

10

ESTRATÈGIES PER PREVENIR ELS RESIDUS



guia del consumidor

32 Guies d'educació
ambiental



Un dels principals problemes ambientals de les nostres societats desenvolupades és la creixent generació de residus. El seu tractament té un impacte en el medi ambient i tots els sistemes tenen elevats costos ambientals i econòmics, en forma de consum energètic, de contaminació de sòls o d'emissions contaminants. A la nostra ciutat, cada barceloní genera 1,5 kg per persona i dia de residus.

Per això, l'Agenda 21 de Barcelona fixa com un dels seus objectius disminuir la producció de residus i augmentar la seva recollida selectiva. Tot i els avenços que hem experimentat en la ciutat, l'objectiu necessari és reduir la quantitat de residus que produïm. És el que s'anomena l'estratègia de prevenció. Menys residus suposa menys impacte. I molts residus són innecessaris. L'interès general és en aquest cas la protecció del nostre medi ambient local i global.

La **Guia del consumidor: 10 estratègies per prevenir els residus** és fruit del treball conjunt dels agents socials involucrats, l'Ajuntament de Barcelona, els consumidors i el comerç, per oferir una eina útil destinada al foment del consum responsable en la nostra vida quotidiana.

La guia aposta per un consum que es realitzi de forma meditada, assenyada, seguint la normativa vigent i que, sent útil i beneficiós per al consumidor i l'usuari, també ho és per la nostra societat. Per això la guia presenta 10 estratègies que ens ajudaran a canviar els nostres hàbits de compra i d'ús dels productes, i també ens informa i ens condueix cap iniciatives i adreces útils. Treballar per produir menys residus és avançar cap a una forma de vida que té més cura de la natura i més sostenible.



Francesc Narváez
Regidor de Serveis
Urbans i Manteniment
de Barcelona



Imma Mayol
Tercera Tinent d'Alcalde de Barcelona



Montserrat Torrent
Directora de
L'Organització de
Consumidors i Usuaris
de Catalunya



INTRO

ELS RESIDUS

El gran augment de deixalles domèstiques a les llars catalanes ha esdevingut un greu problema en els últims anys. Aquest fet es deu, entre d'altres coses, al canvi d'hàbits i de les pautes de producció i consum. Aquestes accions, encara que no ho sembli, tenen repercussions sobre l'entorn, i una de les més evidents és la generació de residus.

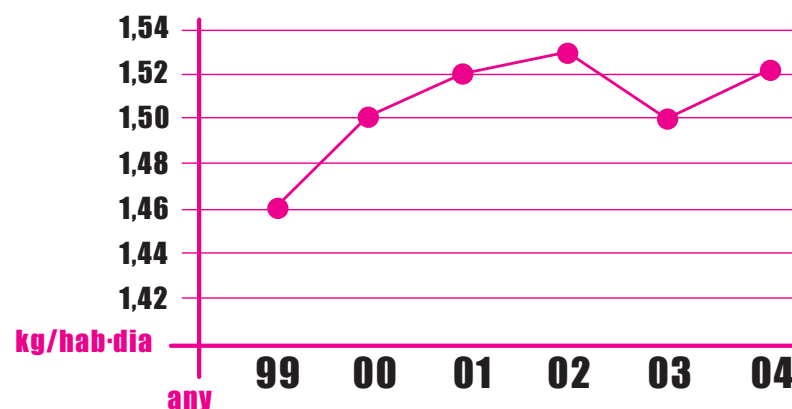
Comprar aliments a granel o evitar la compra de productes envasats és cada vegada una tasca més àrdua per al consumidor en el comerç actual. Transportar la compra amb cistells, carros o cabassos sempre ha estat una bona manera d'evitar l'ús de bosses de plàstic i embolcalls innecessaris, però sembla que s'imposa el costum de ficar les compres en bosses de plàstic o anar amb el cotxe a comprar. Aquests aspectes ens porten a un consum excessiu de residus i recursos que entre tots hem d'intentar prevenir i cal apostar definitivament per un consum més responsable i sostenible.

També caldria afegir que han proliferat els productes o envasos d'un sol ús i el consumidor, cada vegada més, identifica la qualitat i la higiene del producte amb l'existència d'envàs i el seu tipus.

Tot això, però, són només alguns exemples de com les nostres accions quotidianes poden repercutir en la generació de residus urbans. Se'n podrien trobar molts més!

A Barcelona podem observar que en els últims anys s'ha incrementat la generació de residus urbans per habitant i dia, que ha passat dels 1,46 kg/hab · dia del 1999 als 1,52 kg/ha · dia del 2004.

residus urbans generats per habitant i dia a Barcelona



Font: Agenda 21 de Barcelona

Els residus urbans, però, són només una part dels residus que es generen amb l'ús o consum dels recursos. De fet, se'n generen en totes les fases de la vida útil d'un producte: extracció, processat, transformació, fabricació, etc.

En aquest sentit, l'any 1994, Schmitdt-Bleek va introduir el concepte de motxilla ecològica per explicar la intensitat de materials per unitat de servei o, dit d'una altra manera, la quantitat de material que s'utilitza durant tot el cicle de vida dels productes. Així, per exemple, una safata de til·ler de mig quilo té una motxilla ecològica d'aproximadament dos quilos. És a dir, els moviments de materials necessaris per la seva fabricació oscil·len al voltant dels dos quilos. Una safata de coure amb les mateixes dimensions pot tenir una motxilla de mitja tona! Un raspall de dents, 1,5 kg; un telèfon mòbil, 75 kg, i un ordinador personal, 1.500 kg.

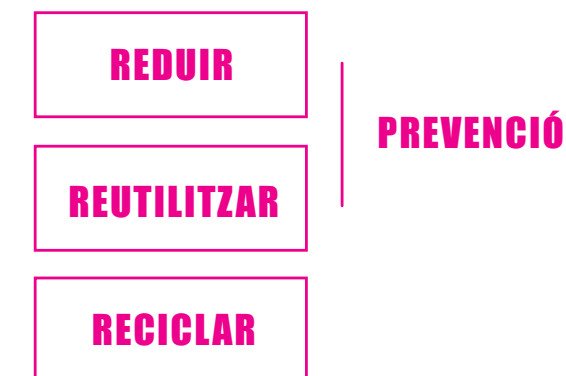
LA PREVENCIÓ DE RESIDUS

La prevenció de residus es pot definir com la reducció de la quantitat i de la toxicitat per al medi ambient dels residus generats en el procés de producció i en els estadis de venda, distribució, ús i eliminació dels productes. Tenint en compte aquesta definició, es pot dir que hi ha dos tipus de prevenció de residus:

- # La **quantitativa**, que fa referència a la reducció en pes, volum o nombre d'unitats.
- # La **qualitativa**, que persegueix reduir determinats tipus de residus considerats perillosos o que plantegen determinats problemes.

La política de residus actual de la Unió Europea es basa en el concepte anomenat *jerarquia de residus*. Segons aquesta jerarquia, idealment caldria evitar la generació de residus i, en el cas que no pugui ser, caldria reutilitzar-los, reciclar-los o recuperar-los. Així doncs, segons aquesta política, val més intentar que els residus no vagin a l'abocador. L'abocador és la pitjor de les opcions per al medi ambient, ja que comporta la pèrdua de recursos.

La coneguda llei de les tres erres (Reduir, Reutilitzar i Reciclar) ve regida per una jerarquia, que és:



La prevenció de residus es dona tant en la reducció de la generació de residus en origen, com en la reutilització dels productes o les deixalles. El reciclatge és l'última opció, ja que ni és possible reciclar el 100% de les deixalles, ni els processos que necessita són del tot innocus ambientalment. A més, el reciclatge necessita molta energia, aigua i altres matèries primeres per portar-se a terme.

AQUESTA GUIA

La *Guia del consumidor: 10 estratègies per prevenir els residus* és una guia d'educació ambiental que pretén donar unes pautes als ciutadans per col·laborar en la prevenció dels residus municipals i, així, fer un consum més responsable.

Hi trobareu recomanacions classificades en 10 estratègies o grans blocs temàtics i un conjunt d'adreces web i dades de contacte que us poden ser útils en el cas que estigueu interessats a ampliar informació. D'aquesta manera, encara us serà més fàcil prevenir els residus!

Finalment, trobareu un test en què podreu veure fins a quin punt sou uns consumidors de residus o més aviat practiqueu un consum més responsable.

1

ELS PRODUCTES I ELS ENVASOS, MILLOR REUTILITZABLES

Els productes i envasos d'un sol ús tenen un temps de vida molt curt, ja que ràpidament deixen de ser útils i esdevenen, per tant, un residu. Molts d'ells tenen homòlegs que són reutilitzables i que, per tant, poden contribuir a la prevenció de residus.





TRIEM ELS ENVASOS RETORNABLES

El sistema de dipòsit, devolució i retorn consisteix a pagar un dipòsit en concepte de l'envàs del producte que s'adquireix; un cop s'ha consumit, es retorna l'envàs al comerç i es recupera el dipòsit.

Tot i que aquest sistema estava molt estès fa uns anys, l'oferta de productes retornables és cada cop més baixa i es limita a algunes marques de cervesa, refrescos i aigua. Generalment, els envasos retornables els podem trobar:

- En algunes **bodegues, petits comerços i supermercats**.
- En algunes **màquines de vending**, que acostumen a tenir al costat una màquina on retornar l'ampolla de vidre i recuperar el dipòsit.
- En la **distribució de begudes a domicili**: la majoria d'empreses que ofereixen aquest servei venen l'aigua envasada en garrafes de vidre o de plàstic i ampolles de cervesa i de refresc retornables.
- **A bars i restaurants**: en molts d'aquests establiments s'ofereixen begudes envasades en ampolles retornables. Tinguem-ho en compte a l'hora de decidir l'envàs en què volem que ens els serveixin, ja que si optem pels envasos retornables estarem fomentant el sistema de devolució i retorn.

El 50% del volum de la brossa són residus innecessaris i fàcilment evitables

OBLIDEM-NOS DE LES BOSSES DE PLÀSTIC!

Les bosses de plàstic que ens donen gratuïtament a la majoria dels comerços molt sovint van a parar a la brossa i representen un percentatge molt important del total dels residus domèstics.

Prevenir aquest tipus de residus és ben fàcil. És tan simple com anar a comprar amb:

- El carretó de la compra
- El cistell o el cabàs
- Una bossa de roba
- La coixinera de pa
- Bosses de plàstic resistents i reutilitzables
- Caixes de cartró

Per cada ampolla de vidre retornable que reutilitzem evitem el consum de 40 tetrabrics

Les bosses de plàstic suposen el 22% en volum de les nostres escombraries

A Barcelona cada ciutadà genera 1,52kg de deixalles al dia

Per anar a l'escola, els nens poden portar l'esmorzar en una bosseta de roba o en una carmanyola.

