

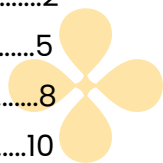
QUANTO E' PIÙ CALDO UN GRADO?



MANUALE

SOMMARIO

Come utilizzare questo manuale.....	1
1. Come funziona il clima.....	2
2. Il mondo si sta riscaldando.....	5
3. L'effetto serra.....	8
4. Panoramica sui gas serra.....	10
5. In che modo le persone contribuiscono all'effetto serra?.....	14
6. Le conseguenze.....	19
7. Deforestazione.....	33
8. Il cambiamento climatico esiste davvero? Dove sono le prove?.....	37
9. Il cambiamento climatico non colpisce ciascuno di noi allo stesso modo.....	40
10. Riduci la tua impronta di carbonio.....	44
11. Assumersi la responsabilità: azioni individuali nei trasporti e nel traffico.....	50
12. Assumersi la responsabilità: misure individuali nella vostra economia domestica.....	55
13. Assumersi la responsabilità: vivere ecologico.....	61
14. Assumersi la responsabilità: cibo e rifiuti.....	66
15. Assumersi la responsabilità: fare acquisti sostenibili.....	71



TEAM DI PROGETTO

Novantel srl - Italia



Wissenschaftsinitiative Niederösterreich - Science Initiative Lower - Austria (WIN)



Wissenschaftsinitiative
Niederösterreich

Science Initiative Lower Austria

Tecomsa Telecommunications Ltd. - Cipro



COME UTILIZZARE QUESTA GUIDA

1

Benvenuti nel progetto “Quanto è più caldo un grado?” Siamo lieti che tu sia interessato a una delle questioni più importanti del nostro mondo: il cambiamento climatico e il riscaldamento globale. Un grado in più sicuramente non farà molta differenza per te mentre leggi questa guida! Ma un grado in più della temperatura del nostro pianeta ha già portato a una serie di conseguenze – e purtroppo tutte negative! Se il riscaldamento globale continua, le generazioni future si troveranno ad affrontare seri problemi.

Il nostro progetto ha prodotto due risultati che affrontano il problema del cambiamento climatico:

1. Un corso elettronico interattivo con sette moduli che puoi seguire sul tuo computer o tramite un'app mobile sul tuo cellulare
2. Questo manuale che fornisce ulteriori informazioni di base sui vari moduli.

Entrambe le edizioni sono disponibili anche come podcast!

Buona lettura o ascolto e informati meglio sulle sfide del cambiamento climatico e su cosa puoi fare tu come cittadino per aiutare il nostro pianeta Terra!

Roma, estate 2024 Il team di sviluppo del progetto OneDegree

I. COME FUNZIONA IL CLIMA

Scopri di più sul clima, perché sta cambiando e come lo studiano gli scienziati.

Il clima del luogo in cui vivi da molto tempo, ad esempio più di 30 anni, è chiamato clima regionale. Riguarda ciò che di solito accade con il tempo in un luogo. La gente parla delle temperature durante le diverse stagioni, di quanto vento c'è e di quanta pioggia o neve cade.

Il clima di una regione dipende da molti fattori.

La quantità di luce solare, l'altitudine, la conformazione del terreno e la vicinanza al mare giocano tutti un ruolo. I luoghi vicino all'equatore ricevono più luce solare rispetto ai luoghi vicini ai poli, quindi lì il clima è diverso.

Ma se guardiamo al clima dell'intero pianeta, quello è il clima globale. È come se prendessimo tutti i diversi climi regionali e ne facessimo una media.

Il clima del pianeta dipende da quanta luce solare riceve dal sole e da quanta energia rimane nel sistema.

Le persone che studiano il clima della Terra e i suoi cambiamenti tengono conto di tutti i fattori che influenzano il clima del pianeta.



Tempo e clima

Il tempo può cambiare in poche ore, ma i cambiamenti climatici richiedono molto più tempo. Cose come El Niño durano diversi anni, i cambiamenti più piccoli durano decenni e quelli più grandi richiedono centinaia o addirittura migliaia di anni. Il clima sta cambiando in questo momento.

Secondo gli scienziati, la Terra si sta riscaldando più velocemente che mai. Sebbene le estati calde possano essere normali in molti luoghi, la temperatura media della Terra sta aumentando a causa del riscaldamento globale.



La quantità di luce solare, la chimica dell'aria, le nuvole e tutti gli esseri viventi influenzano il clima della Terra.

Da più di 100 anni, le persone di tutto il mondo controllano quanto sia calda o fredda l'aria.

Lo fanno ogni giorno e utilizzano tutti questi numeri per ottenere la temperatura media di un anno intero. Osservando queste medie possiamo vedere il quadro più ampio e non solo come è il tempo di giorno in giorno. E quello che hanno scoperto in questo lungo periodo di tempo è che la Terra si sta riscaldando.

Per raccogliere dati sono stati utilizzati palloni speciali a partire dagli anni '30 e i satelliti a partire dagli anni '70. Entrambi i metodi di raccolta dei dati mostrano che il clima della Terra si sta riscaldando.



2. IL MONDO SI STA RISCALDANDO

Scopri di più sul clima, perché sta cambiando e come lo studiano gli scienziati.

Il mondo si sta riscaldando perché nell'aria sono presenti più gas che intrappolano il calore. Questi gas rendono il nostro pianeta più caldo.

A volte la quantità di anidride carbonica varia nel corso di un anno a causa della crescita delle piante.

Ma nel complesso è aumentato notevolmente nel corso di molti anni. Ciò è dovuto a cose come la combustione di combustibili fossili (come nelle automobili e per generare elettricità), l'abbattimento delle foreste e la produzione di cemento. Tutte queste cose rilasciano gas che intrappolano il calore nell'aria.

Quando guidiamo automobili che utilizzano benzina o quando generiamo elettricità bruciando carbone e metano, emettiamo gas come l'anidride carbonica. Anche la produzione del cemento e lo smaltimento dei nostri rifiuti e di quelli degli animali da allevamento rilasciano questi gas. Da molto tempo, quando le centrali a carbone iniziarono a funzionare, ogni anno emettiamo sempre più anidride carbonica. Questo gas rimane nell'aria per molto tempo, quindi anche una piccola quantità aggiunta ogni anno fa il suo effetto.



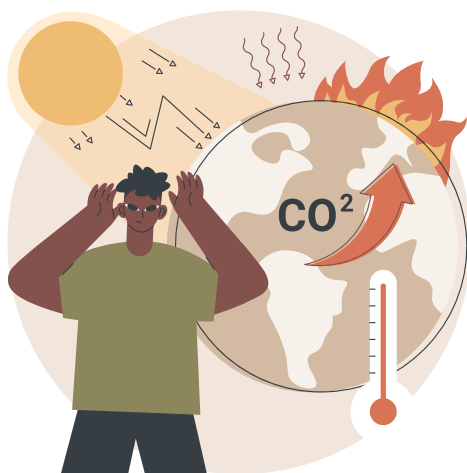
Per fermare l'aumento dei livelli di anidride carbonica, dovremmo rilasciarne molta meno.

I gas, come l'anidride carbonica, agiscono come una coperta attorno alla Terra, trattenendo il calore all'interno invece di lasciarlo fuggire nello spazio. Di conseguenza, il nostro pianeta si sta riscaldando.

Anche i cambiamenti nell'uso del territorio, come l'abbattimento delle foreste o la coltivazione di terreni arabili, hanno un impatto sul clima. Quando le foreste vengono abbattute, si fa meno per rimuovere l'anidride carbonica dall'aria.

E cose come gli animali da fattoria e i fertilizzanti emettono altri gas potenti che intrappolano il calore.

Se continuiamo a emettere questi gas, la Terra diventerà più calda.



Temperature in aumento

7

La temperatura della Terra entro la fine del secolo dipende da ciò che facciamo adesso. Se lavorassimo duramente per fermare la produzione di CO₂ dopo il 2050, il pianeta potrebbe riscaldarsi di 1-1,5°C.

Questo è il massimo che possiamo sperare (mostrato dalla linea blu nel diagramma).

Ma se continuiamo a produrre più CO₂, la temperatura potrebbe diventare molto più calda, forse di 4,5-5°C. Questo è lo scenario peggiore (linea rossa).

Quanto i cambiamenti climatici dipenderanno dalla rapidità con cui agiamo in questi cento anni. Se continuiamo a emettere gas che intrappolano il calore, la Terra diventerà molto più calda di quanto lo sia stata negli ultimi cento anni.

Gli scienziati ritengono che la temperatura potrebbe aumentare fino a 5°C se continua così. Ma la cosa buona è: questo non deve accadere per forza, dipende da noi! Se trovassimo il modo di emettere una quantità significativamente inferiore di questi gas che intrappolano il calore, la Terra potrebbe riscaldarsi solo di 1-1,5°C durante questo secolo.

Anche se dobbiamo ancora adattarci a un mondo più caldo, possiamo agire immediatamente per contribuire a rendere la Terra un posto migliore in cui vivere.



