GENERALITAT VALENCIANA

parc natural de la serra de mariola

MATERIAL DIDÀCTIC

CONSUM RESPONSABLE

En què penses quan cosumeixes?

CONTINGUTS

1. **INTRODUCCIÓ.....3**
2. **OBJECTIUS.....4**
3. **QUÈ ÉS EL CONSUM RESPONSABLE?.....5**
4. **LA COMPRA DEL DIA A DIA.....6**

- Activitat 1. Què és per a tu el consum responsable?**.....7**

5. **PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ.....8**

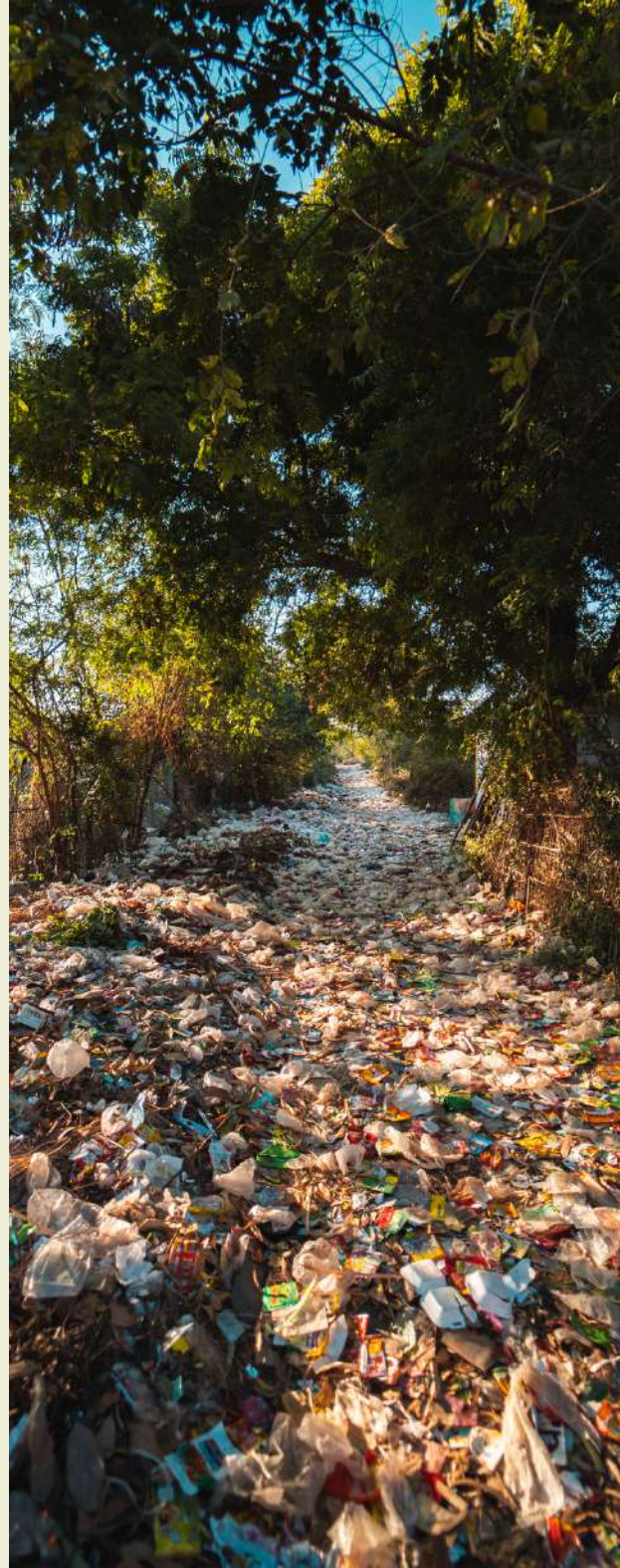
- Activitat 2. Què consumeix més aigua?**.....14**

6. **VESTIMENTA.....15**
7. **ENVASOS.....19**
8. **MOBILITAT.....24**

- Activitat 3. Com et desplaces?**.....27**

9. **ELS RESIDUS: TIPOLOGIA.....28**

- Activitat 4. Recicla els residus**.....30**



1. INTRODUCCIÓ

Avui en dia, vivim en una societat enfocada al consum, on l'acte d'anar a comprar ens acompanya en el nostre dia a dia, però realment som conscients de les conseqüències que pot derivar el fet de comprar un producte o un altre?

