

# ABBATTI LO SPRECO!



# INSIEME PER UNA SCUOLA SICURA!

## SEMPLICI REGOLE PER PROTEGGERCI TUTTI



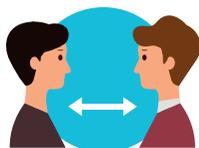
**Termometro:** se hai sintomi di infezioni respiratorie acute (febbre, tosse, raffreddore) parlane subito con i genitori e **NON** venire a scuola.



**Mascherina:** quando vai a scuola ricorda di indossare la mascherina. Quando entri segui le istruzioni: usa quella che ti viene data o quella che ti porti da casa a seconda di ciò che dice la tua scuola.



**Segnaletica:** segui le indicazioni degli insegnanti e rispetta la segnaletica.



**Distanziamento:** mantieni sempre la distanza di 1 metro, evita gli assembramenti (soprattutto in entrata e uscita) e il contatto fisico con i compagni.

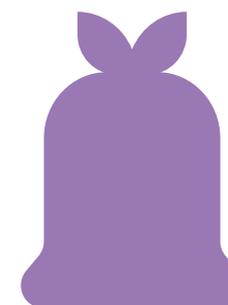


**Igienizzazione:** lava frequentemente le mani o usa gli appositi dispenser per tenerle pulite; evita di toccarti il viso e la mascherina.



### ATTENZIONE!

La mascherina e i dispositivi di sicurezza, vanno sostituiti almeno 1 volta al giorno.



### DOVE LI BUTTIAMO?

Le mascherine e guanti monouso di protezione **vanno nell'INDIFFERENZIATO.**

Ben chiusi **nel sacchetto VIOLA** semitrasparente oppure in sacchetti più piccoli completamente trasparenti.



# DICIAMO NO ALLO SPRECO!



Consumiamo le risorse del pianeta in modo **VELOCE** e **DISTRATTO**. Produciamo troppi **RIFIUTI**.

## COME POSSIAMO MIGLIORARE?

Proviamo a pensare ai nostri gesti quotidiani e **cambiamo il nostro stile di vita!**

Diamoci da fare!

# QUANTA TERRA USI?

PER SODDISFARE I BISOGNI DELL'UOMO  
SI USANO LE RISORSE DEL PIANETA

Collega con una freccia le risorse e i bisogni/necessità.



