Prevención de residuos no fogar



PENSA



Nos últimos anos houbo un aumento espectacular na xeración de residuos. Os españois xeran 442 quilos de residuos por persoa ao ano, o que supón un 9 % menos que a media dos cidadáns da Unión Europea. Porén, segundo unha análise publicada pola EAE Business School en 2021, España presenta un 53 % máis de residuos nos vertedoiros que o resto dos países europeos.

Un dos maiores problemas é o sobreenvasado, principalmente en plástico.

O 3 de xullo de 2021 entrou en vigor a Directiva europea (UE) 2019/904[1] que prohibe a venda de artigos de plástico de usar e tirar como palliñas, bastonciños e

cubertos ou pratos de plástico, entre outros, para loitar contra a contaminación.

Cada europeo xera anualmente 34,4 quilos de residuos de envases de plástico. Segundo Eurostat, cada cidadán europeo xerou en 2019 unha media de 34,4 quilos de envases de plástico, dos cales se reciclaron o 41 %, uns 14,1 quilos por habitante.

- Entre 9 e 12 millóns de toneladas de plástico acaban cada ano no mar.
- Estímase que para o ano 2050 haberá máis plásticos que peixes no mar.

O MELLOR RESIDUO É O QUE NON XERA!

SABÍAS QUE...



Esta enorme xeración de residuos débese ao noso consumo desmedido, principalmente nos países desenvolvidos. **Convertémonos na** xeración **de usar e tirar.**

Ademais de utilizar produtos de un só uso, tamén refugamos rapidamente a roupa, os mobles, os móbiles, os computadores e un longuísimo etcétera. Podemos cambiar esta situación, cambiando os nosos hábitos de consumo. Desta maneira reduciremos a pegada que deixamos no planeta, e permitiranos vivir con menos cousas materiais, vivir unha vida máis rica en momentos e experiencias que nos fagan sentir o verdadeiramente importante.

Podemos seguir a regra das **6 erres**. Moi importante que sexa na seguinte orde:



- **REFLEXIONAR** sobre os nosos hábitos de consumo.
- **REXEITAR** o que non necesitamos.
- **REDUCIR** o que necesitamos.
- **REUTILIZAR**, cambiando os desechables por alternativas reutilizables e comprar produtos de 2ª man.
- **REPARAR** todo o que poidamos, alongando o máximo posible a vida útil dos obxectos.
- **RECICLAR** aquilo que non podemos rexeitar, reducir, reutilizar ou reparar.

QUE PODO FACER EU...?

Ver ficha Reciclaxe de materiais diversos, alén diso:

EVITA OS ARTIGOS DUN SÓ USO

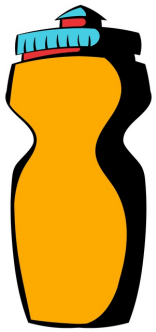
- Existen toallitas para case todo: hixiénicas, para limpar o baño, os cristais, os mobles, o coiro, o chan, etc. Son totalmente innecesarias e cando se tiran polo inodoro provocan graves avarías na rede de saneamento (sumidoiros, depuradoras, etc).
- As cápsulas para as máquinas de café. A maioría están compostas de plástico e aluminio, non son reciclables e consómense miles de millóns.
- Os vasos de cartón teñen cobertura de plástico, a tapa e os axitadores tamén están feitos de plástico. Tóma a túa bebida tranquilamente na cafetería. Ou leva o teu propio vaso, ou botella, reutilizable se o pides para levar.
- Rexeita os sobreciños de ketchup, maionesa, porcións individuais de manteiga, marmelada, etc.



- Os panos de papel. Podes utilizar panos de tea.