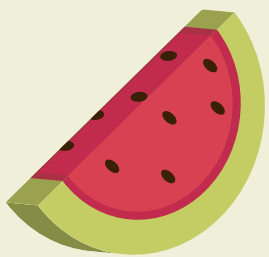
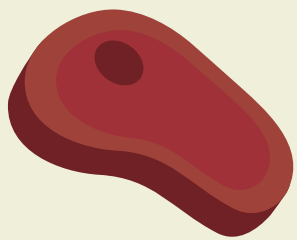
Quan anem a comprar a un supermercat, a un centre comercial o a qualsevol tenda, el que veiem és un producte final amb un preu establit, i no tenim cap altra dificultat que agafar aquest producte i pagar el que demanen per ell.

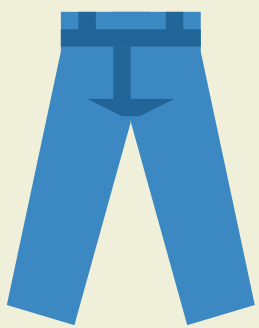
En canvi, el nostre planeta sí que es pot veure en dificultats pel simple fet de comprar aquest producte, perquè fins a arribar a les nostres mans, ha passat per diverses fases de producció en les quals, s'han pogut generar residus perjudicials per al medi ambient i per a la nostra pròpia salut.

2. OBJECTIUS

Com a consumidors i consumidores, tenim al nostre abast la possibilitat de millorar i revertir aquesta situació, a través de xicotets detalls i fets què podem realitzar en la nostra vida quotidiana. Es per això, que en aquesta unitat didàctica intentarem informar, amb dades estadístiques, quin impacte comporta el consum convencional i de quina forma podem aplicar el *consum responsable* en els diferents àmbits:

- Alimentació.
- Vestimenta.
- Envasos.
- Mobilitat.



3. QUÈ ÉS EL CONSUM RESPONABLE?

Encara que el concepte de consum responsable no està definit com a tal i pot presentar diverses variacions, es pot descriure com:

CONSUM RESPONSABLE

"La capacitat del consumidor d'anteposar les condicions socials i ecològiques en les quals s'ha generat el producte als criteris simplement econòmics".

4. LA COMPRA DEL DIA A DIA

És important que com a consumidors responsables, ens plantegem una serie de preguntes abans d'adquirir qualsevol producte :

- De veritat ho necessite?
- Qui ho ha fabricat i en quines condicions?
- Quants km ha viatjat fins a arribar a mi?
- Podré reciclar-ho?
- És un producte de temporada?
- És respectuós amb el medi ambient?

• ACTIVITAT 1

- *Explica què és per a tu el consum responsable:*

- *Creus que segueixes un consum responsable? Quines coses canviaries per dur-ho a terme?:*

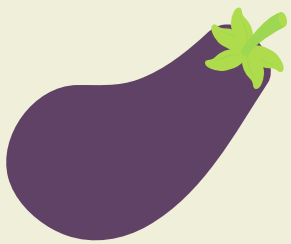
---

5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Sabies que...?

Mentre en molts països, milions de persones passen fam, en altres països, es tira a les escombraries fins al 40% dels aliments envasats. En el món existeix la quantitat suficient d'aliments per a alimentar a tota la població, però el problema és la seua mala distribució.

Encara així, l'exportació i importació d'aliments continua pujant any rere any, en un mercat cada vegada més globalitzat, augmentant així un tipus d'agricultura monocultiu on prima la desforestació i l'ús de substàncies tòxiques.



