# Prevenció de residus a la llar



## PENSA



En els últims anys hi ha hagut un augment espectacular en la generació de residus. Els espanyols generen 442 quilos de residus per persona a l'any, fet que suposa un 9% menys que la mitjana dels ciutadans de la Unió Europea. Però Espanya presenta un 53% més de presència de residus als abocadors que la resta dels europeus, segons una anàlisi publicada per EAE Business School el 2021.

Un dels majors problemes és el sobreenvasament, principalment en plàstic.

El 3 de juliol del 2021 va entrar en vigor la Directiva europea (UE) 2019/904, que prohibeix la venda d'articles de plàstic d'un sol ús com palletes, bastonets, coberts o

plats de plàstics, entre d'altres, per a lluitar contra la contaminació.

Cada europeu genera anualment 34,4 quilos de residus d'envasos de plàstic. Cada ciutadà europeu va generar el 2019 una mitjana de 34,4 quilos d'envasos de plàstic, segons Eurostat, que indica que el 41 % d'aquests productes es van reciclar, uns 14,1 quilos per habitant.

- Entre 9 i 12 milions de tones de plàstic acaben cada any en el mar.
- S'estima que per a l'any 2050 hi haurà més plàstics que peixos en el mar.

**EL MILLOR RESIDU ÉS EL QUE NO ES GENERA!**

## SABIES QUE...




Aquesta enorme generació de residus es deu al nostre consum desmesurat, principalment en els països desenvolupats. **Ens hem convertit en la generació d'usar i tirar**. A més d'utilitzar productes d'un sol ús, també rebutgem ràpidament la roba, els mobles, els mòbils, els ordinadors i un llarguíssim etcètera.

Podem canviar aquesta situació, canviant els nostres hàbits de consum. D'aquesta manera reduirem l'empremta que deixem en el planeta, i ens permetrà viure amb menys coses materials, viure una vida més rica en moments i experiències que ens facen sentir allò veritablement important.

Podem seguir la regla de les **6 erres**. Molt important que siga en l'ordre següent:



- **REFLEXIONAR** sobre els nostres hàbits de consum.
- **REBUTJAR** el que no necessitem.
- **REDUIR** el que necessitem.
- **REUTILITZAR**, canviant els productes d'usar i tirar per alternatives reutilitzables, i comprar productes de 2a mà.
- **REPARAR** tot el que puguem, allargant el màxim possible la vida útil dels objectes.
- **RECICLAR** allò que no podem rebutjar, reduir, reutilitzar o reparar.

## QUÈ HI PUC FER JO?

Vegeu fitxa reciclat de materials diversos, a més:

**EVIT** **L ÚS**



- Les tovalletes. Hi hai tovalletes per a quasi tot:

  higièniques, per a netejar el bany, els vidres, els mobles, el cuiro, el sòl, etc. Són totalment innecessàries i quan es tiren pel vàter provoquen greus avaries en la xarxa de sanejament (albellons, depuradores, etc).
- Els bastonets per a les orelles. Poden causar-te taps o infeccions, i si els tires al vàter, com que són xicotets i fins, és molt fàcil que s'escapen pels sistemes de

filtració de les aigües residuals i acaben en els rius i en el mar. Pots usar una tovalleta fina o un mocador de tela.
- Les palletes. Realment no les necessites, no es degraden mai i causen dolor i mort a milions d'animals. Només als Estats Units es produeixen 500 milions de palletes cada dia.
- Les càpsules per a les màquines de café. La majoria estan compostes de plàstic i alumini, no són reciclables i se'n consumeixen milers de milions.
- El café per a emportar-se. Els gots de cartó tenen cobertura de plàstic, la tapa i els palets també estan fets de plàstic. Pren-te la teua beguda tranquil·lament en la cafeteria.
- Rebutja els sobrets de quetxup, maionesa, porcions individuals de mantega, melmelada, etc.
- Els mocadors de paper. Pots utilitzar mocadors de tela.
- Utilitza productes recarregables: piles (el mercuri que conté una pila de botó té la capacitat de contaminar 600 mil litres d'aigua), portamines, encenedors, subratlladors, bolígrafs, cintes correctores, maquinetes d'afaitar, raspalls de dents amb capçal substituïble.
- Els xampús, gels, cremes, etc. en envasos xicotets dels que et donen en els hotels. Pots portar els teus propis productes de neteja personal en envasos recarregables.

