

PROMOSSO DA



Parco fluviale
Gesso e Stura

A CURA DI



#ILPARCONONSIFERMA

didattica a distanza

proposte a supporto delle scuole primarie e secondarie di primo grado

LE BUONE AZIONI DA...METTERSI IN TESTA!

Le buone azioni sono tratte dal libro "La Terra è più calda- Come e perché sta cambiando il clima", Greenpeace, disponibile per i ragazzi a questo link: https://storage.googleapis.com/planet4-italy-stateless/2020/03/e83083a1-impaginato-clima_ok.pdf



ATTENZIONE ALLO STANDBY

La lucina rossa che appare sulla tv quando viene spenta con il telecomando significa che l'apparecchio non è davvero spento ma rimane in standby, quindi continua a consumare elettricità, anche se in quantità minima. Accade lo stesso anche a modem, router, stampante, caricabatterie del cellulare, Xbox, playstation e altri elettrodomestici: meglio spegnerli togliendo la spina.



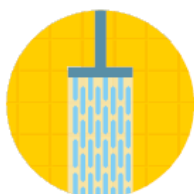
A PIENO CARICO

Lavatrice e lavastoviglie andrebbero accese solo quando sono piene. Se il modello lo prevede, possiamo scegliere il programma a mezzo carico. Meglio comunque evitare i cicli a temperature troppo alte: non è quasi mai necessario lavare i piatti o fare il bucato a 90°C.



45°/55° ACQUA BOLLENTE? NO, GRAZIE

Per avere acqua calda non serve esagerare: basta regolare la caldaia o il boiler tra i 45 e i 55°C. In questo modo non occorrerà raffreddarla con altra acqua per portarla alla temperatura giusta e si consumerà molto meno.



DOCCIA O BAGNO?

Meglio la doccia: a patto, però, che non sia troppo lunga, perché se dura più di 3 minuti è come se ci si fossimo fatti il bagno. Lo scaldabagno consuma molto, e siccome in un solo minuto di doccia si usano circa 15 litri di acqua calda, laviamoci pure ma senza metterci troppo tempo.



IL DIAVOLO FA LE PENTOLE MA NON I COPERCHI

Mettiamo il coperchio sulle pentole quando dobbiamo far bollire l'acqua ed evitiamo sempre che la fiamma sia più larga del fondo della pentola.





MI SBRIGO E CHIUDO IL FRIGO

Il frigorifero non va riempito troppo: l'aria deve poterci girare dentro. Evitando di introdurvi i cibi quando sono ancora caldi e lasciandoli prima raffreddare, risparmiamo energia. Attenzione: bastano 8 secondi con lo sportello aperto per disperdere il freddo.



QUI FA TROPPO CALDO

Non surriscaldiamo la casa. Ridurre la temperatura di 1°C serve a risparmiare sulla bolletta, e anche sulle emissioni di CO₂: fino a 300 chilogrammi all'anno. Se fa troppo caldo, abbassiamo i termosifoni invece di aprire le finestre. Evitiamo gli spifferi: se va cambiata l'aria, meglio spalancare le finestre 10 minuti che lasciarle sempre un pochino aperte.



UN FORNO USATO BENE

Scaldiamo il forno prima di introdurvi i cibi. Spegniamolo un poco prima della fine della cottura per sfruttare il calore residuo. Puliamolo bene, anche perché così servirà meno energia per scaldarlo la prossima volta.



RACCOLTA DIFFERENZIATA

Raccogliamo separatamente carta, plastica, metallo, vetro ecc., seguendo le regole del nostro Comune. Riciclare una lattina di alluminio fa risparmiare il 90% dell'energia che serve a fabbricarne una nuova!



UNA CASA AL CALDUCCIO

Programmiamo il termostato per spegnere il riscaldamento la notte e quando in casa non c'è nessuno. Non copriamo i termosifoni e non lasciamoci oggetti sopra: l'aria deve circolarci attorno.



PORTA LA SPORTELLO!

Portiamo i sacchetti da casa quando andiamo a fare la spesa. Se proprio dobbiamo prenderne di nuovi al negozio, riutilizziamoli più volte. Meno buste di plastica usiamo, meno inquiniamo (e più risparmiamo).





NON SPRECHIAMO LA CARTA!

Quanta deforestazione c'è nella carta che usiamo? Quando acquistiamo prodotti di carta, scegliamo quella riciclata al 100% post consumo e non sbiancata e, quando è possibile, scegliamo prodotti durevoli come fazzoletti e canovacci di stoffa, invece di prodotti monouso.



MAI SOLI AL VOLANTE

Usiamo l'automobile il meno possibile, cercando di condividerla con chi fa lo stesso percorso. Durante le soste, evitiamo di tenere il motore acceso. In ogni caso moderiamo la velocità: in automobile, la prudenza si traduce in risparmio di carburante.



L'UNIONE FA LA FORZA

È vero che gli autobus rilasciano molta anidride carbonica e che i treni si muovono grazie all'elettricità prodotta in parte da combustibili fossili, ma è altrettanto vero che trasportano molti passeggeri in una volta, quindi sono più ecologici dei mezzi privati.



PIÙ VERDURA E MENO CARNE

Consumare pasti ricchi di verdure e di proteine vegetali fa vivere più a lungo e più sani.

Meno carne vuol dire non solo un vantaggio per la nostra salute, ma anche per quella del Pianeta. Un quarto di tutte le emissioni di gas serra può essere ricondotto a ciò che mangiamo. Per ogni singola porzione di manzo, vengono rilasciati 330 grammi di anidride carbonica. È un impatto equivalente a percorrere 4,8 chilometri in auto. Una porzione analoga di origine vegetale, invece, ne rilascia solo 14 grammi.

Se vogliamo limitare l'innalzamento della temperatura dobbiamo ridurre il consumo di carne e latticini del 50 per cento, a livello globale, entro il 2050.

Prova anche tu ad aumentare la percentuale dei tuoi pasti a base di ingredienti di origine vegetale. La tua salute e il Pianeta ti ringrazieranno.



W LA BICICLETTA

Per gli spostamenti brevi in città, preferiamo la bicicletta alla macchina o al motorino: ogni litro di benzina bruciato da un motore rilascia quasi 2,4 chilogrammi di CO₂. Oppure, andiamo a piedi!

