

01

# I Quaverdi

di Leroy Merlin



Semplici eco-suggerimenti  
per cambiare il mondo  
senza essere supereroi



La sostenibilità  
è di casa.



## **A tutti gli abitanti del pianeta...**

*L'obiettivo di questo quaderno è quello di proporre alcune piccole pratiche, alcune azioni quotidiane che non richiedono investimenti, ma solo buon senso e volontà di cambiamento.*

*È un invito a passare dall'**egologia** all'**ecologia**, attraverso la consapevolezza e la presa di coscienza delle nostre responsabilità: tutte le nostre azioni quotidiane infatti ricadono in positivo e negativo sugli equilibri del pianeta e su chi lo abita, umano e non umano.*

**L'ambiente non è solo spazio. È relazione.** *Ecologia non è solo rispetto dello spazio, ma è consapevolezza e rispetto delle relazioni tra umani e tra umano e non umano.*

*Non abbiamo la presunzione di proporre soluzioni, ma solo di riscoprire e condividere spunti di riflessione.*

*Abbiamo raccolto piccoli spunti che ci possono aiutare a muovere i primi passi verso questo percorso di consapevolezza.*


*Il nostro non è un manuale: è un semplice quaderno, uno strumento di annotazione e compilazione. Per molti viaggiatori il quaderno è un compagno di viaggio fidato che custodisce appunti, storie, pensieri ed emozioni.*

**Noi speriamo che questa iniziativa di Leroy Merlin Italia possa accompagnarci ed accompagnarvi in questo viaggio verso la responsabilizzazione, verso la conoscenza e il rispetto del nostro pianeta, del quale non siamo padroni ma piccoli ospiti.**



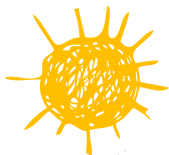
## 72 Eco suggerimenti per salvare:

 Acqua

 Fuoco (Energia)


 Aria


 Terra





## Inizio giornata







 **1** Per evitare degli sprechi inutili di acqua puoi chiudere il rubinetto mentre ti insaponi. Da un rubinetto aperto escono in media 12 litri d'acqua al minuto. Questo piccolo e semplice gesto permette ad una famiglia di tre persone di poter risparmiare oltre 5.000 litri in un anno.

 **2** Fai una doccia piuttosto che il bagno. Una doccia di 5 minuti consuma circa 60 litri contro i 100 litri di un bagno in vasca.

 **3** Usa l'acqua calda solo quando è indispensabile. Il 20% dell'energia domestica serve a scaldare l'acqua. Gli scaldacqua dovrebbero essere a gas e non elettrici; quando non è possibile sostituirli, accendili 1 - 2 ore prima dell'utilizzo ad una temperatura non superiore ai 45 - 48° C.

 **4** Sei vuoi risparmiare energia, per consumare the e tisane non è necessario far bollire l'acqua, è sufficiente farla scaldare.



-  **5** Schiaccia o riduci gli imballaggi per evitare che occupino troppo spazio. Chiudi sempre i rifiuti negli appositi sacchetti.
-  **6** Se hai un giardino non gettare i rifiuti organici. Con i rifiuti organici hai la possibilità di creare fertilizzante per piante e giardino (compost).
-  **7** Fai sempre una raccolta differenziata dei tuoi rifiuti.  
 Attraverso il recupero di una sola lattina puoi evitare di riempire le discariche, puoi risparmiare energia (per produrre una nuova lattina si usa una quantità di energia venti volte superiore a quella che serve per ottenerne una da una riciclata) ed infine, puoi contribuire alla creazione di materiali ecologici (la materia prima recuperata da 3 lattine riciclate è sufficiente per produrre un paio di occhiali).

**Sulla terra 1 uomo su 4 non ha a disposizione acqua potabile.**


La popolazione nel corso degli ultimi 100 anni è triplicata ed il consumo di acqua mondiale si è moltiplicato per sette; ma le riserve di acqua dolce sono rimaste invariate o diminuite.

L'**80%** delle morti in paesi in via di sviluppo sono causate da malattie per acqua contaminata.