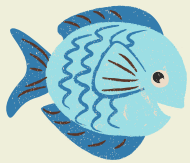
5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Sabies que...?

L'agricultura i la ramaderia intensiva és la principal causa de la pèrdua de boscos. Grans extensions de selva de l'Amazones o Indonèsia estan sent arrasades per a plantar soja o palma.

A més, molts dels plaguicides utilitzats tenen efectes adversos en el medi ambient, com l'acumulació en sòls, la contaminació de l'aigua, o l'enverinament de pol·linitzadors, com les abelles.

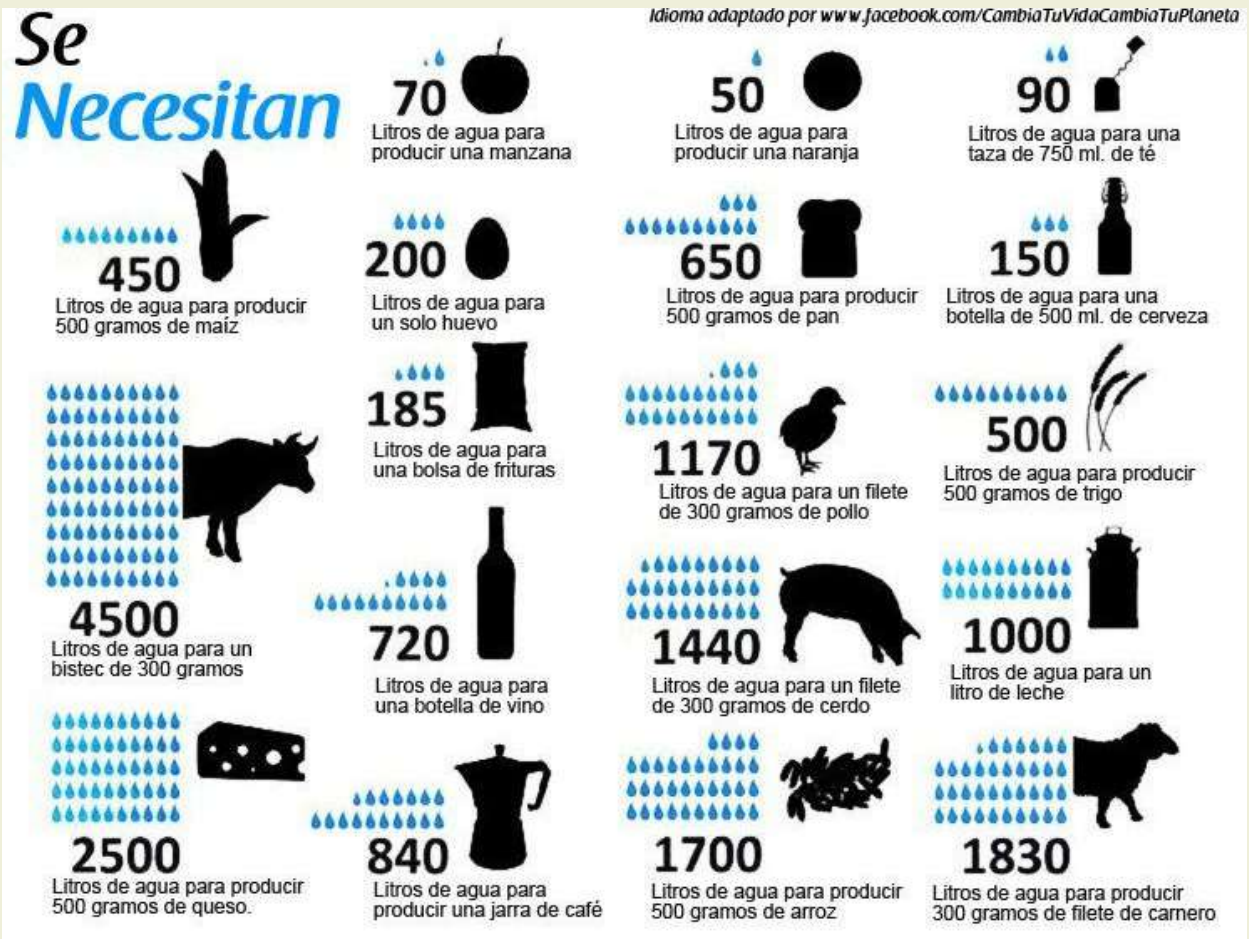
La Comissió Europea estima que el 95% de les poblacions de peixos avaluades al Mediterrani estan sobreexplotades.



