica viene apposto sui prodotti alimentari che presentano almeno il 95% degli ingredienti provenienti da agricoltura biologica.



Energy Star è un programma governativo americano per promuovere la conservazione di energia migliorando l'efficienza dei prodotti di consumo.



Okotex Standard 100 certifica l'assenza di sostanze nocive nei prodotti tessili.



Simbolo Green Dot: Garantisce la responsabilità del produttore di aderire ad un sistema di recupero e riciclo dei materiali di imballaggio.



Il marchio FSC (Forest Stewardship Council) identifica i prodotti contenenti legno proveniente da foreste gestite in maniera corretta e responsabile secondo rigorosi standard ambientali, sociali ed economici.



### Etichetta energetica

Obbligatoria per gli elettrodomestici.

## 1 Rifiuti: quanti ne produciamo e quanto ci costano?

Rifiuto è qualsiasi oggetto o sostanza di cui ci disfiamo: ma quello che non serve più a noi può essere di utilità per qualcun altro. Una rivista già letta, per esempio, può essere d'interesse per chi non l'ha ancora fatto, oppure per un collezionista. Quindi la creazione di un rifiuto può essere una scelta soggettiva.

Ogni cittadino europeo sfrutta in media, ogni anno, 50 tonnellate di risorse naturali la cui disponibilità sulla terra è sempre più limitata. Di queste, circa un terzo viene convertito in scarti ed emissioni con oltre 1,8 miliardi di tonnellate di rifiuti prodotti ogni anno. Nello specifico, in Europa ciascun abitante produce 520 kg di rifiuti domestici all'anno, con un incremento previsto del 25% nel periodo 2005 - 2020. Anche a livello nazionale la produzione di rifiuti urbani è in aumento: nel 2008 ne sono stati prodotti circa 32,5 milioni di tonnellate<sup>2</sup>.

### E nella nostra Provincia?

Nel 2009 sono stati prodotti **484.843 tonnellate di rifiuti urbani** che, se rapportati al numero complessivo di abitanti (1.087.969), equivalgono a **446 kg/anno** per cittadino bergamasco.



Il costo complessivo per la gestione e lo smaltimento di tali rifiuti è pari a **€ 96.312.792**, che corrisponde a un **costo pro-capite di € 88,52<sup>3</sup>**. Una semplice moltiplicazione ci rivela che un comune di 1.000 abitanti deve spendere annualmente circa **€ 89.000** per eliminare ciò che i suoi cittadini scartano. Tali costi gravano sui bilanci pubblici locali e quindi su tutti noi cittadini.

Se ognuno di noi con un atteggiamento responsabile ed un piccolo sforzo riducesse anche solo del 10% la quantità di rifiuti in un anno, in provincia di Bergamo si potrebbero risparmiare oltre 9,5 milioni di euro impiegabili per altri scopi.

Nella nostra Provincia i rifiuti, una volta raccolti in modo differenziato, vengono avviati a vari impianti che recuperano i diversi materiali, come plastica, carta, legno, vetro, metalli, umido, quasi tutti situati sul territorio provinciale o comunque in Lombardia, mentre i rifiuti indifferenziati vengono avviati ai termovalorizzatori, presenti in Provincia, che producono energia.

1) Fonte: Linee guida sulla prevenzione dei rifiuti urbani – Federambiente – Osservatorio Nazionale sui Rifiuti - 2010

2) Fonte: "Rapporto rifiuti 2009" dell'APAT (Agenzia per la protezione dell'ambiente, oggi ISPRA)

3) Fonte: Osservatorio Rifiuti Provincia di Bergamo 2009



## 3

### L'uso quotidiano degli oggetti

Un'altra grande opportunità che abbiamo per produrre meno rifiuti è legata a molti dei nostri comportamenti abituali. Si tratta in pratica di assumere un atteggiamento più responsabile e meno "sprecone". Ecco qualche suggerimento:

