



L'inquinamento atmosferico Possiamo fare qualcosa?



SALUTE E AMBIENTE
ISDE - Associazione Medici per l'Ambiente - Sezione di Firenze

**I principali colpevoli dell'inquinamento atmosferico
sono
l'Ozono e il Particolato**

Cos'è l'Ozono

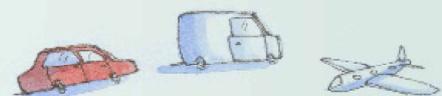
È un gas presente ad alta quota dove costituisce una fascia protettiva dalle radiazioni di origine solare. Nei bassi strati dell'atmosfera invece si comporta da inquinante: si forma nei giorni molto caldi, soleggiati e senza vento a partire da altri inquinanti generati soprattutto dal traffico

Da maggio a agosto, dalle 12 alle 17 l'ozono raggiunge i valori più elevati e può provocare bruciore agli occhi e alla gola e peggiorare le condizioni di salute dei bambini affetti da malattie respiratorie e asma

Cos'è il Particolato (PM)

È un insieme di particelle allo stato solido o liquido in sospensione nell'atmosfera che raggiunge la massima concentrazione in inverno. Il particolato contiene pollini, batteri, virus e migliaia di sostanze chimiche che determinano malattie respiratorie e problemi cardiocircolatori

Nelle nostre città le fonti maggiori di particolato sono il traffico stradale, le attività industriali e gli impianti di riscaldamento



Come difendersi dall'inquinamento atmosferico?

Evitate di portare i bambini in strada nelle ore di punta quando il traffico è intenso e/o rallentato



Se questo non è possibile, tenete i piccoli in braccio o nel marsupio, per allontanarli dagli scarichi nocivi dei veicoli a motore



È opportuno che i bambini, soprattutto con problemi respiratori, non stiano all'aperto e soprattutto non vi svolgano attività fisica quando l'ozono raggiunge i valori più elevati

Illustrazioni: Giulia Ammannati

Elaborazione Testi:
Dr. Massimo Generoso & D.ssa Monica Pierattelli

Progetto Grafico: Arch. Roberto Vaccanelli



FIMP
FIRENZE



Q4

COMUNE DI FIRENZE
CONSIGLIO DI QUARTA LEGA
COMMISSIONE AMBIENTE

REGIONE
TOSCANA



L'inquinamento atmosferico Possiamo fare qualcosa?



Cosa fare nel nostro piccolo?

Usate l'auto soltanto quando è indispensabile, privilegiando i mezzi pubblici oppure spostatevi con i vostri bambini preferibilmente a piedi o in bicicletta (con il caschetto di protezione)

Quando guidate l'auto, evitate brusche accelerazioni e frenate, mantenendo un'andatura costante a bassa velocità

Se siete fermi in coda spegnete il motore

Utilizzate il "car-pooling": è la pratica di riunire più persone che condividono la stessa destinazione in una sola auto, ad esempio per portare i bambini a scuola, andare a fare la spesa o raggiungere il posto di lavoro



Promuovete iniziative di percorsi pedonali casa-scuola per i bambini sull' esempio del "Pedibus" ("autobus che va a piedi", formato da un corteo di bambini accompagnato da un adulto "autista" davanti e un adulto "controllore" nella parte posteriore, con capolinea, percorso e fermate prestabilite per raccogliere i "passeggeri" e portarli a destinazione in orario scolastico)



**Il "Pedibus" è:
"risparmiioso", sicuro,
socializzante, divertente,
ma soprattutto non inquinante!**



L'inquinamento "Indoor" Un'insidia domestica

SALUTE E AMBIENTE
ISDE - Associazione Medici per l'Ambiente - Sezione di Firenze

Non siamo ancora sufficientemente consapevoli che l'inquinamento interessa anche l'interno degli edifici (inquinamento "indoor") e può avere effetti nocivi sull'organismo in crescita dei bambini (apparato respiratorio, cardiovascolare, sistema nervoso...)

Quali sono le fonti dell'inquinamento "indoor" ?