5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Sabies que...?

El 70% del consum mundial d'aigua dolça es deu a la indústria alimentària, segons l'Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura (FAO).



5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Què puc fer jo...?

- Planifica la teva compra al dia a dia, així evitaràs comprar productes de més que segurament no aprofites.
- Informa't de la temporada que li correspon a cada tipus de fruita i verdura, intentant no comprar-les fora d'ella.
- Fixa't amb el país d'origen dels productes, prioritzant els productes de km 0.
- Compra en petites botigues especialitzades en el seu sector (carnisseries, peixateries, forns de pa...).
- Activa la teva imaginació i intenta aprofitar les sobres del menjar per a realitzar altres plats.

5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Què puc fer jo...?

- Tria aliments amb segell d'agricultura ecològica o aquells que sàpies que segueixen aquest tipus de producció.

- Canvia la teua dieta, prioritzant els aliments amb menor impacte ecològic.

- En comprar peix fixa't en l'etiqueta dels productes. Evita els que no estiguen degudament etiquetats o els que estiguen associats a un major impacte ambiental. Hi ha moltes guies de consum responsable de peix disponibles en internet.

5. PRODUCTES D'ALIMENTACIÓ

Més informació en...

Què sabem del que mengem?

https://www.ecologistasenaccion.org/wp-content/uploads/2018/12/99_Alimentacion.pdf

Comité d'Agricultura Ecològica de la Comunitat Valenciana (CAECV)

https://www.caecv.com/

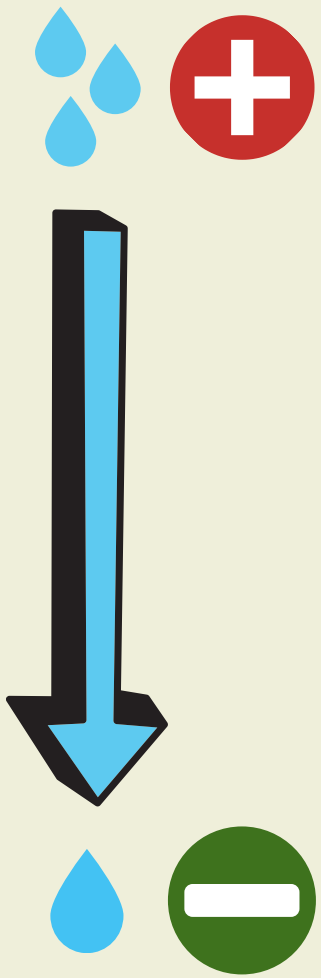
Sense mala espina: Guia de consum responsable de peix i marisc

https://www.ecologistasenaccion.org/wp-content/uploads/adjuntos-spip/pdf/guia-sin-mala-espina.pdf

• ACTIVITAT 2

- **Ordena de major a menor segons la quantitat d'aigua que és necessària per a generar els següents productes:**

Formatge Dacsa Bistec Café Arròs Poma Llet



SOLUCIÓ:

De major a menor: Bistec, Formatge, Arròs, Llet, Café, Dacsa, Poma.

6. VESTIMENTA

Sabies que...?

La indústria tèxtil és un dels sectors més contaminants després de la indústria petroliera, sent responsable del 8% de les emissions d'efecte hivernacle, comptant amb els processos de producció i el transport intercontinental de les seues peces.

