

GUIA DE CONSUM SOSTENIBLE

INFORMACIÓ I CONSELLS PER
LA REDUCCIÓ DELS RESIDUS
EN EL CONSUM DOMÈSTIC

El millor residu és aquell que no es genera

L'Ajuntament va iniciar l'any 2005 diferents campanyes sobre la prevenció i minimització de residus, les quals tenien com a punts importants el repartiment i l'ús de les bosses d'anar a comprar el pa, les bosses de roba, les bosses reutilitzables i els cabassos.

Després de quasi tres anys seguim treballant en aquesta línia perquè es considera un tema important a nivell local amb repercussions a nivell global.

Per això us fem arribar aquesta guia on trobareu consells sobre hàbits quotidians que poden reduir el nombre de residus i proposa pautes de consum més racional. A tenir en compte sobretot en èpoques com el Nadal, a on el consum es veu molt incrementat.

Si feu vostra aquesta guia aconseguirem que petites accions dutes a terme per moltes persones donin una important empenta a la tendència que ja tenim a Malgrat de disminució de la generació de residus i evitar, com no, el seu tractament.

Conxita Campoy

Alcaldesa de
Malgrat de Mar

M^a Lluïsa Mérida

Regidora de Medi Ambient
de l'Ajuntament de Malgrat de Mar



La prevenció de residus

Una pràctica fonamental que depèn de tots

Els nous processos industrials i els canvis en els hàbits i les formes de consum originats els últims anys han fet que la societat actual s'hagi d'enfrontar a un problema nou, fins ara menystingut: **la generació de residus domèstics.**

Les compres diàries, tant de béns de consum immediat (aliments, cosmètics...) com de consum a llarg termini (electrodomèstics, mobiliari...) s'acaben convertint finalment en residus (envasos, embolcalls, productes tòxics...) l'eliminació o reciclatge dels quals deriva en processos cada vegada més difícils i costosos.

El volum de residus generats per les llars catalanes és cada vegada més gran.

Cada malgratenc produeix aproximadament 2 kg cada dia. A tot Malgrat l'any 2006 es van generar 114.176 tones de residus, de les quals un 24,75% van ser recollides selectivament.



Amb només petits canvis en els nostres hàbits quotidians podem REDUIR LA GENERACIÓ DE RESIDUS

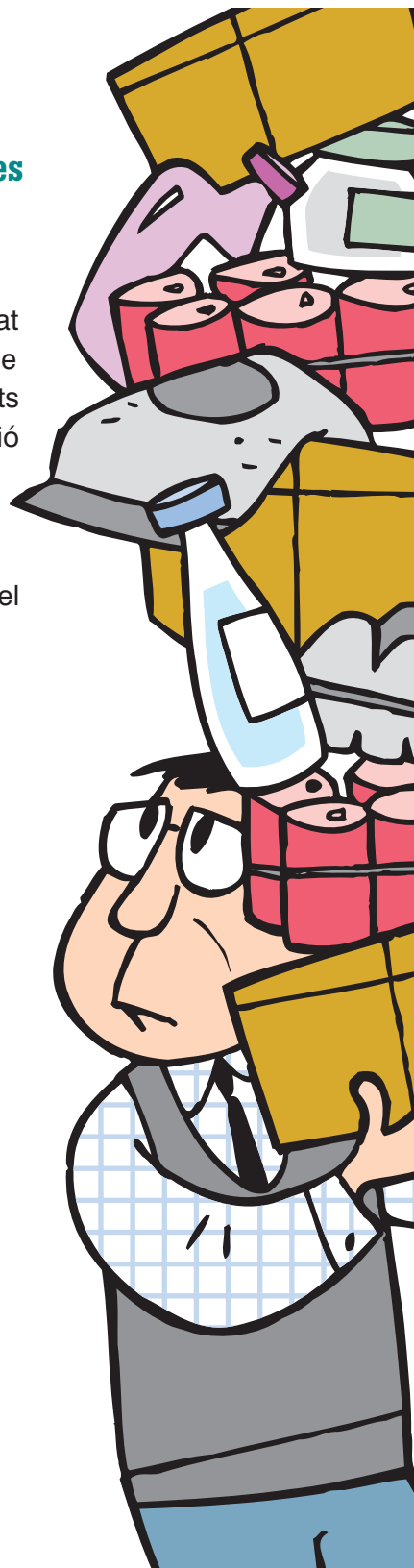
La prevenció consisteix a disminuir la quantitat i toxicitat per al medi ambient dels residus que es generen durant la producció i en els diferents processos de venda, distribució, ús o eliminació dels productes. Hi ha dos models de prevenció:

- **QUANTITATIU**, reduir el pes, el volum o el nombre d'unitats.
- **QUALITATIU**, reduir els productes perillosos tant per a la salut com per al medi ambient.