  Ricordati sempre di separare i prodotti composti: i tappi dalle bottiglie, le finestre in plastica dalle buste, separa giornali e riviste dai loro involucri di cellophane. Non introdurre nella raccolta differenziata bicchieri, piatti e posate di plastica, custodie dei CD, giocattoli, carta oleata e carta plastificata: tutti questi materiali devono essere introdotti tra i rifiuti domestici indifferenziati.

  Non superare i 20°C in casa durante il giorno e i 16°C durante la notte. Regola l'accensione un'ora prima della sveglia.

 **10** Se ci si assenta per più giorni, regola il riscaldamento sui 12-15° C per evitare dispendi energetici quando riporterai la temperatura a livelli maggiori.

Il **20%** dell'energia in Italia è utilizzato nelle case. I consumi si suddividono: **50-60%** per il riscaldamento, 10-20% per scaldare l'acqua e il **20-30%** per l'illuminazione e gli elettrodomestici.





Mediamente ogni famiglia italiana consuma **300/400 kWh** in più all'anno se mantiene in **stand-by** gli elettrodomestici.



# In veggib!



## GO GREEN

-  **11** Andare in bicicletta, a piedi o prendere un mezzo pubblico sono azioni prioritarie. Ogni litro di carburante risparmiato equivale a 2,5 kg di anidride carbonica non emessa.
-  **12** Quando possibile limita l'uso dell'automobile: spesso possiamo raggiungere a piedi la nostra meta.
-  **13** Evita di viaggiare da solo in macchina: quando possibile condividi gli spostamenti per andare al lavoro con amici e colleghi.
-  **14** Ricordati di far controllare regolarmente la pressione degli pneumatici: se le gomme sono sgonfie aumenta il consumo. L'utilizzo di pneumatici verdi o energy riduce le emissioni di CO<sub>2</sub>, l'inquinamento acustico ed il consumo di carburante. Il risparmio stimato è del 5-8%.

**15**

Quando guidi fai attenzione al piede sull'acceleratore ed evita continue accelerate e frenate:

è più sicuro, più economico e più ecologico.

Modera la velocità

da 130 a 100 Km orari:

potrai risparmiare sino al 20% di carburante.

**16**

In auto, quando puoi, evita l'utilizzo dell'aria condizionata: risparmi circa il 20% del carburante e puoi ridurre le emissioni di sostanze refrigeranti nell'atmosfera ancora più dannose della CO<sub>2</sub>. E' preferibile avere una vettura con carrozzeria chiara, eventualmente con tettuccio apribile e con parabrezza non troppo inclinato (evitano il riscaldamento dell'abitacolo).



Il traffico rappresenta il **60-70%** delle cause di inquinamento, a fronte del **10-20%** del riscaldamento e **5-15%** dell'industria.





Il **46%** delle città italiane non riesce a contenere il limite delle polveri sottili sotto il livello di sicurezza.









## Al lavoro



-  **17** Stampa solo il necessario.
-  **18** Quando è possibile stampa fronte-retro; per le bozze, stampa due pagine su un foglio; ricicla i fogli per appunti e stampe.
-  **19** Quando esci dall'ufficio ricordati di spegnere le luci e, anche solo per la pausa pranzo, spegni sempre il PC.
-  **20** Procurati una tazza per il the o il caffè: potrai risparmiare centinaia di bicchieri di plastica da smaltire.

## A scuola

-  **21** Non sprecare carta. Pensa sempre se è possibile riutilizzare un foglio prima di appallottolarlo e gettarlo nel cestino.
-  **22** Quando non servono, spegni le luci. E' sempre meglio usare la luce naturale.
-  **23** Rispetta il bene pubblico e personale. E' un gesto di educazione e rispetto dell'ambiente.
-  **24** Per alimentare gli strumenti elettronici scegli sempre delle pile ricaricabili.



# Fare la spesa



## 25

Porta sempre con te le buste in stoffa per contenere la spesa e fai a meno di quelle in plastica. Solo in Europa, secondo i dati del 2010, se ne consumano 100 miliardi e la gran parte finisce in mare intossicando e uccidendo milioni di animali.



## 26



Prediligi cibi locali controllandone la provenienza sulle etichette.



## 27

Prediligi frutta e verdura sfuse non comprando quella imballata.