Al mateix temps, les fàbriques de la indústria tèxtil aboquen tòxics a molts cursos d'aigua i és causant de moltes malalties en les vies respiratòries de treballadors i treballadores que estan en contacte cada dia amb vapors tòxics.

A més a més, per a la fabricació de moltes peces de roba s'utilitzen microplàstics que, després dels llavats, acaben en rius i mars.

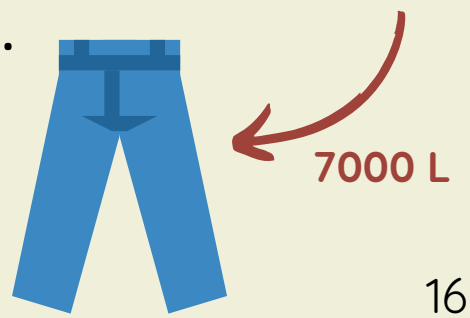
6. VESTIMENTA

Sabies que...?

A la fi del segle passat es va instaurar el model de producció i consum anomenat *'fast-fashion'*, que consisteix a fabricar grans quantitats de roba molt barata, fomentant així un consum desaforat. Com a resultat, segons un estudi de Greenpeace, hui comprem un 60% més de roba que fa 20 anys.

Segons l'Associació Ibèrica Tèxtil, un ciutadà espanyol compra 34 peces noves cada any.

Fan falta 7000 litres d'aigua per a confeccionar uns pantalons vaquers, i 3000 litres per a una samarreta de cotó.



6. VESTIMENTA

Què puc fer jo...?

- Quan compres pregunta't si es tracta d'una compra compulsiva o una necessitat.
- Realitza la teua compra en petits comerços que utilitzen processos tradicionals de fabricació.
- Intenta aprofitar la peça el màxim de temps possible, allargant la seua vida útil.
- Fixa't en l'etiqueta abans de qualsevol compra i informa't sobre el país de confecció i material utilitzat.
- Dóna-li un altre ús a la roba que no desitges, i si no és possible, assegura't de reciclar-la en els punts nets habilitats.

6. VESTIMENTA

Més informació en...

Draps bruts

http://archivo-es.greenpeace.org/espana/Global/espana/report/contaminacion/WaterScandelReport11-ESok.pdf

El cataclisme de la '*fast fashion*'

https://www.xlsemanal.com/actualidad/20160913/cataclismo-la-fast-fashion.html

Els '*jeans*' valencians avançats al seu temps

https://www.lasprovincias.es/economia/jeans-valencianos-adelantados-20191222201912-nt.html

Associació Moda Sostenible Espanya

https://esmodasostenible.org/

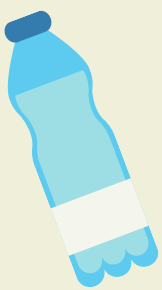
7. ENVASOS

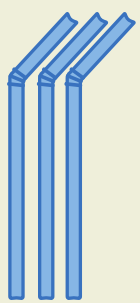
Sabies que...?

La majoria de residus que generem contenen materials valuosos que poden ser recuperats o reciclats per a diferents usos. S'estima que cada persona genera uns 50 quilos d'escombraries cada any, i aquesta acumulació pot suposar un problema per al medi ambient.

Per a poder reduir aquesta quantitat de residus és necessari dur a terme un consum crític i aplicar la llei de les tres R:

- Reduir.
- Reutilitzar.
- Reciclar.





Cal tindre en compte que el procés de reciclatge gasta energia, contamina, i no és, en absolut, perfecte. Així que "Reduir" és la "R" més important.

7. ENVASOS

Sabies que...?

A l'any s'aboquen més de 8 milions tones de fem a l'oceà. Al voltant d'un 90% són plàstics.

Es calcula que el 50% dels productes plàstics que es fabriquen estan destinats a ser d'un sol ús.

En els envasos està indicat el tipus de plàstic, la qual cosa ens ajudarà a saber si és fàcilment reciclable, o no. Els del núm. 7 solen acabar en l'abocador, ja que tenen mescles d'altres plàstics o resines, que els fan difícilment reciclables.