Les estratègies per reduir els residus queden definides en el principi de les 3 erres, determinat per la següent jerarquia:

- **REDUIR**
- **REUTILITZAR**
- **RECICLAR**

L'objectiu és generar la mínima quantitat possible de residus (reduir) i aconseguir el màxim benefici pràctic dels productes (reutilitzar). **Cal prioritzar la reducció i la reutilització dels residus per sobre del reciclatge**, ja que així disminuïrem costos ambientals, energètics i econòmics.



Consell n.º 1

Evitem els productes i els envasos d'un sol ús

Ben aviat deixen de ser
útils i esdevenen un
residu. La solució és
prendre algunes mesures
senzilles per evitar
generar tants residus.





Opta pels ENVASOS RETORNABLES.

Es paga un dipòsit en concepte de l'envàs del producte, quan el retornem a la botiga se'ns torna l'import del dipòsit. Tot i que cal buscar-les, encara hi ha botigues que tenen begudes en envasos retornables, com ara: aigua amb gas, sifó, gasosa, llet, refrescos, cerveses, etc. Als bars i restaurants pots demanar que et serveixin les begudes d'envàs retornable.

Sabies que...?

Per cada ampolla de vidre retornable i reutilitzable estalviem el consum de 40 brics.



Procura NO utilitzar BOSSES DE PLÀSTIC.

La majoria de les vegades van a parar a les escombraries, i són un percentatge molt important dins els residus domèstics. Les alternatives a les bosses de plàstic són tan senzilles com utilitzar:

- Carretons de la compra.
- Cistells o cabassos
- Bosses de roba
- Carmanyoles
- Caixes de cartró o de plàstic reutilitzables.



Consell n.º 2

A casa, el mínim residu



Abans de comprar un producte, preguntem-nos sobre la seva vida útil.

★ **A la taula i a la cuina OPTA PER LA REDUCCIÓ DE RESIDUS, és tan fàcil com utilitzar:**

- **TOVALLONS DE ROBA**
enlloc de tovallons de paper.
- **DRAPS DE CUINA**
enlloc de paper de cuina.
- **VAIXELLA DE CERÀMICA**
enlloc de plats de plàstic d'un sol ús
- **GOTS DE VIDRE**
enlloc de gots de plàstic d'un sol ús



★ **Utilitza PRODUCTES RECARREGABLES o compra APARELLS QUE FUNCIONIN CONNECTATS A LA XARXA ELÈCTRICA enlloc dels que funcionin amb piles.**

Les piles contenen elements molt contaminants, com el mercuri, per tant, si no n'utilitzem, reduïm la contaminació.

- Fes servir **productes de neteja que funcionin amb recanvis**, com ara el neteja vidres.
- **Substitueix els mocadors de paper** pels de roba, a més de reduir els residus no provoquen al·lèrgies.



Consell n.º 3

Comprem amb el mínim embolcall

**Utilitzem alternatives
per minimitzar la generació de
residus d'envasos i embalatges.**





* Rebutja els **EMBOLCALLS INNECESSARIS.**

No pel fet d'estar més embolicats els productes tenen més qualitat. Sigues un consumidor més responsable, i valora la utilitat real de l'embolcall.

● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

* **Compra, preferiblement A GRANEL.**

La compra a granel és de qualitat i tenim la seguretat alimentària garantida, la podem fer amb recipients portats de casa com: envasos de vidre, carmanyoles, bosses de roba, cistells...

- **Evita l'ús de safates de porexpan, paper d'alumini i plàstics per embolicar.** Podem utilitzar, enlloc d'aquest productes, la carmanyola.
 - **Tria envasos de gran capacitat i productes concentrats.** Un envàs gran en substitueix molts de petits i és més econòmic, i els productes concentrats requereixen menys embalatge.
- ● ● ● ● ● ● ● ● ●

* **Sabies que...?**

Comprar als mercats és una forma d'estalviar residus: tendeixen a donar més productes frescos i a granel i en menys bosses de plàstic.

● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

Consell n.º 4

Cuidem el que hem comprat



**Si tenim cura dels
objectes de la nostra llar
(electrodomèstics,
mobles...) trigaràn més
temps a esdevenir
un residu**



Consumeix productes de QUALITAT i DURABILITAT

Hi ha un refrany que diu “comprar car a la llarga surt barat”. Els productes de més qualitat acostumen a ser més cars, però a la llarga ens comporten un estalvi perquè duren més.



És millor fer un bon manteniment i reparar que NO CANVIAR SEMPRE

Tenir cura i fer un bon manteniment del que comprem ens beneficia a tots. A casa, ens comporta un estalvi, perquè trigarem més a tornar a comprar i socialment reduïm la producció d'uns residus que requereixen un reciclatge car i complicat. Pensem per exemple en el gas dels conductes de refrigeració de les neveres, un component de gran toxicitat.



ALTERNATIVES per no llençar

DONAR. Si el producte encara és útil el podem donar a algú que el pugui fer servir. En el cas dels equips informàtics, per exemple, hi ha ONG que els redistribueixen.

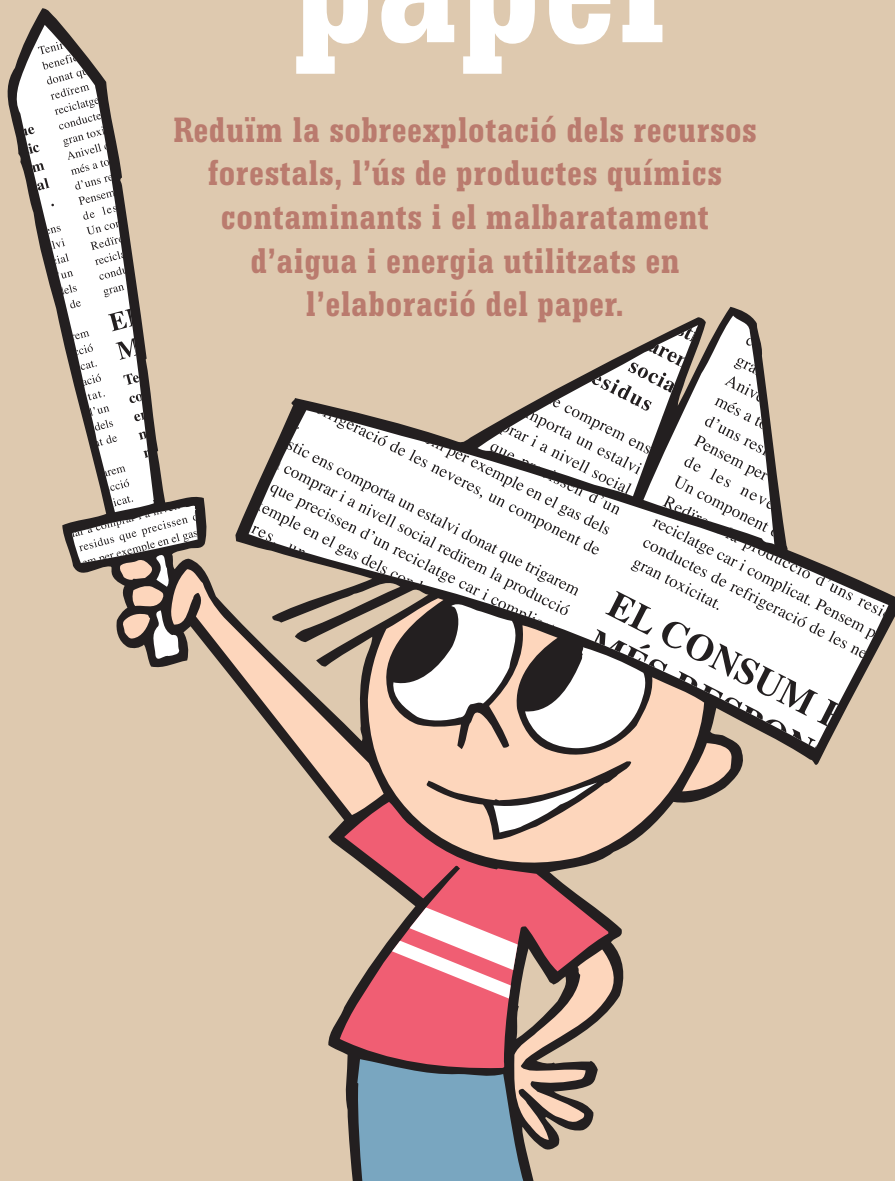
INTERCANVIAR. Una altra solució és intercanviar-lo en un mercat de productes de segona mà. A Malgrat, per exemple, se celebra des de ja fa uns quants anys un mercat d'intercanvi de joguines.