- Sfruttiamo appieno un oggetto prima di gettarlo. Un foglio di carta scritto su un solo lato, ad esempio, ha svolto la sua funzione solo a metà: l'altro lato può essere usato per appunti.
- Utilizziamo, con un piccolo sforzo di fantasia, gli oggetti che hanno apparentemente esaurito la propria funzione, per usi diversi da quello originale. Scatole, barattoli, fustini, buste possono essere usati - magari ricoperti con carta decorativa - per contenere oggetti di altro tipo. I bambini potrebbero in questo modo inventarsi dei giochi creativi.
- Provvediamo ad una corretta e puntuale manutenzione dei beni che utilizziamo: funzioneranno meglio e dureranno di più.
- Ripariamo gli oggetti rotti invece di gettarli, oppure, se non abbiamo il tempo o l'abilità necessaria, riscopriamo l'importantissima attività in via di estinzione degli artigiani (calzolari, rammendatrici, arrotini, falegnami, impagiatori, sarti, rilegatori, restauratori, ecc.).
- Scegliamo apparecchi alimentati con cellula fotovoltaica, con carica manuale, con pile ricaricabili (orologi, calcolatrici, radioline, giocattoli, ecc.) invece che con pile usa e getta.
- Usiamo contenitori rigidi, riutilizzabili, per conservare il cibo in frigorifero invece di avvolgerlo in fogli di alluminio o in pellicole trasparenti di plastica.
- Non esageriamo con i giochi per i nostri figli e preferiamo quelli in materiali ecocompatibili (legno, cartone, happy mais, ecc).
- Portiamo al lavoro una tazzina da caffè o un bicchierino di plastica rigido (lavabile), così da evitare ogni giorno di utilizzare i bicchierini di tipo "usa e getta".
- Scopriamo il gusto dei prodotti fatti in casa (conserva, dolci, yogurt, ecc.). A trarne vantaggio, oltre che l'ambiente, sarà la nostra salute, perché assumeremo meno conservanti, coloranti ed additivi industriali vari.

## 2 La politica delle 4R

La politica comunitaria in tema di ambiente evidenzia, già da tempo, la necessità che la crescita economica non determini un maggior consumo di risorse non rinnovabili e una maggiore produzione di rifiuti.

Le Direttive dell'Unione europea sui rifiuti indicano come prioritaria, da oltre un decennio, la **Strategia delle 4R**: **R**iduzione – **R**iutilizzo – **R**iciclaggio – **R**ecupero, perché il rifiuto non è qualcosa che deve essere esclusivamente smaltito, ma piuttosto "gestito" attraverso un insieme di soluzioni. Contrapporre, come spesso accade, l'inceneritore alla raccolta differenziata denota una visione miope del problema e non in sintonia con le politiche di sostenibilità ambientale.

Anche la legislazione italiana, che recepisce la Direttiva europea sui rifiuti, stabilisce una gerarchia di interventi per una corretta gestione dei rifiuti:

- I concetti di **Riduzione** e **Riutilizzo** sono ricompresi nella definizione di Prevenzione, ossia tutte le misure che possono essere prese, prima che una sostanza o un materiale o un prodotto diventi un rifiuto, per ridurre:
  - › il contenuto di sostanze pericolose
  - › la quantità dei rifiuti generati
  - › gli impatti negativi sull'ambiente e sulla salute dell'uomo.

Riduzione e Riutilizzo rappresentano tutte le azioni che contribuiscono ad allungare il ciclo di vita dei beni e a ridurre, anche attraverso il riutilizzo, le quantità di rifiuto che si determinano. Prevenire la produzione di rifiuti significa scegliere la via di uno sviluppo più sostenibile su scala locale, cercando di modificare, a monte, il sistema produttivo affinché generi meno rifiuti e a valle di ridurre la quantità di rifiuti prodotta anche attraverso il reimpiego.

- **Riciclaggio**, ovvero il recupero dei materiali presenti nei rifiuti.

- **Recupero energetico**, cioè la termoutilizzazione di ciò che non può essere riciclato.

L'Unione Europea a partire dal 2000 prevede la riduzione del 50% dei rifiuti urbani entro il 2020. Per raggiungere tale obiettivo è necessario e urgente modificare radicalmente i nostri stili di vita producendo meno rifiuti e riciclando.