7. ENVASOS

Què puc fer jo...?

- Evita comprar productes envasats, i si no és possible, fixa't que siguen de material reciclat.
- Porta la teua pròpia bossa de roba o cistella per a realitzar la compra, evitant sempre l'ús de bosses de plàstic d'un sol ús.
- Beu aigua de l'aixeta en lloc d'aigua embotellada. En la gran majoria de casos és de bona qualitat, però també pots instal·lar algun sistema per a millorar-la.
- Substitueix les ampolles de plàstic per altres recipients com les cantimplores o les ampolles d'acer.
- Digues NO! a les palletes de plàstic: a Espanya es tiren 13 milions al dia i no són necessàries!

7. ENVASOS

Què puc fer jo...?

- Proporciona un altre ús a envasos i ampolles ja utilitzades, allargant la seua vida útil.
- Recicla aquells residus que no siga possible la seua reutilització, dipositant-los en el contenidor corresponent.
- Quan vages a la platja o a la muntanya porta una bossa per a recollir els teus residus i els que hagen deixat uns altres. Entre tots i totes, podem!

7. ENVASOS

Més informació en...

Informació sobre els residus i la seva gestió

https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/prevencion-y-gestion-residuos/

Informe fems marins, plàstics i microplàstics

https://www.ecologistasenaccion.org/wp-content/uploads/adjuntos-spip/pdf/informe-basuras-marinas.pdf

Sobre el consum d'aigua de l'aixeta

https://www.sabervivirtv.com/medicina-general/puedo-beber-agua-grifo-espana_819

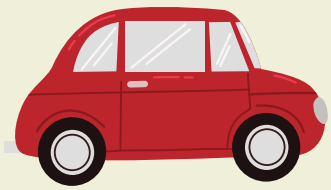
8. MOBILITAT

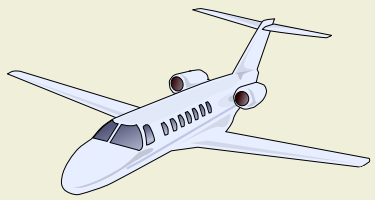
Sabies que...?

Més d'una quarta part del total dels gassos d'efecte hiverncacle emesos a la UE correspon al sector del transport. D'aquests, el 70% provenen de cotxes, camions i autobusos.

A més a més, el transport és una font important de contaminació atmosfèrica, especialment a les ciutats, on s'alliberen elements nocius per a la nostra salut, com les partícules en suspensió (PM) i el diòxid de nitrogen (NO_2).

Actualment, els patinets elèctrics estan sent un mitjà alternatiu de transport, però és important que siguen utilitzats com a substitució d'altres vehicles a motor, mai per la bicicleta.





8. MOBILITAT

Què puc fer jo...?

- Camina o utilitza la bici en recorreguts curts. És l'única manera d'aconseguir 0 emissions i, a més, és bo per a la teua salut.
- Utilitza en transport públic sempre que pugues.
- Comparteix cotxe amb els teus companys de ruta senderista, viatge o treball: Estalviaràs diners i contaminació.
- En comprar un vehicle tria el de menor consum i emissions. Tingues en compte que els cotxes elèctrics seran 100% nets si l'energia que consumeixen procedeix de fonts renovables.
- Tria el tren en comptes de l'avió per als teus desplaçaments llargs.

8. MOBILITAT

Més informació en...

L'impacte mediambiental del trànsit

http://www.dgt.es/PEVI/documentos/catalogo_recursos/didacticos/did_adultas/impacto.pdf

¿Volar menys o no volar?

https://elpais.com/elpais/2019/08/02/ideas/1564741752_427630.html

Hui descansa el cotxe

http://huidescansaelcotxe.gva.es/va/

• ACTIVITAT 3

- Quins mitjans de transport utilitzaries segons el desplaçament?