Consell n.º 5

Estalviem paper

Reduïm la sobreexplotació dels recursos forestals, l'ús de productes químics contaminants i el malbaratament d'aigua i energia utilitzats en l'elaboració del paper.



* Algunes de les mesures per ESTALVIAR PAPER:

- **Utilitza els fulls per les dues cares**, tant per escriure, fer fotocòpies o prendre notes.

- **Aprofita els avantatges de la informàtica.**
Envia **missatges electrònics enlloc de cartes** per correu ordinari. A part de ser més barat és molt més ràpid.

Repassa bé els documents per pantalla abans d'imprimir-los, assegura't de no imprimir amb errors i haver de repetir la impressió.



* L'ús de paper és inevitable, per tant aconsellem que facis servir:

- **PAPER RECICLAT.**

- **PAPER LLIURE DE CLOR.** És el que no utilitza clor per al seu emblanquinament.

- **PAPER CERTIFICAT.** Ens garanteix que en la producció s'han minimitzat els impactes ambientals.



* Sabies que...?

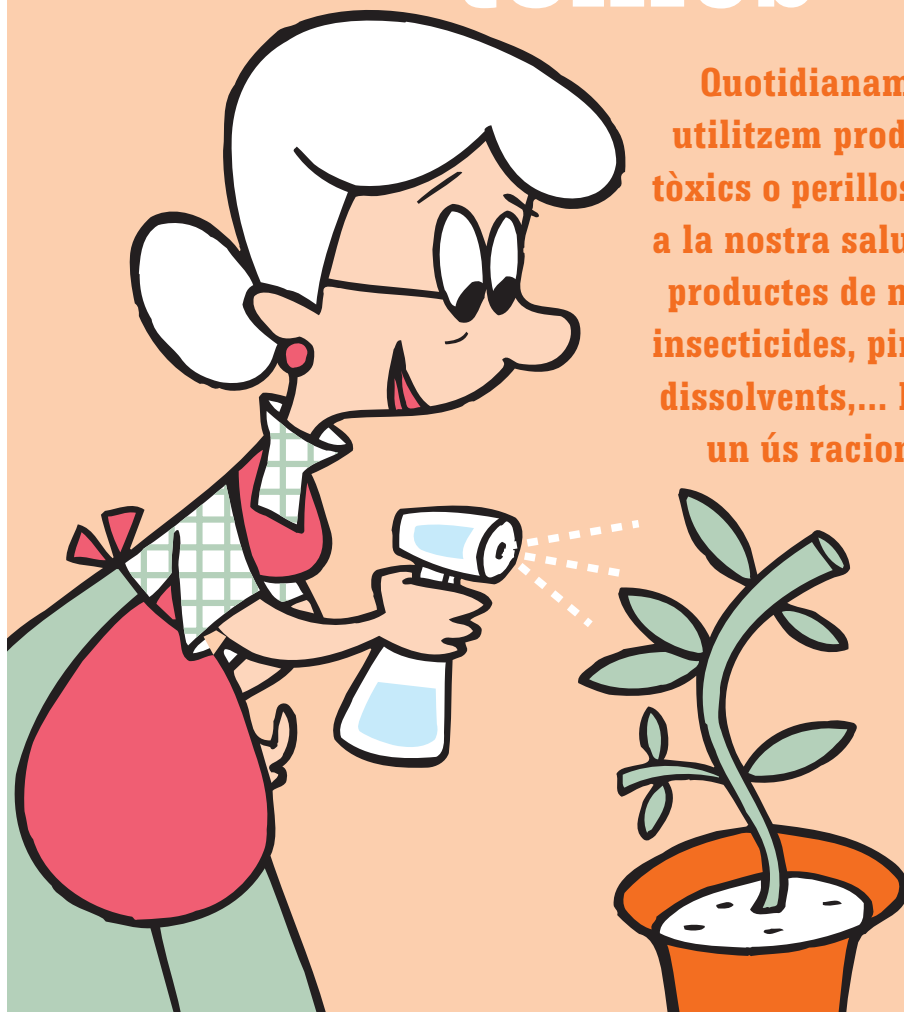
La producció d'1 tona de paper suposa la tala de 15 arbres, 50.000 litres d'aigua i més de 300 kg de petroli.