## 4 Quando il rifiuto si è già formato

### La raccolta differenziata

Produrre e gettare via una mole impressionante di rifiuti è oggi considerata una cosa normale ma, prima dell'era industriale e della società dei consumi, non era così. La complessa macchina della raccolta dei rifiuti coinvolge ogni giorno persone, attrezzature e risorse economiche quindi il nostro contributo nel ridurre la quantità di rifiuti prodotti e nel differenziarli correttamente è fondamentale. Cercare di produrre meno rifiuti, separarli correttamente e raccogliarli in modo differenziato, richiede un po' di attenzione da cui, poi, tutti potremo trarre vantaggio.

Le finalità della raccolta differenziata sono:

- Risparmiare materie prime ed energia attraverso il reinserimento in un ciclo produttivo di una parte dei rifiuti (l'energia necessaria per produrre nuovi oggetti a partire da materiale di riciclo è spesso di gran lunga inferiore).
- Diminuire la quantità di rifiuti destinata a smaltimento e relativi costi.
- Far funzionare meglio e con minore impatto ambientale le discariche e gli inceneritori, grazie alla riduzione di alcune frazioni critiche quali l'organico (che genera biogas nelle prime ed abbassa il potere calorifico nei secondi) o il PVC (accusato di concorrere alla formazione delle diossine durante la combustione).

Le modalità di raccolta sono molteplici e poiché sul territorio bergamasco sono presenti sistemi diversi, anche in paesi confinanti tra loro, è consigliabile richiedere informazioni dettagliate al Comune di appartenenza.

Ecco alcune regole fondamentali che è bene conoscere:

- la qualità del materiale dipende dalla sua omogeneità: se conterrà poche frazioni estranee (o, meglio ancora, nessuna) potrà essere facilmente riciclato, altrimenti dovrà subire ulteriori trattamenti (con costi aggiuntivi) per essere avviato al recupero.
- Tutto ciò che viene abbandonato vicino alle campane (anche se si tratta di materiali alle quali sono destinati) viene prelevato come rifiuto indifferenziato e avviato all'inceneritore (termovalorizzatore). Perciò, se troviamo una campana piena, lamentiamoci con il Comune.
- Nella raccolta differenziata della carta non buttiamo carta sporca o unta, carta carbone, carta plastificata, carta vetrata o catramata, carta lucida da fax.
- Schiacciamo le bottiglie di plastica, le lattine di metallo e le scatole di cartone prima di consegnarle o introdurre nelle campane, così da ridurre il volume. Bottiglie, flaconi, barattoli e contenitori vari vanno conferiti senza residui del contenuto (è meglio sciacuarli).

- Conferiamo nella raccolta differenziata della plastica solo imballaggi in plastica tipo bottiglie per bevande, flaconi per prodotti di pulizia, contenitori e vaschette per alimenti (anche in polistirolo), sacchetti, poiché sono gli unici che vengono riciclati.

- Tutte le bottiglie e i barattoli di vetro possono essere riciclati, ma altri tipo di vetro, come quelli delle finestre, i pirex e quelli delle lampadine, vengono ottenuti con un procedimento diverso e non possono essere combinati con il vetro di scarto. Dalle bottiglie vanno rimossi i tappi; evitiamo nel modo più assoluto di inserire nelle campane per il vetro oggetti in ceramica.

- Ricordiamo che frigoriferi, vernici, olio motore, olio di frittura, TV, lampadine, batterie, ecc. vanno raccolti separatamente e portati al centro di raccolta comunale.



Ricordiamo inoltre ciò che **non bisogna assolutamente fare** (anche perché, oltre a provocare un danno a tutti, è anche vietato dalla legge):

- bruciare rifiuti di qualsiasi tipo (compresi quindi anche gli scarti da manutenzione del giardino): la combustione incontrollata dei rifiuti libera nell'aria sostanze anche molto velenose.
- Immettere rifiuti (anche se allo stato liquido) nelle fognature e nei corsi d'acqua: i prodotti tossici che quotidianamente usiamo nelle nostre case se versati negli scarichi mettono fuori uso i depuratori perché ne avvelenano la flora batterica. Ancora peggio se le acque di fogna non passano attraverso alcun impianto di depurazione perché ciò di cui ci siamo disfatti attraverso il lavandino o il WC finirà direttamente nei fiumi.
- Abbandonare rifiuti di qualunque genere in qualsiasi luogo, sia esso bosco, strada di città o accanto ad una "campana", perché questo gesto non dimostra solo maleducazione, ma implica dei costi sociali che tutti noi dobbiamo pagare.

