

Uno stile di vita 'senza-rifiuti'

Piccoli gesti e abitudini quotidiane per ridurre il proprio impatto ambientale e vivere in maniera più sostenibile, cercando di limitare la quantità di rifiuti prodotti e, più in generale, gli sprechi.

Prodotti alimentari e detergenti sfusi



Il Decreto Legge ambiente, o DL clima, incentiva i prodotti sfusi o alla spina, cioè prodotti non confezionati in contenitori di vetro, cartone, latta, plastica, alluminio, legno o qualsiasi altro imballaggio. “Al fine di ridurre la produzione di imballaggi per i beni alimentari e prodotti detergenti, per gli anni 2020, 2021 e 2022 è riconosciuto un **contributo pari al 20% del costo di acquisto** di prodotti sfusi e alla spina, privi di imballaggi primari o secondari.”

A Roma si stanno moltiplicando in tutti i quartieri negozi e supermercati, biologici e no, che vendono prodotti sfusi, non solo detersivi, ma anche alimenti, quali riso, pasta, cereali, legumi, spezie, tè, tisane, e anche latte, vino,...

Alcuni negozi vendono solo prodotti sfusi, è possibile portare i propri contenitori da riempire:

- ** **Negozio Leggero** (oltre 1500 prodotti!)
- ** **Resto Sfuso** (alimenti, detersivi, cosmetici, anche oli e burri per produrre in casa i propri cosmetici)
- ** **Saponando, Delizia Marconi e Delizia Tuscolana** (detersivi e profumi)
- ** **Lush** (cosmetici)

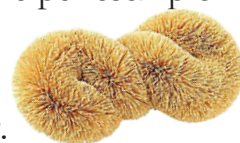
Le spugne in cucina

Le spugne della cucina sono tra gli oggetti nelle nostre case che contengono più germi e andrebbero cambiate spesso. Quelle sintetiche, però, non sono riciclabili o biodegradabili; inoltre la parte abrasiva di queste spugne provoca, consumandosi, la dispersione di **microplastiche** che dal lavandino della nostra cucina **finiscono in mare** ed entrano nella catena alimentare.

Esistono spugne, utilizzabili sia per lavare i piatti che per pulire e asciugare superfici, in materiali riciclabili, biodegradabili o compostabili, non derivati dal petrolio, come per esempio



viscosa, fibra di bambù, di cocco, di konjac o di agave (sisal), cellulosa, o misto cotone-cellulosa.



Le spugne giapponesi

Tawashi possono essere fatte anche in casa, con filo di lana o tessuti di cotone, e possono essere un modo per riciclare calzini e magliette (si trovano le istruzioni nel web).



Un'altra alternativa naturale è la **luffa**, una spugna ricavata dall'essiccazione di un vegetale simile alla zucchina: dura molti mesi e a fine uso si butta nell'umido.

Mai più in giro senza...

... la borraccia, meglio se di vetro o di acciaio, due materiali inerti.

Ogni anno in Italia usiamo **11 miliardi di bottiglie** di plastica di acqua minerale!



Conservare gli alimenti



La pellicola trasparente per alimenti è realizzata

spesso in PVC, che garantisce flessibilità e

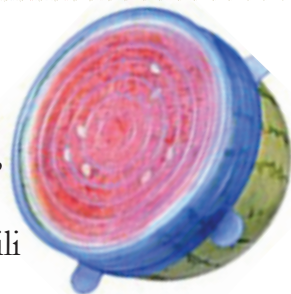
aderenza. Il PVC è inquinante anche in fase di produzione industriale e non facilmente riciclabile. A contatto con cibi grassi o contenenti alcol, la pellicola PVC rilascia sostanze plastificanti (ftalati).

Anche nel caso della carta stagnola, l'alluminio può 'migrare' nei cibi, soprattutto con il calore, e conviene almeno attenersi alle istruzioni che si trovano nelle confezioni: non usare l'alluminio a contatto con cibi acidi o salati (limone, pomodoro, spezie, salumi) e non utilizzarlo per più di 24 ore, specialmente a temperatura ambiente.

Le alternative ecologiche



Coperchi estensibili, lavabili e riutilizzabili di silicone



Pellicole di tessuto cerato, lavabili e riutilizzabili. Tra i prodotti realizzati in Italia ci sono, per esempio, Apepak e Beeopak. Quest'ultimo è ottenuto con resina di pino, cera d'olio, e olio di nocciole; ha proprietà traspiranti e antibatteriche.



La plastica in bagno

Alcune aziende producono contenitori in PE o PET da canna da zucchero, completamente riciclabili.

Altre aziende vendono **prodotti solidi**, anziché allo stato liquido, eliminando il problema della confezione.

Ecco alcuni prodotti cosmetici che aiutano a diminuire la quantità di rifiuti prodotti:

> *sapone per le mani e per il viso, bagnoschiuma, shampoo, balsamo, deodorante, crema da barba, dentifricio*: sono disponibili in formato solido, privi di ingredienti e conservanti nocivi o derivati dal petrolio. I 'panetti' solidi sono molto più concentrati rispetto al corrispettivo liquido e molto comodi per viaggiare.

> *Spazzolini da denti* di bamboo o con testine intercambiabili

> *Burrocacao* in stick di cartoncino

> *Filo interdentale* in seta o altre fibre naturali

> *Dischetti struccanti* lavabili e riutilizzabili

> *Fondotinta, fard e altri trucchi* in confezioni di materiale naturale (per esempio legno) e ricaricabili



Soapbottle è una linea di prodotti che utilizza packaging di sapone duro per shampoo e bagnoschiuma: quando finisce il contenuto, il flacone può essere usato come sapone per le mani.



Il nostro impegno
di eco-comunità
Primavera 2020
Chiesa Valdese
piazza Cavour