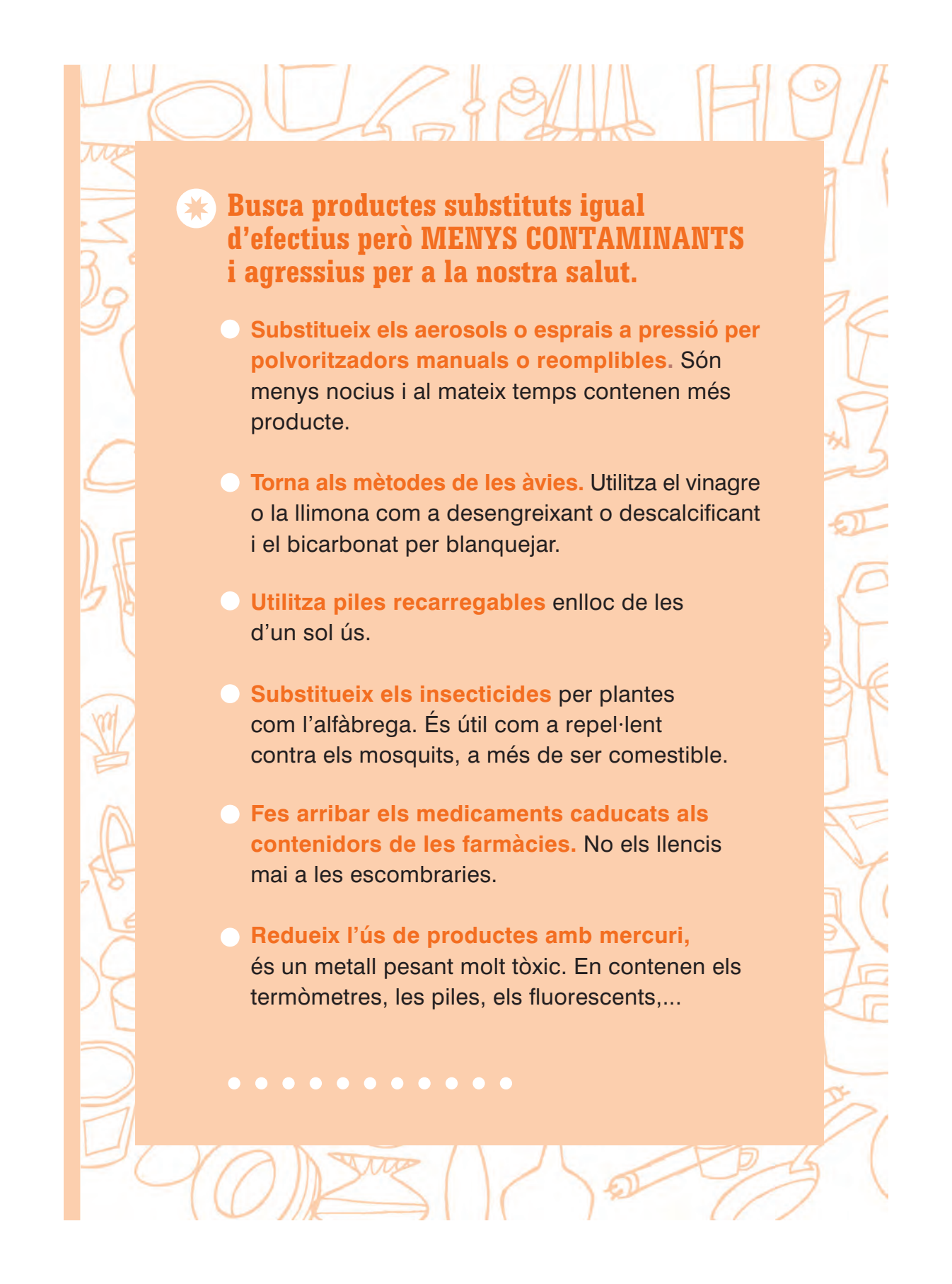


Consell n.º 6

Reduïm l'ús de productes tòxics

**Quotidianament
utilitzem productes
tòxics o perillosos per
a la nostra salut, com
productes de neteja,
insecticides, pintures,
dissolvents,... Feu-ne
un ús racional!**





✳ **Busca productes substituïts igual d'efectius però MENYS CONTAMINANTS i agressius per a la nostra salut.**