letto



auto



libri



sole



pallone



computer



cerotti



ortaggi



bicicletta



casa



abbigliamento



acqua



animali  
da cortile



vacanza



terra



legname

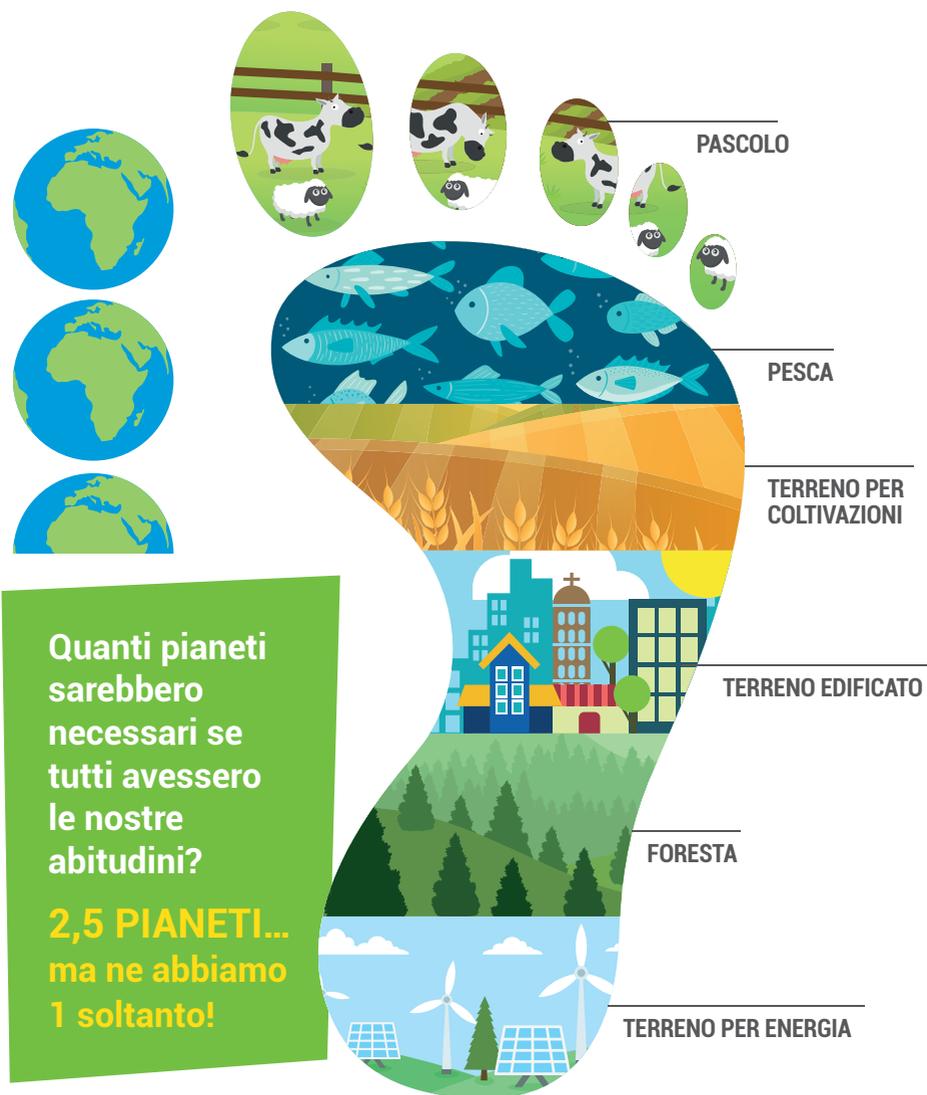
RISORSE

BISOGNI

# L'IMPRONTA ECOLOGICA

Tutte le **RISORSE** che usiamo e i **RIFIUTI** che produciamo compongono la nostra **IMPRONTA ECOLOGICA**.

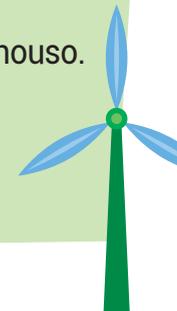
È il segno che noi lasciamo sul pianeta.



## QUIZ

Quale tra le seguenti azioni aiuta a ridurre l'impronta ecologica personale?

- A) Comprare un paio di jeans in meno.
- B) Festeggiare il proprio compleanno utilizzando stoviglie monouso.
- C) Recarsi al campo sportivo in auto a 500 metri di distanza da casa.
- D) Bere l'acqua in bottiglia di plastica.



## LE RISORSE DEL PIANETA



Una risorsa può essere:

- **RINNOVABILE**, quando si rigenera in tempi abbastanza brevi,
- **NON RINNOVABILE**, quando la sua quantità è limitata o i tempi di rigenerazione troppo lunghi.

Identifica e dividi le risorse elencate:

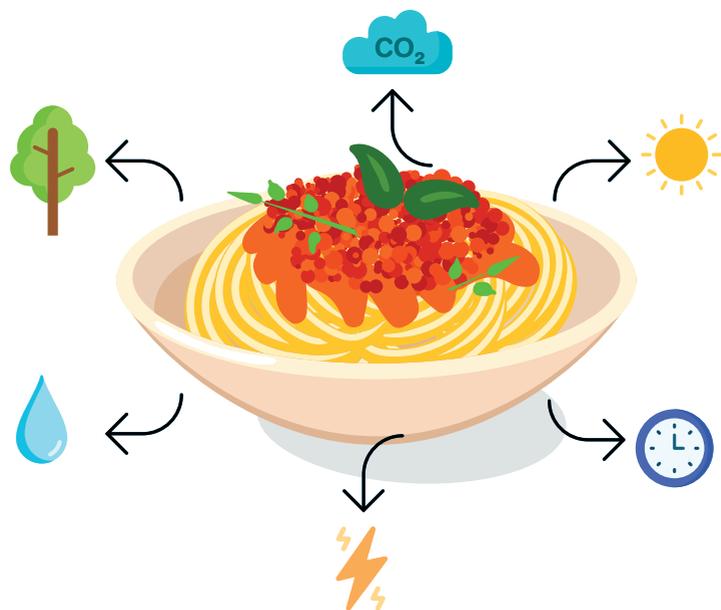
NUCLEARE  
GEOTERMICO  
PETROLIO  
IDROELETTRICO  
SOLARE  
CARBONE  
BIOMASSA  
EOLICO  
GAS NATURALE



**RINNOVABILI**

**NON RINNOVABILI**

# IL VALORE NASCOSTO



Quando ci liberiamo di un oggetto o eliminiamo del cibo, buttiamo anche tutto quello che ha contribuito a realizzarlo, ossia, l'energia, l'acqua, il tempo, le materie prime che sono state utilizzate nel ciclo di produzione di quel bene.

## QUANTA ACQUA SERVE PER OTTENERE UN KILO DI...



CAFFÈ TOSTATO  
**18.900**  
LITRI AL Kg



GRANO  
**1.830**  
LITRI AL Kg



CARNE DI MAIALE  
**6.000**  
LITRI AL Kg



ZUCCHERO  
**1.780**  
LITRI AL Kg



CARNE DI POLLO  
**4.300**  
LITRI AL Kg



MELE  
**822**  
LITRI AL Kg

# L'ACQUA CHE NON SAPPIAMO DI USARE

È l'acqua che viene utilizzata quotidianamente per preparare, coltivare, trasportare i prodotti alimentari e non solo.