3. L'EFFETTO SERRA

Quando l'energia solare raggiunge la Terra, una parte di essa ha difficoltà a ritornare nello spazio. Ciò è dovuto al cosiddetto effetto serra. Questo effetto si verifica quando alcuni gas nella nostra atmosfera intrappolano parte dell'energia solare, una sorta di coperta che la intrappola attorno alla Terra.

Normalmente, senza questo effetto, il nostro pianeta sarebbe davvero, davvero freddo – ben al di sotto del punto di congelamento! Ma l'effetto serra è un fenomeno naturale che aiuta a mantenere calda la nostra Terra. Tuttavia, se aggiungiamo più gas che intrappolano il calore, come i gas serra, questo diventa più forte. Questo è ciò che rende il nostro pianeta più caldo.

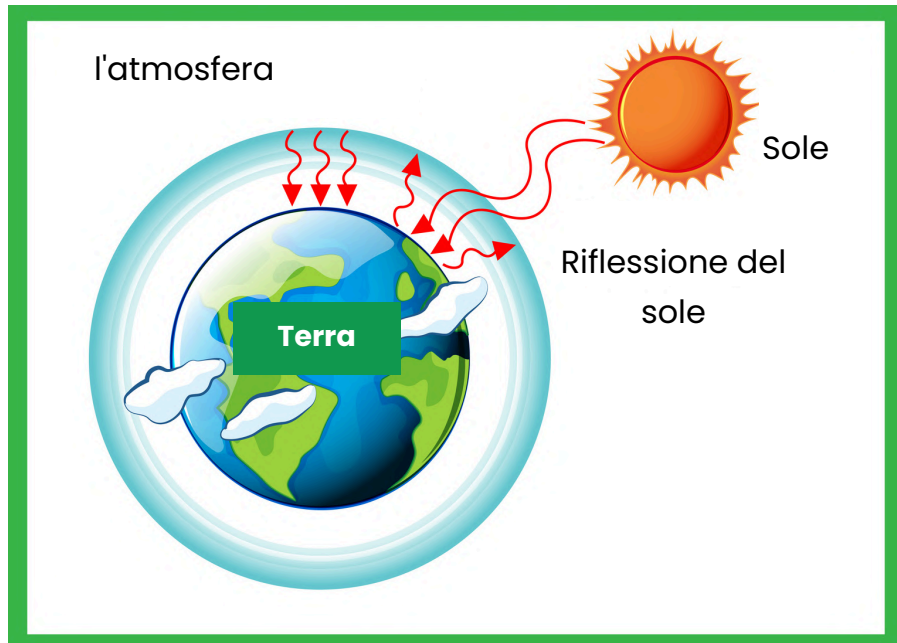
Ecco come funziona: l'energia del sole scende e riscalda la terra. Questo calore viene poi rilasciato nuovamente nell'aria.

Ma alcuni gas speciali come l'anidride carbonica, il vapore acqueo, il metano e il protossido di azoto assorbono questo calore e lo trattengono nelle vicinanze.

Questi gas sono costituiti da alcuni tipi di atomo che possono intrappolare il calore. Assorbono il calore, ne vengono spostati e poi lo rimandano alla superficie terrestre o nello spazio.

L'aria che respiriamo è composta principalmente da azoto e ossigeno e questi non trattengono il calore come fanno questi gas specifici.

Ma questi gas speciali, i gas serra, sono molto bravi a mantenere il calore vicino al nostro pianeta ed è per questo che la Terra si sta riscaldando.



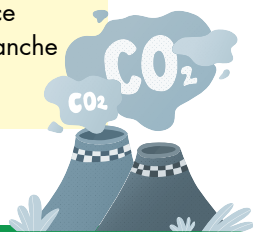
4. PANORAMICA SUI GAS SERRA

I gas serra sono un gruppo speciale di gas che intrappolano il calore nella nostra atmosfera e riscaldano la Terra. Ecco uno sguardo ai principali e alle loro origini:

Anidride carbonica CO₂

Questo gas rappresenta un grave problema, poiché è responsabile di circa i tre quarti del riscaldamento causato dai gas serra prodotti dall'uomo.

La combustione di carbone, petrolio e gas produce una grande quantità di CO₂. A ciò contribuisce anche la deforestazione.



Metano (CH₄)

Questo gas è un altro problema, contribuendo per circa il 14% all'effetto di riscaldamento dei gas serra prodotti dall'uomo.

Deriva, ad esempio, dall'agricoltura (soprattutto dall'allevamento e dalle risaie), dall'estrazione di combustibili fossili e dal materiale in decomposizione nei luoghi in cui smaltiamo i nostri rifiuti.



Protossido di azoto (N₂O)

Questo gas è responsabile di circa l'8% del riscaldamento causato dai gas serra prodotti dall'uomo. Proviene dall'agricoltura (ad esempio attraverso l'uso di alcuni fertilizzanti e rifiuti animali) e da alcune industrie.



Gas fluorurati ("gas F")

Questi gas rappresentano solo una piccola parte (circa l'1%) del problema, ma trattengono molto calore.

Sono creati da alcuni processi industriali.



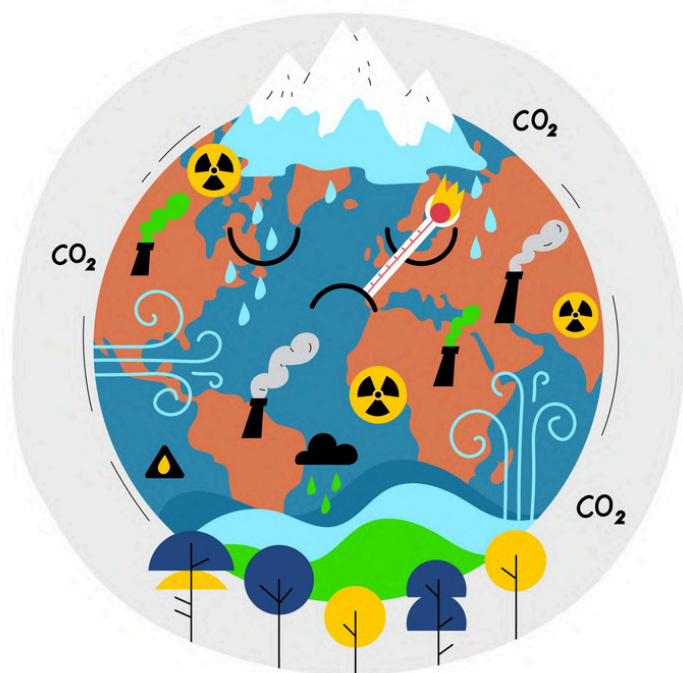
Anche altre cose che fanno le persone, come le tracce lasciate dagli aerei nel cielo o la fuliggine creata dagli incendi, riscaldano la terra.

Ma alcune cose chiamate aerosol, come minuscole particelle provenienti da alcuni veicoli e industrie, facendo rimbalzare la luce solare sulla Terra, contribuiscono così a raffreddare leggermente la Terra.

Quanto tempo rimangono nell'atmosfera i gas serra?

Questi gas possono rimanere nell'aria per periodi di tempo variabili, da pochi anni a migliaia di anni.

Sebbene costituiscano solo una piccola parte di tutti i gas presenti nella nostra aria, hanno un'enorme influenza sul riscaldamento del nostro pianeta.



Più gas serra significano una terra più calda

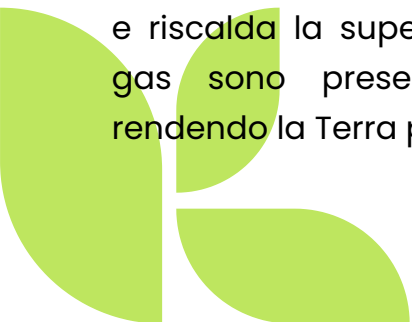
Sebbene nell'aria siano presenti solo pochi specifici gas che intrappolano il calore (gas serra), essi hanno un enorme impatto sul riscaldamento del nostro mondo.

Ecco perché:

Si prevede che nel corso di questo secolo la quantità di uno di questi gas, l'anidride carbonica, raddoppierà. E in aumento sono anche altri gas come il metano e il protossido di azoto. Tutti questi gas vengono creati in luoghi diversi, ad esempio quando bruciamo combustibili fossili (come carbone, petrolio e gas) o quando gli animali da fattoria digeriscono il cibo. L'anidride carbonica viene rilasciata anche durante la produzione del cemento.

Quando nell'aria sono presenti quantitativi maggiori di questi gas, diventa più difficile per il calore lasciare il nostro pianeta. Intrappolano il calore come se avvolgessero la terra in una coperta accogliente.

Una parte del calore fuoriesce dalla Terra, una parte viene catturata da altri gas speciali e una parte ritorna e riscalda la superficie del nostro pianeta. Più questi gas sono presenti, più calore viene trattenuto, rendendo la Terra più calda.