## 5 Comportamenti eco-compatibili

Quanto visto sui rifiuti ci porta a capire meglio il principio della "responsabilità condivisa" e la necessità di una serie di piccoli gesti quotidiani per risolvere un grave problema del nostro tempo. È giunto allora il momento di allargare il nostro orizzonte e individuare altre pratiche "eco-compatibili"!

### Non sprecare l'acqua

- Evitiamo di far scorrere l'acqua a lungo senza utilizzarla: un rubinetto aperto anche solo un minuto comporta uno spreco di acqua fino a 20 litri.
- Chiudiamo il rubinetto quando laviamo i denti; durante la rasatura è bene raccogliere l'acqua nel lavandino per sciacquare il rasoio.
- Privilegiamo l'uso della doccia piuttosto che della vasca e chiudiamo l'acqua mentre ci massaggiamo i capelli con lo shampoo.
- Inseriamo sul rubinetto del lavabo e della doccia un riduttore di flusso che diminuisce l'acqua erogata.
- Assicuriamoci che il rubinetto sia ben chiuso: se gocciola al ritmo di 90 gocce al minuto si sprecano 4.000 litri di acqua in un anno.
- Usiamo sempre la lavatrice e la lavastoviglie a pieno carico: consumeremo meno acqua e meno energia.
- Non laviamo troppo spesso l'auto e quando lo facciamo, usiamo un secchio.
- Se possiamo, facciamo montare un WC con scarico "ultra-basso" o con sciacquone differenziato (doppio pulsante), tali dispositivi hanno un costo esiguo e consentono di risparmiare il 30 % di acqua.
- Se installiamo uno scaldabagno posizioniamolo vicino alle utenze e regoliamolo alla temperatura gradevole per noi ma non bollente per evitare di dover poi raffreddare l'acqua.
- Innaffiamo il giardino con parsimonia e sempre verso sera: quando il sole è calato, l'acqua evapora più lentamente e non viene sprecata, ma assorbita dalla terra.
- Se dobbiamo pulire dei piazzali, usiamo una scopa anziché un getto d'acqua.

Per maggiori spunti di riflessione sul minor consumo di acqua in ambiente domestico, rimandiamo al Manuale edito dalla Provincia di Bergamo "Salvalacqua", scaricabile dal sito: <http://www.provincia.bergamo.it/Agenda21 - Sezione documenti prodotti>