- **Substitueix els aerosols o esprais a pressió per polvoritzadors manuals o reomplibles.** Són menys nocius i al mateix temps contenen més producte.
- **Torna als mètodes de les àvies.** Utilitza el vinagre o la llimona com a desengreixant o descalcificant i el bicarbonat per blanquejar.
- **Utilitza piles recarregables** enlloc de les d'un sol ús.
- **Substitueix els insecticides** per plantes com l'alfàbrega. És útil com a repel·lent contra els mosquits, a més de ser comestible.
- **Fes arribar els medicaments caducats als contenidors de les farmàcies.** No els llencis mai a les escombraries.
- **Redueix l'ús de productes amb mercuri,** és un metall pesant molt tòxic. En contenen els termòmetres, les piles, els fluorescents,...



Consell n.º 7

Escollim productes amb etiqueta ecològica





Els productes amb ETIQUETA ECOLÒGICA

Els productes o serveis amb aquest distintiu compleixen uns criteris de respecte al medi ambient en el seu procés de fabricació, comercialització o final de la seva vida útil. És a dir, tenen en compte tant la generació de residus com la toxicitat en els processos de producció.



Les principals ETIQUETES ECOLÒGIQUES

1. DISTINTIU DE GARANTIA DE QUALITAT AMBIENTAL

Avala que el producte adquirit minimitza, recupera i recicla els residus. El concedeix la Generalitat.

2. ETIQUETA ECOLÒGICA EUROPEA

És per a productes amb producció, ús i eliminació amb un reduït impacte sobre el medi ambient. És d'àmbit europeu.

3. ÀNGEL BLAU I CIGNE BLANC

Té les mateixes característiques que el distintiu de Garantia de Qualitat Ambiental però en altres països europeus.

4. CONSELL CATALÀ DE LA PRODUCCIÓ AGRÀRIA ECOLÒGICA

Garanteix que l'aliment que consumim prové de l'agricultura ecològica, la qual no utilitza ni fertilitzants ni pesticides químics.



1



2



3



4

Consell n.º 8

Recolzem el comerç solidari



**El Comerç Just promou una
relació comercial justa entre
productors i consumidors.**

❖ Què és el COMERÇ SOLIDARI?

Els **productes de Comerç Just** garanteixen salaris dignes als habitants del tercer món, el respecte als drets humans, la igualtat entre l'home i la dona, rebutgen el treball infantil, valoren la qualitat i la producció ecològica, el respecte al medi ambient... En definitiva, garanteixen l'equilibri en les situacions d'insolidaritat en el nostre planeta.

A les **botigues de Comerç Just** pots trobar una gran varietat de productes agrícoles conreats a països en vies de desenvolupament com el te (de l'Índia o Sri Lanka), el cacau o la xocolata manufacturada (de Bolívia, i de països africans), el sucre (de Cuba), el cafè (de Nicaragua, i del Salvador). També es comercialitzen productes d'artesanía tèxtil, fusta, ceràmica...



❖ Establiments de COMERÇ SOLIDARI

Tot seguit us donem una sèrie de webs on podeu trobar informació sobre el Comerç Just, els seus productes, com i on aconseguir-los:

www.intermonoxfam.com

www.setem.org

www.xarxaconsum.net

Hi ha establiments de Malgrat que ofereixen aquest tipus de productes. Consulteu els vostres comerços habituals



Informació d'interès

www.gencat.net

www.arc-cat.net

www.ajmalgrat.es



Recordeu, el residu que no puguem evitar:

Servei gratuït de recollida de mobles i trastos vells

trucada prèvia al **93 765 31 51**

Deixalleria Mancomunada de l'Alt Maresme al polígon industrial de Can Patalina

De maig a octubre

De dilluns a dissabte de 10a 13h i 17 a 20h

Diumenges, només per particulars, de 10 a 14h

De novembre a abril

De dilluns a dissabte de 10 a 13h i 16 a 19h

Diumenges, només per particulars, de 10 a 14h

Telèfon. **93 765 47 72**





Guia de CONSUM SOSTENIBLE

Edita i coordina:
REGIDORIA DE MEDI AMBIENT
DE L'AJUNTAMENT DE MALGRAT DE MAR

Disseny i il·lustracions:
PALMA&KAKO

Redacció de textos:
INCÒGNITA

Impressió:
GRÀFIQUES MONTSERRAT



Ajuntament de
Malgrat de Mar



Regidoria de Medi Ambient
de Malgrat de Mar