**Il 90% dell'acqua che consumiamo è acqua di cui ci appropriamo attraverso il cibo.**

L'acqua necessaria a produrre un quaderno di carta o quella per produrre il cotone della t-shirt che indossiamo... una montagna d'acqua invisibile che usiamo indirettamente con le nostre scelte: **l'acqua virtuale!**

1 kg di caffè = 18.900 litri d'acqua  
125 ml di caffè = 140 lt d'acqua

1 kg di carne di manzo = 15.500 lt d'acqua

Una t-shirt di cotone 250 g. = 2.000 lt d'acqua

Questo concetto si applica non solo agli alimenti ma anche a tutti gli oggetti che ci circondano e che utilizziamo.

Un paio di scarpe in cuoio = 16.600 lt d'acqua



Un computer = 20.000 lt d'acqua



## METTITI SUBITO ALL'OPERA:

- **Chiudi il rubinetto** quando ti lavi i denti ed aprilo solo per sciacquarti la bocca o lo spazzolino;
- **Preferisci la doccia** e quando ti insaponi chiudi il rubinetto;
- **Recupera l'acqua piovana** per irrigare le piante in vaso, il giardino o annaffiare l'orto;
- **Riduci il consumo di carne** nella tua dieta;
- **Non sprecare il cibo**, ma riduci le porzioni se sono abbondanti e porta a casa gli avanzi per consumarli in un secondo momento;
- **Preferisci frutta e verdura di stagione** che provengono da territori a te vicini.



## È BUONO ANCHE DOMANI... PERCHÉ BUTTARLO?

In Italia sprechiamo cibo. Ma quanto?  
In un anno, una persona, in Italia ne butta mediamente **146 kg**. Una quantità enorme. (Fonte: [www.sprecozero.it](http://www.sprecozero.it))



In Italia si sprecano  
**146 Kg**  
di cibo per persona  
ogni anno

Circa **1/3**  
del cibo prodotto  
a livello mondiale  
finisce nella spazzatura

La maggior parte del cibo  
buttato deriva dall'uso  
domestico: circa il **42% del  
totale**.

Vendita  
all'ingrosso,  
dettaglio  
**5%**

Ristorazione  
**14%**

Uso domestico  
**42%**

Produzione  
**39%**

## RICETTE FACILI PER TUTTI I PALATI:

- **Prepariamo una lista della spesa** prima di andare a comprare e non facciamoci ipnotizzare da colori e confezioni!
- **Acquistiamo prodotti controllando sempre le date di scadenza**, cercando di capire se riusciremo a mangiarli o no;
- **Rispettiamo la stagionalità dei prodotti**: li troviamo vicino a casa, hanno bisogno di meno risorse e producono meno rifiuti;
- **Non esageriamo con le quantità** nel piatto, farà bene alla salute e all'ambiente;
- **Portiamo a casa gli avanzi del pranzo** o della cena che consumiamo in pizzeria o ristorante;
- **Impariamo a preparare i cibi in casa** e dagli scarti a preparare qualche nuovo piatto con le "ricette del riciclo".