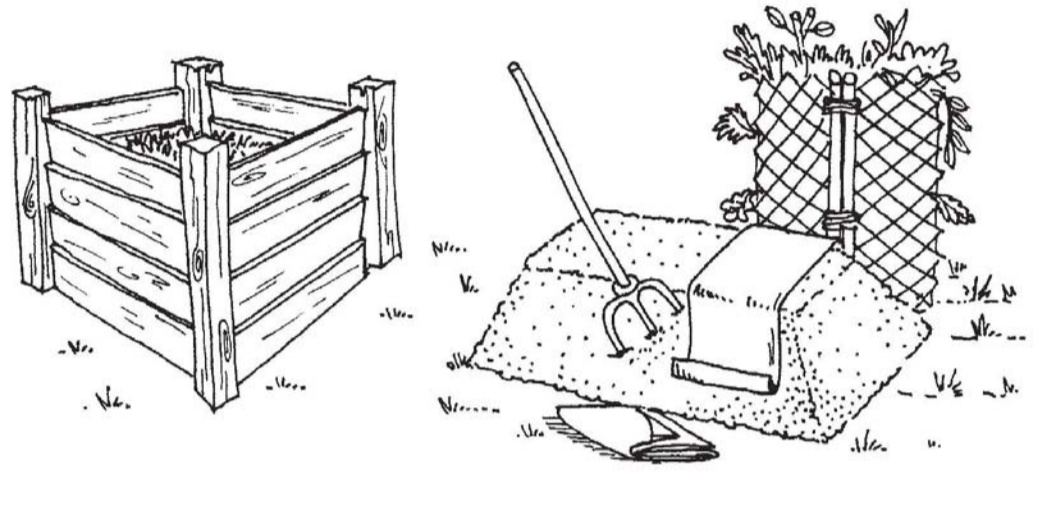
## 4 Il compostaggio domestico

I rifiuti organici vengono prodotti quotidianamente nelle nostre case, nelle mense, nei ristoranti, nei bar, negli orti e nei giardini. Rappresentano oltre il 35% del totale dei rifiuti che produciamo. La natura è in grado di riciclare completamente questi rifiuti producendo un fertilizzante naturale da utilizzare nell'orto, in giardino o per le piante in vaso.

Recuperare questi rifiuti con la pratica del compostaggio domestico ci permette di diminuire i costi di smaltimento, di rallentare l'esaurimento delle discariche e ridurre i problemi di odore e di percolato, di diminuire i problemi di abbassamento del potere calorifico dei rifiuti avviati all'incenerimento.

### Cosa possiamo compostare:

- Le materie prime per la produzione del terriccio compostato sono tutti gli scarti di tipo organico, biodegradabili:
- avanzi di cucina come residui di pulizia delle verdure, bucce, pelli, fondi di caffè...
- scarti del giardino e dell'orto come legno di potatura, sfalcio dei prati, foglie secche, fiori appassiti, gambi, avanzi dell'orto....
- altri materiali biodegradabili come la carta non patinata, cartone, segatura e trucioli di legno non trattati.



Per maggiori dettagli circa la pratica del compostaggio domestico, si rimanda all'opuscolo edito dalla Provincia di Bergamo "Alla scoperta del compostaggio domestico", scaricabile dal sito: <http://www.provincia.bergamo.it - Servizio Ambiente - Osservatorio rifiuti - Pubblicazioni>

## 5 Consumare meno energia elettrica

- Quando possibile, privilegiamo la luce solare a quella artificiale.
- Ricordiamoci di spegnere la luce quando usciamo dalle stanze.
- Privilegiamo l'acquisto di elettrodomestici di classe A/A+ (lavatrici, lavastoviglie, frigoriferi, condizionatori, ecc.).
- Acquistiamo lampadine a basso consumo, costano di più ma durano fino a 15 volte di più consumando meno energia<sup>4</sup>.
- Privilegiamo contratti di energia elettrica prodotta da fonti rinnovabili (acqua, sole, vento, ecc.).
- Disinseriamo il caricabatteria del cellulare dalla presa quando non è in uso, persino scollegato dal telefono consuma elettricità.
- Privilegiamo l'acquisto di apparecchiature IT (PC, stampanti, fotocopiatrici, ecc.) con marchio Energy Star e impostiamole sulle opzioni risparmio energia.
- Non dimentichiamo di spegnere il computer e tutte le attrezzature elettroniche a fine giornata.
- Usiamo le scale anziché l'ascensore, fa bene alla salute e all'ambiente.

### Per consumare meno per il riscaldamento o il raffrescamento

- Evitiamo di surriscaldare l'ambiente in cui viviamo in inverno mantenendo una temperatura non superiore a 20° C (ogni grado in meno di riscaldamento corrisponde ad un risparmio energetico del 7%). Laddove sia possibile, regolare il termostato in modo intelligente.
- Facciamo installare caldaie ad alto rendimento o caldaie a condensazione.
- Evitiamo di accendere il riscaldamento o il condizionatore se non siamo in casa.
- Privilegiamo l'uso del ventilatore in alternativa al condizionatore, o acquistiamo un modello a maggior rendimento energetico.
- Possiamo contenere la dispersione di calore attraverso l'uso di doppi vetri.
- Prendiamo in considerazione, grazie anche agli incentivi esistenti, l'installazione di pannelli solari sui tetti delle palazzine, degli uffici e dei capannoni industriali per la produzione di energia elettrica o di acqua calda.
- Manteniamo bassa la temperatura dell'acqua, non superare i 60°C.
- Installiamo se possibile le valvole termostatiche su ogni termosifone.