## 28



Compra solo frutta e verdura di stagione: i prodotti fuori stagione sono stati coltivati in un paese lontano e quindi hanno percorso numerosissimi chilometri o sono coltivati in serra con enorme utilizzo di acqua, energia, fertilizzanti e pesticidi. La Coldiretti ha stimato che un kg di ciliegie che arrivano dal Cile percorre 12.000 km in aereo causando l'emissione di 21 kg di anidride carbonica.



## 29



Scegli i prodotti freschi e non quelli conservati: oltre ad essere più sani e gustosi, non contengono additivi e conservanti.

**30**

Limita gli acquisti di prodotti monodose.

**31**

Quando puoi, scegli sempre un prodotto senza packaging aggiuntivo: il prodotto è comunque ben sigillato e sicuro e in questo modo ne riduci notevolmente peso e volume una volta che diventerà rifiuto.

**32**

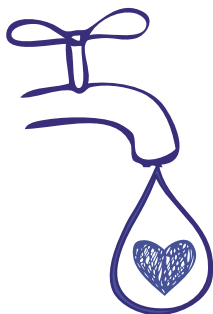
Quando compri dei mobili o degli strumenti in legno, verifica sempre che il legame sia certificato e che ti assicuri che la materia prima proviene da una foresta gestita in modo corretto.

Il **30%** del peso e il **50%** del volume dei rifiuti è rappresentato da imballaggi, scatole, involucri e contenitori. Molte volte questi sono inutili – oltre che non riutilizzabili – e creano già all’origine una notevole quantità di rifiuti.

Spesso la confezione ha uno scopo prevalentemente pubblicitario: non a caso il 10% del costo di acquisto di un prodotto è destinato allo studio e alla realizzazione dell’involucro.



# Al tavolo e in cucina



**33**

Per conservare gli avanzi, usa sempre contenitori lavabili e riutilizzabili.



**34**

Pensa sempre alla possibilità di riutilizzare vasetti in vetro e contenitori in plastica e alluminio. Prima di buttare il vetro cerca di lavare le bottiglie e i vasetti privandoli dei tappi.



**35**

Usa sempre il coperchio per far scaldare gli alimenti e l'acqua, non utilizzare pentole il cui diametro è inferiore alla fiamma per non disperdere calore, usa la pentola a pressione: riduce i tempi di cottura e diminuisce i consumi di energia del 50-70%.



**36**

Non buttare mai nel lavandino l'olio utilizzato per friggere. Una volta gettato, anche in piccole quantità, può inquinare vaste superfici di mari e fiumi. Tieni da parte una bottiglia in cui versarlo di volta in volta e buttala nell'eco-centro una volta riempita tutta.



### 37



Bevi l'acqua del rubinetto: è più economica e non genera rifiuti. Possiamo berla tranquillamente: è un atto sicuro, economico ed ecologico. Se il problema è il cloro, lascia la caraffa d'acqua all'aria aperta per pochi minuti ed il cloro evaporerà. Se riduci l'uso di acqua minerale in bottiglie di plastica il risparmio è considerevole, non solo per i rifiuti che produci, ma anche per il portafoglio.



### 38



L'acqua che usi per la cottura della pasta può essere riutilizzata per lavare i piatti.



### 39

Lava frutta e verdura in bacinella e non sotto l'acqua corrente: l'acqua può essere riutilizzata per lavare le piante.



### 40



In cucina usa solo l'acqua necessaria: scaldare acqua in più è uno spreco.

L'Italia è prima in Europa e terza nel mondo per il consumo di acqua, con **1.200** m<sup>3</sup> di consumi all'anno pro capite. Più di noi consumano soltanto Stati Uniti e Canada. La Commissione mondiale per l'acqua indica in **40** litri al giorno a persona la quantità minima per soddisfare i bisogni essenziali. Con **40** litri noi italiani facciamo la doccia. In Italia si perdono dalle condutture **104** litri di acqua per abitante al giorno, pari al **27%** dell'acqua prelevata. L'Italia è tra i Paesi al mondo che sprecano più acqua nei processi produttivi industriali e in agricoltura.



**41**



Utilizza lavastoviglie e lavatrice solo quando sono piene: puoi evitare di consumare circa 10.000 litri di acqua ogni anno.



