



**FEDERCONSUMATORI**

ASSOCIAZIONE PROVINCIALE DI CONSUMATORI E UTENTI

# **NUOVI STILI di CONSUMO e SOSTENIBILITÀ**



Si pensa, erroneamente, che “sostenibilità” significhi “ritorno alla natura”, ma questa è una visione ristretta del concetto: **sostenibilità** vuol dire comprendere la situazione in cui viviamo, utilizzare le nuove tecnologie in modo corretto e cercare di sviluppare la nostra realtà in modo economicamente ed ecologicamente giusto.

I tre aspetti fondamentali della sostenibilità sono: **ECONOMIA, SOCIETÀ** e **AMBIENTE**.

La **sostenibilità economica** include concetti come **profitto ragionevole, salario equo, salari comunitari,...**

Alla **sostenibilità sociale** appartengono pensieri come **partecipazione alle politiche pubbliche, standard lavorativi equi, rispetto di donne e minori,...**

Nella **sostenibilità ambientale** si inseriscono i concetti di **impatto su aria, acqua, terra, piante, animali e salute umana, riduzione dei gas serra,...**

## **MA COME SI PUÒ TRADURRE TUTTO QUESTO NELLA NOSTRA VITA?**

Ipotizziamo di voler acquistare solo frutta e verdura biologica, per salvaguardare l'ambiente (**aspetto ambientale e sociale**); dovremo considerare come e per quanto tempo i prodotti hanno dovuto viaggiare per raggiungere il punto vendita e se c'è, eventualmente, la possibilità di rifornirsi da un solo produttore vicino a noi

che ci permetta non solo di mangiare sano ma anche di spendere meno, infatti meno Km percorre il cibo che abbiamo sulle nostre tavole più le nostre tasche troveranno giovamento (**aspetto economico e sociale**).



**"Lo sviluppo sostenibile è uno sviluppo che soddisfa i bisogni del presente senza compromettere la possibilità delle generazioni future di soddisfare i propri bisogni"**

([Rapporto Brundtland](#) 1987), in altre parole la crescita odierna non deve mettere in pericolo le possibilità di crescita delle generazioni future.



## CONSUMO CRITICO-CONSAPEVOLE


Per poter vivere abbiamo tutti bisogno di consumare e usare cose. Abbiamo bisogno di respirare aria, bere acqua, mangiare, vestirci, ripararci nelle nostra case, usare mezzi per poterci spostare. Tutto questo lo possiamo fare consumando in modo consapevole e questo significa **EVITARE gli sprechi**. Ma in questa era così consumistica è davvero possibile? Sì lo è se adottiamo piccole e semplici regole che a poco a poco non saranno più regole ma il NOSTRO NUOVO STILE DI VITA.

Ecco cosa possiamo fare nel concreto:

- 1 evitiamo di acquistare cose inutili o perché semplicemente si è spinti dalla pubblicità
- 2 compriamo solo quello che ci serve scegliendo in base alla qualità, alla sicurezza, alla durata e al reale utilizzo
- 3 non facciamoci condizionare dalla moda del momento
- 5 scegliamo le cose che vanno bene a **noi**

**6** usiamo meno sacchetti di plastica e riduciamo i rifiuti

L'ambiente ci offre innumerevoli doni ogni giorno: l'aria che respiriamo, la pioggia che disseta animali e piante; molti beni, invece, hanno bisogno di essere coltivati, costruiti, pensati, distribuiti. Tutti questi doni hanno un valore che va là di là del prezzo in se stesso e che si misura solo **conoscendo** cosa sta dietro la produzione di un bene o di un servizio. È, perciò, molto importante sapere dove quel bene che noi stiamo comprando è stato prodotto, da chi, se i lavoratori che l'hanno prodotto sono stati pagati adeguatamente, se è sicuro, sano, se inquina o no, se utilizza meno energia e meno imballaggi, se è buono, durevole e **UTILE**. Per questo **LEGGIAMO SEMPRE L'ETICHETTA PRIMA DI COMPRARE QUALSIASI COSA.**



**LEGGIAMO SEMPRE  
L'ETICHETTA PRIMA  
DI COMPRARE  
QUALSIASI COSA**

## **SPESA SOSTENIBILE SAI COSA COMPRI E QUELLO CHE MANGI?**



Le spese per i consumi alimentari sono sempre più alte ma, in questo caso, il risparmio deve essere molto oculato perché dobbiamo sempre ricordare che NOI SIAMO CIÒ DI CUI CI NUTRIAMO e da ciò che mangiamo in larga parte dipende la nostra salute.