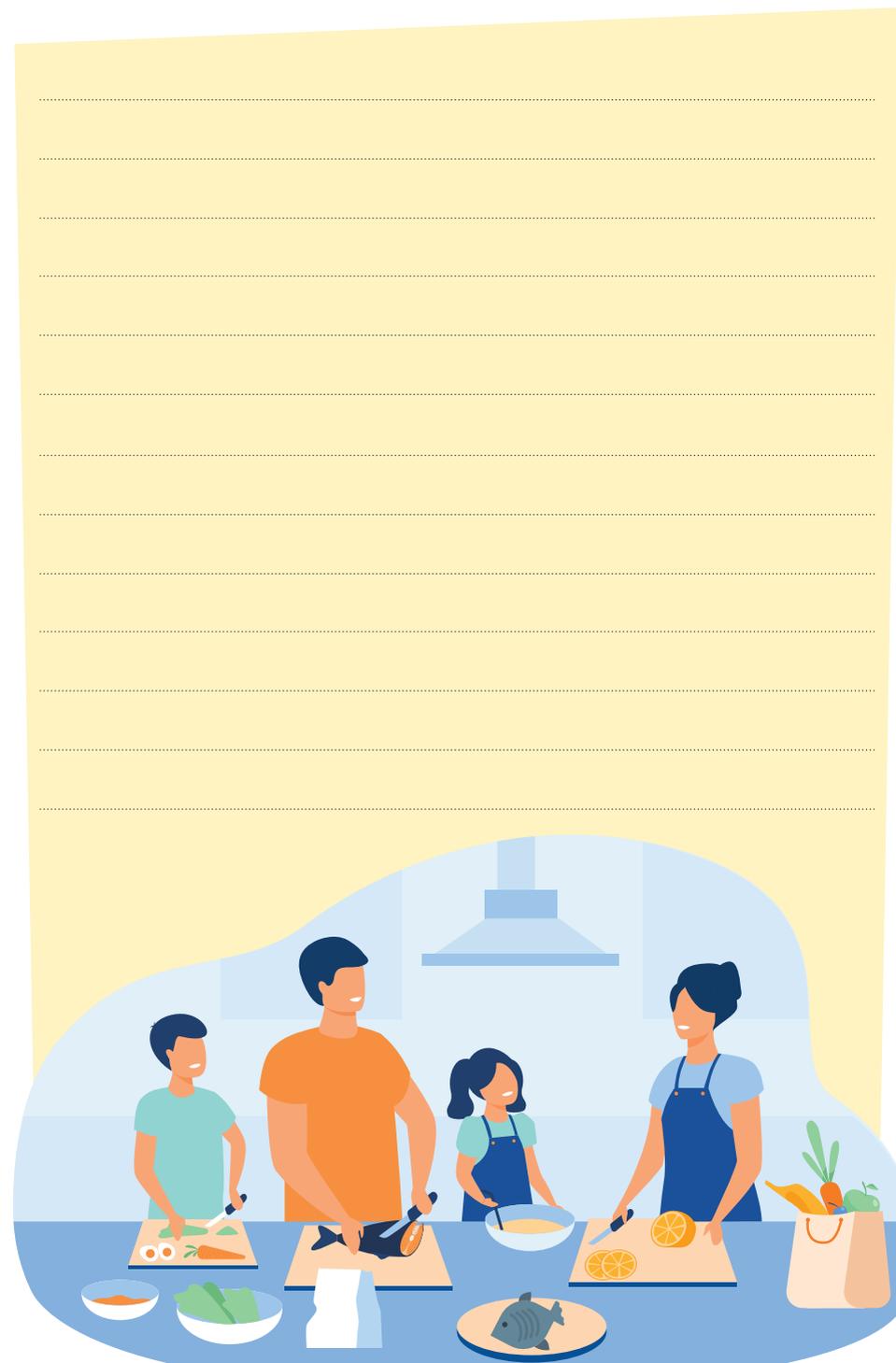


Ogni settimana  
se ne vanno  
nel cestino €  
4,90 per ogni  
famiglia, in un  
anno ben € 260

Fonte:  
[www.sprecozero.it](http://www.sprecozero.it)  
[www.wastewatcher.it](http://www.wastewatcher.it)

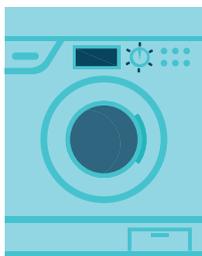
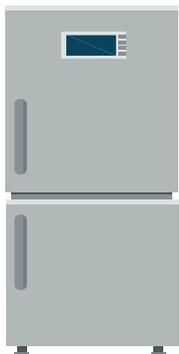
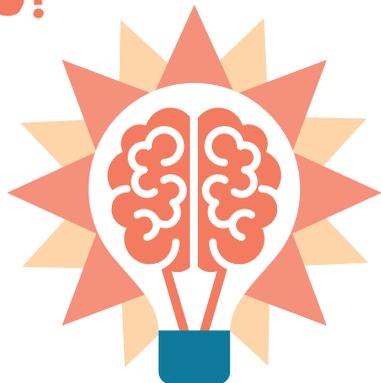


## SCRIVI QUI LA TUA RICETTA DEL RICICLO



# ACCENDI IL CERVELLO!

L'energia è necessaria per fare qualsiasi cosa e soprattutto è preziosa. Lo sappiamo bene quando dobbiamo salire in bici e pedalare lungo una salita da superare.



## AZIONI SALVA ENERGIA:

- **Evita lo stand-by** di TV, PC e console. Utilizza una ciabatta con interruttore e spegnila al termine dell'utilizzo;
- **Rimuovi dalle prese i caricabatteria** che non sono utilizzati, ma che continuano a consumare;
- **Accendi la luce solo quanto necessario**, preferendo la luce naturale;
- **Sostituisci le lampadine** con quelle a maggiore efficienza;
- **Controlla con i tuoi genitori la temperatura** impostata sulla caldaia di casa e regolate il termostato dell'acqua a 50°;
- **Usa batterie ricaricabili** per i tuoi device. Possono ridurre la produzione di rifiuti fino a 500 volte;
- **La cottura dei cibi** deve avvenire con un coperchio sulla pentola, per il tempo necessario, preferendo le cotture a bassa temperatura.