**42**

Quando lavi i piatti a mano, utilizza una bacinella e insaponali a rubinetto chiuso; usa l'acqua corrente solo per il risciacquo.

## 43



Riduci i consumi di carne. I benefici sono evidenti sia per la salute che per il pianeta: per produrre un chilo di manzo sono utilizzati circa 16.000 litri di acqua.

## 44



Se tutti i milioni di abitanti dei paesi più ricchi rinunciassero a mangiare carne uno o due giorni alla settimana, si avrebbe un immediato impatto positivo: per produrre una bistecca vengono consumate ingenti quantità di cibo utile e di acqua potabile.

È importante quindi limitare il consumo di carni bianche, rosse e di pesce.

È necessaria una superficie **10** volte maggiore per produrre le proteine animali rispetto a quella destinata alle proteine vegetali.

Negli USA più della metà dei cereali prodotti ogni anno viene utilizzata per il bestiame: questa quantità basterebbe a sfamare milioni di persone che in Africa soffrono di malnutrizione.

Secondo l'ONU il comparto dell'allevamento è responsabile del **18%** delle emissioni di gas serra, circa il **4%** in più del settore dei trasporti. Dal 1960 ad oggi oltre un quarto delle foreste dell'America Centrale è stato abbattuto per far posto a pascoli per bovini.





## 45

Regola il termostato del frigorifero in modo tale che la temperatura della parte centrale dell'elettrodomestico non vada oltre i  $-6^{\circ}\text{C}$ .



## 46

Tieni il frigorifero aperto il meno possibile e non inserire cibi caldi al suo interno.



## 47



Ricordati che il frigorifero deve essere sbrinato frequentemente e le serpentine devono essere pulite regolarmente.



## 48

Togli il cibo dal frigo almeno mezzora prima di cucinarlo: se è meno freddo consumerai meno energia per cuocerlo o scaldarlo.



# Casa e tempo libero



 **49**

Installa sciacquoni del WC a risparmio idrico, dotati di doppio tasto.

Questa modalità riduce il consumo di acqua da 15/19 litri a 9/6 litri.

 **50**

L'installazione di riduttori di flusso e rompigetto aeratori riducono del 50% l'erogazione dell'acqua: un piccolo oggetto che miscela l'acqua con l'aria e limita il getto sotto i sei litri al minuto (nove di un rubinetto normale).

**51**



Lava l'auto utilizzando un secchio e non l'acqua corrente. Ogni lavaggio richiede mediamente 150 litri d'acqua.

**52**



Controlla l'impianto idrico di casa: un rubinetto che gocciola può sprecare sino a 4-5.000 litri d'acqua all'anno. Una goccia d'acqua che cade ogni due secondi riempie 400 bottiglie da un litro in un mese!

Se si ha l'occasione di ristrutturare la propria abitazione, è molto importante realizzare interventi che migliorino l'isolamento termico: un rivestimento esterno a cappotto, pannelli isolanti di sughero, lana di roccia, polistirolo, un tetto ventilato e infissi nuovi possono far guadagnare alcuni gradi, sia in inverno in calore che in estate in frescura.



**53**

Utilizza una ciabatta con pulsante di accensione e di spegnimento: è un piccolo accorgimento per evitare di lasciare gli apparecchi accesi in attesa di riutilizzarli il giorno seguente.

**54**

Usa l'ascensore solo se necessario. Fare i gradini non serve solo a risparmiare energia; è utile per la salute!

**55**

Ricordati di far controllare periodicamente la tua caldaia: sarai più sicuro e limiterai le emissioni nell'ambiente.

**56**

Alcuni piccoli accorgimenti ti possono aiutare nella

riduzione dei consumi e nella relativa diminuzione degli impatti ambientali: finestre con doppi vetri, applicazione di materiali antispifferi, utilizzo di materiali isolanti (non solo per il caldo in inverno, ma anche per avere fresco nei periodi estivi), isolamento dei cassonetti delle tapparelle, paraspifferi davanti alla porta d'ingresso.