- Utiliza produtos recargables: pilas (o mercurio que contén unha pila de botón ten a capacidade de contaminar 600 mil litros de auga), portaminas, encendedores, subraiadores, bolígrafos, cintas correctoras, maquinillas de afeitar, cepillos de dentes con cabezal sustituible.
- Os champús, xeles, cremas, etc de pequeno tamaño que dan nos hoteis. Podes levar os teus propios produtos de aseo persoal en envases recargables.
- Dille adeus ao auga embotellada. Bebe da billa (pon un filtro na túa casa, se queres) e aforrarás unha fortuna ao ano. Cando saias, leva contigo unha botella rellenable de aceiro inoxidable (en España utilízanse 5.000 millóns de botellas de auga cada ano).
- Cociña!. Evita a comida precociñada e envasada. Tamén gañarás en saúde.
- Usa cubiertos reais
- 

- Evita o papel de aluminio ou o filme de plástico para conservar a comida. Podes substituír o filme por un prato ou utilizar tarros de vidro. Mellor utilizar as fiambreras de cristal que as de plástico (lembra que as que son aptas para o microondas son as clasificadas cos códigos 2, 4 e 5 (dentro dun triángulo formado por 3 frechas).
- Non tires o aceite usado polo fregadero ou inodoro. Deposita o aceite nun frasco pechado nun punto limpo ou infórmatee sobre como se recicla na túa localidade.

- A compra en comercios tradicionais evita ata un 60 % dos residuos.
- Compra a granel e produtos sen envoltorios.
- Leva a merenda nun bolsiña de tea ou nunha fiambrera. Así aforrás moitos

lumnio.
- En lugar dos zumes en tetrabrix, podes encher unha botella reutilizable con auga ou con zumes espremidos na casa. É unha opción máis sa e saudable.

OUTRAS FORMAS DE EVITAR OS RESIDUOS

- Como alternativa ás botellas de xel de ducha podemos utilizar pastillas de xabón ou xampús e xeles sólidos.
- Cando compres un aparello que funcione con enerxía, opta por aqueles que se poidan conectar á rede eléctrica, que teñan dispositivos solares ou que funcionen sen pilas. Se non hai máis remedio que utilizar pilas, procura sempre q

Á hora


quios non materiais. Dámosche algunhas ideas:

- Entradas para o cinema, o teatro, …

- Unha sesión de masaxe ou unha estancia nun balneario.
- Un vale para unha cea ou comida.
- Estancias en hoteis, albergues ou cámpings.
- Unha viaxe.
- Entradas para museos, concertos ou espectáculos.
- Agasallos manuais feitos por nós (posters con fotografías, xoguetes, decoracións, ...)
- Antes de comprar un libro, un cd, un vídeo xogo ou unha película,... podes consultar se o teñen na túa biblioteca.
- Podemos alugar ou pedir prestado algo que utilizamos ocasionalmente. Por exemplo: a vaixela para unha festa, libros, películas, sacos de durmir e tendas de campaña, disfraces, artigos deportivos, etc...

Pensa que se conseguimos alongar a vida dos produtos tardarán máis tempo en converterse en residuos. Temos diversas opcións para conseguilo:

- Compra produtos duradeiros e de calidade. Aínda que poidan ser máis caros, a longo prazo resultarán máis económicos porque durarán máis que os máis baratos.
- Fai un bo mantemento dos produtos e repáraos cando se estraguen (por exemplo: xoguetes, mobles, electrodomésticos,...).
- Doa aquilo que non necesites a quen o poida aproveitar (un veciño, un amigo, unha ONG, ...).
- Visita os mercados de intercambio ou de 2ª man. Atoparás música, mobles, roupa, artigos infantís, deportivos, electrodomésticos, etc...

O uso desmesurado do papel contribúe a unha sobreexplotación dos recursos forestais, ao uso de produtos químicos contaminantes (cloro, metais pesados, xofre, ...), e ao desperdicio de auga e enerxía. Se facemos un uso máis racional do papel, contribuiremos a reducir o impacto ambiental do seu consumo e ao mesmo tempo aforarremos diñeiro. Dámosche algunhas ideas:

- Usa o papel polas 2 caras: escribe, imprime ou fotocopia aproveitando as 2 caras. Utilizarás a metade de papel.