5. IN CHE MODO LE PERSONE CONTRIBUISCONO ALL'EFFETTO SERRA?

Le attività umane hanno una parte importante in questo meccanismo. Quando bruciamo cose come gas naturale, carbone e petrolio (ad esempio, quando guidiamo automobili o generiamo elettricità), produciamo più anidride carbonica. La nostra agricoltura e la coltivazione del suolo possono anche portare a più metano e protossido di azoto. Le fabbriche producono anche alcuni gas che non si trovano in natura e che aggravano il problema. E quando abbattiamo le foreste, rimuoviamo gli alberi che aiutano a mantenere un buon equilibrio di gas nell'aria.

Anche se l'effetto serra è in qualche modo positivo, la terra si riscalda inutilmente quando gli esseri umani producono una quantità eccessiva di questi gas speciali.



Ecco alcuni esempi che mostrano come le attività umane contribuiscono all'effetto serra e al cambiamento climatico in modi diversi. Comprendere le conseguenze di queste attività ti aiuterà a ridurre l'impatto e a proteggere il pianeta.



Guidare le auto

Quando guidiamo le automobili, soprattutto quelle che utilizzano benzina o diesel, bruciamo carburante e rilasciamo anidride carbonica nell'aria. È come soffiare aria in un pallone, ma invece dell'aria, le auto espellono un gas che riscalda il nostro pianeta.

Usa l'elettricità

Quando accendiamo la luce o utilizziamo gli elettrodomestici in casa, spesso l'elettricità che usiamo è generata dalla combustione di carbone o gas naturale. Ciò è paragonabile all'accensione di un grande fuoco, che invece di darci solo luce, rilascia anche quei gas che intrappolano il calore nell'aria.

Riscaldamento per la casa

Nei momenti più freddi dell'anno, riscaldare le nostre case spesso significa bruciare gas naturale o petrolio o utilizzare elettricità ricavata da combustibili fossili. È come far funzionare una grande stufa all'aperto: riscalda l'aria intorno a noi, ma invia anche gas serra nel cielo.

Trasporto aereo

Volare utilizza molto carburante, che rilascia anidride carbonica. Ogni volo di un aereo è come dipingere il cielo con un pennello, aggiungendo più colore all'immagine di un pianeta più caldo.

Lavorazione industriale

Molte fabbriche producono cose come cemento, acciaio e plastica. Questi processi spesso rilasciano anidride carbonica e altri gas. Pensa a una fabbrica come a una macchina gigante che non solo produce cose che usiamo ogni giorno, ma produce anche un gas che ricopre la terra come una coperta.

Agricoltura

Le attività agricole, in particolare l'allevamento di mucche e altro bestiame, producono metano, un gas molto più potente del biossido di carbonio. È come se gli animali stessero cucinando un pasto, ma invece di sentire il profumo del cibo, aggiungiamo un potente ingrediente alla ricetta per il riscaldamento del clima.



Deforestazione

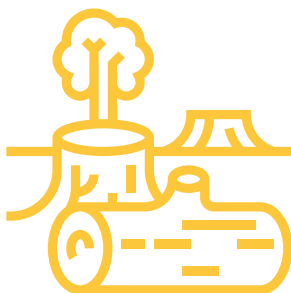
L'abbattimento degli alberi per l'agricoltura o l'edilizia riduce il numero di alberi che possono assorbire anidride carbonica. Immagina se la Terra indossasse un cappello verde fatto di alberi per aiutarla a rimanere fresca. Quando abbattiamo gli alberi, è come rimuovere parti del cappello terrestre, facilitando il riscaldamento della terra.

Gestione dei rifiuti

Quando buttiamo via i rifiuti organici come gli avanzi di cibo e finiscono nelle discariche, si decompongono e producono metano. Buttare via la spazzatura senza riciclarla è come seppellire una scatola che, se aperta lentamente, rilascia un gas riscaldante.

Fertilizzante

L'uso di fertilizzanti sintetici in agricoltura rilascia protossido di azoto, un potente gas serra. È come aggiungere una spezia potente al suolo che non solo favorisce la crescita delle piante ma riscalda anche il nostro pianeta.



Produzione di energia dal carbone

La combustione del carbone per produrre energia è una delle maggiori fonti di anidride carbonica. È come accendere un gigante barbecue a carbone, ma invece di cuocere il cibo, cuciniamo il nostro pianeta.

Urbanizzazione

Man mano che le città crescono e sempre più terreno viene coperto da edifici e strade, l'area che può assorbire l'anidride carbonica diminuisce. Immagina una spugna verde che assorbe acqua. Se copriamo la spugna con della plastica, non sarà più in grado di assorbire l'acqua. E se copriamo il terreno con cemento, questo non potrà più assorbire i gas serra.

Trasporto di merci

Navi, camion e treni che trasportano prodotti in tutto il mondo utilizzano combustibili fossili e aumentano i livelli di anidride carbonica nell'atmosfera. Ogni volta che spediamo qualcosa, è come se inviassimo un piccolo riscaldatore che contribuisce al riscaldamento globale.



6. LE CONSEGUENZE

Quando il clima cambia, sconvolge le caratteristiche meteorologiche a cui siamo abituati.

Man mano che la Terra si riscalda, il clima in diversi luoghi sta diventando un po' più inquietante. Stiamo vivendo eventi più estremi di prima. Ecco cosa succede:

- **Più ondate di caldo:** quest'anno in molte località ci saranno probabilmente molte più giornate estremamente calde. E potrebbero esserci meno volte in cui fa estremamente freddo.
- **Più pioggia e inondazioni:** man mano che la terra si riscalda, più acqua evapora nell'aria. Ciò significa che durante un temporale può piovere molto più del solito e ciò può causare gravi inondazioni, che possono essere molto dannose per l'ambiente e la salute delle persone.
- **Siccità peggiori:** quando fa più caldo, evapora più acqua. Ciò può portare, in alcuni luoghi, a una grave siccità che danneggia gli agricoltori e rende loro difficile coltivare cibo a sufficienza.



Uragani più forti: l'acqua calda negli oceani può rendere gli uragani e le grandi tempeste molto più forti. Quando queste tempeste si abbattono, possono essere davvero pericolose e causare molti danni.

Nel complesso, il tempo sta diventando più estremo a causa di questi cambiamenti climatici.

Ondate di caldo, inondazioni, siccità e forti tempeste potrebbero diventare più comuni in diverse parti del mondo.



Innalzamento del livello del mare

Man mano che le calotte glaciali e i ghiacciai si sciolgono e l'oceano si riscalda, il livello del mare aumenta.

Ciò significa che l'acqua dell'oceano raggiunge le zone più basse, si mescola con l'acqua dolce vicino alla costa e copre parti della costa.

Questo innalzamento del livello del mare sta causando grossi problemi. Durante forti tempeste, come gli uragani, case, edifici e luoghi vicino alla costa possono essere danneggiati.

A causa dell'effetto serra, dal 1993 al 2010 il livello del mare è aumentato di 3,2 millimetri ogni anno.

E gli esperti prevedono che il livello del mare potrebbe aumentare da 52 a 98 centimetri entro il 2100 se continuiamo ad emettere grandi quantità di gas serra. La ragione dell'aumento è che l'acqua più calda occupa più spazio.

A ciò può essere attribuito circa il 30-55% di questo aumento. Il resto è dovuto a enormi pezzi di ghiaccio, provenienti ad esempio dalla Groenlandia e dall'Antartide, che si sciolgono e scivolano in mare.

E questo scioglimento potrebbe essere solo l'inizio.

Se tutto il ghiaccio della Groenlandia e dell'Antartide dovesse sciogliersi, il livello del mare potrebbe innalzarsi di diversi metri.

È molta acqua!

L'innalzamento del livello del mare è una brutta notizia, soprattutto per le località vicino alla costa. Grandi città come Tokyo, Shanghai, New York e altre sono a rischio. In alcuni paesi, come il Bangladesh e Kiribati, molte persone vivono in aree molto vicine all'acqua. Kiribati potrebbe dover scomparire perché nel giro di pochi decenni il paese potrebbe trovarsi sommerso dall'acqua. L'innalzamento del livello del mare rappresenta quindi un grave problema per molte persone che vivono vicino alla costa.



Il riscaldamento globale sta influenzando le forniture di acqua potabile

Il clima determina dove troviamo l'acqua nel mondo. Ma man mano che il clima cambia, cambia anche la quantità di acqua che abbiamo e dove possiamo trovarla.

Il tipo di pioggia e la sua temperatura.

Le temperature fredde influenzano la quantità di acqua disponibile per bere e coltivare. Quando il clima diventa più caldo, la neve sulle montagne e il ghiaccio sui ghiacciai iniziano a sciogliersi più rapidamente.

Quest'acqua è importante per le persone.

Se la temperatura aumentasse di quattro gradi Celsius, gli enormi ghiacciai dell'Himalaya, che immagazzinano molta acqua, si scioglierebbero. Ciò potrebbe colpire circa un quarto della popolazione cinese e circa 300 milioni di persone in India.

In aree come il Mediterraneo e le parti meridionali dell'Africa, le forniture di acqua potabile sarebbero fortemente limitate.

