



L'ECO PUNTEGGIO DI CAMBIERESTI?

Barrare con una crocetta in corrispondenza della risposta prescelta

CONSUMI	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Scelgo i prodotti che consumo anche in base al loro impatto ambientale (quantità e tipo di imballaggi, impatto del processo produttivo, ...)				
Presto attenzione ai marchi di qualità ambientale, sociale, di garanzia e rintracciabilità del prodotto				
Scelgo prodotti riutilizzabili piuttosto che usa e getta				
Faccio la lista della spesa a casa per evitare gli acquisti superflui				
ACQUA	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Nel fare il bucato in lavatrice rinuncio al prelavaggio				
Se lavo i piatti a mano li metto in una bacinella invece di utilizzare l'acqua corrente				
Utilizzo i riduttori di flusso				
Privilegio la doccia al bagno				
Nel lavarmi i denti o in cucina, chiudo l'acqua quando non ne ho bisogno				
Utilizzo il doppio scarico per il wc				
Controllo periodicamente se ho perdite in casa				
Annaffio i fiori o il giardino con acqua piovana				
Lavo l'automobile con il secchio anziché con la pompa				
ALIMENTAZIONE	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Scelgo frutta e verdura fresca e di stagione				
Scelgo prodotti alimentari locali				
Presto attenzione all'etichetta controllando gli ingredienti dei prodotti alimentari				
Cerco di limitare il consumo di carne				
CASA	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Pulisco periodicamente i filtri dell'aria del condizionatore				
Non eccedo nell'utilizzo di detersivi				
Acquisto detersivi biologici o a bassa tossicità				
Per le mie piante, utilizzo concimi naturali ed evito i fertilizzanti artificiali				
Cerco di usare il meno possibile antiparassitari e insetticidi				
ENERGIA	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Quando acquisto un nuovo elettrodomestico scelgo quelli a più				

basso consumo di energia				
Aziono la lavatrice solo a pieno carico				
Faccio asciugare il bucato all'aria				
Lavo a basse temperature				
Faccio andare la lavastoviglie solo a pieno carico				
Imposto il frigorifero al livello che consuma meno				
Evito di introdurre nel frigorifero alimenti caldi o liquidi scoperti				
Sbrino regolarmente frigo e congelatore				
Uso semplici accorgimenti per rinfrescare la casa in alternativa al condizionatore (es. apro le finestre)				
Faccio sfiatare regolarmente i termosifoni				
Faccio revisionare regolarmente l'impianto di riscaldamento				
Regolo la temperatura delle stanze a seconda dell'utilizzo per mezzo di un termostato				
Disattivo lo stand-by di tv, radio, altri elettrodomestici				
Sostituisco le lampadine tradizionali con quelle a basso consumo				
MOBILITÀ'	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Se devo percorrere brevi tragitti vado a piedi o in bicicletta				
Quando è possibile utilizzo l'autobus o il treno				
Se possibile preferisco il treno all'aereo				
Guido in modo tranquillo e previdente				
Per andare al lavoro condivido l'auto con altre persone				
Spengo il motore dell'auto quando faccio soste prolungate				
Faccio regolarmente manutenzione alla mia auto				
RIFIUTI	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Quando acquisto qualcosa faccio attenzione alla quantità o al tipo di imballaggio				
Per fare la spesa utilizzo il carrellino o le borse di stoffa				
Per detersivi o detergenti uso le ricariche o le confezioni risparmio				
Faccio la raccolta differenziata				
Porto alle isole ecologiche alcuni tipi di rifiuto (oli esausti, anche alimentari, cartucce per stampanti, rifiuti ingombranti,..)				
Prima di buttare qualcosa cerco di riutilizzarla in vari modi				
Nel mio giardino ho creato un angolo per il compostaggio				

TURISMO	Sempre	Spesso	Raramente	Mai
Rispetto le stesse norme di risparmio energetico, di acqua o sui rifiuti che seguo anche a casa				
Quando sono in viaggio preferisco che mi siano cambiati asciugamani e lenzuola solo quando lo richiedo				
Mi assicuro che oggetti e souvenir che compro non comportino impatto ambientale e sfruttamento				
Acquisto prodotti locali per incoraggiare la produzione e aiutare l'economia del luogo				
Utilizzo i trasporti pubblici.				

Più di 35 risposte “sempre”:



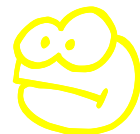
Complimenti! Il tuo stile di vita è veramente sostenibile. Continua così e soprattutto contagia con il tuo esempio più persone possibili.

Più di 35 risposte “spesso”:



Hai un comportamento tendenzialmente sostenibile, ma le tue buone azioni quotidiane non sono ancora spontanee. Non mollare, è solo questione di tempo.

Più di 35 risposte “raramente”:



Sei sulla buona strada, ma presti ancora poca attenzione agli effetti delle tue azioni; basta solo un po' più di impegno e potrai raggiungere ottimi risultati.

Più di 35 risposte “mai”:



Cerca di fare uno sforzo per migliorare i tuoi comportamenti, anche il tuo contributo è importante per migliorare lo stato dell'ambiente e della società. Inizia magari da piccole cose e vedrai che poi ci prendi gusto.