
Gruppo Cantonale per lo sviluppo sostenibile (GrussTI) Consumare in modo responsabile

Coordinamento:

Cancelleria dello Stato, Bellinzona

Presentazione a cura di Sabrina Caneva

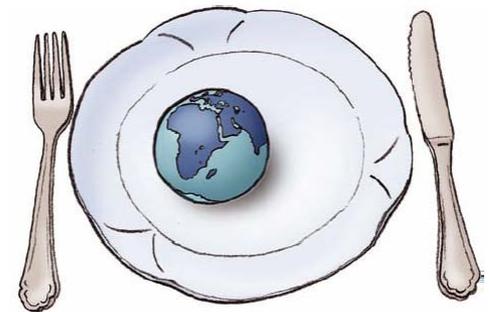
La Guida

- Perché una pubblicazione sul consumo “sostenibile”?
- Come si utilizza questa Guida?



Alimentarsi in modo sano e sostenibile

- **pp. 2-10**
- Per un'alimentazione equilibrata e dalle prospettive sostenibili è necessario **essere attenti** :
- alla provenienza degli alimenti
- ai metodi di produzione
- all'impatto ambientale di trasporti e degli imballaggi
- ai marchi che garantiscono il rispetto della natura e di condizioni di lavoro dignitose



Frutta e verdura, carne e pesce, bibite

SALUTE

PRODOTTI NELLA REGIONE

DIRITTI SOCIALI

BIODIVERSITÀ

RIPERCUSSIONI SULL'AMBIENTE

RISORSE DEL TERRITORIO

MARCHI

STAGIONE

CARNE = CO2

TEMPO PER IL RINNOVO DELLE SPECIE

Gli imballaggi

Molti imballaggi sono:

- Inutili
- Riciclabili (tranne i cartoni di surgelati, latte e succhi di frutta)

Quindi:

- Ridurre il consumo
- Separare i recipienti vuoti

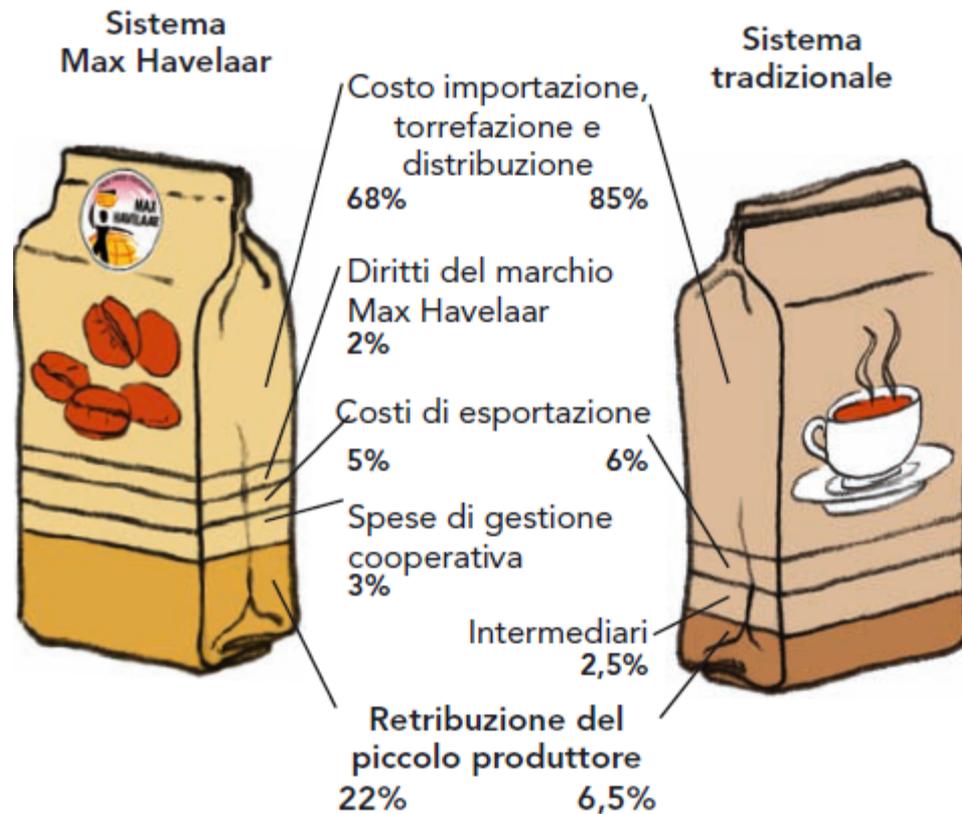
Le bevande



Attenzione:

- Alla provenienza (es. tè o caffè)
- Consumo di energia e di acqua nella preparazione
- Marchi
- Commercio equo
- Zuccheri aggiunti (1L di tè = 24 zollette di zucchero fino)

Bevande “eque”



Prendersi cura del corpo e della Natura

- Anche la Terra ha la propria “Salute”!
- I prodotti per l'igiene corporale e i cosmetici possono contenere sostanze tossiche per il corpo e/o per l'ambiente!
- L'aerosol
- Schiuma, profumi e colori
- Quantità utilizzate?
- Antibatterici e disinfettanti
- Per i prodotti si fa ricorso ad animali minacciati di estinzione?
- Pericoli per i pesci?



Come mi vesto? Cosa scelgo?

Quando scelgo un vestito valuto:

- Il prezzo
- Lo stile
- La comodità
- L'originalità

ma bisognerebbe valutare anche:

- Il materiale
- L'impatto ambientale per la fabbricazione
- Le condizioni di lavoro per produrli



La scelta dei propri vestiti

CICLO DI VITA DEI VESTITI

LA MODA è PASSEGGERA

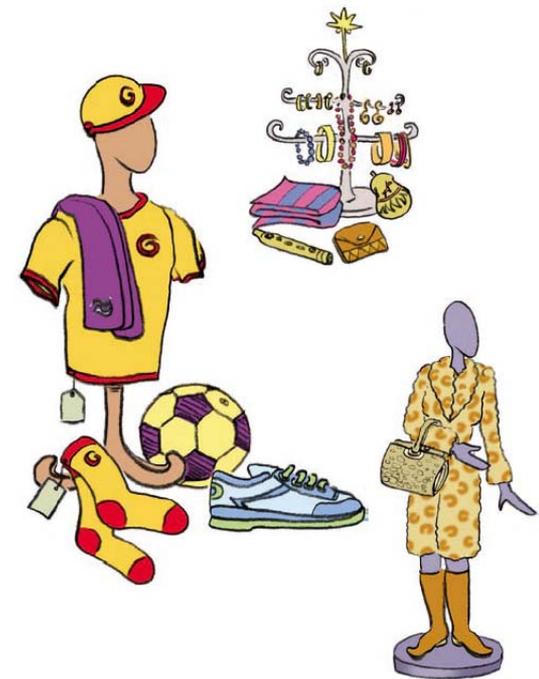
ATTENZIONE ALLA TRACCIABILITÀ

COMPRARE IN BASE AI BISOGNI

SCEGLIERE ARTICOLI DI QUALITÀ

Il mercato dell'abbigliamento

- È un mercato concorrenziale: cosa si nasconde dietro ai **prezzi**?
- La scelta delle **fibre** (es. cotone, juta, seta,...) è un fatto di salute e di ambiente!
- **Commercio equo**: anche i lavoratori dei paesi del Sud meritano un giusto salario
- Che cosa nasconde la **marca**?