Si no tenim més remei que transportar la compra amb les bosses de plàstic que ens donen a la botiga, reutilitzem-les, donem-les al botiguer o per a altres usos.

Durant la campanya de Nadal, podem lliurar les ampolles de cava a entitats juvenils o espais que després les venen amb una finalitat benèfica.

Preguntem al botiguer si té productes amb el sistema de devolució i retorn. Són aquells que tenen el distintiu

Si hem de fer una compra important, una alternativa molt pràctica al cabàs i al cistell és portar caixes de cartró o caixes plegables de plàstic.

Hi ha comerços, com els supermercats EROSKI, que ofereixen com a alternativa al client la compra de bosses reutilitzables i reciclades

ELS ÀPATS, AMB EL MÍNIM RESIDU

Cada cop és més habitual fer servir, els dies de cada dia, tovallons de paper i paper de cuina; en ocasions més excepcionals, com quan tenim molts convidats, també es tendeix a comprar plats, coberts, gots i tovalles d'usar i llençar.

Es tracta de productes que, si bé són pràctics, comporten una gran generació de residus que es pot evitar fent el petit esforç d'utilitzar draps de cuina i baïetes, tovallons i tovalles de roba, i els coberts d'acer i la vaixel·la de ceràmica o de vidre. Si patim per si es poden trencar els plats o els gots, podem comprar-ne de plàstic i reutilitzables. Si no, també podem llogar-los.

Utilitzem:

- La vaixel·la de ceràmica, vidre o de plàstic reutilitzable
- Coberts de metall
- Gots de vidre o de plàstic reutilitzables
- Tovalles i tovallons de roba
- Baïetes i draps

Rebutgem:

- Vaixel·la d'un sol ús
- Coberts d'un sol ús
- Gots d'un sol ús
- Tovalles i tovallons de paper
- Paper de cuina



FEM SERVIR PRODUCTES RECARREGABLES!

Hi ha una bona i molt diversa oferta de productes recarregables al mercat, que va des de piles a portamines, encenedors, subratlladors, plomes, cintes correctores o maquinetes d'afaitar i raspalls de dents amb capçal substituïble.

Quan comprem un aparell que funcioni amb energia, val la pena que optem per aquells que es poden connectar a la xarxa elèctrica, que tinguin dispositius solars o que funcionin sense piles.

Si no hi ha més remei que fer-ne servir, procurem sempre que siguin recarregables.

Les piles contenen substàncies molt contaminants (mercuri, cadmi, níquel), de manera que si en disminuïm el consum, reduïrem la quantitat de residus d'aquest tipus que es generin i, a la vegada, la seva toxicitat.

Cada any a Catalunya es recullen més de 15 milions de piles usades

ALTRES FORMES D'EVITAR ELS PRODUCTES I ENVASOS D'UN SOL ÚS

• Utilitzant **mocadors de roba**: una bona manera de prevenir els residus és fer servir mocadors de roba en comptes dels de paper.

• Fent servir **l'MP3 i els llapis de memòria USB** per gravar cançons o documents. També podem utilitzar CD i DVD regravables que, tot i ser més cars que els d'un sol ús, són fàcilment amortitzables.

• Utilitzant **productes que tinguin recanvis**, com per exemple neteja vidres, ambientadors o matamosquits.

• Amb l'ús de **bolquers reutilitzables** per als nadons: existeixen bolquers parcialment i íntegrament reutilitzables; s'higienitzen després de cada ús. En algunes ciutats europees s'ha implantat amb èxit un servei de recollida i neteja dels bolquers.

El mercuri que conté una pila de botó té capacitat per contaminar 600.000 litres d'aigua

Els bolquers representen aproximadament el 4% del pes total dels residus urbans

Fer servir carmanyoles o bosses de roba per portar l'esmorzar suposa l'estalvi de molts residus de paper d'alumini

El preu d'un carregador universal + 4 piles recarregables és d'aproximadament 24 €.

Si el preu de 4 piles convencionals és d'aproximadament 5 €, les recarregables s'amortitzen a la cinquena recàrrega!

Si no podem o no volem fer servir la vaixel·la, els gots i els coberts reutilitzables, sempre podem optar per comprar-ne de compostables.

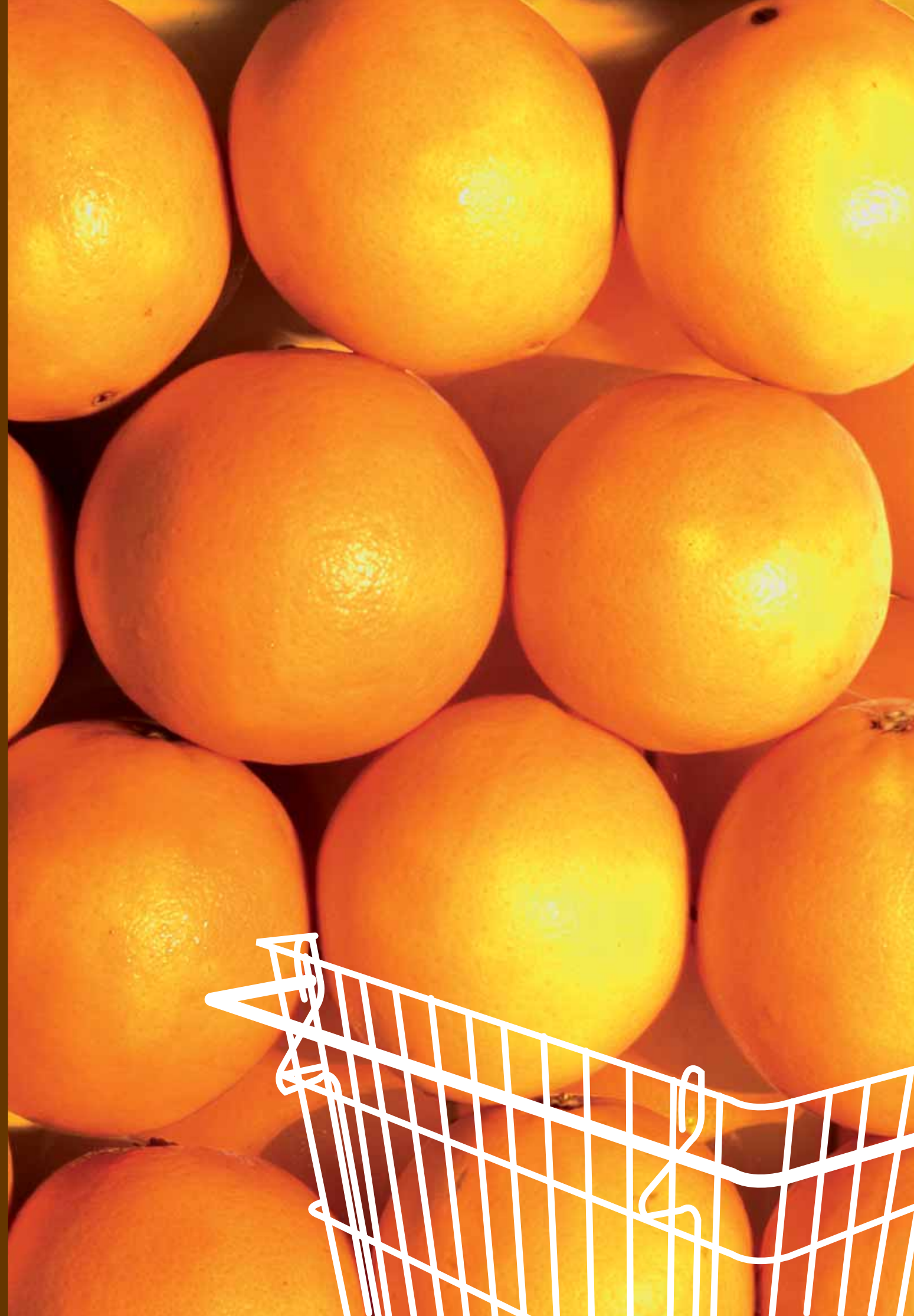


2

COMPREM AMB EL MÍNIM EMBOLCALL

L'estètica i, sobretot, la voluntat de donar una imatge d'higiene i de qualitat, ha fet que s'incrementi la quantitat d'embolcalls en els productes de consum. Per això, és difícil trobar, al mercat, productes sense embolcalls innecessaris.

Com a consumidors tenim diverses alternatives a l'abast per tal de minimitzar la generació de residus d'envasos i embalatges.





COMPREM A GRANEL

Mitjançant la compra a granel podem disminuir la generació de residus i gaudir, a la vegada, d'uns productes de qualitat i amb la seguretat alimentària garantida.

A l'hora de comprar a granel, podem posar allò que comprem directament al carretó, al cistell o en les bosses de roba o de plàstic que ja portem de casa. També dins d'una carmanyola o en envasos de vidre que portem de casa. En el cas dels ous, podem fer servir oueres reutilitzables. Si no hi ha cap altra alternativa que embolicar el producte, demanem que sigui el mínim possible.

Els productes que podem trobar a granel són:

- Fruïtes i verdures
- Peix, carn i ous
- Embotits
- Olives
- Llegums
- Fruïta seca
- Vi i vinagre
- Dolços i pastes
- Llapis o bolígrafs
- Gomes d'esborrar
- Claus, rosques, cargols,...

Els envasos lleugers (llaunes, plàstics, tetrabrics) representen el 35% en volum i l'11% en pes dels residus municipals



FEM SERVIR LES CARMANYOLES

Si utilitzem carmanyoles podem moderar la utilització de paper d'alumini i plàstic per embolcallar, ja que les podem utilitzar per comprar a granel o per endur-nos el menjar a la feina o als estudis, o quan anem d'excursió o fem un dinar al camp.

REBUTGEM ELS EMBOLCALLS INNECESSARIS

Avui dia, molts productes que trobem al mercat es presenten en embalatges superflus i innecessaris. Ara bé, això no implica, per força, que hi hagi més quantitat de producte o que sigui de més qualitat. No ens deixem enganyar i intentem ser uns consumidors més responsables i valorar, a l'hora d'adquirir un producte, la utilitat o no de l'embolcall.

ESCOLLIM ELS ENVASOS DE GRAN CAPACITAT I ELS PRODUCTES CONCENTRATS

Els envasos de gran capacitat i els productes concentrats són una bona opció a considerar per reduir la generació de residus. Els primers, perquè, comparativament, utilitzen menys quantitat de material per embolcallar la mateixa quantitat de producte. Els segons, perquè tot i tenir la mateixa efectivitat que els seus homòlegs convencionals, ocupen proporcionalment menys espai i necessiten, per tant, menys material per embolcallar.

Podem complementar la compra de concentrats amb l'adquisició de productes de neteja amb algun tipus de polvoritzador o dosificador que ens permeti fer un ús més eficient dels netejadors de vidres, de la cuina o del bany.