**EN LA COMPRA**

Podem evitar

Podem triar

- Bosses de plàstic.
- Safates de porexpan.
- Embolcalls innecessaris.
- Envasos d'un sol ús.
- Consum innecessari de paper.

- Carro de la compra o cistella.
- Productes a granel.
- Embolcalls mínims.
- Envasos reutilitzables.

- Paper reciclat.

**A CASA**

- Digues adéu a l'aigua embotellada. Beu aigua de l'aixeta (posa un filtre a ta casa, si vols) i t'estalviaràs una fortuna a l'any. Quan isques, porta amb tu una botella reomplible d'acer inoxidable (a Espanya s'utilitzen 5.000 milions de botelles d'aigua cada any).
- Cuina! Evita el menjar precuinat i envasat. També guanyaràs en salut.
- Usa coberts reals.
- Usa tovallons de tela.
- Usa envasos reutilitzables.
- Evita el paper d'alumini o el film de plàstic per a conservar el menjar. Pots substituir el film per un plat o utilitzar pots de vidre. Millor utilitzar el portaviandes de vidre que el de plàstic (recorda que els que són aptes per al microones són els classificats amb els codis 2, 4 i 5 (dins d'un triangle format per 3 fletxes).
- No tires l'oli usat per la pica o el vàter. Deposita l'oli en un flascó tancat en un punt net o informa't sobre com es recicla en la teua localitat.

**EN EL COL·LEGI**

- Porta el berenar en un bossa de tela o en un portaviandes. Així estalvies molts residus de paper d'alumini.
- En compte dels sucs en bric, pots omplir una botella reutilitzable amb aigua o amb sucs espremuts a casa. És una opció més sana i saludable.

**EN LES FESTES**

Podem evitar

- Vaixella d'un sol ús.
- Coberts d'un sol ús.
- Gots d'un sol ús.
- Estovalles i tovallons de paper.
- Paper de cuina.
- Begudes envasades en plàstic, brics i llandes.

Podem triar

- Vaixella de ceràmica, vidre o plàstic reutilitzable.
- Coberts de metall o fusta.
- Gots de vidre o plàstic reutilitzable.
- Estovalles i tovallons de tela.
- Baietes i draps de cuina.
- Begudes envasades en vidre o preparades a casa.

## ALTRES FORMES D'EVITAR ELS RESIDU




- Com a alternativa a les botelles de gel de dutxa, podem utilitzar pastilles de sabó.
- Quan compres un aparell que funcione amb energia, opta per aquells que es puguen connectar a la xarxa elèctrica, que tinguen dispositius solars o que funcionen sense piles. Si no hi ha més remei que utilitzar piles, procura sempre que siguen recarregables.
- A l'hora de fer regals, opta per obsequis no materials. Et donem algunes idees:
- Entrades per al cine, el teatre, ...
- Una sessió de massatge o una estada en un balneari.
- Un val per a un sopar o dinar.
- Estades en hotels, albergs o càmpings.
- Un viatge.
- Entrades per a museus, concerts o espectacles.
- Regals manuals fets per nosaltres (pòsters amb fotografies, joguets, decoracions, ...)

- Abans de comprar un llibre, un cd, un videojoc o una pel·lícula,... pots consultar si en tenen en la teua biblioteca.
- Podem llogar o demanar prestat qualsevol cosa que utilitzem ocasionalment. Per exemple: la vaixella per a una festa, llibres, pel·lícules, sacs de dormir i tendes de campanya, disfresses, articles esportius, etc...
- Pensa que si aconseguim allargar la vida dels productes tardaran més temps a convertir-se en residus. Tenim diverses opcions per a aconseguir-ho:
    - Compra productes duradors i de qualitat. Encara que puguen ser més cars, a la llarga resultaran més econòmics perquè duraran més que els més barats.
    - Fes un bon manteniment dels productes i repara'ls quan s'espatlen (per exemple: joguets, mobles, electrodomèstics,...).
    - Dóna allò que no necessites a qui ho puga aprofitar (un veí, un amic, una ONG, ...).
    - Visita els mercats d'intercanvi o de segona mà. Trobaràs música, mobles, roba, articles infantils, esportius, electrodomèstics, etc...