4) Fonte: [http://ec.europa.eu/energy/lumen/index\\_it.htm](http://ec.europa.eu/energy/lumen/index_it.htm)

## 4 Il mercato dell'usato

Al momento di disfarsi di un oggetto (perché non ci serve o non ci piace più) ricordiamoci che c'è sempre qualcuno cui potrebbe interessare. I potenziali acquirenti o beneficiari sono raggiungibili attraverso i mercatini dell'usato, i giornali ad inserzioni gratuite, i gruppi di volontariato, la Caritas parrocchiale, il passaparola.



Ecco alcuni esempi:

- Favoriamo il recupero dei computer che sostituiamo consegnandoli a chi li riutilizza per destinarli a fasce sociali che hanno difficoltà di accesso al mercato dell'informatica (gruppi anziani, associazioni no profit, scuole).
- Non buttiamo i libri che non ci interessano più ma rendiamoli disponibili agli altri attraverso organizzazioni di volontariato, scuole, comunità, ecc..., o anche con il bookcrossing che consiste nel lasciare libri nei luoghi più diversi dove possono essere ritrovati e quindi letti da altre persone ([www.bookcrossing-italy.com](http://www.bookcrossing-italy.com)).
- Imitiamo la buona abitudine di molte mamme di scambiarsi l'abbigliamento dei figli man mano che crescono oppure di vendere ai mercatini dell'usato o di regalare ai gruppi di volontariato tutto ciò che i propri figli non usano più come giocattoli per la prima infanzia, carrozzine, passeggini...

Per conoscere l'iniziativa "rifiuti con affetto", promossa dal Comune di Bergamo in collaborazione con Aprica Gruppo a2a (campagna di raccolta e rimessa in circolazione degli oggetti usati), ecco il sito: [www.rifutoconaffetto.it](http://www.rifutoconaffetto.it)

## 5 Per muoverci inquinando meno

Sembra incredibile, ma ci possiamo muovere anche senza avere un'auto! Oppure possiamo provare a usarla meno e meglio. In città, **la bici si rivela il mezzo di trasporto più veloce e versatile**. Occupa poco spazio, non fa rumore, non inquina, non consuma petrolio, migliora la salute di chi la utilizza e la qualità della vita di tutti. A chi non la usa perché teme il traffico, la Provincia di Bergamo può offrire, in collaborazione con A.Ri.Bi, qualche suggerimento per trovare percorsi meno rischiosi; mentre chi teme che gliela rubino, potrà usufruire del sistema di identificazione e registrazione **BiciSicura**. Per i brevi spostamenti, usiamo di più le gambe: camminando almeno mezz'ora al giorno ci manteniamo in forma e riduciamo il rischio di malattie cardiovascolari. Ci sono poi i **mezzi pubblici**: spesso chi li ritiene scomodi non ha mai provato ad usarli! Per conoscerli meglio, andiamo su: [www.bergamotrasporti.it](http://www.bergamotrasporti.it) (autolinee extraurbane) e [www.atb.bergamo.it](http://www.atb.bergamo.it) (bus urbani e tram), ricordandoci sempre di considerare anche la possibilità di muoverci in treno. Rinunciare all'auto non è sempre facile, ma possiamo almeno usarla in modo più intelligente. Il primo passo è condividerla: **riempiamo le auto per svuotare le strade!** Possiamo accordarci per andare al lavoro in **car-pooling** (più persone sullo stesso mezzo di trasporto), con un bel risparmio sui costi. Oppure possiamo iscriverci a **Jungo** ([www.jungo.it](http://www.jungo.it)), un nuovo modo di muoversi sfruttando "i sedili vuoti delle auto in costante movimento". Un superamento del classico autostop per renderlo sicuro e remunerativo, che è in fase di avvio anche nella provincia di Bergamo. Lo stile di guida e la **manutenzione del mezzo** ci consente di risparmiare il 20% di carburante ed emissioni: cerchiamo in internet gli eco-consigli. Se usiamo di più il cervello e meno il piede destro, faremo bene al portafoglio, all'aria e alla salute, riducendo anche i rischi di incidente. E infine, se vogliamo acquistare un'auto, scegliamola tenendo conto innanzitutto di consumi, emissioni e sicurezza, consultando i siti che ci offrono un immediato confronto tra i modelli disponibili (ad es. [www.eurotopten.it](http://www.eurotopten.it)). Possiamo trovare altri utili suggerimenti per una mobilità più sostenibile su: [www.vivi-constile.org](http://www.vivi-constile.org).