# MENO RIFIUTI È MEGLIO

## Perchè sono aumentati i rifiuti?

Abbiamo troppa fretta e preferiamo acquistare prodotti già pronti da consumare, senza doverli preparare.

Le industrie quindi producono quello che a noi serve e lo devono fare utilizzando **molti imballaggi**.

Gli imballaggi sono tutti quei materiali e strumenti che utilizziamo per **proteggere i beni che acquistiamo**, dal cibo al televisore.

## UNA MERENDA "FURBISSIMA"

IMBALLO



stagnola

3 g



plastica

1,2 g



pellicola

0,7 g



contenitore

40 g



RIFIUTI PRODOTTI

1 anno: 1.080 g

1 mese: 90 g

1 giorno: 3 g



1 anno: 432 g

1 mese: 36 g

1 giorno: 1,2 g



1 anno: 252 g

1 mese: 21 g

1 giorno: 0,7 g

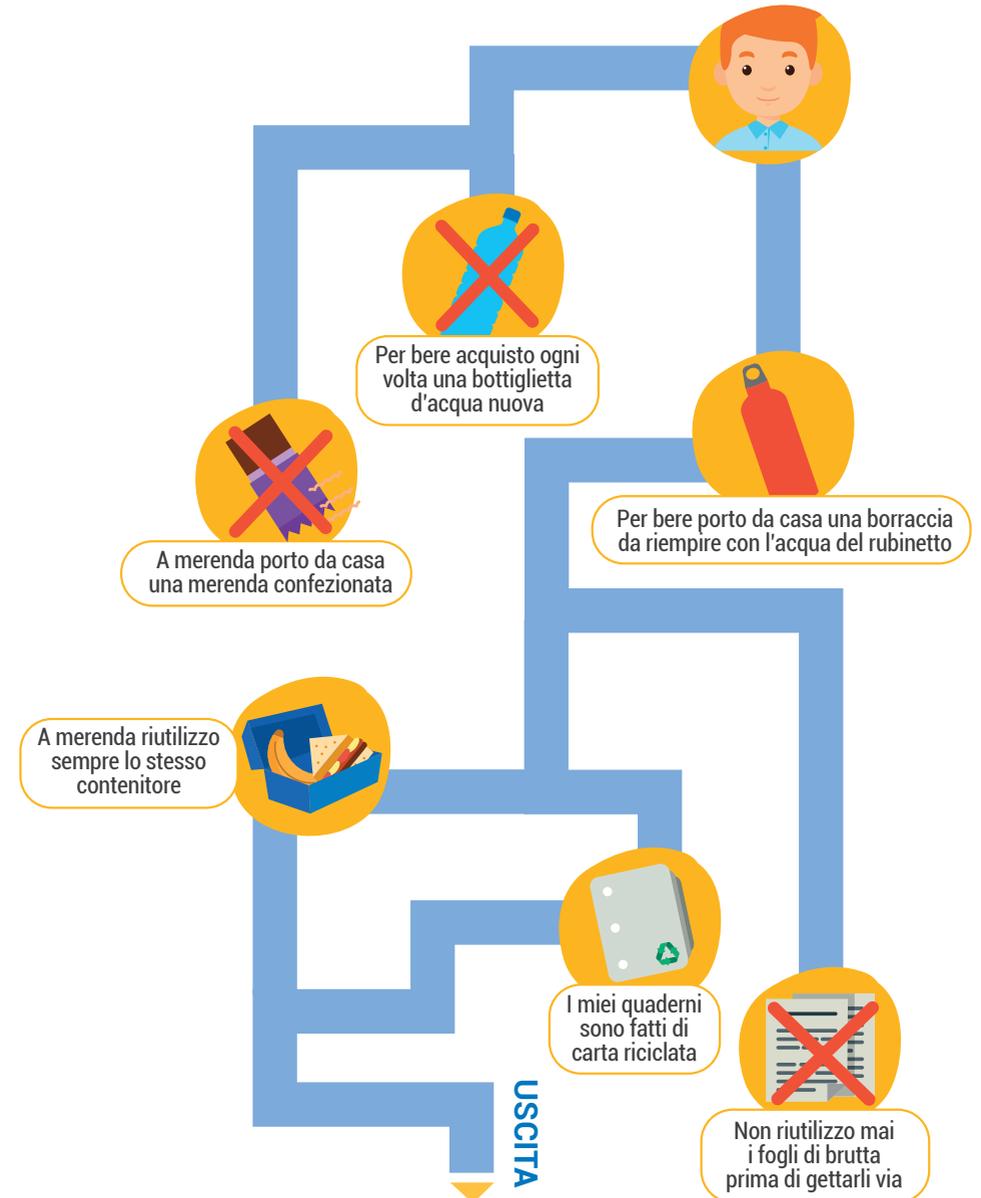


ZERO!!