Circa due miliardi di persone nel mondo potrebbero essere alle prese con la siccità e la scarsità d'acqua.

A causa dei cambiamenti climatici, la scarsità d'acqua potrebbe diventare un grave problema per molte persone.



Animali e piante in via di estinzione

La chimica dell'acqua di mare viene stravolta perché assorbe l'anidride carbonica dall'aria. Quando c'è più anidride carbonica nell'aria, il mare diventa più acido. Questo è un grosso problema per le creature marine che costruiscono conchiglie perché l'acido rende loro difficile la sopravvivenza. E fanno parte di una grande catena alimentare marina. Quindi, se hanno problemi, ciò influisce anche su tutto il resto.

Non solo in mare, ma anche sulla terra, il cambiamento climatico sta cambiando il modo in cui gli esseri viventi interagiscono tra loro. Animali, piante, minuscoli batteri e persino virus migrano verso nuovi luoghi dove il clima è più adatto a loro.

Ciò può causare problemi perché alcune malattie potrebbero diffondersi in luoghi dove prima non erano presenti e alcuni animali potrebbero invadere aree dove prima non erano presenti. Quindi questi cambiamenti climatici non influenzano solo gli oceani, ma anche la vita sulla terra.



Gli eventi meteorologici estremi influiscono sulla salute umana

Quando si verificano eventi meteorologici estremi, come ondate di caldo, inondazioni, siccità, incendi o tempeste molto forti, le persone in questi luoghi possono rimanere ferite o addirittura uccise. E a causa del cambiamento climatico, questi eventi meteorologici estremi stanno diventando sempre più frequenti e più gravi. Ciò significa che sempre più persone potrebbero essere colpite da questi pericoli.

Le ondate di caldo, ad esempio, possono aumentare notevolmente la mortalità media giornaliera, a volte addirittura raddoppiando o triplicando i decessi in un giorno! E poiché il cambiamento climatico fa sì che questi periodi di caldo si verifichino più frequentemente e durino più a lungo, sempre più persone potrebbero perdere la vita a causa del caldo.

Anche gli habitat dei batteri che trasmettono malattie stanno cambiando a causa dei cambiamenti climatici. Le zecche che trasmettono la malattia di Lyme si trovano ora in paesi dove prima non erano presenti. E dove piove di più a causa dei cambiamenti climatici, sono più diffuse le zanzare che trasmettono malattie come la febbre dengue.



Il cambiamento climatico ha un impatto anche su malattie come la malaria, che causa molte morti in tutto il mondo.

In Africa, la maggior parte dei decessi per malaria sono causati dalle zanzare e il cambiamento climatico potrebbe far sì che più persone siano colpite dalla malattia.

In Asia, anche la dengue trasmessa dalle zanzare provoca molti decessi e ciò potrebbe colpire ancora più persone poiché gli habitat delle zanzare cambiano a causa dei cambiamenti climatici.

Anche le piante e i pollini stanno cambiando a causa del riscaldamento globale. Una maggiore anidride carbonica nell'aria favorisce la crescita delle piante, che a sua volta porta a più polline. Ciò può portare a più allergie in alcune persone. Inoltre, stagioni calde più lunghe significano più giorni con molti pollini nell'aria, il che può rendere più difficile la respirazione per chi soffre di asma e allergie.

Questi cambiamenti climatici comportano maggiori rischi per la salute delle persone: da condizioni meteorologiche estreme alla diffusione di malattie e allergie.



La mancanza di acqua pulita porta epidemie

Le malattie trasmesse dall'acqua possono verificarsi durante piogge molto forti. Ciò accade perché i luoghi possono essere allagati e l'acqua può essere sporca e contenere germi che fanno ammalare le persone. Pertanto, se gli scarichi o le fogne si intasano durante una forte pioggia, nei luoghi in cui vivono le persone possono formarsi pozzanghere di acqua sporca, il che non fa bene alla salute.

Ma anche se l'acqua è secca, non è sicura. Anche nelle stagioni secche, alcune malattie che si diffondono attraverso l'acqua possono rappresentare un problema. Nella regione amazzonica, ad esempio, il rischio di epidemie di colera è maggiore se non vi scorre molta acqua perché l'acqua rimane stagnante e possono moltiplicarsi più germi.

Nelle aree molto calde e secche, le persone sono più suscettibili alle malattie trasmesse dall'acqua perché l'acqua potrebbe essere inquinata o non sufficiente per tutti.



Gli effetti combinati delle condizioni meteorologiche estreme aggravano i rischi per la salute

Quando si uniscono diversi fattori, i problemi sanitari causati dal cambiamento climatico possono diventare ancora peggiori.

Ad esempio, in caso di siccità grave o prolungata, le comunità potrebbero avere difficoltà a coltivare cibo. E poiché i modelli delle precipitazioni cambiano a causa del cambiamento climatico, ciò può comportare una carenza di cibo, che può portare alla malnutrizione.

La qualità dell'aria potrebbe anche peggiorare con il riscaldamento del mondo. Ciò può accadere, ad esempio, attraverso le cosiddette isole di calore urbane (quando le città diventano molto calde) o il fumo degli incendi boschivi. L'aria cattiva può causare più problemi respiratori nelle persone.

In sintesi, a causa del cambiamento climatico, ci sono molti più eventi che possono far ammalare le persone o farle avere problemi di salute, come alluvioni a seguito di piogge torrenziali, malattie legate all'acqua sporca, carestie durante le siccità e persino la cattiva qualità dell'aria.





I cambiamenti climatici possono influenzare la nostra salute in molti modi:

Più problemi cardiaci: in condizioni di caldo elevato o di scarsa qualità dell'aria, più persone sviluppano malattie cardiache. Il caldo estremo e l'aria sporca possono essere molto stressanti per il nostro cuore.

Problemi respiratori: l'aria cattiva dovuta all'inquinamento può causare a più persone problemi respiratori.

Poco cibo: i cambiamenti nelle precipitazioni possono rendere più difficile la coltivazione del cibo. Quando non c'è abbastanza cibo, può diventare difficile per le persone avere abbastanza cibo.

Problemi di salute mentale: a causa dei cambiamenti climatici, le persone potrebbero avere difficoltà con il lavoro o con la casa, dover partire e trasferirsi in un nuovo posto. Ciò può causare stress e far sentire le persone preoccupate o tristi.



7. DEFORESTAZIONE

Gli alberi sono estremamente importanti per il nostro pianeta. Aiutano a combattere il cambiamento climatico, sostengono la fauna selvatica e aiutano molte persone. Ma sfortunatamente abbattiamo gli alberi molto rapidamente, il che causa molti problemi.

Sebbene le foreste coprano ancora circa il 30% della superficie terrestre, le stiamo rapidamente perdendo.

Tra il 1990 e il 2016 abbiamo perso un'area di foresta più grande del Sud Africa! Da quando gli esseri umani hanno iniziato ad abbattere le foreste, abbiamo abbattuto il 46% di tutti gli alberi. In luoghi come l'Amazzonia, quasi il 17% della foresta pluviale è stato distrutto negli ultimi 50 anni, e la distruzione è in aumento.

Abbiamo bisogno degli alberi per molte ragioni. Non solo assorbono l'anidride carbonica che espiriamo, ma assorbono anche i gas che riscaldano troppo il nostro pianeta. Gli alberi nelle aree tropicali potrebbero aiutare a risolvere quasi un quarto dei problemi climatici che dovremo affrontare nel prossimo decennio!



Cause della deforestazione

Le persone abbattano gli alberi principalmente per l'agricoltura, l'allevamento, l'estrazione mineraria e la produzione di petrolio. In alcune aree come la Malesia e l'Indonesia, le foreste vengono abbattute per fare spazio alla palma da olio, utilizzata in molti prodotti della nostra vita quotidiana. Nella regione amazzonica la deforestazione avviene principalmente per l'allevamento del bestiame e la coltivazione di piante di soia.

Questo abbattimento di alberi non danneggia solo le persone e gli animali che vivono lì, ma anche il mondo intero. Milioni di persone dipendono dalle foreste per il cibo e il denaro, e molti animali e piante vivono in foreste che sono in pericolo. L'abbattimento degli alberi compromette anche il clima, rendendolo troppo caldo o troppo freddo per piante e animali.



Quando abbattiamo gli alberi, ciò non influisce solo sul luogo in cui li abbattiamo. Ha conseguenze di vasta portata. In Sud America, ad esempio, la grande foresta pluviale svolge un ruolo importante nella circolazione dell'acqua nella regione.



Fornisce acqua alle città del Brasile e ai paesi circostanti. Anche gli agricoltori che abbattano gli alberi per produrre soia e carne fanno affidamento sulla foresta pluviale come fonte d'acqua.

Se perdiamo troppi alberi, ciò potrebbe significare meno acqua pulita e avere un impatto notevole sugli animali e sulle piante che vivono lì. Potrebbe anche influenzare qualcosa di semplice come il tuo caffè mattutino!