Alguns productes que podem trobar al mercat concentrats o en envasos de gran capacitat són:

- Detergents
- Sabons
- Rentavaixelles
- Desinfectants
- Netejadors de vidres, bany i cuina
- Productes alimentaris a l'engròs
- Cremes de mans
- Suavitant de la roba

Demanem que no ens emboliquin els aliments amb plàstic, safates de porexpan, paper d'alumini, etc.

Podem utilitzar les carmanyoles per portar-hi l'esmorzar en comptes d'embolicar-lo amb paper d'alumini o plàstic.

Els productes en envasos de gran capacitat acostumen a ser més econòmics.

3

L'ENVÀS, QUE SIGUI FÀCILMENT RECUPERABLE I AMB POCS IMPACTES AMBIENTALS ASSOCIATS

Les dues estratègies anteriors ens aconsellen la compra de productes amb envasos retornables o sense envàs si és que comprem a granel. Però la realitat del mercat fa que molts productes no es puguin comprar ni en envàs retornable, ni amb el mínim embolcall, ni a granel. En aquest cas, val la pena que ens fixem en el material de què està fet l'envàs per escollir aquell que té menys impactes ambientals associats.





ELS ENVASOS DE VIDRE I CARTRÓ, LA MILLOR OPCIO

• **Vidre:** el vidre és el material més fàcil de reciclar i és l'únic que és reutilitzable per a usos alimentaris. En el procés de reciclatge, no perd qualitat i s'estalvien recursos i energia.

• **Cartró i paper:** els envasos fabricats en paper o cartró són fàcilment reciclables, i durant la seva fabricació es generen menys residus que en el cas dels envasos de plàstic o de metall.

• **Llaunes:** les llaunes són força més difícils de reciclar. L'alumini i l'acer de què estan fetes demanen complicats tractaments de reciclatge, i els materials que se n'obtenen són de baixa qualitat. L'extracció de l'alumini té, a més, uns elevats impactes ambientals i socials associats.

• **Plàstic:** els envasos de plàstic no són fàcils de recuperar ja que es requereix la separació dels diferents tipus de plàstics en els punts de tractament. Per altra banda, com que estan fabricats a partir de derivats petroquímics estem contribuint a l'esgotament d'un recurs no renovable com és el petroli.

• **Envasos mixtos i tetrabrics:** els tetrabrics, els envasos mixtos i altres embolcalls composts per diferents materials (com per exemple les bosses de patates fregides, fetes de plàstic i alumini) són difícils de reciclar, ja que estan formats per capes de diferents materials que costa molt separar. A més, el procés de fabricació dels envasos mixtos és molt complex i el consum d'energia i materials molt elevat.

Escollim:

- Envasos de vidre
- Envasos de paper o cartró
- Envasos formats per només un material

Rebutgem:

- Envasos de plàstic
- Llaunes d'acer o alumini
- Tetrabrics
- Envasos mixtos

ELS ENVASOS I PRODUCTES BIODEGRADABLES O RECICLATS, L'ALTERNATIVA

Tot i que l'oferta d'envasos biodegradables fets a partir de blat de moro o altres vegetals al nostre país és, per ara, inexistent, al mercat trobem alguns productes i envasos fabricats amb materials 100% reciclats o recuperats. Val a dir que, tot i que un cop a les escombraries passen a ser un residu més, no són tòxics i es biodegraden molt ràpidament.

Per obtenir una tona d'alumini es generen 4 o 5 tones de materials de rebuig (residus de bauxita)

Més del 50% dels aliments del món s'envasen en materials plàstics

El reciclatge d'envasos plàstics i tetrabrics presenta moltes dificultats

Amb l'energia necessària per fabricar una llauna d'alumini funcionaria un televisor durant 2 hores

El consum de llaunes i envasos plàstics suposa un esgotament dels recursos no renovables i un gran malbaratament de recursos i energia. En begudes i conserves escollim, sempre que puguem, els envasos de vidre.

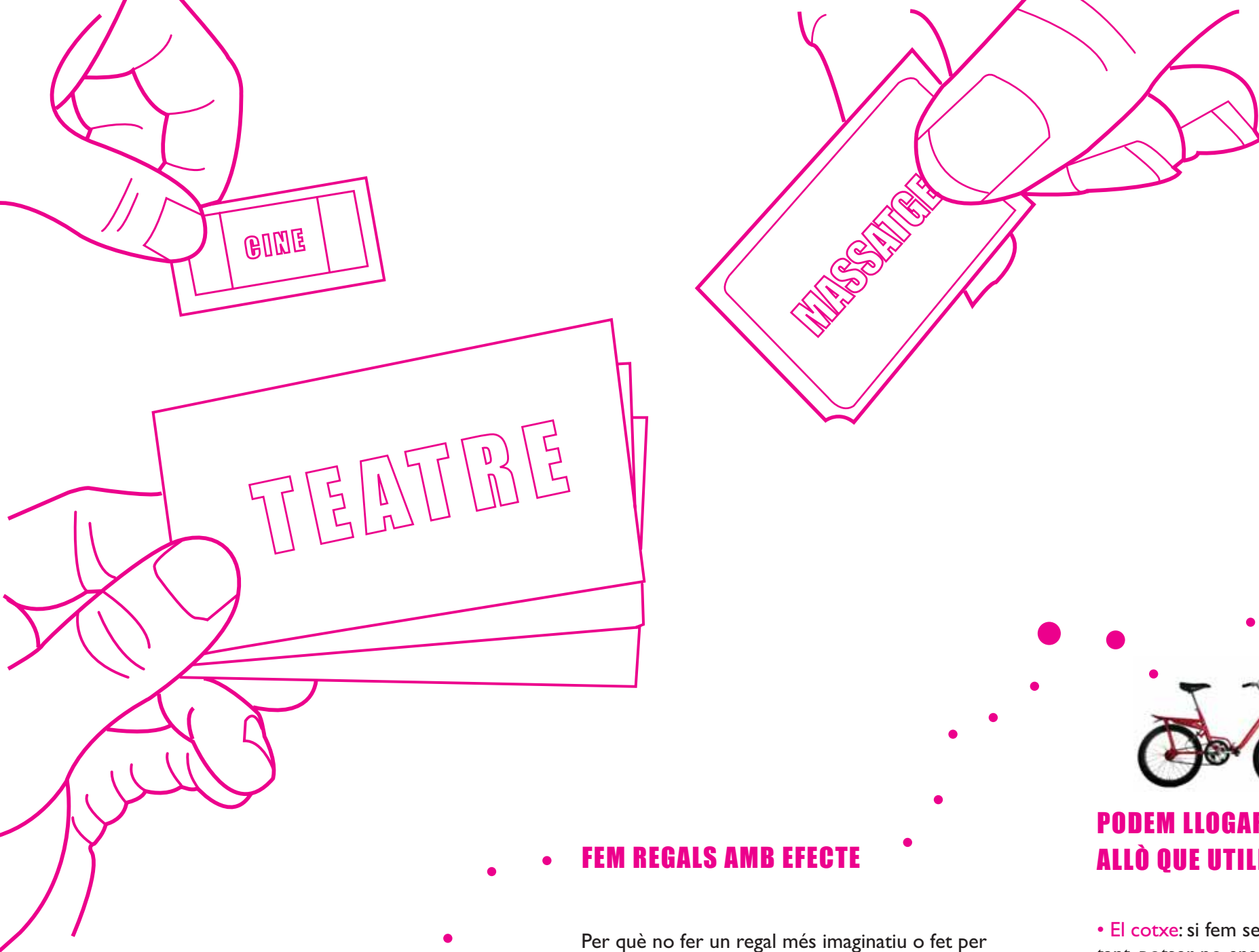


4

EL CONSUM IMMATERIAL, UNA NOVA FORMA DE CONSUM

L'actual model de consum es fonamenta en el consum de béns materials, que porta associada una important despesa energètica i una elevada generació de residus. El consum immaterial consisteix a incrementar la demanda de serveis en els camps de la cultura, les qüestions socials, l'educació i l'oci. La promoció de serveis i de cultura contribueix a la millora del medi ambient i del benestar dels individus i el col·lectiu.





FEM REGALS AMB EFECTE

Per què no fer un regal més imaginatiu o fet per nosaltres mateixos, en comptes de decidir-nos per l'obsequi material de sempre? A més de ser original i divertit, és un regal més sostenible. Un regal fet amb tot l'afecte i que, ben segur, tindrà un efecte en la millora del nostre entorn!

Algunes idees:

- Entrades per anar al teatre o al cinema
- Una sessió de massatge o una estada en un balneari
- Un val per un sopar o dinar
- Estadades en hotels, albergs o càmpings
- Un viatge
- Entrades per a museus o esdeveniments (concerts, espectacles...)
- Regals manuals fets per nosaltres (pòsters amb fotografies, joguines, decoracions,...)



PODEM LLOGAR O DEMANAR PRESTAT ALLÒ QUE UTILITZEM OCASIONALMENT

• **El cotxe:** si fem servir el cotxe molt de tant en tant, potser no ens surt a compte tenir-ne un. Podem optar pel carsharing, un servei mitjançant el qual les persones que tinguin carnet de conduir poden utilitzar un vehicle sense ser-ne propietari ni haver de suportar les càrregues econòmiques que representa. Es paguen només els quilòmetres recorreguts i les hores que s'ha fet servir.

• **La bicicleta:** si no la utilitzem gaire sovint, podem decidir-nos a llogar-ne una en algun dels punts de lloguer que hi ha a Barcelona. Si no la volem llogar, demanem-li a un amic que ens la deixi.

• **Altres:** també podem demanar prestat o llogar coses com la vaixella per una festa, llibres, pel·lícules, diaris i revistes, sacs i tendes de dormir, disfresses, etc.



ANEM A LA BIBLIOTECA

Abans de comprar un llibre, un CD o una pel·lícula, podem consultar abans si el tenen a la biblioteca del nostre barri. Les biblioteques posen a l'abast de l'usuari la lectura de diaris i revistes de tot tipus.