# LABIRINTO DELLE BUONE PRATICHE... A SCUOLA

Ripercorri le attività che pratichi a scuola ogni giorno per uscire dal labirinto ma... **attento a ridurre i rifiuti!**



# LE 4 R PER... ALLEGGERIRE IL PESO DEI RIFIUTI E RIDURRE L'IMPRONTA ECOLOGICA

Metti in ordine logico le azioni qui sotto: cosa fai con un giocattolo?

- Quando non mi piace più lo regalo a un bambino/a più piccolo/a (RIUSO).
- Si rompe un pezzo e lo riparo (RIPARAZIONE).
- Lo butto nel sacco viola (RACCOLTA DIFFERENZIATA).
- Cerco di acquistarne uno che mi duri tanto (RIDUZIONE).

Vediamo insieme nel dettaglio queste azioni:

**RIDUZIONE:** evitiamo che si generi il rifiuto.

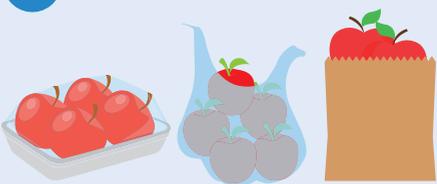
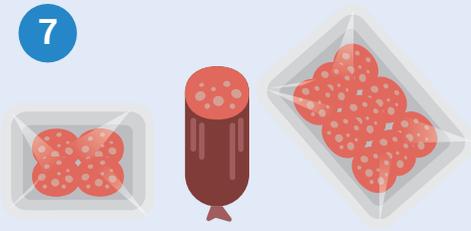
È l'azione principale, quella che ci consente di avere minori sprechi e di non far soffrire il nostro pianeta.

**RIUSO:** condivisione, noleggio, prestito.

Un bene può essere sfruttato da più persone senza la necessità di acquistarne uno nuovo o di buttarlo subito!

## LA SPESA CONSAPEVOLE

Individua gli oggetti che hanno un minore impatto ambientale.

<p>1</p>  <p>A B C</p>	<p>2</p>  <p>A B C</p>	<p>3</p>  <p>A B C</p>	<p>4</p>  <p>A B C</p>
<p>5</p>  <p>A B C</p>	<p>6</p>  <p>A B C</p>	<p>7</p>  <p>A B C</p>	<p>8</p>  <p>A B C</p>

## SWAP PARTY OVVERO SCAMBIO E BARATTO

Quello che non ci serve può essere utile a qualcun altro e lo mettiamo a disposizione organizzando delle vere e proprie giornate di scambio.

Attiviamo una **bacheca del riuso di classe**: una foto, una breve descrizione dell'oggetto, un collage e appendiamo il nostro annuncio di scambio / baratto a disposizione di tutti.



## COME EVITARE "L'USA E GETTA" E LA PRODUZIONE DI RIFIUTI

Quali sono i prodotti usa e getta più utilizzati?  
C'è un modo per sostituirli con altri prodotti o altre azioni?

**Per ogni prodotto usa e getta prova a immaginare qualcosa per sostituirli con oggetti che durano di più:**

- PANNOLINO USA E GETTA → PANNOLINO LAVABILE  
STOVIGLIE IN PLASTICA → .....  
BOTTIGLIE IN PLASTICA → .....  
FAZZOLETTI IN CARTA → .....  
SPAZZOLINO → .....

**RIPARAZIONE:** è importante pensare, come una volta, alla riparazione degli oggetti come modo per allungarne la vita e allontanare il momento in cui diventeranno rifiuti da buttare.



## REGALI CHE RIDUCONO I RIFIUTI

Prova a pensare dei regali per i tuoi amici che non finiranno nel cestino. **Fai una lista:**

- 1) *ABBONAMENTO AL CINEMA*
- 2) .....
- 3) .....
- 4) .....
- 5) .....
- 6) .....
- 7) .....
- 8) .....
- 9) .....

**PAESE CHE VAI RACCOLTA DIFFERENZIATA CHE TROVI.**

**Le regole sono valide per tutte le regioni italiane.**

**Il metodo con cui si raccolgono i rifiuti può variare.**



**RACCOLTA DIFFERENZIATA:** è necessaria per **recuperare risorse** che altrimenti dovremmo cercare e prelevare dall'ambiente.