Anche l'abbattimento degli alberi contribuisce al cambiamento climatico. Gli alberi aiutano ad assorbire l'anidride carbonica, ma quando li abbattiamo, l'anidride carbonica viene rilasciata nuovamente nell'aria.

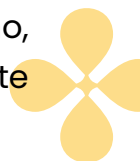
La deforestazione delle foreste tropicali è così grande che se fosse un paese sarebbe il terzo più grande in termini di emissioni di anidride carbonica, subito dopo Cina e Stati Uniti.

Ma c'è speranza! Le persone stanno lavorando duramente per salvare le foreste e piantare nuovi alberi dove sono stati distrutti. Alcune persone intelligenti hanno persino trovato il modo di utilizzare i vecchi telefoni cellulari per individuare le motoseghe che abbattono illegalmente gli alberi. In paesi come la Tanzania, la gente del posto ha piantato milioni di alberi per riparare i danni.

E in Brasile, il nuovo governo sostiene le persone che lottano per proteggere le foreste.

È una buona idea per tutti noi pensare a ciò che compriamo e mangiamo e provare a scegliere cose che non danneggino le foreste.

In questo modo possiamo tutti contribuire a garantire che ci siano alberi e acqua pulita per tutti!



8. IL CAMBIAMENTO CLIMATICO ESISTE DAVVERO? DOVE SONO LE PROVE?

Nella scienza non parliamo realmente di “dimostrazione” come facciamo in matematica. Invece, esaminiamo molte prove per capire quanto è probabile che accada qualcosa.

Quasi tutti i ricercatori climatici concordano sul fatto che le attività umane sono una ragione importante per i cambiamenti di temperatura sulla Terra. Un rapporto completo redatto da un gruppo di esperti nel 2007 affermava che esistevano prove evidenti del fatto che l'aria e gli oceani della Terra si stavano riscaldando.

Sono abbastanza sicuri che la maggior parte del riscaldamento dal 1950 sia dovuto ai gas che intrappolano il calore rilasciato dagli esseri umani nell'aria.

Come facciamo a sapere cosa è scientificamente corretto?

La scienza consiste nell'esaminare e testare le idee per assicurarsi che siano giuste. Quando gli scienziati conducono esperimenti o fanno scoperte, scrivono tutto in documenti speciali chiamati manoscritti.



Quindi inviano questi documenti a riviste scientifiche, dove vengono esaminati da altri scienziati esperti nello stesso campo. Questi esperti leggono attentamente i documenti.

Garantiscono che gli esperimenti siano stati ben condotti e che le conclusioni siano coerenti con le prove.

A volte suggeriscono modifiche se lo studio necessita di ulteriori prove o se qualcosa non va bene.



Dopo questo processo di revisione, gli editori della rivista decidono se l'articolo deve essere pubblicato o rifiutato, o se i ricercatori devono apportare alcune modifiche.

Quando un articolo viene pubblicato significa che molti esperti lo hanno recensito e lo ritengono affidabile.

Sebbene questo processo non garantisca che ogni singola idea pubblicata sia corretta, ci dà un elevato livello di fiducia nella solidità della scienza dietro di esso.

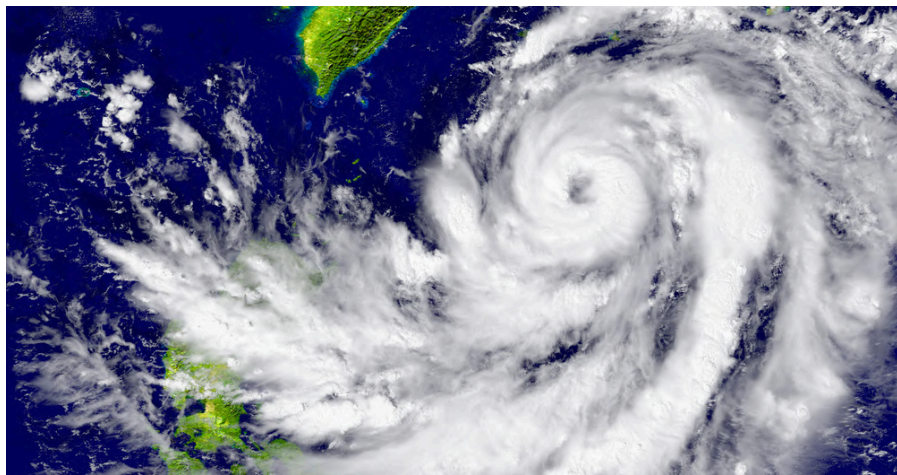
E gli articoli sul cambiamento climatico che hanno attraversato questo processo concordano sul fatto che le azioni umane svolgono un ruolo enorme nel causare il cambiamento climatico!



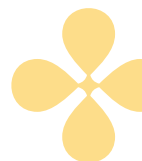
9. IL CAMBIAMENTO CLIMATICO NON COLPISCE CIASCUNO DI NOI ALLO STESSO MODO

Luoghi diversi non sono tutti colpiti dagli eventi meteorologici estremi allo stesso modo.

Dal 2010 al 2020, ci sono stati 15 volte più morti per inondazioni, siccità e tempeste nelle aree veramente vulnerabili rispetto alle regioni più sicure. Alcuni luoghi, come parti dell’Africa, dell’Asia meridionale, dell’America centrale e meridionale, delle isole e dell’Artico, sono particolarmente colpiti dai cambiamenti climatici. Queste aree potrebbero non avere molte risorse per accogliere questi grandi cambiamenti.



Immagina: mentre il cambiamento climatico continua, spesso sono le persone più vulnerabili alle malattie o ai problemi a ricevere poco aiuto o sostegno.



Alcuni gruppi sono più a rischio, come gli abitanti delle città con mezzi limitati, gli anziani o i giovani, le comunità tradizionali, gli agricoltori che coltivano cibo solo per sopravvivere e le persone che vivono sulla costa.

Ma anche i paesi ricchi potrebbero non essere preparati a condizioni meteorologiche estreme.

Un'economia forte non sempre protegge le persone dall'ammalarsi o dagli infortuni a causa dei cambiamenti climatici.

Quali paesi contribuiscono maggiormente al riscaldamento globale?

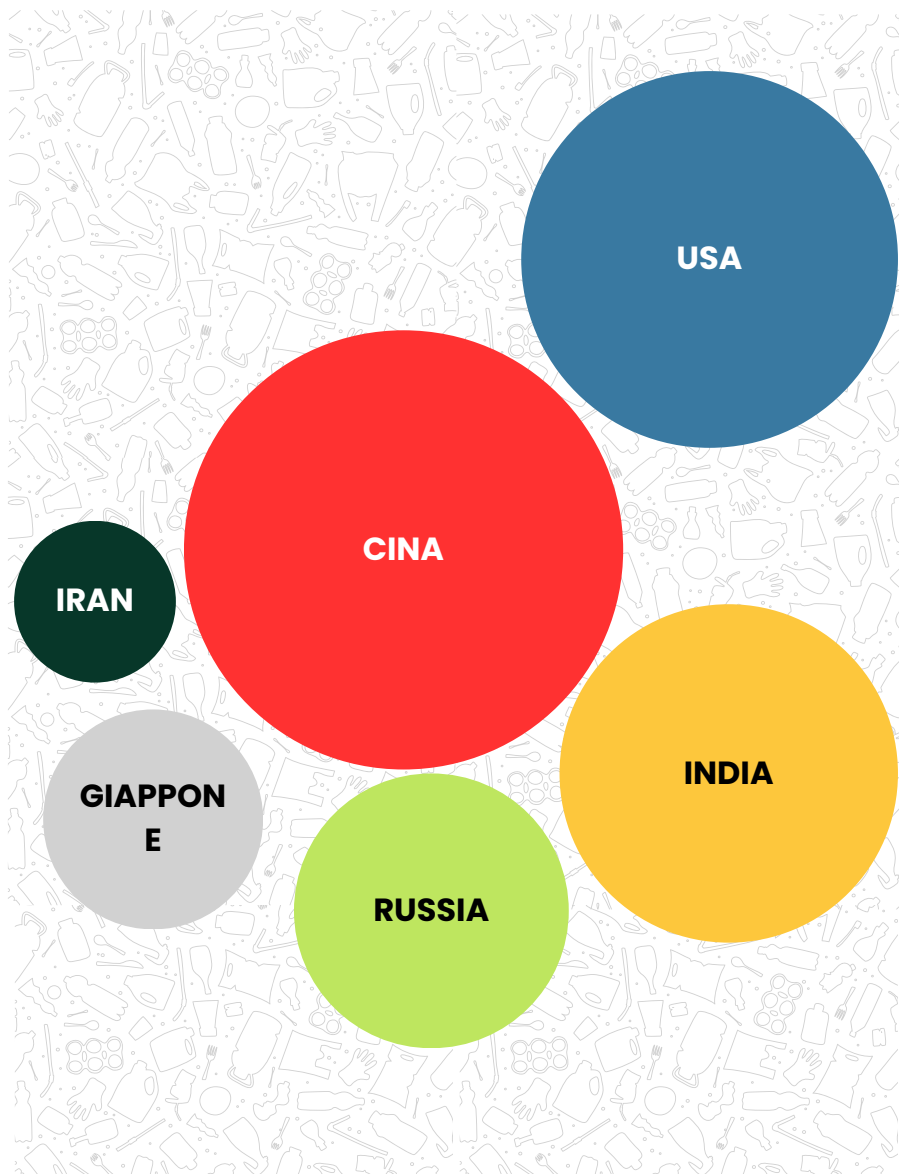
Nel 2022, la Cina è stata il più grande inquinatore climatico, producendo quasi il 30% delle emissioni globali. I 20 principali inquinatori climatici del mondo – dominati da Cina, India, Stati Uniti e Unione Europea – erano responsabili dell'83% delle emissioni nel 2022.