Per approfondimenti visitate il sito provinciale del Settore Viabilità e Trasporti/Mobility management, nella sezione Mobility Manager d'area provinciale.

# Test: hai uno stile di vita sostenibile?

Scopriilo rispondendo a queste 10 semplici domande

- Quando fai la spesa utilizzi i sacchetti di plastica usa e getta?
  - Si uso sacchetti in plastica che acquisto ogni volta
  - Si utilizzo i sacchetti in plastica che però riuso più volte
  - No, uso sempre borse riutilizzabili
- Nei tuoi acquisti poni attenzione agli imballaggi?
  - Si sempre, cerco di acquistare prodotti sfusi, concentrati e in imballaggi poco voluminosi e fatti di materiali riciclati
  - Si a volte, se possibile cerco di preferire imballaggi fatti con materiali riciclabili (vetro, carta)
  - No, pongo attenzione solo al prodotto e non all'imballaggio
- Acquisti prodotti riutilizzabili o ricaricabili?
  - Si sempre, ogni volta che è possibile
  - Si a volte
  - Di solito No
- Fai il tentativo di far riparare un oggetto prima di decidere di sostituirlo?
  - Si lo faccio regolarmente
  - Si solo quando si tratta di un oggetto a cui sono particolarmente affezionato
  - No, preferisco acquistare prodotti nuovi
- Per lavarti utilizzi il bagno o la doccia?
  - Sempre e solo il bagno è più rilassante
  - Prevalentemente la doccia e ogni tanto il bagno
  - Sempre e solo la doccia
- Sai a cosa serve un riduttore di flusso?
  - Si è un dispositivo per misurare la quantità di acqua erogata
  - Si è un dispositivo per ridurre il consumo domestico di acqua
  - No, non ne ho idea
- Quando utilizzi la lavatrice e la lavastoviglie le usi a pieno carico?
  - Si sempre
  - Nella maggior parte dei casi si
  - Può capitare ma non ci preste particolare attenzione
- Quante lampadine a risparmio energetico ci sono nella tua casa?
  - Tutte sono a risparmio energetico
  - Nessuna
  - Alcune, sto provvedendo a sostituirle man mano
- A riscaldamento funzionante qual è la temperatura della tua abitazione?
  - Temperatura inferiore ai 20°C
  - Temperatura compresa fra i 20- 22° C
  - Temperature superiore ai 22°C
- Qual è il mezzo di trasporto che usi prevalentemente?
  - Auto o moto
  - Mezzi pubblici
  - Piedi o bicicletta

### Risultati e profili

Punteggio fra 24 e 30: **Consumatore attento** dimostri uno stile di vita sostenibile rispetto agli impatti ambientali, la tua consapevolezza può essere di esempio.  
 Punteggio fra 16 e 24: **Consumatore distratto** dimostri delle sensibilità ambientali ma puoi senz'altro migliorare il tuo stile di vita.  
 Punteggio fra 10 e 15: **Consumatore sprecone** Non badi molto all'ambiente che ti circonda e tendi a sprecare le risorse naturali, devi migliorare!

	A	B	C
1	1	2	3
2	3	2	1
3	3	2	1
4	3	2	1
5	1	2	3
6	2	3	1
7	3	2	1
8	3	1	2
9	3	2	1
10	1	2	3