

# Che cosa fare per un Natale ecosostenibile.



Da Greenpeace e Coldiretti le buone pratiche per le feste natalizie: il cibo, i regali e come evitare gli sprechi

"

***A Natale si può fare di più*** è divenuto uno slogan classico dei giorni che precedono le festività natalizie, ormai da anni. Lo sentiamo in televisione oppure canticchiato da qualche

bambino mentre camminiamo sul marciapiede: leggermente sale anche l'ansia, mentre ci affaccendiamo a comperare gli ultimi regali (magari scontati) per il cugino di secondo grado e la bisnonna di turno. Poi, esattamente, che cos'è che si può fare di più? Ecco, ad esempio, qualche suggerimento: a fornirci dei consigli per le feste è

**Greenpeace**, che ha pubblicato

**10 proposte** per vivere un Natale nel rispetto dell'ambiente e del pianeta. Un decalogo che spazia dalla mobilità ai consigli nell'ambito delle luci e degli addobbi, dal cibo per le nostre cene ai regali da non far mancare.

Ecco i 10 consigli nel dettaglio:

1) In barba al freddo, scaldiamoci con le

**biciclette** per goderci al meglio l'atmosfera natalizia. Soprattutto lasciamo a casa l'auto, specie se possediamo un

**Diesel**: il biossido di azoto è "certificato tra le sostanze certamente cancerogene" ed è particolarmente nocivo per i bambini.

2) Per gli addobbi e i giochi di luce compriamo lampadine a

**LED**: a parità di illuminazione, il risparmio è garantito tra il 50% e l'80%.

3) Per apparecchiare la tavola il 24 sera e i giorni che seguono, non utilizziamo bicchieri, piatti e posate usa e getta

**a meno che non siano riciclabili**. Sono, infatti, disponibili diverse alternative compostabili.

4) Scegliamo la sostenibilità anche a tavola. Perciò optiamo per prodotti a km 0 oppure provenienti da un'agricoltura

**biologica**, stagionale e libera da OGM. Greenpeace suggerisce inoltre di acquistare legumi e zafferano dalle località colpite dai recenti terremoti, per aiutare questa parte del paese a ripartire.

5)

**Attenzione al pesce**, quindi individuiamo quello giusto. Da evitare merluzzo, salmone, gamberi, tonno rosso e pesce spada. Consumiamo il pesce fresco locale che viene offerto dalla piccola pesca artigianale.

6) Regaliamo abiti senza sostanze chimiche pericolose: suggeriti abiti di seconda mano oppure in **cotone biologico**.

7) Acquistiamo anche **meno vestiti**. Una persona, in media, acquista ogni anno il 60% di capi d'abbigliamento in più, e la loro durata si è dimezzata rispetto a 15 anni fa, producendo montagne di rifiuti tessili.

8) Controlliamo che nei bagnoschiuma o altri prodotti di bellezza o per l'igiene personali non ci siano **microplastiche**, che finiscono per contaminare il mare ed essere ingerite dagli stessi pesci che mangiamo.

9) Per gli acquisti natalizi portiamoci appresso buste e sacchetti **riutilizzabili**, incentivando l'eco sostenibilità..

10) L'ultimo consiglio è proprio quello di sostenere Greenpeace.

In Italia

**5 milioni di tonnellate** di prodotti alimentari finiscono nel bidone della spazzatura. Per questo è importante poter seguire anche il decalogo natalizio anti spreco della

**Coldiretti**: che oltre a suggerire pratiche in comune con i consigli di Greenpeace, propone comportamenti da seguire in particolar modo a tavola. Ad esempio,

**fare la lista della spesa**, per risparmiare tempo, denaro ed evitare di comprare ciò di cui non abbiamo bisogno. Fare, dunque, attenzione alle

**quantità** e

**effettuare acquisti di gruppo** per minimizzare il costo dei trasporti. Coldiretti suggerisce anche di realizzare

**addoppi da poter mangiare**, dato che con frutta, verdura e pane è possibile realizzare segnaposti, cestini e ghirlande; oppure dare nuova vita agli avanzi e conservare bene il cibo preferendo buste di carta per frutta e verdura. Ultimo punto:

**utilizzare i prodotti della terra** anche per pulire l'argenteria e la casa o per realizzare maschere di bellezza fai da te.

Link:

<http://archivio.earthday.it/Vivere-Green/Che-cosa-fare-per-un-Natale-ecosostenibile>.