È una terribile ironia che i paesi che hanno contribuito meno al riscaldamento globale siano probabilmente quelli colpiti più duramente. Ciò colpisce in particolare gli stati insulari pianeggianti e le aree povere di Africa, America e Asia, che stanno già lottando con temperature estreme e condizioni meteorologiche che cambiano rapidamente.

D'altro canto, molti dei paesi più verdi sono in realtà paesi occidentali ricchi e sviluppati che hanno investito risorse significative nelle energie rinnovabili e in altre pratiche sostenibili.

I paesi scandinavi se la passano molto bene, ma anche Lussemburgo, Svizzera e Austria sono buoni esempi. È interessante notare che 20 dei primi 25 paesi nell'indice di protezione ambientale si trovano in Europa.

I più grandi inquinatori



IO. RIDUCI LA TUA IMPRONTA DI CARBONIO

Ogni azione che intraprendiamo o ogni acquisto che effettuiamo crea la cosiddetta impronta di carbonio. Questa misura la quantità di anidride carbonica prodotta quando facciamo qualcosa o produciamo degli oggetti.

È un po' come dire quante tonnellate di anidride carbonica o altri gas che provocano il cambiamento climatico vengono rilasciate durante un'attività o la produzione di un prodotto.

Ciascuno di questi gas ha un impatto diverso sull'ambiente e rimane nell'aria per periodi di tempo diversi. Per semplicità, vengono tutti convertiti in CO₂ equivalente, sia in termini di quantità che di permanenza nell'aria.



Quando determiniamo la nostra impronta di carbonio, guardiamo quanto contribuiamo direttamente e indirettamente. Direttamente significa cose che facciamo e su cui abbiamo il controllo, come ad esempio:

- Riscaldare o raffreddare le nostre case e i luoghi di lavoro
- Viaggiare per lavoro, shopping o vacanza
- Utilizzo dell'elettricità per illuminazione, riscaldamento, raffreddamento, macchine e dispositivi

Quando si tratta di elettricità, non sempre possiamo scegliere come generarla perché dipende da dove viviamo e da cosa utilizza il nostro fornitore di energia elettrica. Alcuni luoghi offrono opzioni energetiche più pulite, quindi vale la pena verificare con il proprio fornitore di energia locale per vedere cosa offrono.



Non possiamo sempre controllare l'impatto delle nostre scelte di consumo, ma esistono modi per ridurre le emissioni di carbonio che causiamo indirettamente:

- **Acquista meno:** prima di acquistare chiediti se hai davvero bisogno del prodotto. Meno cose significano un'impronta di carbonio inferiore.
- **Scegli prodotti locali:** quando acquisti articoli prodotti localmente, richiedono meno trasporti, il che a sua volta riduce il loro impatto ambientale.
- **Prova a fare le cose da solo:** può essere divertente! Coltiva le tue verdure, conserva il cibo: diventa creativo!

La cosa più importante è mantenere piccola la nostra impronta di carbonio. La quantità ideale di CO₂ per persona all'anno per essere rispettosi dell'ambiente è inferiore a 2000 kg (2 tonnellate).

Ma nel 2002, l'americano medio ne consumava 20 tonnellate: dieci volte di più di quanto sarebbe rispettoso dell'ambiente!

Quando riduci la tua impronta di carbonio, stai facendo qualcosa di buono per la Terra. Sebbene l'impronta di carbonio misuri tecnicamente tutta l'anidride carbonica che produciamo attraverso l'utilizzo dei prodotti, l'idea principale è quella di ridurre eventuali gas che causano problemi all'ambiente.

Prendersi cura della Terra significa non solo utilizzare meno prodotti che rilasciano questi gas, ma anche fare qualcosa di utile, come piantare alberi, per contrastare gli aspetti negativi dei gas che immettiamo nell'ambiente.

Se disponi di accesso a Internet, visita www.footprintcalculator.org.

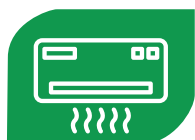
Esistono versioni in diverse lingue, tra cui italiano e tedesco.



Di seguito sono riportati alcuni esempi di quanto puoi ridurre la tua impronta di carbonio:



Utilizzare un tosaerba manuale invece di un tosaerba motorizzato: 35 kg



Pulire o sostituire i filtri dell'aria condizionata come consigliato: 80 kg



Aziona la lavastoviglie solo quando è piena e utilizza l'impostazione di risparmio energetico; 90 kg



Acquista prodotti confezionati in contenitori riutilizzabili o riciclabili: 100 kg



Installa soffioni doccia a risparmio idrico per utilizzare meno acqua calda: 135 kg



Sostituisci la tua attuale lavatrice con una a basso consumo energetico e di acqua: 200kg



Non mantenere il termostato dello scaldabagno a una temperatura superiore a 50 gradi: 225 kg



Non surriscaldare o raffreddare eccessivamente gli ambienti. Impostare il termostato più in alto quando fa caldo e più in basso quando fa freddo: 225 kg



Sostituisci le lampadine tradizionali con lampadine fluorescenti a risparmio energetico: 225 kg



Lavare la biancheria in acqua tiepida o fredda, non calda: 225 kg



Installazione di un impianto solare termico per la produzione di acqua calda: 320 kg



Ricicla tutti i rifiuti domestici (carta da giornale, cartone, vetro e metallo): 380 kg



Se il vostro scaldabagno ha più di 5 anni, avvolgetelo in una copertura isolante: t 450 kg



Sigillatura e applicazione di guarnizioni attorno a porte e finestre per impedire perdite: 450 kg



Riduci i tuoi rifiuti del 25%: 450 kg



Lasciare l'auto a casa due giorni a settimana (camminare, andare in bicicletta, utilizzare i mezzi pubblici o il car pooling); 700 kg



Isolamento pareti e soffitti: 900 kg



Smaltimento di vecchi elettrodomestici a basso consumo energetico e sostituzione con modelli più nuovi e a basso consumo energetico: 1350 kg



Pianta alberi intorno alla tua casa; verniciare il tetto chiaro in un clima caldo e scuro in un clima freddo: 2250 kg

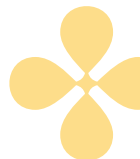


Sostituisci l'auto che usi più spesso con un'auto a basso consumo (meno di 7 litri/100 km): 2500 kg



Quando si sostituiscono le finestre, installare modelli a risparmio energetico: 4500 kg

II. ASSUMERSI LA RESPONSABILITÀ: AZIONE INDIVIDUALE NEI TRASPORTI E NEL TRAFFICO



Tutti devono lavorare insieme nella lotta contro il cambiamento climatico.

La scelta della nostra modalità di trasporto è di grande importanza per l'ambiente. I grandi cambiamenti sono importanti, ma anche le piccole cose che facciamo hanno un grande impatto.

Parliamo di come viaggiamo.

Buone opzioni di viaggio:

1. Usa i trasporti pubblici! Autobus, treni o metropolitane sono un ottimo modo per aiutare.

Molte persone possono viaggiare insieme e consumare meno energia.

2. Condividi le corse! Quando fai car pooling o condividi le corse con altri, ci sono meno auto sulla strada. Ciò significa meno emissioni nell'aria.



3. Cammina o vai in bicicletta! Camminare o andare in bicicletta, soprattutto per brevi distanze, non inquina ed è anche salutare per noi.



Passa ad auto più pulite!

1. Veicoli elettrici (EV): potresti voler acquistare un'auto elettrica o ibrida. I veicoli elettrici emettono meno sostanze inquinanti e stanno diventando più facili da ottenere e più economici da acquistare.

2. Efficienza nei consumi: scegli auto con motori che consumano meno carburante o producono meno emissioni. Inoltre, riparazioni regolari e una corretta pressione dei pneumatici aiutano l'auto a consumare meno carburante.

3. Carburanti alternativi: se i veicoli elettrici non sono ancora una buona opzione, prendi in considerazione i biocarburanti o le auto alimentate a idrogeno.

Guida rispettosa dell'ambiente!

1. Guidare delicatamente: non accelerare o rallentare troppo velocemente poiché ciò consumerà più benzina. Una velocità costante fa risparmiare energia e riduce l'inquinamento.

2. Non tenere il motore al minimo: se non è necessario utilizzare benzina o causare inquinamento, spegni il motore quando non viene utilizzato.