- Reutiliza o papel: se tes papeis escritos por unha soa cara e que xa non serven, non os tires, utilízaos para tomar nota ou facer borradores.
- Calcula o número de copias necesarias e repasa os documentos antes de imprimilos.
- Aproveita internet e a informática para aforrar tinta e papel:
- Utiliza o formato electrónico: sempre que poidas, antes de imprimir calquera documento ou fotografía dixital, opta por ler a información ou ver a foto directamente na pantalla do computador.
- Rexeita a publicidade non desexada:
- Podemos dicir “NON” á publicidade nas nosas caixas de correos poñendo un adhesivo para que non nos deixen publicidade.



Utilicemos papel reciclado e libre de cloro:



- A fabricación do papel reciclado require un 40% menos de enerxía que a fabricación do papel convencional.
- Para fabricar unha tonelada de papel necesítanse aproximadamente 15 árbores, 50 mil litros de auga e máis de 300 kg de petróleo.

- Utiliza papel reciclado libre de cloro ou que conte cun certificado ecolóxico que garanta que na súa produción minimizouse o impacto ambiental.
- Non debemos rexeitar o papel reciclado pola súa cor nin pola falsa idea de que non serve para a impresora.

ALTERNATIVAS PARA REDUCIR A PERIGOSIDADE DOS RESIDUOS

As pilas, os insectisidas, as pinturas, os disolventes, os produtos de limpeza, os aerosois, os pegamentos, etc. conteñen elementos moi prexudiciais para o medio ambiente. Nalgúns casos podemos substituílos por produtos menos prexudiciais, outras veces só podemo



Produtos de limpeza:

- Para a limpeza do fogar: fregar con auga e limón, vinagre, borax ou bicarbonato.
- Evitar os deterxentes fortes: utilizar xabón natural.
- Como desatascador: utilizar bicarbonato, vinagre e auga fervendo.
- Para a limpeza dos mobles de madeira: fregar con 1 parte de limón e 2 de aceite de oliva.

Praguicidas, insecticidas, herbicidas e fungicidas:

- Para as polillas: utilizar lavanda ou follas de tabaco.
- Contra as formigas: limón con especias (cravo, pementa, guindilla).
- Contra moscas e mosquitos: teas mosquiteras e herbas aromáticas (menta, romeu, albaféga, etc.)
- Contra as pragas do xardín: pulverizar con auga xabonosa.

Aerosois, esprais:

- Podemos utilizar pulverizadores, brochas e pinceis, barras ou tubos para produtos de cosmética.

Produtos de bricolaxe:



- No canto de pinturas con disolventes: pinturas á auga
- No canto de limpar os pinceis con aguarrás: limpémolos con vinagre quente, auga e xabón.
- No canto de colas con disolvente: utilicemos colas á auga ou brancas.
- No canto de decapantes: utilicemos rasquetas ou papel de vidro.

Produtos do automóbil:

- Non tiremos os aceites e anticonxelantes por sumidoiros ou desaugadoiros. Levémolos ao punto limpo. Tamén hai gasolineiras ou mecánicos que recollen os aceites usados.
- Levemos sempre as baterías vellas ao punto limpo.

PARA SABER MÁIS...

- DIRECTIVA (UE) 2019/904 DO PARLAMENTO EUROPEO E DO CONSELLO, do 5 de xuño de 2019, relativa á redución do impacto de determinados produtos de plástico no ambiente[1]
- Ecoblognonoa
- Vivir sin plástico
- ALARGASCENCIA
- El plástico mata
- Ecologismos
- Sin plástico
- La eco cosmopolita

Películas y vídeos para reflexionar en el aula:

- The Story of plastic (curta animada)
- The Story of plastic (película documental)

Directorio de tiendas a granel:

- Tiendas a granel
- Aplicación gratuíta Zero waste, para reducir os residuos, con localizador de tendas a granel zero waste (sen residuos) en España