

## GLI SPRECHI DI ENERGIA

Tutte le volte che usiamo una fonte energetica per soddisfare un nostro bisogno, trasformiamo una materia e generiamo delle emissioni nell'ambiente. Però, c'è un limite!

**LE RISORSE NON SONO INFINITE** e l'ambiente non è più in grado di assorbire le emissioni (di anidride carbonica o di altri gas) che generiamo!

È per questo che la prima cosa da fare sarebbe quella di utilizzare per quanto possibile **FONTI RINNOVABILI**, ovvero semplicemente e continuamente prodotte dai cicli naturali della terra e del sole.



## CONSIGLI ANTISPRECO

### ENERGIA ELETTRICA

- Tenere spenti e staccati dalla presa gli elettrodomestici che non ci servono (no stand by)
- Utilizzare solo le luci necessarie
- Utilizzare le lampadine a basso consumo
- Comprare elettrodomestici a basso consumo.

### RISCALDAMENTO

- Impostare una temperatura adeguata (20 gradi) e piuttosto mettersi un maglione in più in casa
- Eseguire sempre la manutenzione della caldaia
- Non coprire i termosifoni o mettere oggetti vicini (assorbirebbero il calore).

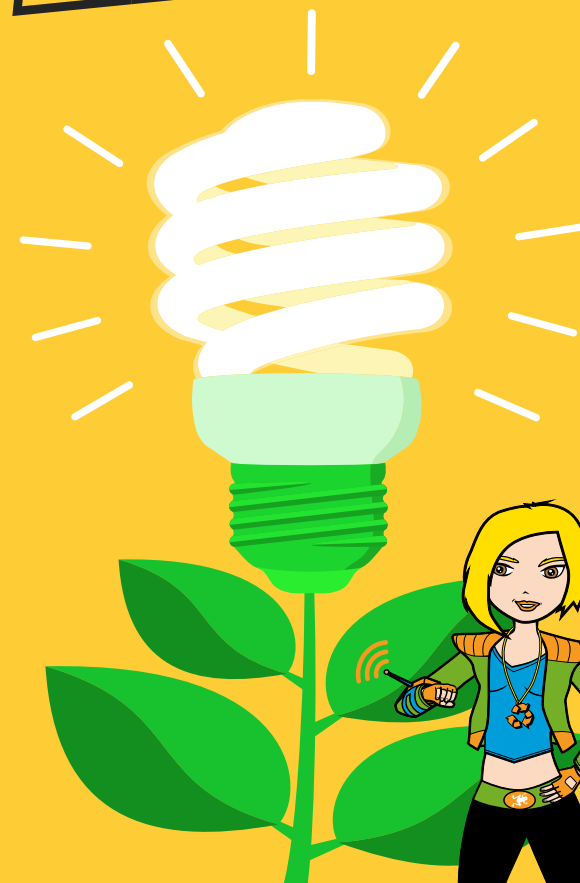
### LA MIA STANZA

- Spegliamo del tutto computer, console per videogiochi, stereo e televisore quando non li usiamo: non si rovinano, consumano e inquinano meno! Possiamo usare una ciabatta con interruttore così da spegnere tutto con un solo pulsante.
- In estate non teniamo acceso il condizionatore con le finestre aperte!
- Sistemiamo la scrivania vicino a una fonte di luce, così da usare meno la luce artificiale.

### A SCUOLA

- Accendiamo solo le luci che servono davvero!
- Spegliamo sempre le luci quando usciamo dalla classe, dal bagno, dalla palestra, ecc.
- Facciamo bene la raccolta differenziata perché fa risparmiare risorse ed energia!
- Cerchiamo di spostarci con i mezzi pubblici e quando c'è bel tempo, usiamo la bicicletta o andiamo a piedi.

## CHE SPRECO LO SPRECO!



DALLA SPESA AL FRIGO,  
DA CASA A SCUOLA,  
COME EVITARE GLI SPRECHI

## CHE SPRECO LO SPRECO!

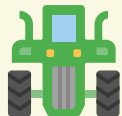
Il vocabolario italiano definisce la parola “**spreco**” come: “**uso, consumo inutile o eccessivo di qualcosa**”. Ci sono vari tipi di spreco, ma quello che più ci riguarda quotidianamente è lo spreco alimentare.

### DA DOVE PROVIENE TUTTO QUESTO SPRECO DI CIBO?

È molto interessante capire quali siano le fonti dello spreco alimentare. La produzione ed il consumo di cibo infatti passano attraverso quattro grandi fasi ed in tutte si verifica, purtroppo, una grossa perdita di cibo.

**Più della metà dello spreco alimentare in Italia dipende proprio da noi e dalle nostre abitudini!**

#### FASE 1: PRODUZIONE MATERIE PRIME



**8%** *agricoltura, allevamento*

#### FASE 2: DISTRIBUZIONE



**15%** *negozi, supermercati*

#### FASE 3: RISTORAZIONE



**21%** *bar, ristoranti, osterie, fast food*

#### FASE 4: CONSUMO DOMESTICO



**54%** *a casa in famiglia*

## COME FARE PER RIDURLO?



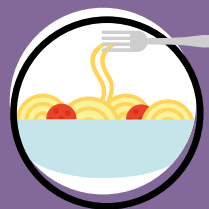
Fare la lista della spesa e comprare solo quanto necessario controllando la scadenza dei prodotti



Comprare se possibile da produttori locali e prodotti di stagione



Usare ingredienti poco trasformati



Non servire porzioni eccessive di cibo



Conservare il cibo in modo corretto in frigorifero, mettendo davanti ciò che scade prima



Imparare a cucinare usando avanzi e scarti: su internet è pieno di ricette gustose

## LO SPRECO DELL'ACQUA

Oggi l'acqua è una risorsa sempre più importante, l'anno appena trascorso con poche piogge ci ha portato anche sul nostro territorio a riflettere.



Ecco alcuni consigli per non sprecarla a casa e a scuola:

- **Non teniamo il rubinetto aperto** quando ti lavi i denti o insaponi le mani
- **Meglio la doccia** con acqua aperta solo quando necessario (20 litri utilizzati) del bagno nella vasca (120 litri)
- **Utilizziamo lavatrici e lavastoviglie** solo a pieno carico
- **In bagno** utilizziamo lo sciacquone in modo corretto (tasto piccolo per piccoli bisogni) e una sola volta
- **Annaffiamo** il giardino con parsimonia o recuperiamo dell'acqua piovana in qualche contenitore.