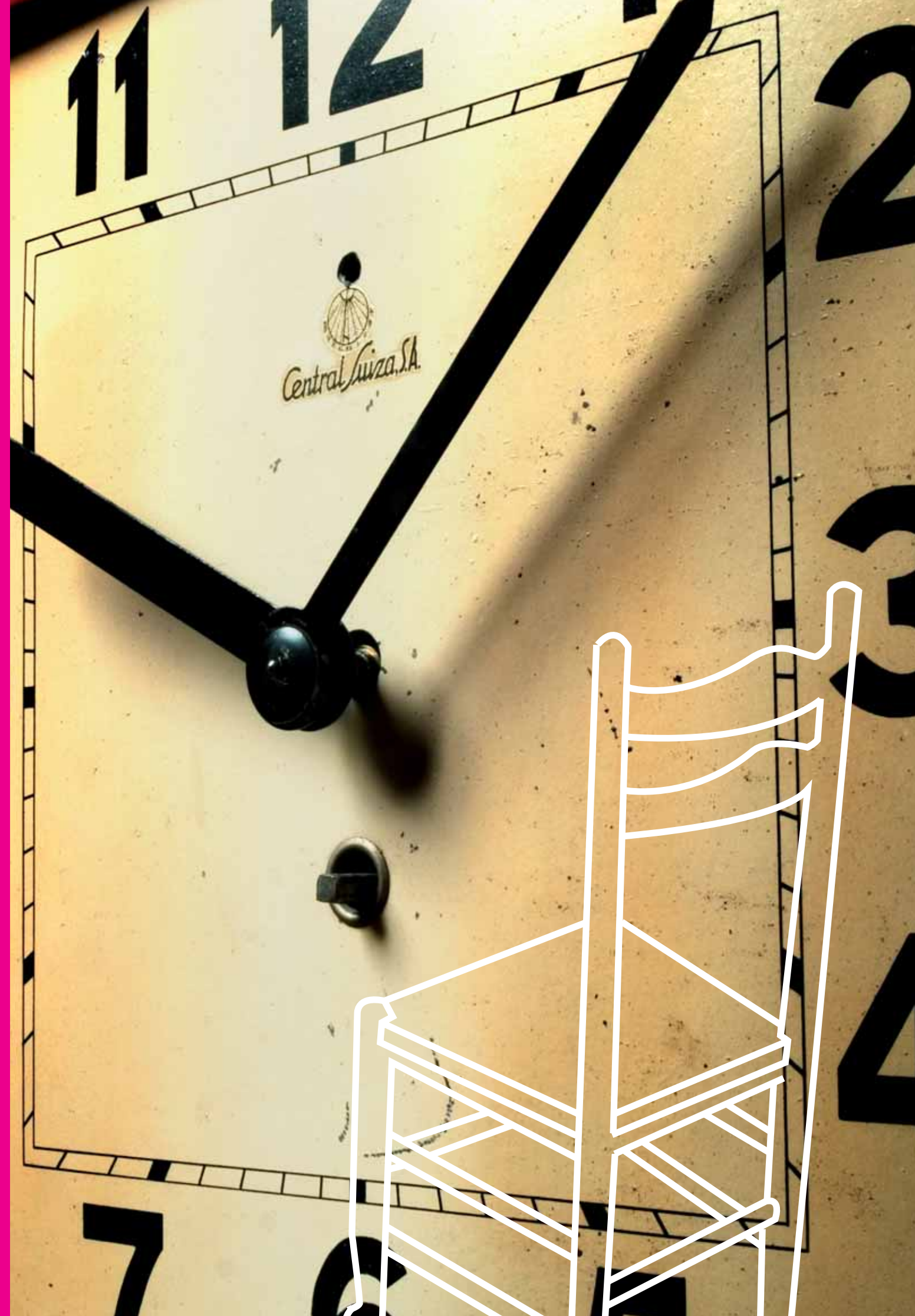
En relació a un vehicle de propietat, el carsharing suposa un estalvi anual de 2.500 €/any de mitjana per unitat familiar.

Connecta't a
www.diba.cat/biblioteques
i busca el teu llibre en préstec.

5

ALLARGUEM LA VIDA DELS PRODUCTES

Si aconseguim allargar la vida dels productes, trigaran més temps a esdevenir un residu i estarem, per tant, contribuint a la prevenció de residus. Al nostre abast tenim diverses opcions per aconseguir-ho.





COMPREM PRODUCTES DURABLES I DE QUALITAT

Els productes de més qualitat acostumen a ser, també, més cars. Tot i així, a la llarga surten més econòmics perquè són més duradors que no pas els més barats.

FEM UN BON MANTENIMENT I RESTAUREM ELS PRODUCTES

Si tenim cura d'allò que comprem, trigarà més a esdevenir un residu que si no en fem un bon manteniment. És a dir, allargarem la vida útil del producte i, per tant, trigarem més a llençar-lo i a fer una inversió per comprar-ne un de nou. En el cas que s'espalli, val més reparar que no pas llençar. Pensem en això sobretot en el cas dels mobles o els electrodomèstics.

DONEM ALLÒ QUE NO NECESSITEM A QUI HO PUGUI APROFITAR

A vegades hi ha aparells i productes que encara que segueixin complint amb la seva funció, per les raons que sigui ens pot interessar desfer-nos-en. En comptes de llençar-los, però, podem allargar-los la vida i donar-los a algú que els pugui donar, de nou, un servei: a un amic, a un veí o a alguna ONG. Si no li interessa a ningú, podem portar-lo a la deixalleria.

Si no som molt hàbils, podem apuntar-nos a algun taller de restauració o reparació de mobles.

El programa Roba Amiga és un projecte d'inserció laboral mitjançant la reutilització de roba en bon estat a Catalunya.

Bookcrossing és una iniciativa d'intercanvi de llibres que consisteix a deixar llibres en determinats espais públics perquè algú altre el reculli. Més de 200.000 persones a tot el món han intercanviat llibres mitjançant aquesta iniciativa.

VISITEM ELS MERCATS D'INTERCANVI O DE SEGONA MÀ

A Barcelona hi ha diversos mercats i botigues d'intercanvi i de productes de segona mà. Adquirir algun d'aquests productes, estem contribuint a allargar-los la vida útil i, per tant, trigaran més temps a esdevenir un residu. Generalment, en aquests mercats i botigues hi trobem llibres, música, mobles, electrodomèstics, roba, etc.

ALLARGUEM LA VIDA ÚTIL DELS CARTUTXOS DE TINTA

En comptes de llençar a les escombraries els tòners o cartutxos d'impressora o fotocopiadora un cop són buits, podem portar-los a:

- **Empreses de compra-venda:** hi ha empreses que ofereixen serveis de compra-venda de cartutxos buits. S'hi poden portar els cartutxos buits i, a canvi, se'n poden comprar de nous amb un descompte d'entre el 40% i el 60% del preu normal.
- **Empreses amb servei de recollida:** algunes marques d'aparells informàtics i d'impressió ofereixen sobres de devolució amb franqueig pagat per enviar els cartutxos buits; n'hi ha d'altres que venen cartutxos amb un kit de recàrrega per omplir-los de nou amb tinta.
- **Fundacions i ONG:** ofereixen serveis gratuïts de recollida dels cartutxos buits. Les fundacions i ONG venen els cartutxos a empreses que els reomplen i, amb el benefici de la venda, es col·labora en les tasques pròpies de les entitats.

A banda d'aquestes possibilitats, es pot optar per fer fotocòpies o impressions en copisteries que tinguin una certificació ambiental. En aquests establiments, entre d'altres coses, es reutilitzen els tòners i es fa un ús responsable del paper.

I, com a última opció, podem dur el cartutx a la deixalleria o a un Punt Verd.



Un cartutx de tòner triga uns 300 anys a degradar-se

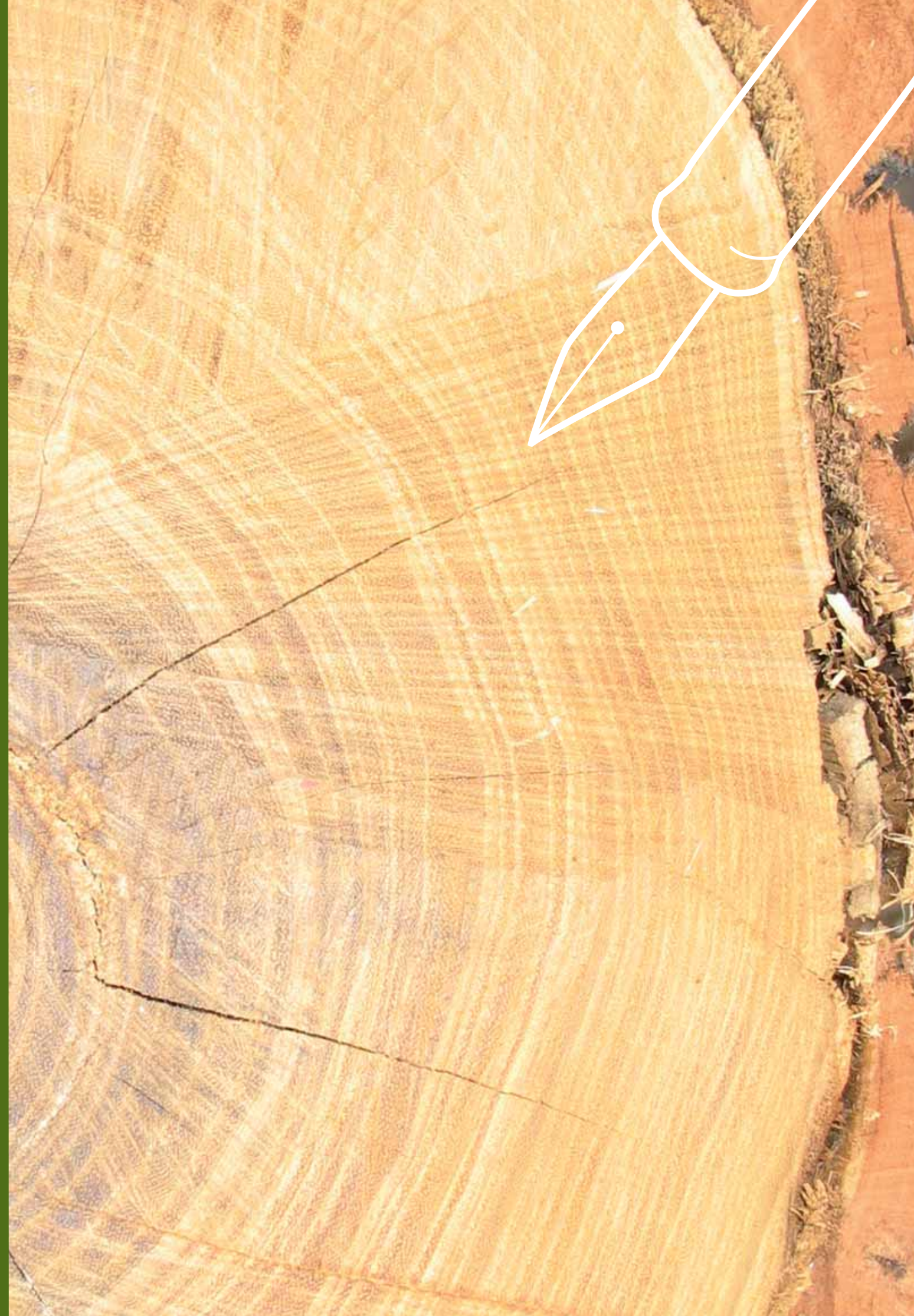


Podem arribar a trobar serveis de recollida en el mateix establiment. Els supermercats EROSKI disposen de contenidors de recollida de cartutxos buits

6

EL PAPER, ESTALVIEM-LO FÀCILMENT

L'ús desmesurat del paper contribueix a una sobreexplotació dels recursos forestals, a l'ús de productes químics contaminants (clor, metalls pesats, sofre,...) i al malbaratament d'aigua i energia. Si en fem un ús més racional contribuïrem a reduir els impactes ambientals derivats del seu consum i al mateix temps ens estalviarem diners.