Oggi, oltre lo stile alimentare, è divenuta molto importante la scelta dei prodotti che arrivano sulle nostre tavole, che dovrebbero essere: rispettosi dell'ambiente quindi a "KM ZERO", cioè locali, in quanto l'importazione di cibi esotici o costretti a viaggiare, incide enormemente sulle emissioni di CO2 e di polveri sottili causate dai mezzi di trasporto; dovrebbero essere senza imballaggio, se possibile, o quantomeno con un imballaggio contenuto ed ecologico, cioè formato da materiali biodegradabili e riciclabili.

Quindi per attuare una Spesa Sostenibile, risparmiando, occorre acquistare prodotti stagionali e locali, passando dalla cosiddetta "filiera lunga" (produttore-mediatore-grossista-distributore-dettagliante-CONSUMATORE) alla "filiera corta" (dal produttore al CONSUMATORE) e perché ciò possa avvenire ci aiutano le Cooperative di consumo, i mercatini degli agricoltori e i Gruppi di acquisto solidale.

**I Gruppi di Acquisto Solidali (G.A.S.)** nascono da una riflessione sulla necessità di un cambiamento profondo del nostro stile di vita. La legge finanziaria 2008 ha citato i GAS, dandone una definizione all'art. 1, comma 266: sono definiti «gruppi di acquisto solidale» i soggetti associativi senza scopo di lucro costituiti al fine di svolgere attività di acquisto collettivo di beni e distribuzione dei medesimi, senza applicazione di alcun ricarico, esclusivamente agli aderenti, con finalità etiche, di solidarietà socia-





le e di sostenibilità ambientale, in diretta attuazione degli scopi istituzionali e con esclusione di attività di somministrazione e di vendita.

I gruppi cercano prodotti provenienti da piccoli produttori locali per ridurre l'inquinamento e lo spreco di energia derivanti dal trasporto, ma anche per risparmiare. Attraverso il sito della rete, ognuno può cercare i GAS più vicini al proprio Comune di abitazione ([www.retegas.org](http://www.retegas.org)).

Un altro importante aiuto ai consumatori viene dai **marchi di certificazione**, ovvero simboli riportati sulle confezioni che garantiscono che la produzione di quel bene è avvenuta secondo canoni e regole precise. Es: quando vedi un "Fio-





re” su un prodotto (marchio Ecolabel) significa che rispetta l’ambiente lungo tutto il suo ciclo di vita, cioè da quando “nasce” fino a quando, una volta consumato, diventa rifiuto. Il marchio **Agricoltura biologica** significa che le sostanze alimentari sono state prodotte con metodi organici che rispettano l’ambiente e livelli elevati di protezione animale. Soprattutto gli agricoltori evitano di usare antiparassitari sintetici e prodotti chimici.

## SOSTENIBILITÀ E TRASPORTI



Ogni giorno migliaia di km di autostrade europee sono paralizzati da ingorghi stradali. La congestione sulle strade e negli aeroporti fa aumentare del 6% la spesa di carburante nell’UE. Purtroppo si vede ancora l’automobile come uno status symbol, si crede che arrivare a destinazione a bordo di una scintillante e potente automobile predispone a maggiori consensi.

Fortunatamente, questo tipo di immagine, proiettata da sagaci e interessati messaggi pubblicitari, sta perdendo peso.

Per diminuire gli sprechi e le emissioni nocive per l'ambiente occorre, innanzi tutto, che siano assicurati trasporti pubblici efficienti e non inquinanti, a misura di "pendolare", quindi con orari cadenzati e tragitti appositamente studiati con le esigenze della cittadinanza, anche in collaborazione con le aziende locali e con le scuole.

