



# La spesa che non pesa!

Diventa anche tu  
un consumatore eco-virtuoso!  
Con alcune semplici pratiche potrai ridurre  
sensibilmente la quantità di rifiuti prodotti  
e prenderti cura dell'ambiente!

**Ecco alcuni consigli per una...**

## **SPESA CHE NON PESA... SULL'AMBIENTE!**

### **Acquista prodotti sfusi, dove possibile**

La frutta, la verdura, i formaggi, i salumi, la carne ed il pesce possono essere acquistati al banco!

### **Scegli prodotti a lunga durata o ricaricabili, evita articoli "usa e getta"**

Evita, quando possibile, di utilizzare piatti, bicchieri, posate, tovaglioli, fazzoletti ecc...usa e getta. Acquista apparecchi elettrici ed elettronici e batterie ricaricabili

### **Preferisci confezioni in grande formato, evita le monodosi**

Riducono sensibilmente la quantità di imballaggio, in quanto in un unico contenitore, poco più grande, è contenuta una maggiore quantità di prodotto

### **Bevi l'acqua del rubinetto**

È sana, molto controllata e più economica di quella in bottiglia. Se ti non fosse possibile bere l'acqua del rubinetto, acquista quella alla spina

### **Utilizza prodotti alla spina**

Il latte, i detersivi, l'acqua ed in alcuni casi anche la pasta possono essere acquistati alla spina: in questo modo, lo stesso contenitore può essere utilizzato centinaia di volte!

### **Non acquistare imballaggi "inutili"!**

Alcuni prodotti hanno imballaggio sovrabbondante.

Poni attenzione a non mettere nel carrello oggetti che, poche ore dopo l'acquisto, diventano subito...rifiuti!

### **Scegli prodotti con imballo minore, riutilizzabile o ecologico**

Leggendo le etichette, potrai scoprire quali imballi sono totalmente riciclabili e più ecologici (ad esempio quelli realizzati in materiale riciclato).

Alcuni simboli, come l'Ecolabel, ti aiuteranno nella scelta.

### **Usa borse riutilizzabili, evitando i sacchetti usa e getta**

Oggi ne esistono di tutti i colori, le forme, le dimensioni e i prezzi.

Alcune possono essere comodamente riposte in borsetta o in tasca.

Sono anche più economiche, perché durano molto tempo.