FEM BON ÚS DEL PAPER

Per estalviar paper n'hi ha prou de dur a terme algunes bones pràctiques:

- **Fem servir el paper per les dues cares:** escrivim, imprimim o fotocopiem sempre que sigui possible aprofitant-ne les dues cares. Utilitzarem la meitat de paper.
- **Reutilitzem el paper:** si tenim papers escrits per només una cara i que ja no ens serveixen, no els llencem! Els podem reutilitzar per prendre notes o fer esborranys. Els diaris gratuïts, agafem-los només si tenim intenció de llegir-los i, un cop llegits, deixem-los en algun lloc on algú altre pugui agafar-los.
- **Calculem el nombre de còpies necessari** i repassem els documents abans d'imprimir-los.
- **Decidim el gramatge del paper en funció de les nostres necessitats:** a l'hora d'imprimir esborranys, per exemple, podem utilitzar folis de gramatge més petit i escollir fulls de 70 g. en comptes dels de 90 g.
- **En els esborranys,** podem fer reduccions o imprimir dos fulls per pàgina.

Podem demanar adhesius contra la publicitat a les nostres bústies a les Oficines d'Atenció al Ciutadà i al Centre de Recursos Barcelona Sostenible.

APROFITEM INTERNET I LA INFORMÀTICA PER ESTALVIAR TINTA I PAPER

- **Utilitzem el format electrònic:** sempre que puguem, abans d'imprimir qualsevol document o fotografia digital, optem millor per llegir la informació o veure la foto directament a la pantalla de l'ordinador.
- **Aprofitem internet com a alternativa a l'ús de paper:** gràcies a Internet es poden enviar e-mails en comptes de cartes o faxos, i podem consultar els diaris en format electrònic, que solen estar disponibles amb subscripcions. A més, moltes caixes d'estalvis i bancs amb servei on-line ofereixen l'opció de rebre la correspondència bancària a través d'Internet.



REBUTGEM LA PUBLICITAT NO DESITJADA

- **Diguem "NO" a la publicitat a les bústies:** per aturar l'allau d'impresos publicitaris que ens arriba cada dia a casa n'hi ha de amb posar un adhesiu a la nostra bústia demanant que no s'hi deixi publicitat o fins i tot restringint l'accés directe a la bústia, si és possible.
- **Repartidors de publicitat:** el lliurament al carrer de publicitat per part de repartidors també suposa un malbaratament de paper. Si no ens interessa, no l'agafem o, si ja és massa tard, dipositem-la després en un contenidor de recollida selectiva de paper.

Fer servir fulls de menor gramatge representa un estalvi de com a mínim el 10% de paper

Cada habitant de l'Àrea Metropolitana de Barcelona genera de mitjana 23,3 Kg de paper a l'any

La fabricació del paper reciclat requereix un 40% menys d'energia que la fabricació del paper convencional

Per fabricar 1 tona de paper es necessiten uns 15 arbres, uns 50.000 litres d'aigua i més de 300kg de petroli



UTILITZEM PAPER RECICLAT I LLIURE DE CLOR

Per molt que reduïm l'ús de paper, difícilment podrem deixar de fer-ne servir. Podem fer, però, que sigui reciclat, lliure de clor o que compti amb una etiqueta ecològica.

- **Paper reciclat:** en l'actualitat, al mercat hi podem trobar paper reciclat d'alta qualitat a un preu molt semblant al paper no reciclat. Tot i així, encara no és del tot ben acceptat pel seu color o per falsos prejudicis, com per exemple, que no serveix per a la impressora.
- **Paper lliure de clor:** es tracta de paper parcialment reciclat o verge en què no s'ha fet servir clor a l'hora de blanquejar-lo. És, per tant, menys contaminant.
- **Paper certificat:** existeix la possibilitat de comprar paper ecoetiquetat, és a dir, amb una certificació que ens garanteix que en la seva producció s'han minimitzat els impactes ambientals que hi estan associats (més informació sobre les ecoetiquetes a l'estratègia 8).

7

CONTROLEM L'ÚS DELS PRODUCTES TÒXICS I PERILLOsos

Tal com hem dit, a l'hora de parlar de prevenció de residus no sempre es fa referència a una reducció quantitativa, sinó qualitativa. És a dir, la prevenció de residus també fa referència a la minimització de l'ús de productes nocius per al medi ambient i la salut de les persones. En la nostra vida diària fem servir molts productes tòxics i perillosos, com per exemple insecticides, piles i bateries, pintures, dissolvents, aerosols, coles, productes de neteja, etc. Els pictogrames de perillositat ens ajuden a identificar aquest tipus de productes.



EVITEM L'ÚS D'AEROSOLS A PRESSIÓ

Els aerosols, més coneguts com a esprais, els trobem en productes de neteja, desodorants, pintures, productes cosmètics, etc.
Els esprais, tot i que ja no tenen gasos destructors de la capa d'ozó, encara contenen gasos propelents i substàncies extremadament inflamables i que contribueixen a l'agreuament de l'efecte hivernacle.

Els polvoritzadors manuals i reomplibles són menys nocius per al medi i contenen més producte. També, com a alternativa als aerosols, podem fer servir brotxes i pinzells, barres o tubs per a productes de cosmètica.

Escollim:

- Polvoritzadors manuals
- Polvoritzadors reomplibles
- Barres o tubs
- Brotxes i pinzells

Rebutgem:

- Aerosols (amb gasos)
- Esprais (amb gasos)

LA NETEJA, FEM-LA AMB PRODUCTES MÉS NATURALS I ECOLÒGICS

Molts dels productes químics convencionals que fem servir en el dia a dia, es poden substituir ben fàcilment per d'altres de més ecològics. En la neteja de la llar, una manera fàcil i econòmica de fer-ho és recuperar fórmules casolanes però no per això menys efectives.

Alguns exemples, són:

- **El vinagre:** té propietats com a detergent, fixa el color de la roba, té poder desgreixant i va bé per fregar el parquet i les rajoles de gres.
- **El bicarbonat sòdic:** és útil com a detergent universal i blanquejador, i perfecte per netejar sanitaris i marbres.
- **La llimona:** pot actuar com a desgreixant, per perfumar l'ambient i, barrejat amb oli d'oliva, ens anirà molt bé per netejar mobles.

A BANDA DELS PRODUCTES DE LA NETEJA, PER EVITAR ELS PRODUCTES TÒXICS I PERILLOsos, PODEM:

- Fer servir **piles recarregables** o bateries en comptes de piles d'un sol ús.
- Comprar **material d'escriptori** sense tòxics com retoladors, marcadors, coles, correctors, etc.
- Racionalitzar l'ús de **medicaments** i de **productes de bricolatge** perillosos.
- No comprar **insecticides** ni **pesticides** sintètics o tòxics. Per exemple, contra les mosques i els mosquits podem fer servir una planta d'alfàbrega i una mosquitera.
- Minimitzar l'ús de productes amb **mercuri** (termòmetres, piles, fluorescents, plaguicides, etc.).
- Fixar-nos en les **ecoetiquetes** i les certificacions de qualitat.
- Fer ús dels **desinfectants** només a les zones on hi pot haver patògens.



Les pintures naturals o acríliques de base aquosa, que compleixin les normes ecològiques, son una bona alternativa

L'aigua bullint, el bicarbonat o el vinagre poden actuar com a desembussadors de canonades

Els fabricants de substàncies químiques estan obligats a informar i etiquetar sobre la perillositat dels seus productes



8

L'ETIQUETA ECOLÒGICA, LA GARANTIA

Una ecoetiqueta és una indicació o un distintiu que té la finalitat d'identificar aquells productes o serveis que compleixen uns criteris de “bondat ambiental” en el procés de fabricació, ús, comercialització o final de la seva vida útil. Per tant, considera la generació de residus i la seva toxicitat en tot el cicle de vida del producte. Així doncs, si comprem productes ecoetiquetats estarem contribuint a la prevenció quantitativa i/o qualitativa de residus.



CONEGUEM LES ECOETIQUETES

Les ecoetiquetes les podem trobar en tot tipus de productes: paper, fustes, bombetes, electrodomèstics, productes alimentaris, pintures i vernissos, productes tèxtils, ordinadors, detergents, bosses d'escombraries, etc. També les trobem en serveis com ara càmpings, hotels, tallers de vehicles, cases rurals, etc.

Les principals etiquetes ecològiques que podem trobar al mercat, són:



Distintiu de Garantia de Qualitat Ambiental

Atorgat per la Generalitat, garanteix al consumidor que durant el cicle de vida del producte o en la prestació d'un servei s'afavoreixen la minimització, la recuperació i el reciclatge dels residus, així com altres bonances ambientals com l'estalvi d'aigua i energia. *El podem trobar en... gran varietat de productes (aixetes, bosses, electrònica) i serveis (càmpings, hotels i residències, tallers,...)*



Etiqueta Ecològica Europea (Flor Europea)

Es tracta d'una distinció d'àmbit europeu per a productes amb producció, ús i eliminació amb baix impacte sobre el medi ambient, considerant tot el cicle de vida. *La podem trobar en... bombetes, electrodomèstics, matalassos, pintures i vernissos, productes tèxtils, ordinadors, paper, detergents, etc.*



Àngel Blau i Cigne Blanc

Etiquetes similars al distintiu de Garantia de Qualitat Ambiental, però d'altres països europeus (Alemanya i països escandinaus, respectivament). *Els podem trobar en... productes similars als de la Flor Europea, però al nostre país es freqüent trobar-los en productes de papereria.*



Consell Català de la Producció Agrària Ecològica

Ens garanteix que aquell aliment (vegetal o animal) prové de l'agricultura ecològica, sense l'ús de fertilitzants i pesticides químics. Són aliments més sans i amb mínima generació de residus i contaminats per al medi. *La podem trobar en... fruites, verdures, carns, pastes, galetes, iogurts, etc.*

Cadascuna d'aquestes ecoetiquetes respon a unes exigències mínimes que no per força han de ser les mateixes. Així, per exemple, en el cas de productes de paper, si aquest porta l'ecoetiqueta Àngel Blau, ens certifica que és fabricat amb un 100% de fibres reciclades i lliure de clor (paper totalment lliure de clor). El Cigne Blanc o l'Etiqueta Ecològica Europea, en canvi, certifiquen l'ús de fusta o fibres recuperades però no reciclades i utilitza clor elemental sense emetre gas (paper ecològic).