Ma bisogna anche agevolare progetti di "**car sharing**", in modo da diminuire al massimo l'uso dell'auto individuale; condividere il tragitto con colleghi che fanno lo stesso itinerario; incentivare la crescita di **scuola-bus** e, la dove non è possibile, effettuare **viaggi plurifamiliari**; incentivare la nascita di "**gruppi d'acquisto**" anche condominiali, in modo da risparmiare, comprare prodotti locali e non recarsi individualmente a fare la spesa. Naturalmente è necessario **cambiare le abitudini** dei cittadini, molti dei quali usano principalmente l'auto

propria perché hanno ancora la sensazione di risparmiare tempo o di non avere altra scelta, anche quando, in effetti, esistono alternative meno dispendiose sia per le tasche che per l'ambiente, ma anche, a volte, più celeri.



Gli automobilisti, infatti, non mettono quasi mai in conto il **tempo perso** per gli ingorghi, le colonne di auto in fila per traffico intenso, le corsie uniche e i lavori in corso in autostrada. **Spesso, a conti fatti, arriveremo prima con i mezzi pubblici, anche se non diretti o rapidissimi.**

## SAI COSA PUOI FARE PER IL TUO FUTURO?






È bello sapere che un numero sempre maggiore di consumatori è sensibile alla salvaguardia dell'ambiente ed è pronto a seguire alcune semplici regole per cambiare il proprio stile di vita in senso più "sostenibile".

Vuoi diventare anche tu più SOSTENIBILE?

Ecco alcuni piccoli consigli:









## A CASA:

-  Spegni sempre le luci quando passi da una stanza all'altra, risparmierai denaro ed energia, ma puoi anche utilizzare energie alternative;
-  Lava gli abiti e la casa con detersivi ecologici;
-  Razionalizza il riscaldamento che può diminuire sensibilmente con la scelta di materiali da costruzione adeguati, con le giuste coibentazioni, con piccoli accorgimenti quotidiani, mantenendo una temperatura massima di 20°C in tutti gli ambienti, con l'utilizzo del fotovoltaico solare;
-  Chiudi sempre il rubinetto dell'acqua quando ad esempio ti lavi i denti o le mani e prova ad abituarti a bere l'acqua del rubinetto ...è più sana e costa meno di quella in bottiglia di plastica.
-  Riduci i rifiuti e soprattutto smaltiscigli in modo corretto... **FAI LA RACCOLTA DIFFERENZIATA**

## SPESA



-  Prova a rinunciare ai prodotti eccessivamente pubblicizzati, questo porta ad un notevole risparmio sulla spesa;
-  Evita le primizie, il cui prezzo è sempre maggiore; preferisci frutta e verdura di stagione;
-  Non comprare salumi o altri cibi confezionati, costano molto di più di quelli venduti a taglio e hanno un imballaggio quasi sempre in plastica;
-  Mangia più torte e biscotti fatti in casa, oltre a risparmiare i nostri bambini avranno un'alimentazione più sana;
-  Acquista le ricariche di detersivi o saponi liquidi; spenderemo ed inquineremo MENO!!!
-  Prova l'eco-abbigliamento. I tessuti utilizzati, nel rispetto dell'ambiente e della persona, sono composti generalmente da capi in fibre naturali, quali canapa, lino, bamboo, cotone biologico, lana cotta, seta e

alpaca. Il lino ecologico, per esempio, non subisce alcun trattamento chimico durante le diverse fasi di lavorazione e in più le fibre naturali, a differenza delle sintetiche, sono riciclabili e, quindi, riutilizzabili.

## TRASPORTI



Viaggiare in modo sostenibile significa essere consapevoli dei mezzi di trasporto scelti e delle conseguenze che tali scelte possono avere sulla salute e sull'ambiente



Usa la macchina il meno possibile, cammina, usa la bicicletta o i mezzi di trasporto collettivi o condividi l'auto con altre persone (car sharing)

E ricorda sempre.....

**La prima regola per diminuire l'impatto ambientale, sociale ed economico è:  
RIDURRE, RIUTILIZZARE, RICARICARE,  
RIPARARE E RICICLARE**



**MODENA**  
Via Mar Ionio, 23  
Tel. 059 260 384 - Fax 059 260 446  
**info@federconsumatori-modena.it**  
Lun-Ven ore 9.00-13.00 e 15.00-18.30;

**NUOVI STILI  
di CONSUMO  
e SOSTENIBILITÀ**

A cura di  
Dott.ssa Pamela Bussetti  
Federconsumatori Modena