**Mettiti alla prova:**  
abbina con una freccia il  
contenitore corretto  
alla raccolta differenziata.



**LA 5^ R...**

**RECUPERO:** grazie ad una **raccolta differenziata di qualità** possiamo fare un grande recupero di risorse.



**Con 800 lattine  
recuperate si  
produce il telaio  
di una bicicletta**

**BUONE ABITUDINI:**

- **Acquista pochi rifiuti!** Sì, proprio dallo scaffale del supermercato sappiamo già, come le nostre scelte, quanti rifiuti compriamo e dovremo subito buttare... con tutti quegli imballaggi!
- **Preferisci imballaggi di un materiale solo**, più facili da riconoscere e recuperare successivamente;
- **Aumenta e allena le tue abilità manuali.** Ricette, dolci, cucito, riparazione, coltivazione: ti permettono di acquistare meno cose e di conseguenza meno imballaggi;
- **Riusa** e cerca di non buttare cose che servono ancora;
- **Fai sempre la raccolta differenziata.**



# IL COMPOSTAGGIO...

## VANTAGGIOSO PER TUTTI!

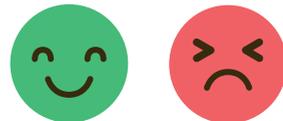
Smaltire i rifiuti umidi (ORGANICI) con la pratica del compostaggio è un ottimo modo per ridurre i rifiuti!

- meno rifiuti da raccogliere;
- meno camion in circolazione;
- meno inquinamento;
- tanto terriccio fertile per orto e fiori fatto in casa!



Elimina dalla lista qui sotto, quello che non puoi mettere nel compostaggio:

- Residui di pulizia delle verdure;
- Pannolini;
- Fondi di caffè, tisane;
- Legno verniciato;
- Potature;
- Ossi;
- Foglie secche;



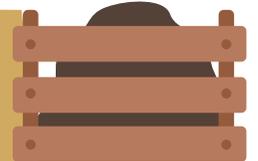
- Tessuti;
- Scarpe;
- Bucce;
- Gusci di mollusco;
- Deiezioni di cani e gatti;
- Fiori appassiti.

## COME SI OTTIENE DEL BUON COMPOST? FACILE!



**RIDUCI IN PICCOLI PEZZI I RIFIUTI:** sono più facilmente attaccabili dai micro-organismi che li decompongono.

**METTLI NEL COMPOSTER, CUMULO O BUCA,** a seconda del sistema che usi per fare il compostaggio.



**MANTIENI UMIDO IL TUO CUMULO** se troppo secco oppure **COPRILO** in caso di periodi particolarmente piovosi. Anche i microrganismi hanno sete!

**MESCOLA E RIVOLTA** periodicamente!



Se tutto è fatto correttamente, nell'arco di 2 mesi inizierai a vedere il primo compost!

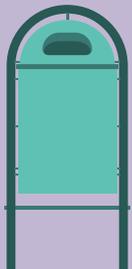
Il **COMPOST** può venire utilizzato interamente, quando maturo, o mescolato assieme a del terriccio per essere inserito in vasi oppure sparso nell'orto!



# UN PIZZICO DI... SENSO CIVICO E DECORO URBANO

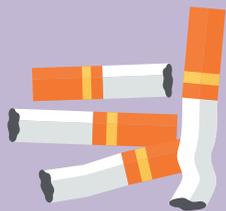
L'abbandono sconsiderato o volontario dei piccoli rifiuti (littering) in strade, piazze, parchi o mezzi pubblici, danneggia ambiente e la città dove si vive.

Contribuire a mantenere puliti, e quindi vivibili, gli spazi pubblici è un dovere di tutti.



## USARE I CESTINI

Negli spazi pubblici sono presenti i contenitori, cestini per poter accogliere piccoli rifiuti. **Usiamoli.**



## MOZZICONI DI SIGARETTA

Invitiamo chi fuma a raccogliere il proprio mozzicone e **gettarlo negli appositi contenitori**, oppure a portarlo a casa per essere conferito nell'indifferenziato.

A chi piace trovarlo nella sabbia della spiaggia o durante un picnic nel parco?



## DEIEZIONI CANINE

Raccoglierle e depositarle nei contenitori appositi è un dovere!

# TEMPI DI DEGRADO DI ALCUNI RIFIUTI GETTATI A TERRA



Sigaretta con filtro  
**1 anno**



Giornale quotidiano  
**6 settimane**



Bottiglia di vetro  
**Tempo indeterminato**



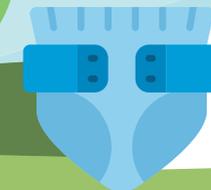
Cartone del latte  
**3 mesi**



Lattine d'alluminio  
**20-100 anni**



Torsolo di mela  
**2 mesi**



Pannolino usa e getta  
**450 anni**



Bottiglia di plastica  
**100 - 1000 anni**



Fazzoletto di carta  
**3 mesi**

# GIOCHIAMO INSIEME!

Qui sotto sono elencati da un lato i vari tipi di rifiuti che produciamo e dall'altro i nuovi oggetti che si possono ottenere grazie al loro riciclo.

Sapresti collegare ogni rifiuto all'oggetto corrispondente?