PAÏSOS LLUNYANS

PAÏSOS PRÒXIMS O MATEIX PAÍS

C.C.A.A I PROVÍNCIES

MUNICIPIS VEÏNS

NUCLI URBÀ

BARRI

SOLUCIÓ:

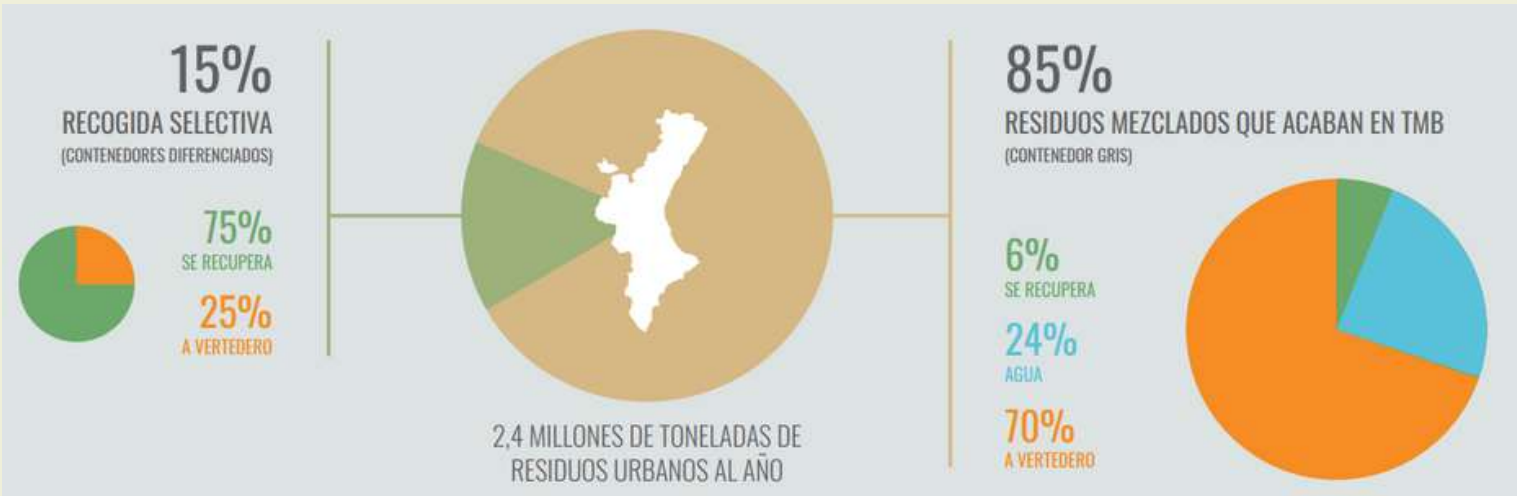
PAÏSOS LLUNYANS: Avió | PAÏSOS PRÒXIMS O MATEIX PAÍS: Tren | C.C.A.A. I PROVÍNCIES: Tren o Autobús | POBLES VEÏNS: Autobús o Tren de rodalia | NUCLI URBÀ: Transport públic o bicicleta | BARRI: A peu o bicicleta

9. ELS RESIDUS: TIPOLOGIA

¿Sabies que...?

De tots els residus urbans generats només el 15% es deposita en els contenidors de recollida selectiva. La resta (contenidor gris) arriba a les plantes de tractament de residus, on s'intenta recuperar el màxim possible per al seu posterior reciclatge.

No obstant això, en aquestes plantes només s'aconsegueix separar un 6%, per la qual cosa la majoria dels residus acaben en l'abocador.