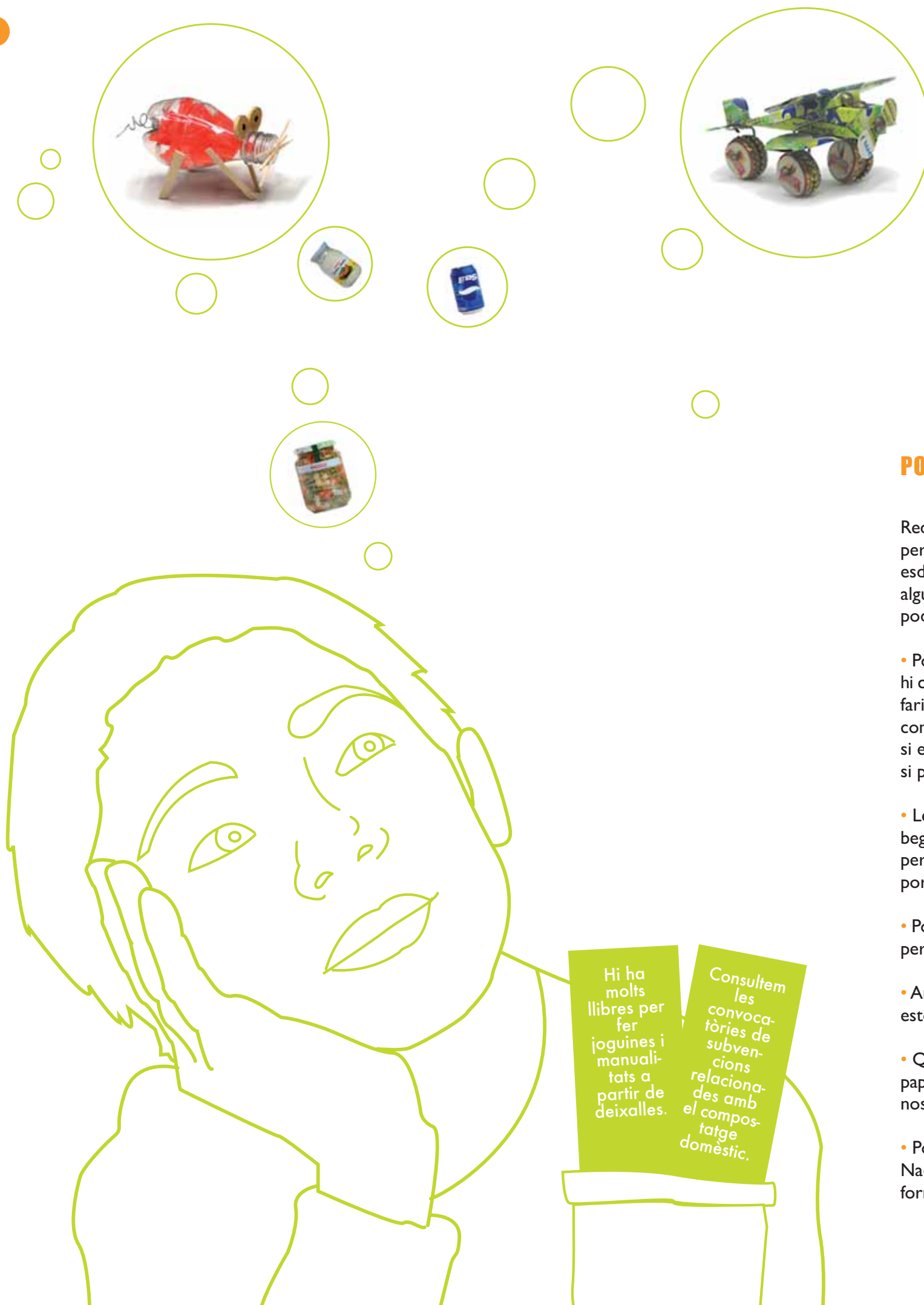
L'OCUC ha publicat una Guia d'Ecoetiquetes per orientar al consumidor i l'usuari, definint més de 25 certificacions que es troben al mercat. La pots trobar a la seva web: www.ocuc.org

9

ÉS FÀCIL DONAR LA VOLTA ALS RESIDUS AMB IMAGINACIÓ

Quan un producte o envàs ha perdut la seva utilitat, li podem trobar un nou ús i evitar que esdevingui un residu. Només cal posar-hi una mica d'imaginació!





POSEM-HI "ECOIMAGINACIÓ"

Reduir els residus és tan senzill com "ecoimaginar" per trobar-los una nova utilitat i evitar que esdevinguin un residu. Tot seguit, us presentem algunes propostes, però ben segur que se'ns en poden acudir moltes més!

- Podem fer servir els pots de vidre per guardar-hi conserves o altres aliments com sucre, espècies, farina o fruita seca. També ens poden ser útils com a carmanyola o com a elements decoratius si els omplim amb petxines o sorra de colors o si pintem el vidre.
- Les llaunes de refrescos o altres envasos de begudes o iogurts ens poden servir per fer pots per a llapis, construir maraques, mòbils, portaespelmes, etc.
- Podem folrar les capsas de cartró i fer-les servir per guardar objectes o embolicar regals.
- Amb roba vella podem fer disfresses, titelles, estoig, o draps de cuina.
- Quan ens facin un regal, podem aprofitar el paper d'embolicar per a altres regals que fem nosaltres.
- Podem fer servir els residus per fer postals de Nadal o d'aniversari o per embolicar regals de forma original.

Si ens quedem sense idees, sempre podem anar a algun dels tallers que s'organitzen a Barcelona amb materials de rebuig hi aprendrem a fer joguines, instruments musicals, disfresses, màscares, peces de roba, etc.

APROFITEM ELS ALIMENTS SOBRERS

Siguem responsables a l'hora de comprar els aliments, ja que si en sobren els haurem d'acabar llençant i estarem generant, per tant, residus que hauríem pogut evitar des d'un principi. Però en el cas que ens en sobrin, què podem fer amb els aliments sobrers? Algunes propostes a seguir són:

- Podem ratllar el pa sec i fer-ne farina de galeta, per arrebossar.
- Fem confitura amb la pell de les taronges.
- Si tenim molta fruita i verdura que no serem a temps de consumir, podem fer-ne conserves.
- Amb les restes de carn podem fer croquetes o canelons.

Si no, donem les restes de menjar als animals domèstics, o fem servir l'oli de fregir per fer sabó.

FEM QUE ELS RESIDUS ESDEVINGUIN UNA PRIMERA MATÈRIA

Amb el reciclatge: tot i que és preferible prevenir i reutilitzar els residus més que no pas reciclar-los, és important que mirem de fer una bona recollida selectiva per tal que puguin entrar de nou en el cicle productiu en forma de recurs o primera matèria.

Amb el compostatge casolà: una bona manera de "donar la volta" als residus és fer compostatge casolà. Es tracta de fer un adob natural per a les nostres plantes a partir de les restes de matèria orgànica i vegetal. Hi ha diverses tècniques de compostatge casolà adaptades a tot tipus de d'habitatge. És una manera de prevenir els residus, ja que estem evitant que aquestes fraccions esdevinguin deixalles a gestionar.

10

COMUNIQUEM LES NOSTRES PREFERÈNCIES

Mitjançant les nostres actituds i decisions econòmiques, com a consumidors podem incidir en l'acció de fabricants, comerciants i administracions públiques. D'aquesta manera, podem exigir canvis en l'actual sistema de consum abundant amb la generació de residus i contaminants, per tendir cap a la reducció d'aquests i la recuperació de materials.

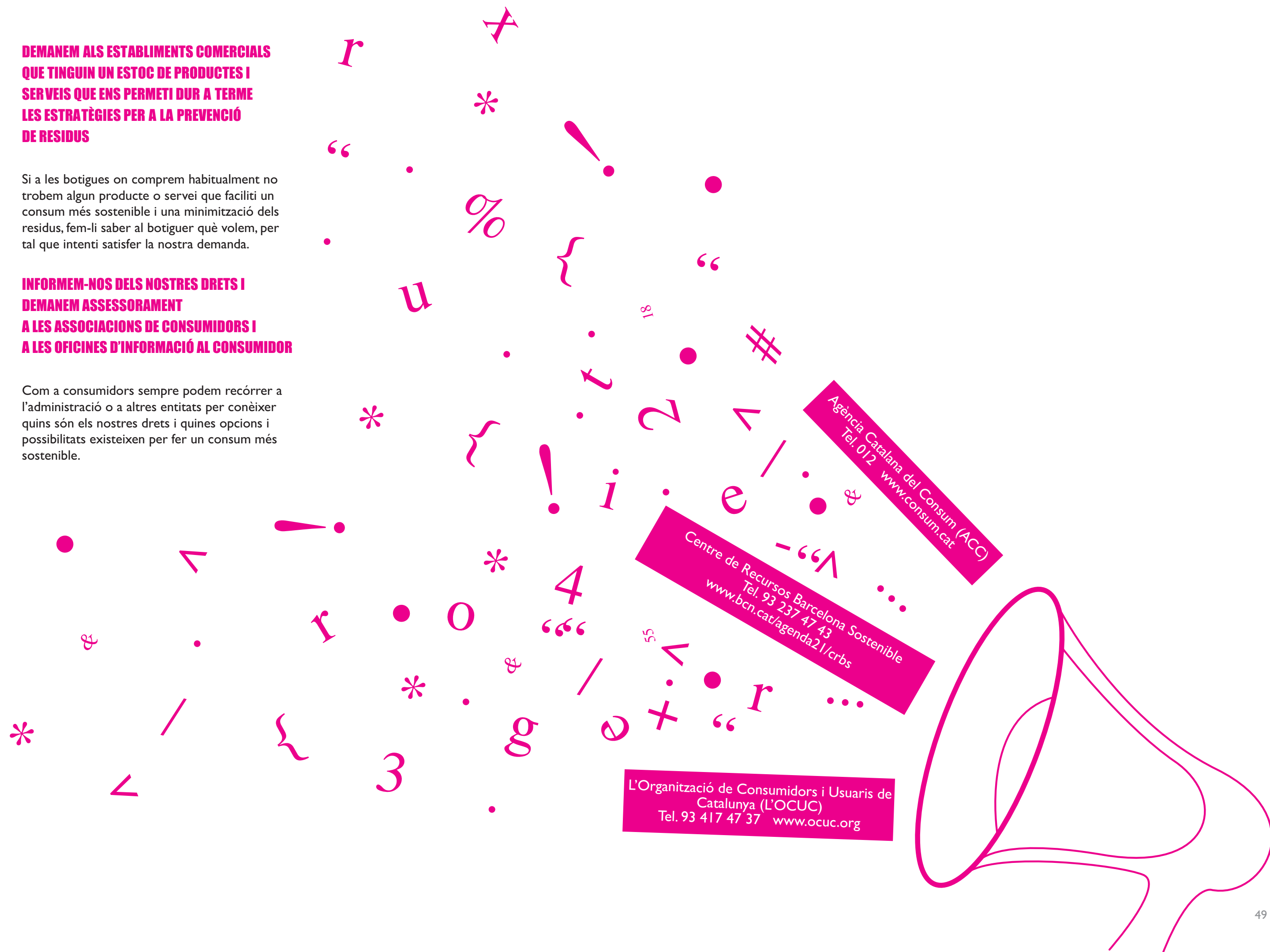


**DEMANEM ALS ESTABLIMENTS COMERCIALS
QUE TINGUIN UN ESTOC DE PRODUCTES I
SERVEIS QUE ENS PERMETI DUR A TERME
LES ESTRATÈGIES PER A LA PREVENCIÓ
DE RESIDUS**

Si a les botigues on comprem habitualment no trobem algun producte o servei que faciliti un consum més sostenible i una minimització dels residus, fem-li saber al botiguer què volem, per tal que intenti satisfer la nostra demanda.

