

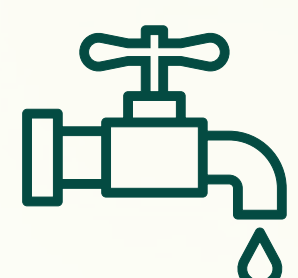


#UnitiControLoSpredo

Segui il decalogo e *fai la differenza!*



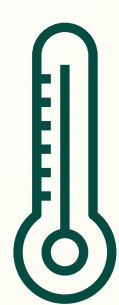
Riduci lo spreco di **cibo**: compra ciò che effettivamente ti occorre e conservalo al meglio. Al ristorante, chiedi la **doggy bag** per ciò che non riesci a consumare e, a casa, crea nuove ricette con gli avanzi.



Presta attenzione all'**acqua**: chiudi il rubinetto se non la stai usando e installa i riduttori di flusso. Se hai lavato frutta e verdura, usa l'acqua per annaffiare le piante.



Se devi sostituire vecchi elettrodomestici o **apparecchi elettronici**, acquistane di nuovi ad alta efficienza (A++ o A+++)¹ ed usali a pieno carico. Scegli lampadine a LED, spegni la luce quando lasci una stanza ed evita di lasciare gli elettrodomestici in stand-by.



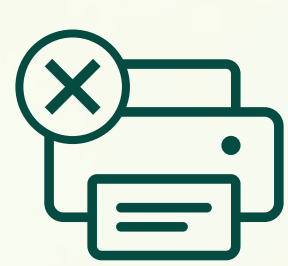
Imposta, tutto l'anno, condizionatore e riscaldamento su **temperature** "giuste", evitando sprechi: nel periodo invernale 20°C di giorno e 18°C di notte, d'estate scegli 26°C. Limiti i consumi e il rischio di malattie respiratorie.



Usa le giuste **quantità**: dosa correttamente detersivi e saponi, prediligi i prodotti concentrati e le ricariche. Ricorda i segreti della nonna: limone, aceto, sale e bicarbonato sono ottimi alleati.



Riduci la quantità di **rifiuti**: evita, ad esempio, il monouso, anche nel caso di buste per la spesa e stoviglie, prediligi prodotti a ridotto imballaggio e scegli batterie ricaricabili. In ogni caso, fai la raccolta differenziata: i rifiuti possono essere una risorsa.



Attenzione allo spreco di **carta**: stampa solo se occorre realmente e imposta l'opzione "fronte-retro". I fogli di carta possono essere riutilizzati per prendere appunti, compilare la lista della spesa e annotare buone idee.



Anche per l'**abbigliamento**, presta attenzione all'ambiente: punta su sobrietà e qualità, acquistando prodotti fatti per durare. Se non li usi più, donali, potranno essere utili a qualcun altro.



Se possibile, lascia a casa l'**auto** o lo scooter e prendi i mezzi pubblici oppure muoviti a piedi o in bici. Se proprio non puoi, condividi l'auto: più chiacchiere e meno CO2.



Quando puoi, spegni computer, cellulare, tablet, TV e fai una **passeggiata** all'aria aperta: compensa quel "deficit di natura" che ci condiziona sempre troppo nella vita.



INSIEME AD AUCHAN E SIMPLY
PER DIFFONDERE LA CULTURA
DI CONTRASTO ALLO SPRECO