

## **Il principio delle 5R**

Il principio delle 5R ci aiuta a cambiare il nostro modo di consumare. Qui trovate altre informazioni su questo principio e idee per usarle nella vita di tutti i giorni.

### **1. Rifiutare**

Riflettiamo sul nostro comportamento da consumatori indiretti quando siamo fuori casa. Pensate a quegli oggetti inutili che entrano nella vostra vita e che potete rifiutare: i volantini pubblicitari, i campioni gratuiti, gli scontrini, i sacchetti di plastica e i bicchieri usa e getta, per esempio. Se li rifiutiamo attivamente, riduciamo la domanda e, di conseguenza, anche i rifiuti.

### **2. Ridurre**

Siamo abituati a una società orientata al consumo e all'eccesso. Diamo la priorità alla qualità piuttosto che alla quantità! Pensate a come ridurre i vostri consumi, eliminando le cose inutili e adattandoli alle vostre reali esigenze.

Ecco alcune idee e sfide che potete proporvi: riducete l'uso dell'auto, riducete i rifiuti da imballaggio quando fate la spesa scegliendo prodotti sfusi, riducete il numero di e-mail stampate al lavoro, riducete il numero di elettrodomestici nella vostra casa.

### **3. Riparare**

Allunghiamo la vita dei nostri prodotti riutilizzandoli. Scegliamo oggetti riutilizzabili realizzati con materiali sostenibili, anziché prodotti usa e getta (come i contenitori riutilizzabili, piuttosto che quelli di plastica monouso).

Possiamo promuovere il consumo collettivo acquistando articoli di seconda mano e riparando gli oggetti invece di comprarne di nuovi.

### **4. Restituire alla / compostare**

Pensiamo a come possiamo compostare bucce di frutta e verdura, avanzi di cibo e altri rifiuti organici. Questi materiali si decompongono naturalmente, forniscono sostanze nutritive al terreno e riducono la quantità di rifiuti che finiscono in discarica.

### **5. Riciclare**

Il riciclaggio non è l'obiettivo principale di uno stile di vita a rifiuti zero, ma rappresenta l'ultima risorsa quando tutte le altre possibilità di evitare i rifiuti sono state esaurite. Se ripensiamo il nostro comportamento di consumo, se rinunciamo a molte cose, se acquistiamo solo lo stretto necessario e se riutilizziamo i nostri oggetti, allora dovrebbe rimanere ben poco da riciclare.

Tuttavia, non dobbiamo dimenticare che il riciclaggio non rappresenta la soluzione ideale alla crisi ambientale. Il riciclaggio consiste nel trasformare un oggetto per crearne uno nuovo. Tuttavia, questo processo ha un costo ecologico e dipende da molti fattori.