3. Pianifica percorsi efficienti: utilizza le app di guida stradale per trovare il percorso più veloce ed ecologico verso la tua destinazione.



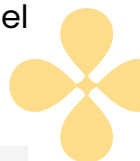
Sostieni le infrastrutture sostenibili!

1. Sostenere politiche e programmi che rendano i trasporti nella vostra città o verso il vostro posto di lavoro più puliti ed ecologici.
2. Scelte ecologiche: sollecitare le aziende e il governo a spendere soldi in opzioni di trasporto rispettose dell'ambiente come piste ciclabili, percorsi pedonali e stazioni di ricarica.
3. Scegli aziende ecocompatibili: acquista da aziende che apprezzano il trasporto sostenibile e fanno cose che fanno bene alla Terra.

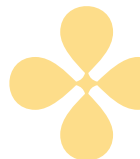
Agisci per vivere in modo più rispettoso dell'ambiente!

1. Viaggia di meno: combina attività, car pooling o pianifica bene i tuoi viaggi per ridurre il numero di viaggi effettuati e le distanze percorse.
2. Telelavoro: se possibile, lavora da casa in modo da non dover guidare per andare al lavoro ogni giorno.

3. Educare e promuovere: rendi le persone consapevoli dell'impatto che i trasporti hanno sull'ambiente e promuovi alternative rispettose dell'ambiente nel proprio quartiere.



12. ASSUMERSI LA RESPONSABILITÀ: MISURE INDIVIDUALI NELLA PROPRIA ECONOMIA DOMESTICA



Il consumo energetico delle famiglie è una delle principali cause del riscaldamento globale. Ecco alcuni suggerimenti su cosa possiamo fare tutti per ridurre l'impatto:

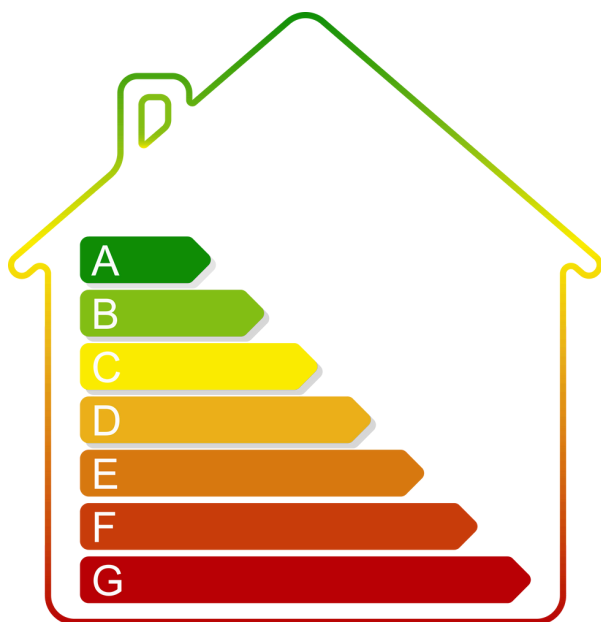
Adotta abitudini che fanno risparmiare energia!

1. Acquista nuovi dispositivi che consumano meno energia. Quando sostituisci i vecchi elettrodomestici, cerca gli apparecchi con l'etichetta ENERGY STAR. Questi dispositivi consumano meno elettricità e possono aiutarti a lasciare molto meno inquinamento dietro di te.
2. Usa l'illuminazione a LED: usa luci a LED invece delle normali lampadine. Consumano meno energia e durano più a lungo, quindi non è necessario sostituirli così spesso.



3. Scollega: i dispositivi elettronici in modalità sospensione consumano energia anche quando non vengono utilizzati. Scollega caricabatterie, televisori e altri dispositivi elettronici quando non sono in uso.

4. Installa riscaldatori programmabili o intelligenti per controllare la temperatura nella tua casa. Ciò significa che puoi sfruttare al massimo il consumo energetico in base alle tue esigenze.



Sfrutta al massimo le risorse naturali!

1. Ventilazione naturale: quando fuori non fa troppo caldo, apri le finestre per far entrare aria fresca e ridurre la necessità di aria condizionata.
2. Utilizzo della luce solare: per limitare l'uso della luce elettrica, sfrutta al massimo la luce naturale durante il giorno.
3. Pannelli solari: se desideri utilizzare energia pulita in casa, dovresti prendere in considerazione l'installazione di pannelli solari. In molti luoghi puoi ricevere denaro o agevolazioni fiscali per questo acquisto rispettoso dell'ambiente.



Cambia il tuo consumo energetico!

1. Non riscaldare o raffreddare troppo.

Imposta i termostati su una temperatura moderata durante il giorno e vestiti in modo appropriato in ambienti chiusi invece di fare troppo affidamento sui sistemi di riscaldamento o raffreddamento.

2. Modalità di risparmio energetico: quando non si utilizza un computer o un altro dispositivo, attivare la modalità di risparmio energetico o la modalità di sospensione.

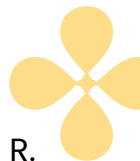
3. Sfrutta al massimo l'acqua: per risparmiare acqua, installa soffioni e rubinetti a basso flusso. Un minore utilizzo di acqua calda significa che è necessaria meno energia per riscaldare l'acqua.

Pratica una gestione efficiente della casa!

1. Isola la tua casa: porte, finestre e pareti dovrebbero essere ben isolate per mantenere il calore all'interno in inverno e all'esterno in estate. Ciò significa che non devi riscaldare o raffreddare tanto.

2. Manutenzione regolare: assicurati che i sistemi e gli strumenti funzionino correttamente con una

manutenzione regolare. Per assicurarti che tutto funzioni correttamente, pulisci i filtri, ripara i sistemi HVAC e prenditi cura degli elettrodomestici.



3. Ridurre, riutilizzare e riciclare: attenersi alle tre R. Scegliere prodotti con poco imballaggio, riutilizzare le cose il più spesso possibile e riciclare cose come metallo, vetro, carta e plastica.

Spendere soldi in diagnosi energetiche e scelte eco-compatibili.

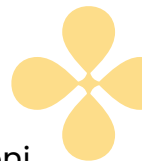
1. Diagnosi energetiche: per scoprire come rendere la tua casa più efficiente dal punto di vista energetico, valuta la possibilità di eseguire una diagnosi energetica professionale. Molte società di servizi pubblici offrono questo servizio.

2. Piani per l'elettricità verde: informati presso il tuo fornitore di energia sulle diverse opzioni per l'acquisto di elettricità verde. Esistono molti piani che generano elettricità dall'energia eolica o solare.





13. ASSUMERSI LA RESPONSABILITÀ: VIVERE ECOLOGICO



È molto importante costruire e progettare le abitazioni per ridurre gli effetti del riscaldamento globale. Ecco alcuni suggerimenti su cosa possiamo fare tutti attraverso la costruzione e lo sviluppo per ridurre questi impatti:

Scegli materiali durevoli.

1. Materiali riciclati e rinnovabili: scegli materiali che siano migliori per l'ambiente, come bambù, sughero, acciaio riciclato o legno di recupero. Riducono la necessità di nuove risorse e la quantità di anidride carbonica rilasciata durante la produzione.

2. L'isolamento consente di risparmiare energia: acquista un buon isolamento per mantenere stabile la temperatura all'interno senza mettere a dura prova i tuoi sistemi di riscaldamento o raffreddamento.

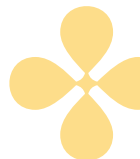
3. Usa cemento e mattoni a basso consumo energetico: cerca opzioni come calcestruzzo aereo e mattoni riciclati, la cui produzione richiede meno energia.



Accetta progetti che consumano meno energia!

1. Progettazione solare passiva: utilizzare elementi di progettazione solare passiva che lasciano entrare quanta più luce naturale e calore possibile in inverno e mantengono il calore fuori il più possibile in estate.
2. Finestre a risparmio energetico: per migliorare l'isolamento e ridurre la perdita di calore, installare finestre a risparmio energetico con vetro doppio o triplo.
3. Pannelli solari ed energia rinnovabile: per alimentare la tua casa, potresti voler installare pannelli solari o utilizzare altre fonti di energia rinnovabile come i sistemi geotermici.





Attenzione al risparmio idrico!

1. Rubinetti che utilizzano meno acqua: per risparmiare acqua, installa rubinetti, WC e soffioni a basso flusso. Conserva l'acqua piovana per scopi diversi da quella potabile, come ad esempio innaffiare.
2. Sistemi per le acque grigie: utilizzare l'acqua proveniente da lavandini, bagni e lavatrici per irrigare le piante installando sistemi per le acque grigie.
3. Paesaggistica nativa: usa piante autoctone nel tuo giardino perché richiedono meno acqua e quindi non devi annaffiarle così tanto. Forniscono anche un habitat migliore per gli insetti autoctoni.



Ottimizza la tecnologia di costruzione!

1. Elettrodomestici efficienti dal punto di vista energetico: installa apparecchi che consumano meno acqua ed elettricità. Ciò abbassa la bolletta elettrica e riduce il consumo di energia.