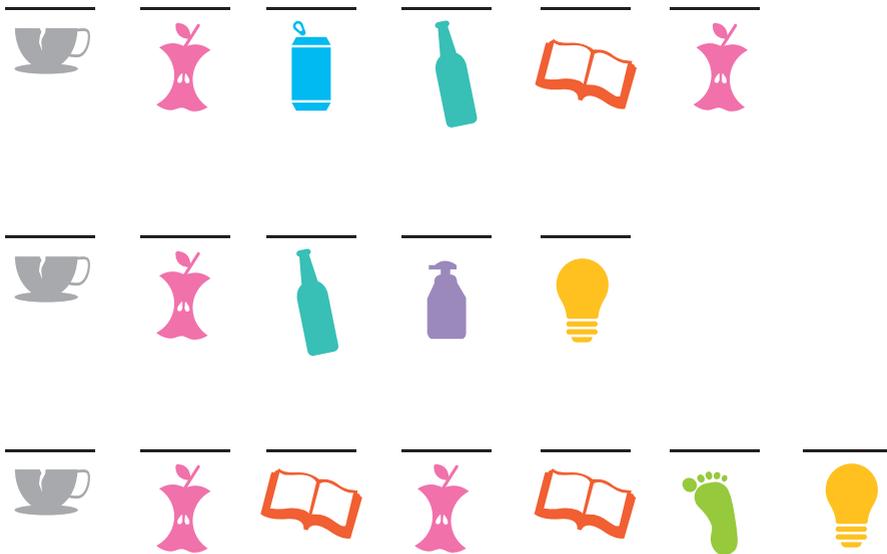
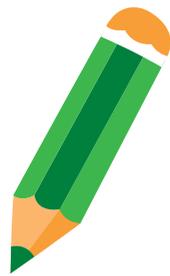


# TROVA GLI INTRUSI

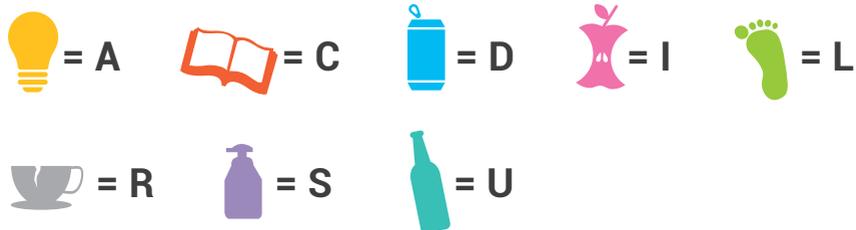
Alcuni rifiuti sono stati gettati nei contenitori sbagliati. Cerchiali e scrivi in quale raccolta devono essere conferiti. Ce ne sono due in ogni bidone!



# SCOPRI IL MESSAGGIO CIFRATO!



## LEGENDA:



# SOLUZIONI

## QUANTA TERRA USI? (pag. 5)

BISOGNI: letto, auto, libri, pallone, computer, cerotti, bicicletta, casa, abbigliamento, vacanza.

RISORSE: acqua, animali da cortile, legname, sole, terra.

## QUIZ (pag. 7)

Risposta corretta A

## LE RISORSE DEL PIANETA (pag. 7)

RINNOVABILI: geotermico, biomassa, idroelettrico, nucleare, solare, eolico.

NON RINNOVABILI: gas naturale, carbone, petrolio.

## LE 4 R (pag. 18)

1 riduzione / 2 riparazione /  
3 riuso / 4 raccolta differenziata

## LA SPESA CONSAPEVOLE (pag. 18)

Risposte corrette: 1a - 2c - 3b - 4c  
5a - 6c - 7b - 8a

## RACCOLTA DIFFERENZIATA (pag. 22)

- Imballaggi in plastica > sacco giallo
- Carta e cartone > pacco carta
- Umido organico > contenitore marrone
- Vetro e lattine > contenitore verde
- Secco indifferenziato > sacco viola

## GIOCHIAMO INSIEME (pag. 28)

- lattina > bici
- bottiglia > maglione
- pera > compost

## TROVA GLI INTRUSI (pag. 29)

- Carta e cartone: posate di plastica, bottiglia
- Umido organico: sacchetto di plastica, vasetto dello yogurt
- Imballaggi in plastica: cartone del succo di frutta, filtro del the
- Secco indifferenziato: lattina, torsolo di mela
- Vetro e lattine: sacchetto patatine, spazzolino da denti.

## SCOPRI IL MESSAGGIO CIFRATO!

(pag.30)

Riduci Riusa Ricicla

“ **LO SAPEVI CHE...**

**L'energia richiesta per produrre  
oggetti in alluminio riciclato  
è 30 volte inferiore a quella necessaria  
usando la materia prima:  
l'elettricità risparmiata col recupero  
di una sola lattina basta a far funzionare  
un televisore per 3 ore.** ”