**INFORMEM-NOS DELS NOSTRES DRETS I
DEMANEM ASSESSORAMENT
A LES ASSOCIACIONS DE CONSUMIDORS I
A LES OFICINES D'INFORMACIÓ AL CONSUMIDOR**

Com a consumidors sempre podem recórrer a l'administració o a altres entitats per conèixer quins són els nostres drets i quines opcions i possibilitats existeixen per fer un consum més sostenible.



Agència Catalana del Consum (ACC)
Tel. 012 www.consum.cat

Centre de Recursos Barcelona Sostenible
Tel. 93 237 47 43
www.bcn.cat/agenda21/crbs

L'Organització de Consumidors i Usuaris de
Catalunya (L'OCUC)
Tel. 93 417 47 37 www.ocuc.org

TELÈFONS, WEBS I ADRECES D'INTERÈS

1

ELS PRODUCTES I ELS ENVASOS, MILLOR REUTILITZABLES

- # Lloguer de vaixelles reutilitzable (ceràmica, vidre):
 - Taller Geroni Moragas Tel. 93 674 50 48
 - Taller St. Martí Tel. 93 668 22 39
- # Subministradors de vaixelles i bosses compostables:
 - eCRAC Tel. 93 318 77 94 Web: www.ecrac.8m.com
- # Entitats de Barcelona per al lloguer de gots a entitats o col·lectius juvenils:
 - Casal d'associacions juvenils de Barcelona Tel. 901 51 52 53 Web: www.casalbcn.info/3.7.cessio.php
 - Centre de Recursos Barcelona Sostenible Tel. 93 237 47 43 Web: www.bcn.cat/agenda21/crbs
- # Fabricants i empreses on comprar gots retornables i reutilitzables (només per a gran comandes i entitats):
 - Barcelona (Sant Adrià de Besòs): Men S.A. Industrias Plásticas (MENSA) Tel. 93 314 81 11 Web: www.men-sa.com
 - Girona (Olot): Pam Plàstics S.L. Tel. 97 227 23 37 Web: www.pamplastics.com
 - Saragossa: AMC Plásticos Tel. 97 658 76 30 Web: www.webamc.com
- # Entitats de Barcelona que fan recollida d'ampolles de cava durant el Nadal:
 - Associació de veïns de Sagrada Família
 - Grup Ecologista del Nucli Antic de Barcelona (GENAB)
 - Associació Mediambiental Grodema
- # Informació sobre bolquers reutilitzables:
 - Web: www.opcions.org (revista nº18, desembre 2005 - abril 2006)
 - Web: www.consumer.es (article consumer.es EROSKI, octubre 2006)
- # Botigues amb bolquers reutilitzables i altres productes:
 - Web: www.bebesecologicos.com
 - Web: www.crianzanatural.com

2

COMPREM AMB EL MÍNIM EMBOLCALL

- # Mercats municipals:
 - Web: www.bcn.cat/mercatsmunicipals
- # Supermercats Veritas:
 - Tel. 902 66 77 89 Web: www.ecoveritas.es

3

L'ENVÀS, QUE SIGUI FÀCILMENT RECUPERABLE I AMB POC IMPACTES AMBIENTALS ASSOCIATS

- # Distribuidors de productes 100% biodegradables i compostables:
 - eCRAC Tel. 93 820 76 57 Web: www.ecrac.8m.com
- # Botiga de productes ecològics:
 - Biohabitat Web: www.terra.org
- # Consells on-line sobre el reciclatge a la llar:
 - Web: <http://escuelas.consumer.es/web/es/reciclaje>

4

EL CONSUM IMMATERIAL, UNA NOVA FORMA DE CONSUM

- # Servei de Biblioteques de la Diputació de Barcelona
 - Tel. 93 402 25 45 Web: www.diba.cat/biblioteques
- # Servei de carsharing:
 - Web: www.catalunyacarsharing.com
 - Web: www.laptp.org/carsharing
- # Informació sobre l'ús i lloguer de la bicicleta a Barcelona:
 - Web: www.bcn.cat/bicicleta

5

ALLARGUEM LA VIDA DELS PRODUCTES

- # Recollida de roba "Roba amiga":
 - Tel. 010 Web: www.robamiga.net - <http://obrasocial.caixacatalunya.cat>
- # Iniciativa Bookcrossing:
 - Web: www.bookcrossing-spain.com
- # Mercats de segona mà: (www.bcn.cat/mercatsmunicipals)
 - Barcelona: Encants del Gòtic (Ciutat Vella)
 - Lloc: Pl. George Orwell. Horari: dissabtes d'11 a 21 hores.
 - Barcelona: Encants Vells (Eixample)
 - Lloc: Pl. de les Glòries i carrer Dos de Maig
 - Horari: dilluns, dimecres, divendres i dissabtes de 8 a 16h.
 - Barcelona: Fira del Llibre d'Ocasí J.V. Foix (Sarrià-Sant Gervasi)
 - Lloc: Pl. de Sarrià. Horari: tots els divendres de 9 a 20 hores
- # Mercats d'intercanvi:
 - Barcelona: Xarxa d'intercanvi de Gràcia (col·lectiu popular Xaingra)
 - Web: www.moviments.net/cgi-bin/mailman/listinfo/xaingra
- # Botigues de Barcelona de compra-venda de cartutxos i tòners buits:
 - Bcnrecicla (Trav. de les Corts amb Joan Güell)
 - Web: www.bcnrecicla.com
 - Ecolider S.L. (C/Verdi, 239 baixos i Garcilaso, 141)
 - Web: www.ecolider.com
- # Recollida de cartutxos d'impressió:
 - Barcelona: Fundació Natura
 - Tel. 93 237 38 02 Web: www.fundacionatura.org
 - www.plantatuarbol.com
 - Barcelona: Femarec
 - Tel. 93 292 21 81 Web: www.femarec.cat
 - Barcelona: AIRES - Plataforma catalana d'empreses d'inserció
 - Tel. 93 285 72 16 Web: www.airescat.net
 - Vic: Fundació humanitària Dr. Trueta
 - Tel. 93 886 92 76 Web: www.trueta.cat
- # Copisteria/impremta amb certificació de qualitat:
 - Barcelona: El Tinter (C/ La Plana, 8)
 - Tel. 93 357 00 50 Web: www.eltinter.com
 - Barcelona: La impremta ecològica (C/ Entença, 80)
 - Tel. 93 423 69 99

6

EL PAPER, ESTALVIEM-LO FÀCILMENT

- # Sol·licitud d'enganxines de "No publicitat":
 - Barcelona: Oficines d'Atenció al Ciutadà
 - Web: www.bcn.cat/ajuntament
 - Barcelona: Centre de Recursos Barcelona Sostenible
 - Tel. 93 237 47 43 Web: www.bcn.cat/agenda21/crbs

7

CONTROLEM L'ÚS DELS PRODUCTES TÒXICS I PERILLOSO

- # Botigues on-line amb productes ecològics:
 - Delaterra Tel. 93 237 38 02 Web: www.delaterra.net
 - Vegetalia Tel. 93 886 61 61 Web: www.vegetalia.com
 - Elcabàs Tel. 93 840 14 42 Web: www.elcabas.com
 - Ecocaja Tel. 902 998 024 Web: www.ecocaja.com
- # Botigues de Barcelona amb productes ecològics:
 - Veritas: www.ecoveritas.es Tel. 902 66 77 89
 - Bio Bio Bio: C/ Ramón y Cajal, 42 local 2 Tel. 93 284 46 46
 - La Tierra: C/ Rosselló, 154 Tel. 93 451 53 53
 - Bio Space: C/ València, 186 Tel. 93 453 15 73
 - Web: www.biospacio.com
 - CommeBio: C/ Gran Via, 603 Tel. 93 301 03 76
 - Av. Sarrià, 32 Tel. 93 322 64 50

8

L'ETIQUETA ECOLÒGICA, LA GARANTIA

- # Guia d'ecoetiquetes "amigues del medi ambient":
 - Web: www.ocuc.org/Guia_Ecoetiquetes.pdf
- # Cercador de productes ecoetiquetats:
 - Web: www.apabcn.es/sostenible/catala/directori/productes2.htm
- # Informació Generalitat de Catalunya sobre ecoproductes i ecoserveis:
 - Web: http://mediambient.gencat.net/cat/empreses/ecoproductes_i_ecoserveis/inici.jsp

9

ÉS FÀCIL DONAR LA VOLTA ALS RESIDUS AMB IMAGINACIÓ

- # Agència Catalana de Residus (ACR):
 - Tel. 935 673 300 Web: www.arc-cat.net
- # Informació sobre els tallers d'aprofitament de residus, convocatòries de subvencions i llibres de creació i reciclatge:
 - Centre de Recursos Barcelona Sostenible
 - Tel. 93 237 47 43 Web: www.bcn.cat/agenda21/crbs
- # Compra on-line de compostadors:
 - Web: www.compostadores.com

10

COMUNIQUEM LES NOSTRES PREFERÈNCIES

- # Agència Catalana del Consum (ACC):
 - Tel. 012 Web: www.consum.cat
- # L'Organització de Consumidors i Usuaris de Catalunya (L'OCUC):
 - Tel. 93 417 47 37 Web: www.ocuc.org
- # Centre Català de Recerca i Informació en Consum (CRIC)
 - Tel. 93 412 75 94 Web: www.opcions.org
- # Plataforma Cívica per a la Reducció dels Residus
 - Tel. 93 680 16 78
 - Web: www.pangea.org/cepa/frame.html

EL TEST

Ets un consumidor de residus?

Per acabar, us proposem un petit exercici d'autoavaluació dels vostres hàbits de consum. Poseu-vos a prova i escolliu de les tres opcions possibles (A, B, o C), l'opció més adient o propera als vostres hàbits. Quan acabeu, feu una ullada als resultats per saber si sou uns consumidors responsables que aposteu per la prevenció de residus.

1. Normalment, vaig a comprar a...

- a. grans superfícies.
- b. supermercats.
- c. mercats municipals i/o botigues de barri.