2. Buona ventilazione e qualità dell'aria: utilizza buoni sistemi di ventilazione per mantenere alta la qualità dell'aria nella tua casa senza abusare dell'aria condizionata.

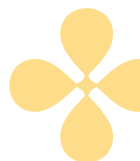
3. Tetti verdi e muri vivi: i tetti verdi e i muri vivi possono aiutare con la ventilazione, ridurre il consumo di energia e ridurre l'impatto delle "isole di calore urbane".

Presta attenzione alla longevità e alla durabilità!

1. Costruzione duratura: investi in costruzioni di qualità che garantiranno alla tua casa una lunga durata ed eviteranno la necessità di continue riparazioni o ristrutturazioni.

2. Case modulari e prefabbricate: potresti prendere in considerazione case modulari o prefabbricate, che consumano meno energia e producono meno rifiuti durante la costruzione.

3. Demolizione sostenibile: durante la ristrutturazione o la demolizione, cercare di riutilizzare e riciclare il più possibile per tenere i rifiuti fuori dalle discariche.



14. ASSUMERSI LA RESPONSABILITÀ: CIBO E RIFIUTI

Un buon modo per ridurre la nostra impronta di carbonio è cambiare le nostre abitudini alimentari, di cucina e di gestione dei rifiuti per ridurre gli effetti del riscaldamento globale. Ecco alcuni suggerimenti su come ognuno di noi può contribuire.

Attenzione al cibo sostenibile!

1. Dieta a base vegetale: mangiare più cibi a base vegetale riduce il danno che l'allevamento animale per la produzione alimentare arreca alla terra. Le emissioni di gas serra diminuiscono drasticamente quando le persone mangiano meno carne, soprattutto manzo e agnello.

2. Scegli frutta e verdura coltivate nella tua regione e nel periodo giusto dell'anno per sostenere gli agricoltori locali e ridurre l'impronta di carbonio del tuo cibo. Nella maggior parte dei casi queste cose non necessitano di essere trasportate o refrigerate.

3. Evitare gli sprechi alimentari: per evitare perdite, pianificare i pasti, conservare il cibo correttamente e trovare modi creativi per utilizzare gli avanzi. Il compostaggio dei rifiuti organici riduce ulteriormente le emissioni delle discariche.



Cucina rispettando l'ambiente!

68

1. Utilizzare apparecchi con un fabbisogno energetico inferiore: invece dei tradizionali piani cottura, utilizzare apparecchi di cottura con un fabbisogno energetico inferiore, come piastre a induzione o pentole a pressione.

2. Pentole di dimensioni adeguate: per risparmiare energia e cucinare più velocemente, utilizzare pentole e padelle della giusta dimensione.

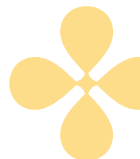
3. Coprire le pentole durante la cottura: coprire pentole e padelle mantiene il calore all'interno e riduce i tempi di cottura, risparmiando energia e riducendo le emissioni.

Ridurre la plastica e gli imballaggi!

1. Contenitori e sacchetti usati: conservare il cibo e gli avanzi in contenitori, sacchetti e imballaggi usati anziché in plastica monouso.

2. Stazioni di acquisto e ricarica all'ingrosso: acquista articoli sfusi per evitare rifiuti di imballaggio. Per evitare rifiuti di plastica, utilizza stazioni di ricarica per cose come oli, prodotti per la pulizia e spezie.

3. Prodotti usa e getta ecologici: se devi utilizzare prodotti usa e getta, scegli quelli riciclabili o compostabili e realizzati con materiali durevoli.



Attenzione alla spazzatura!

1. Compostaggio: metti cose come bucce di frutta, scarti di verdura e fondi di caffè in una compostiera. Il suolo viene migliorato con il compost e l'inquinamento da metano derivante dalle discariche viene ridotto.

Il suolo viene migliorato con il compost e l'inquinamento da metano derivante dalle discariche viene ridotto.

2. Riciclaggio e upcycling: per produrre meno rifiuti, ricicla metallo, vetro, carta e plastica.

Invece di buttare via le cose, trova modi intelligenti per riutilizzarle.

3. Acquisto consapevole: Prima di acquistare pensa a come utilizzerai il prodotto nel tempo. Scegli cose che abbiano poco imballaggio o siano realizzate con materiali riciclati o biodegradabili.



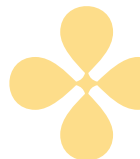
1. Sostieni i progetti locali: partecipa ai programmi comunitari nella tua zona che sostengono l'agricoltura a rifiuti zero, il salvataggio alimentare e l'agricoltura sana.

2. Educare e promuovere: insegna ai tuoi amici e alla tua famiglia come mangiare in modo ecologico. Chiedi ai ristoranti e ai bar della tua zona di fare cose migliori per il clima e il pianeta.

3. Partecipare alla definizione delle politiche. Sostieni norme che sostengano l'approvvigionamento alimentare a lungo termine e il controllo dei rifiuti nella tua regione.



15. ASSUMERSI LA RESPONSABILITÀ: ACQUISTI SOSTENIBILI



Ciò che le persone acquistano ha un enorme impatto sul mondo.

La nostra impronta di carbonio collettiva è influenzata da tutto ciò che facciamo, dalle cose che acquistiamo alle aziende che supportiamo. Se vuoi essere un consumatore consapevole, devi fare scelte che siano sostenibili e meno dannose per l'ambiente.

Ecco un elenco di cose che ognuno di noi come clienti può fare per rallentare gli effetti del riscaldamento globale:

Acquista con consapevolezza

1. Ricerca e scegli marchi ecologici: supporta le aziende che hanno a cuore l'ambiente, fanno affari onesti e creano prodotti di lunga durata.

Cerca etichette che dicano "Commercio equo e solidale", "Biologico" o "Energy Star".



2. Ridurre la plastica monouso: quando possibile, utilizza oggetti riutilizzabili come bottiglie d'acqua, sacchetti della spesa e tazze di caffè invece della plastica monouso.

3. Acquista prodotti che durano a lungo. Gli articoli di alta qualità che durano a lungo sono migliori degli articoli usa e getta o di breve durata. Ciò riduce gli sprechi e la necessità di sostituire gli articoli più frequentemente.

Acquista elettrodomestici ed elettronica che consumano meno energia!

1. Cerca elettrodomestici e gadget con classificazione Energy Star che mostrino quanto siano efficienti dal punto di vista energetico. Usano meno elettricità e quindi riducono il consumo energetico complessivo.

2. Scollega e risparmia: anche i dispositivi in stan-by necessitano di alimentazione. Pertanto, scollega i caricabatterie e spegni i dispositivi quando non sono in uso per evitare "vampiri elettrici".



Muovere cose e viaggiare

1. Trasporto pubblico e car pooling: per ridurre le emissioni di carbonio derivanti dagli spostamenti giornalieri, prendi l'autobus, il car pooling, la bicicletta o cammina quando possibile.
2. Guida efficiente: per risparmiare carburante e ridurre l'inquinamento, combina le attività, mantieni la pressione dei pneumatici al giusto livello e guida a una velocità costante.



Cibo ecologico

1. Includere più alimenti a base vegetale nella dieta ridurrà l'impronta di carbonio della produzione di carne.
2. Prodotti locali e stagionali: per sostenere gli agricoltori locali e ridurre l'inquinamento dovuto ai trasporti, scegli i prodotti coltivati nelle vicinanze e di stagione.

Riduci i rifiuti e ricicla!

1. Scegli prodotti con un imballaggio minimo, riutilizza gli oggetti in modo creativo e ricicla i materiali ogni volta che puoi per ridurre gli sprechi.
2. Se crei un cumulo di compost per i tuoi rifiuti organici, questi non finiranno in discarica, ma saranno convertiti in terreno ricco di sostanze nutritive.

Impegnatevi a cambiare!

1. Sostieni progetti ambientali: unisciti a gruppi ambientalisti locali, sostieni progetti verdi e sostieni leggi che promuovano una vita sostenibile.
2. Spargi la voce: racconta alla tua famiglia e ai tuoi amici l'importanza di vivere in modo ecologico e incoraggiali a fare lo stesso.

Investimenti e finanza etica

1. Investire in aziende sostenibili: valuta la possibilità di investire in aziende che operano in modo etico e si prendono cura del pianeta.
2. Sistema bancario sostenibile: sostenere le banche e le altre istituzioni finanziarie che adottano standard morali e investono in progetti positivi per l'ambiente.



Partecipa alla comunità!

1. Partecipare a livello locale: per incoraggiare le persone a prendersi cura dell'ambiente, partecipa alla pulizia della comunità, agli eventi in cui si piantano alberi e ad altre attività locali conservative e di tutela.
2. Vota per il cambiamento: usa il tuo voto alle urne per sostenere i candidati e le politiche che danno priorità alla protezione dell'ambiente e alla lotta al cambiamento climatico.





GRAZIE MILLE!



Maggiori informazioni:
www.howmuchwarmerisonedegree.com