Il consumo elettrico



- Cosa fare per ridurre la propria bolletta e quella del nostro pianeta?
- Preferire lampadine a risparmio energetico
- Consultare l'etichetta energia dei prodotti
- Scegliere la "corrente verde"
- Spegnerne la luce
- Evitare l'uso di batterie
- Usare le multiprese con interruttore



Esempio di etichetta Energia: il frigorifero

Energie	
Fabricant Modèle	FRI-FRI Super F
Econome	A
Peu économe	
Consommation d'énergie kWh/an <small>(Sur la base du résultat obtenu pour 24h dans des conditions d'essai normalisées)</small>	280
Capacité de denrée fraîches Capacité de denrées congelées	155 54 XXXX
Bruit dB(A) re 1 pW	38
<small>Une fiche d'information détaillée figure dans la brochure. Norme EN 153, mai 1999, Directive 94/CE relative à l'étiquetage des réfrigérateurs</small>	

Categoria di classificazione. Si trovano frigoriferi ancora più performanti nelle categorie "A+" e "A++"

Energia totale consumata all'anno

Volume di riempimento per il frigo ed il congelatore

Possibilità di congelazione e di conservazione (variabile a seconda del numero di stellette)

Rumore (menzione non obbligatoria)

Come ci si sposta?

- Scegliere il giusto mezzo di trasporto fa risparmiare, riduce l'inquinamento e il traffico!
- È possibile percorrere un tragitto combinando più mezzi di trasporto: auto-bici-treno-bus



31 kg di CO₂



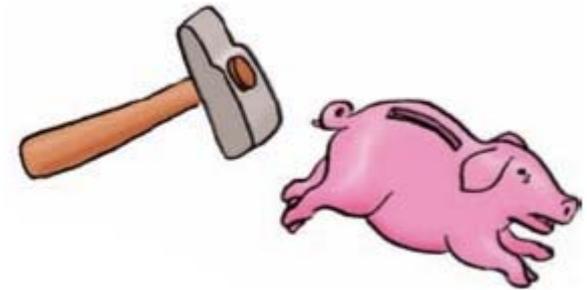
16 kg di CO₂



5 kg di CO₂

Come usare i propri soldi

- **Anche se si è giovani è bene pensare a come si usano i propri soldi!**
- Quale conto risparmio scegliere?
- Quali sono le conseguenze dell'indebitamento?
- A cosa servono le donazioni?
- Cosa significa fare degli investimenti?



A scuola cosa posso fare?

Ogni anno gli studenti acquistano materiale per la scuola:

- come scegliere?
- quali sono le conseguenze di queste scelte sull'ambiente e sulla salute?



e
-

A scuola faccio attenzione a:

Meglio i correttori a nastro che liquidi (Tip-ex)

Riga in metallo o legno

Calcolatrice solare

Gomme per cancellare in caucciù naturale

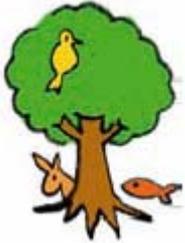
Pennarelli a base di acqua (scritta "lavabili")

Quaderni e bloc-notes in carta 100% riciclata

Non cambiare zaino ogni anno

Matite in legno naturale (marchio FSC)

Fare sport



- *Mente sana in corpo sano* dice il proverbio
- L'esercizio fisico preserva la salute
- La pratica di uno sport e l'equipaggiamento sportivo hanno però un impatto ambientale o sociale!

Un buon equilibrio tra sport, salute e sviluppo sostenibile

Praticare sport in località vicine

Scegliere articoli sportivi certificati
(commercio equo ed ecologico)

Non abbandonare mai i rifiuti nell'ambiente

Preferire un'alimentazione sana e variata a integratori sintetici

Le infrastrutture sportive hanno un impatto sul territorio

Alcuni marchi

- Il sito www.labelinfo.ch fornisce informazioni complete sui diversi marchi che contraddistinguono i prodotti venduti in Svizzera.



Conclusione



- **A p.49 della Guida è possibile testare le proprie abitudini di consumatore e quindi capire quanto il proprio stile di vita sia sostenibile o meno!**

Enti da contattare per ulteriori informazioni:

- Gruppo Cantonale per lo sviluppo sostenibile (GrussTi). Vai sul sito www.ti.ch/sviluppo-sostenibile
- Alliance Sud. Vai sul sito www.alliancesud.ch
- ACSI. Vai sul sito www.acsi.ch