## EL PAPER, ESTALVIEM-LO FÀCILMENT

L'ús desmesurat del paper contribueix a una sobreexplotació dels recursos forestals, a l'ús de productes químics contaminants (clor, metalls pesants, sofre, ...), i al malbaratament d'aigua i energia. Si fem un ús més racional del paper, contribuirem a reduir l'impacte ambiental del seu consum i al mateix temps estalviarem diners. Et donem algunes idees:

***Usem bé el paper***:



- Usa el paper per les 2 cares: escriu, imprimeix o fotocopia aprofitant les 2 cares. Utilitzaràs la meitat de paper.
- Reutilitza el paper: si tens papers escrits per una sola cara i que ja no servrixen, no els tires, utilitza'ls per a prendre nota o fer esborranys.
- Calcula el nombre de còpies necessaris i repassa els documents abans d'imprimir-los.

***Aprofita Internet i la informàtica per a estalviar tinta i paper***:

- Utilitza el format electrònic: sempre que pugues, abans d'imprimir qualsevol document o fotografia digital, opta per llegir la informació o veure la foto directament en la pantalla de l'ordinador.

***Rebutja la publicitat no desitjada***:

- Podem dir “NO” a la publicitat en les nostres bústies posant-hi un adhesiu perquè no ens deixen publicitat.
- Si ens ofereixen publicitat en paper pel carrer, podem no agafar-la.

***Utilitzem paper reciclatge i lliure de clor***:



- La fabricació del paper reciclatge requereix un 40% menys d'energia que la fabricació del paper convencional.
- Per a fabricar  una tona de paper es necessiten aproximadament 15 arbres, 50 mil litres d'aigua i més de 300 kg de petroli.
- Utilitza paper reciclatge lliure de clor o que compte amb un certificat ecològic que garantisca que en la seua producció s'ha minimitzat l'impacte ambiental.

- No hem de rebutjar el paper reciclat pel seu color ni per la falsa idea que no serveix per a la impressora.

## ALTERNATIVES PER A REDUIR LA PERILLOSITAT DELS RESIDUS

Les piles, els insecticides, les pintures, els dissolvents, els productes de neteja, els aerosols, els pegaments, etc. contenen  elements molt perjudicials per al medi ambient. En alguns casos podem substituir-los per productes menys perjudicials, altres vegades només p



***Productes de neteja***:

- Per a la neteja de la llar: fregar amb aigua i llima, vinagre, bòrax o bicarbonat.
- Evitar els detergents forts: utilitzar sabó natural.
- Com a desembossador: utilitzar bicarbonat, vinagre i aigua bullint.
- Per a la neteja dels mobles de fusta: fregar amb 1 part de llima i 2 d'oli d'oliva.

***Plaguicides, insecticides, herbicides i fungicides***:

- Per a les arnes: utilitzar lavanda o fulles de tabac.
- Contra les formigues: llima amb espècies (clau, pebre, vitet).
- Contra mosques i mosquits: teles mosquiteres i herbes aromàtiques (menta, romer, alfàbega, etc.)
- Contra les plagues del jardí: polvoritzar amb aigua sabonosa.

***Aerosols, esprais***:

- Podem utilitzar polvoritzadors, brotxes i pinzells, barres o tubs per a productes de cosmètica.

***Productes de bricolatge***:



- En compte de pintures amb dissolvents: pintures a l'aigua.
- En compte de netejar els pinzells amb aiguarràs: netegem-los amb vinagre calent, aigua i sabó.
- En compte de coles amb dissolvent: utilitzem coles a l'aigua o blanques.
- En compte de decapants: utilitzem rasquetes o paper de vidre.

***Productes de l'automòbil***:

- No tirem els olis i anticongelants per albellons o desaigües. Portem-los al punt verd. També hi ha gasolineres o mecànics que arrepleguen els olis usats.
- Portem sempre les bateries velles al punt verd.

# PER A SABER-NE MÉS...

- DIRECTIVA (UE) 2019/904 DEL PARLAMENT EUROPEU I DEL CONSELL de 5 de juny de 2019 relativa a la reducció de l'impacte de determinats productes de plàstic al medi ambient[1]
- ECOBLOGNONOA
- Vivir sin plástico
- ALARGASCENCIA
- El Plástico Mata
- Ecologismos
- Sin plástico
- La eco cosmopolita

Pel·lícules i vídeos per reflexionar a l'aula:

- The Story of Plastic (curt animat)
- The Story of Plastic (pel·lícula documental)

Directori de botigues a granel

- Tiendas a granel

- Aplicació gratuïta Zero Waste, per a reduir els residus, amb localitzador de botigues a granel zero waste (sense residus) a Espanya