**57**

Fai attenzione ai tuoi caloriferi: inserisci dei pannelli isolanti con superficie riflettente tra i termosifoni e il muro, stai attento a non coprire i termosifoni con tende o altro materiale che impedisce la diffusione del calore. Fai installare delle valvole termostatiche sui radiatori differenziando così la temperatura stanza per stanza (puoi risparmiare sino al 20% di energia!).

**58**

Se la tua casa ha un impianto centralizzato, chiedi di regolare la temperatura dell'acqua nelle caldaie da 70°C a 50°C.



**ECO**  
friendly

## 59

Se usi il condizionatore, non abbassare la temperatura della tua casa o ufficio sotto i 7°C rispetto alla temperatura esterna. Prima di ricorrere ai condizionatori, talvolta sono sufficienti alcune piccole azioni: eliminare fonti di micro calore come le lampade ad incandescenza, usare tende o protezioni dal sole, ricorrere alla ventilazione naturale o a dei ventilatori il cui consumo energetico è inferiore a quello di una lampadina.

## 60

Usa gli elettrodomestici, ovviamente rispettando i tuoi vicini, nelle ore notturne e nelle giornate di sabato e domenica, quando il consumo è minore.



## 61

Scegli elettrodomestici di classe energetica (A++): l'investimento iniziale è recuperabile con il minor consumo. Anche per gli elettrodomestici ci sono in commercio modelli "Eco-label", che garantiscono che il prodotto sia stato costruito in modo tale da avere un basso impatto ambientale in tutto il suo ciclo di vita.

## 62

Non utilizzare il prelavaggio della lavatrice: aumenta sia il consumo dell'acqua che dell'energia. Per il bucato a freddo, avvia la lavatrice per 10 minuti, spegnila per circa un'ora lasciando i panni in ammollo e riprendi quindi con il lavaggio normale. Puoi risparmiare il 155% di energia.

## 63

Preferisci i lavaggi a basse temperature (40°C): sono ugualmente efficaci ma più economici; i detersivi entrano in azione già a 30°C!

## 64

Asciuga il bucato all'aria e non utilizzare macchine asciugatrici.

Ricordati di gettare pile, olio usato dell'auto, farmaci, rifiuti elettronici, insetticidi, collanti, vernici e pitture, prodotti con mercurio e sostanze nocive negli appositi contenitori o consegnali a chi si occupa del loro smaltimento. In ogni comune sono a disposizione "ecocentri" o "ecoisole": spazi creati per poter consegnare rifiuti ingombranti o rifiuti pericolosi per l'ambiente.

Per il ritiro dei materiali ingombranti, in alcune città o paesi è possibile avvertire il Consorzio dei rifiuti. Il Consorzio deve essere preventivamente avvertito: non abbandonare mai i tuoi rifiuti per strada!



**65**

Posiziona tavoli e scrivanie vicino alle finestre, colora i muri con tinte chiare, applica interruttori a tempo nei locali dove è difficile dimenticare le luci accese (cantina, garage, scale).

**66**

Non riscaldare le stanze in cui non vivi. Le sostanze inquinanti nell'ambiente aumentano con l'innalzamento della temperatura. Ogni grado di temperatura in più equivale ad un aumento del 7% in bolletta ed a maggiori emissioni di CO<sub>2</sub> nell'ambiente.

La quantità di CO<sub>2</sub> presente nell'aria è aumentata negli ultimi **150** anni, con un'accelerazione significativa negli ultimi **30** anni. In un anno un indiano è responsabile per il consumo di **0,3** tonnellate di CO<sub>2</sub>, un cinese di **0,8**, un europeo di 2.5 e un americano di 5.5.



# Fine giornata

**67**

Ricordati di spegnere sempre le luci quando esci da una stanza o quando non è necessaria l'illuminazione artificiale.

**68**

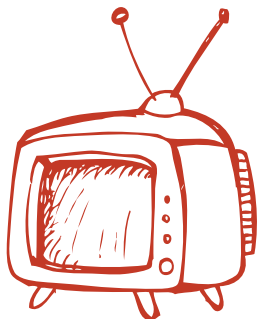
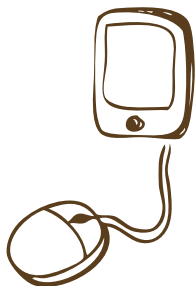
Il 10% del consumo di energia è imputabile all'utilizzo della funzione stand-by. Non lasciare mai il televisore, lo stereo e altri elettrodomestici in stand-by: alzati e premi l'interruttore centrale. Non costa nessuno sforzo e puoi risparmiare molto.