2. De begudes amb envasos retornables,...

- a. no n'he comprat mai.
- b. n'he comprat alguna vegada.
- c. n'acostumo a comprar sempre que puc.

3. A l'hora de transportar la compra, utilitzo...

- a. les bosses que em donen en el moment de la compra.
- b. bosses de plàstic que porto de casa.
- c. el carretó, el cistell o bosses de roba.

4. Quan compro el pa, el transporto amb...

- a. les bosses que em donen en el moment de la compra.
- b. bosses de plàstic que porto de casa.
- c. una coixinera de pa o una bossa de roba.

5. En els àpats de festes o celebracions...

- a. sempre compro gots, plats i/o coberts de plàstic.
- b. algunes vegades faig servir vaixel·la de plàstic.
- c. sempre faig servir la vaixel·la convencional. I si no tinc més remei que comprar-ne una d'usar i llençar, procuro que sigui compostable.

6. Els mocadors i els tovallons que faig servir són...

- a. sempre de paper.
- b. alguna vegada de paper, però també de roba.
- c. sempre de roba.

7. De productes recarregables,...

- a. no en tinc cap.
- b. en tinc algun.
- c. en tinc tantes com puc (piles recarregables, maquinetes d'afaitar, plomes estilogràfiques, encenedors, raspalls de dents bescanviables, etc.).

8. Sobre les piles,...

- a. les compro d'un sol ús.
- b. alguna vegada n'utilitzo de recarregables.
- c. en faig servir de recarregables i, sempre que puc, utilitzo aparells connectats a la xarxa o que funcionin amb bateries.

9. A l'hora de copiar informació de l'ordinador...

- a. normalment utilitzo CD o DVD d'un sol ús.
- b. utilitzo CD o DVD regravable o d'una sola còpia segons em convingui.
- c. sempre que puc faig servir CD i DVD regravables o dispositius d'emmagatzematge USB.

10. Compro productes a granel o a l'engròs...

- a. gairebé mai.
- b. a vegades.
- c. tot el que trobo, tant d'alimentació com material de papereria i ferreteria.

11. De carmanyoles,...

- a. no n'utilitzo.
- b. n'utilitzo alguna vegada, per exemple per portar el menjar a la feina o al lloc d'estudi.
- c. en faig servir sempre que puc: per anar a comprar a granel, per portar l'entrepà, per posar els aliments al congelador, etc.

12. A l'hora de comprar un producte, a més del preu i la qualitat, també em fixo en...

- a. la presentació del producte (l'envàs).
- b. què l'envàs sigui fàcilment reciclable.
- c. què sigui fàcilment reciclable (paper, cartró o vidre) i tingui el mínim embolcall –millor si és a granel.

13. De productes envasats individualment i en embolcalls petits,...

- a. en compro gairebé sempre, perquè són pràctics, perquè es conserven millor, etc.
- b. normalment només en compro si els necessito.
- c. no n'acostumo a comprar mai, ja que prefereixo envasos grans i de gran capacitat. Així, estalvio diners i embolcalls innecessaris.

14. A l'hora de comprar productes de neteja...

- a. gairebé sempre els compro en envasos petits i que no siguin concentrats.
- b. no em fixo en l'envàs ni si són o no concentrats, només en la qualitat i/o el preu del producte.
- c. normalment compro productes concentrats i de gran capacitat.

15. Si puc escollir entre un envàs de vidre i un de llauna o bric...

- a. compro l'envàs de llauna o de bric.
- b. m'és indiferent.
- c. intento comprar el de vidre sempre que puc.

16. Si faig servir alguna cosa ocasionalment (llibres, material esportiu, bicicleta, cotxe, etc.)...

- a. la compro igualment.
- b. intento aconseguir-la prestada o llogada i, si no, la compro.
- c. normalment la demano a algú, la llogo o la prenc en préstec (a les biblioteques, videoclubs, etc.).

17. A l'hora de fer regals...

- a. acostumo a regalar coses materials.
- b. compro tant regals materials com immaterials (viatges, entrades, cursos...).
- c. intento fer regals creats per mi mateix/a o regals immaterials sempre que puc.

18. Quan alguna cosa o producte ja no em serveix o està malmès/a...

- a. ho llenço al primer contenidor que trobo.
- b. faig recollida selectiva (als contenidors corresponents, deixalleria, recollida de voluminosos,...).
- c. li dono a algú que ho necessiti, intento reparar-ho o restaurar-ho, o li dono alguna altra utilitat si és possible.

19. Per allargar la vida d'un producte...

- a. no faig res.
- b. intento comprar productes durables i de qualitat.
- c. a més de comprar productes de qualitat i durables, faig un bon manteniment i restauro els productes.

20. Quan es gasten els cartutxos d'impresora...

- a. els llenço a la brossa normal.
- b. els porto a la deixalleria.
- c. els porto a una empresa de compra de cartutxos buits o els envio amb els serveis de recollida que ofereixen algunes entitats o empreses.

21. Pel que fa al paper,...

- a. n'utilitzo el que necessito i no faig servir gairebé mai paper reciclat.
- b. normalment compro paper reciclat i intento fer servir només el que és estrictament necessari.
- c. n'utilitzo el mínim possible, reciclat i lliure de clor. A més de forma responsable: per les dues cares, per fer esborranys, reviso els documents a l'ordinador abans d'imprimir, etc.

22. De publicitat a la meua bústia,...

- a. m'agrada rebre'n.
- b. no m'agrada rebre'n, però no faig res per evitar-ho.
- c. no m'agrada rebre'n, és per això que tinc una enganxina per evitar la publicitat o ho impedeixo d'altres maneres.

23. Quan adquireixo productes de neteja tòxics i peril·losos...

- a. no em fixo en la toxicitat i normalment compro aerosols a pressió (amb gas).
- b. em fixo que no siguin gaire tòxics i procuro comprar esprais manuals amb polvoritzador.
- c. intento no comprar-ne i acostumo a netejar amb productes biodegradables i naturals com el sabó, el bicarbonat, el vinagre, la llimona, etc.

24. Sobre els productes amb etiqueta ecològica (o ecoetiquetats),...

- a. no sé què són les ecoetiquetes.
- b. els conec però no n'he comprat mai o gairebé mai.
- c. n'intento comprar sempre que puc.

25. Amb alguns dels residus que genero faig servir l'ecoimaginació...

- a. gairebé mai, no sé donar-li cap altra utilitat a un residu.
- b. a vegades, però em costa donar "la volta" als residus i trobar-los un nou ús.
- c. moltes vegades, aprofito els residus i els envasos per fer pots, joguines, decoracions, per embolicar, etc.

26. Quant a la recollida selectiva i el reciclatge...

- a. generalment no en faig.
- b. reciclo algunes fraccions (orgànica, paper, vidre, envasos,...) però no sempre.
- c. reciclo normalment totes les fraccions i/o faig servir la deixalleria o el Punt Verd.

27. Si no trobo el producte que m'interessa...

- a. compro un producte similar.
- b. vaig a una altra botiga a comprar-lo.
- c. demano al botiguer que el tingui disponible per a altres vegades.

RESULTATS

Predomini de respostes amb la lletra A

ETS UN CONSUMIDOR DE RESIDUS!

Compte! El teu consum genera molts residus innecessaris i no realitzes un consum responsable amb el medi ambient i amb la societat. A partir d'ara, si tens presents les 10 estratègies plantejades, veuràs que no és tan difícil consumir sense generar tanta quantitat de residus. Recorda sempre que el millor residu és el que no es produeix!

Predomini de respostes amb la lletra B

ETS UN CONSUMIDOR AMB ASPECTES A MILLORAR...

Força bé! Les teves compres i actituds diàries suposen un estalvi de residus força important, però encara pots fer molt més per prevenir els residus. Repassa't les 10 estratègies de la guia i segur que trobes la manera de millorar!

Predomini de respostes amb la lletra C

ENHORABONA, ETS UN CONSUMIDOR RESPONSABLE

Molt bé! Amb les teves compres i actuacions diàries estalvies la generació de molts residus i ajudes a fomentar un model de consum més responsable i compromès amb el medi ambient i amb la societat.

GUIES D'EDUCACIÓ AMBIENTAL DE L'AJUNTAMENT DE BARCELONA

- 1 Guia del compostatge
- 2 Fem biogàs
- 3 La mobilitat sostenible
- 4 Propostes senzilles per reduir els residus
- 5 Guia de l'Oficina Verda
- 6 Les festes més sostenibles
- 7 L'aigua i la ciutat
- 8 Menys soroll millor
- 9 De la ciutat a la natura
- 10 Posem verdes les associacions
- 11 Guia de bones pràctiques ambientals sindicals
- 12 En moto, mou-te bé
- 13 Guia per a l'estalvi energètic
- 14 Guia de jardineria sostenible
- 15 Afegeix un toc de medi ambient a la teva acció sindical
- 16 Ecoproductes a la llar
- 17 Aprendre del Prestige
- 18 Guia de l'alimentació sostenible
- 19 Barcelona en bici
- 20 Youth x change
- 21 Els animals de companyia
- 22 Mobilitat més sostenible
- 23 Ocells de Barcelona
- 24 Les platges i el litoral de Barcelona
- 25 Oficina Verda per a empreses del sector d'oficines i despatxos
- 26 Les empreses i la responsabilitat social corporativa
- 27 Finançament ètic i sostenibilitat
- 28 Fes-te amic dels boscos
- 29 21 consells per tenir un habitatge sostenible
- 30 Ajuntament + Sostenible
- 31 21 Visions del canvi

Edita

© Ajuntament de Barcelona
Sector de Serveis Urbans i Medi Ambient
Direcció de Programes Ambientals
Barcelona 2006

Continguts i redacció

Àngels Codina i Sergi Viñals
(Tècnics en Medi Ambient de L'OCUC)

Coordinació

Txema Castiella, Fermí Vallbé i Carlos Vázquez
(Ajuntament de Barcelona)

Disseny gràfic

EL CENTRE
www.centrebcn.com
Fotografia: Jordi Torra

Imprès en paper 100% reciclat

Per a més informació

Centre de Recursos Barcelona Sostenible
C/ Nil Fabra, 20
08012 Barcelona
Tel. 93 237 47 43
recursos@bcn.cat

L'Organització de Consumidors i Usuaris de Catalunya (L'OCUC)
Av. República Argentina 29, 1er
08023 Barcelona
Tel. 93 417 47 37
Fax 93 212 08 43
administracio@ocuc.org
www.ocuc.org



Compromís ciutadà per la sostenibilitat

Línia d'acció 6.

Reduir la producció de residus
i fomentar la cultura de la
reutilització i el reciclatge

Objectiu 6.1.

Minimitzar els residus,
especialment els envasos i
embalatges, altres productes
d'usar i llençar i els residus
municipals especials. El millor
residu és el que no es produeix



[A G E N D A 2 1 B C N]



Amb el suport de



Generalitat de Catalunya
Departament de Medi Ambient
i Habitatge