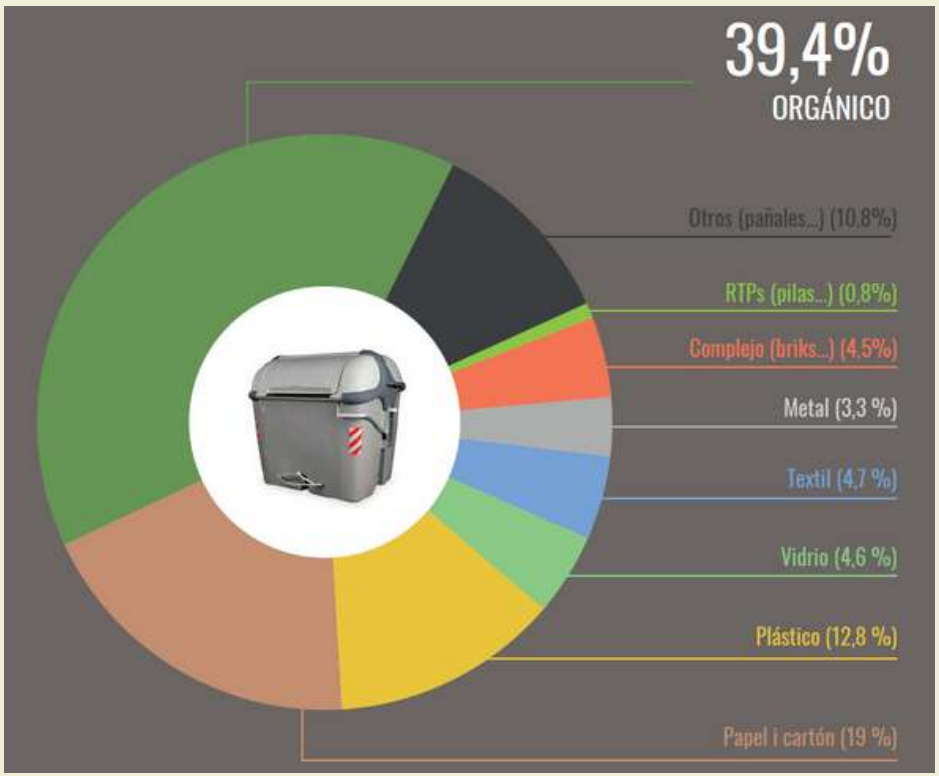


Font: Exposició "Reciclar és Participar", elaborada per Ecologistes en Acció País Valencià. Dades oficials facilitades per la GVA

9. ELS RESIDUS: TIPOLOGIA

Quins residus arriben al contenidor gris?

Com veieu en la imatge, la majoria dels residus haurien sigut fàcilment reciclables si s'hagueren depositat en els contenidors de recollida selectiva.



És especialment important començar a separar també la matèria orgànica, ja que dificulta la recuperació en les plantes de tractament, emet gasos tòxics, i ocupa gran part de la capacitat dels abocadors.

Font: Exposició "Reciclar és Participar"
Ecologistes en Acció País Valencià

• ACTIVITAT 4

- **Relaciona cada residu amb el seu contenidor corresponent:**

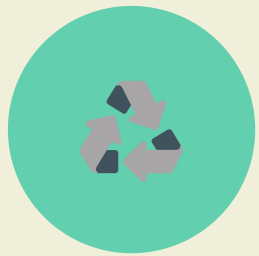
VIDRE

PAPER i CARTÓ

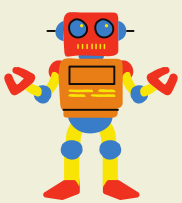
ENVASOS

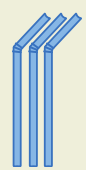
ORGÀNIC

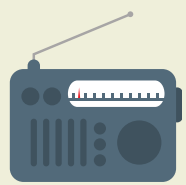
RESIDUS



PUNT NET







SOLUCIÓ:

VERD (vidre): botella. BLAU (paper): bossa, periòdic. GROC (envasos): botella, brik. MARRÓ (orgànic): pizza, restes de fruita. GRIS (resta): copa de cristall, joguet, pal·letes, got de plàstic. PUNT NET/ECOPARC: bombeta, ràdio, roba, CD's.

GENERALITAT VALENCIANA

parc natural de la serra de mariola

CONÈIXER RESPECTAR CONSERVAR