**69**

Quando non sono in uso, stacca sempre dalla presa i caricatori.

**70**

Non superare i 20°C in casa durante il giorno e 16°C durante la notte. Spegni il riscaldamento un'ora prima di andare a dormire.



# TEST

## Un piccolo test per calcolare la tua impronta ecologica

### CASA

1. Quante persone vivono con te?

- a) 1 ..... 30
- b) 2 ..... 25
- c) 3 ..... 20
- d) 4 ..... 15
- e) 5 o più ..... 10



2. In che modo è riscaldata la casa?

- a) Gas naturale ..... 30
- b) Elettricità ..... 40
- c) Olio Combustibile ..... 50
- d) Energia rinnovabile ..... 0

3. Quanti punti di erogazione dell'acqua (bagno, cucina, lavanderia, balcone) ci sono?

- a) Meno di 3 ..... 5
- b) 3-5 ..... 10
- c) 6-8 ..... 15
- d) 8-10 ..... 20
- e) più di 10 ..... 25

4. In che tipo di casa abiti?

- a) Appartamento/condominio ..... 20
- b) Villetta ..... 40





## ALIMENTAZIONE

1. Quante volte alla settimana mangi carne o pesce?

- a) 0 ..... 0
- b) 1-3 ..... 10
- c) 4-6 ..... 20
- d) 7-10 ..... 35
- e) più di 10 ..... 50

2. Quanti pasti cucini personalmente (compresi quelli portati a scuola/lavoro)?

- a) meno di 10 ..... 25
- b) 10-14 ..... 20
- c) 14-18 ..... 15
- d) più di 8 ..... 10

3. Quando acquisti alimenti preferisci prodotti locali?

- a) sì ..... 5
- b) no ..... 10
- c) qualche volta ..... 15
- d) raramente ..... 20
- e) non lo so ..... 25



## ACQUISTI

1. Quanti acquisti importanti (stereo, televisore, computer, automobile, mobili, elettrodomestici) hai fatto nel corso degli ultimi 12 mesi?

- a) 0 ..... 0
- b) 1-3 ..... 15
- c) 4-6 ..... 30
- d) più di 6 ..... 45

2. Hai acquistato articoli a risparmio energetico negli ultimi 12 mesi?

- |       |    |
|-------|----|
| a) sì | 0  |
| b) no | 25 |

## TRASPORTI



1. Se hai un mezzo qual è?

- |  |     |
|--|-----|
| a) Bicicletta                                | 15  |
| b) Utilitaria                                | 35  |
| c) Vettura intermedia                        | 60  |
| d) Berlina                                   | 75  |
| e) Macchina sportiva, monovolume o familiare | 100 |
| f) Van, utilitty vehicle o fuoristrada       | 130 |

2. Come vai a scuola/lavoro?

- |                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| a) In automobile                     | 50 |
| b) Con i mezzi pubblici              | 25 |
| c) Con uno scuolabus                 | 20 |
| d) A piedi                           | 0  |
| e) In bicicletta o pattini a rotelle | 0  |

3. Dove hai passato le vacanze nel corso dell'ultimo anno?

- |                           |    |
|---------------------------|----|
| a) Niente vacanze         | 0  |
| b) Nella mia regione      | 10 |
| c) In Italia              | 30 |
| d) In Europa              | 40 |
| e) In un altro continente | 70 |

4. Quante volte utilizzi l'automobile nel fine settimana?

- |             |    |
|-------------|----|
| a) 0        | 0  |
| b) 1-3      | 10 |
| c) 4-6      | 20 |
| d) 7-9      | 30 |
| e) più di 9 | 40 |

## RIFIUTI

1. Fai la riduzione dei rifiuti (per esempio preferisci imballaggi ridotti, rifiuti l'invio di posta pubblicitaria, preferisci contenitori riutilizzabili)?

- |                  |       |    |
|------------------|-------|----|
| a) Sempre        | ..... | 0  |
| b) Qualche volta | ..... | 10 |
| c) Raramente     | ..... | 15 |
| d) Mai           | ..... | 20 |

2. Quanti sacchi della spazzatura produci ogni settimana?

- |              |       |    |
|--------------|-------|----|
| a) 0         | ..... | 0  |
| b) 1/2 sacco | ..... | 5  |
| c) 1 sacco   | ..... | 10 |
| d) 2         | ..... | 20 |
| e) più di 2  | ..... | 30 |

3. Ricicli i giornali, le bottiglie di vetro e quelle di plastica?

- |                  |       |    |
|------------------|-------|----|
| a) Sempre        | ..... | 5  |
| b) Qualche volta | ..... | 10 |
| c) Raramente     | ..... | 15 |
| d) Mai           | ..... | 20 |



4. Prepari il compost con i rifiuti della frutta e della verdura?

- |                  |       |    |
|------------------|-------|----|
| a) Sempre        | ..... | 5  |
| b) Qualche volta | ..... | 10 |
| c) Raramente     | ..... | 15 |
| d) Mai           | ..... | 20 |



**La “fetta” di Terra teoricamente a disposizione di ogni “terrestre” è in continua diminuzione ed è oggi di circa 1,5 ettari.**

L’ impronta ecologica di un nordamericano medio è superiore ai 5 ettari. Ciò significa che se tutti vivessero come gli abitanti del Nord America ci vorrebbero almeno altri due pianeti come la Terra per produrre risorse, assorbire rifiuti e mantenere i servizi vitali. Sfortunatamente i buoni pianeti sono difficili da trovare...

**Ottenere un punteggio inferiore a 4 è indice di un comportamento eco-sostenibile.**

## **RISULTATO**

### **Meno di 150 punti:**

impronta ecologica inferiore a 4 ettari

### **150 - 350 punti:**

tra 4 e 6 ettari

(la maggior parte degli italiani)

### **350 - 550 punti:**

tra 6 e 7,7 ettari

### **550- 750 punti:**

tra 7,7 e 10 ettari

# Note



# Note



*Cristina Gambetti*, **Tentativi di eco condotta**, Rizzoli, 2008  
*AA.VV.*, **A come ambiente**, editoriale SCIENZA, 2008  
**Museo A come Ambiente**, Conoscere e giocare con l'energia, i trasporti, i rifiuti, l'acqua, quaderno n°7.  
*Mariella Correggia*, **La rivoluzione dei dettagli** – Manuale di ecoazioni individuali e collettive, Feltrinelli, 2007  
*Francesco Gesualdi*, **Manuale per un consumo responsabile**, Feltrinelli, 2003  
*Giuseppe Brillante*, **L'ecologia spiegata ai ragazzi**, Mondadori 2010  
*Mariangela Querin*, **La terra tra le mani**, MATERIALI, 2009  
*Milena Gabanelli*, **Ecofollie**, BUR, 2009  
*Andrea Poggio*, **Vivi con stile**, Terre di Mezzo, 2007  
*Al Gore*, **Una scomoda verità**. La crisi del riscaldamento globale, Rizzoli 2008  
*Molinaro Carlo*, **Marina Semiglia**, Eco-Consigli, UTET 2010

[www.amicidellaterra.it](http://www.amicidellaterra.it)

[www.ambiente.it](http://www.ambiente.it)

[www.ecoblog.it](http://www.ecoblog.it)

[www.ecologia.it](http://www.ecologia.it)

[www.footprint.ch](http://www.footprint.ch)

[www.greennews.info](http://www.greennews.info)

[www.greenpeace.it](http://www.greenpeace.it)

[www.grazie.it](http://www.grazie.it)

[www.gruppohera.it](http://www.gruppohera.it)

[www.legambiente.it](http://www.legambiente.it)

[www.lifegate.it](http://www.lifegate.it)

[www.museoambiente.org](http://www.museoambiente.org)

[www.omenzym.com](http://www.omenzym.com)

[www.rinenergy.it](http://www.rinenergy.it)

[www.wwf.it](http://www.wwf.it)



[www.leroymerlin.it](http://www.leroymerlin.it)