Sono gli inquinanti provenienti dall'esterno a cui si aggiungono un gran numero di sostanze prodotte all'interno delle case e delle scuole

Le più pericolose per la salute vengono emesse soprattutto da: materiali da costruzione, da arredamento e da rivestimento



mobili nuovi in truciolato e/o compensato, tappeti e tappezzerie nuovi



stampanti laser e fotocopiatrici



impianti di riscaldamento, condizionamento e cottura dei cibi su fornelli a gas, se non adeguatamente controllati

prodotti per la manutenzione e la pulizia della casa



prodotti per l'igiene personale (saponi, cosmetici, smalti per unghie...)



pesticidi (insetticidi, erbicidi, fungicidi...) e tarmicidi



prodotti per l'hobbistica (colle, vernici...), pennarelli e correttori

Ma è il fumo di tabacco l'inquinante più pericoloso

Infezioni respiratorie, tosse, asma, otite sono più frequenti nei bambini che vivono in ambienti fumosi, soprattutto se a fumare è la madre

Il fumo ambientale aumenta anche il rischio della morte in culla (SIDS)



I bambini sono più a rischio perchè trascorrono fino all'80 - 90 % del proprio tempo in luoghi chiusi



FIMP
FIRENZE



Q4

COMUNE DI FIRENZE
CONSIGLIO DI QUARTIERE
COMPROSSORI SPARENTE

REGIONE
TOSCANA



Illustrazioni: Giulia Ammannati

Elaborazione Testi:
Dr. Massimo Generoso & D.ssa Monica Pierallini

Progetto Grafico: Arch. Roberto Vaccanelli

L'inquinamento "Indoor" Un'insidia domestica



Alcuni consigli per ridurre l'inquinamento "indoor"

Non fumate e non permettete di fumare in casa e in auto: le finestre o i finestrini aperti non aiutano!

Se proprio è irrinunciabile, fumate fuori, all'aperto

Garantite una buona ventilazione degli ambienti, soprattutto durante le pulizie

Ventilate per 48-72 ore i locali dove vengono collocati mobili nuovi in truciolato e/o compensato, tappeti nuovi o nuove tappezzerie

Evitate l'uso di deodoranti per la casa

Limitate l'uso dei pesticidi (insetticidi, erbicidi, fungicidi...) e dei tarmicidi

Risciacquate abbondantemente le superfici su cui sono stati usati detergenti chimici

Per la pulizia della casa utilizzate prodotti ecologici (bicarbonato, aceto, pomice...)

Utilizzate saponi, prodotti cosmetici (soprattutto smalto per unghie) senza formaldeide

Lasciate all'aria gli abiti lavati "a secco" prima di riporli

Limitate l'uso delle stampanti laser



**E per i vostri bambini:
preferite pennarelli o evidenziatori
a base acquosa,
comprate matite colorate,
fateli giocare con i colori all'acqua**





L'Acqua Un bene prezioso che non va utilizzato con leggerezza

SALUTE E AMBIENTE
ISDE - Associazione Medici per l'Ambiente - Sezione di Firenze

Anche se l'uso personale dell'acqua influisce soltanto in minima parte sulla carenza delle risorse idriche, cerchiamo di non sprecarla, usandola con attenzione



**Avete installato il frangigetto a tutti i rubinetti della casa?
Riducono anche del 50% il consumo di acqua**

Il vostro sciacquone è dotato del doppio pulsante di scarico che permette di utilizzare la metà dell'acqua?



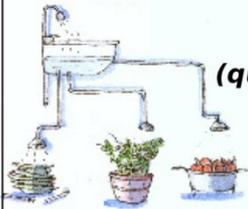
Vi ricordiamo anche di:



utilizzare lavastoviglie e lavatrici solo a pieno carico

**preferire la doccia al bagno in vasca
(si risparmia fino al 70 % di acqua)**

**non lasciare i rubinetti aperti facendo correre l'acqua invano
(ad esempio mentre ci si lava i denti)**



**riutilizzare più volte l'acqua
(quella di lavaggio della frutta e della verdura è perfetta per innaffiare le piante)
cercando anche di recuperare l'acqua piovana**

**lavare meno spesso l'automobile
(preferire autolavaggi con recupero e riciclo delle acque)**



...e facciamo subito riparare i rubinetti che perdono!



Q4
COMUNE FIRENZE
CONSIGLIO DE' QUARTIERI
COMPLESSORE SPERANTE

REGIONE
TOSCANA



Educare i bambini al risparmio dell'acqua è importante e ricordiamoci che i piccoli apprendono per imitazione; proprio per questo è indispensabile la coerenza tra quanto si insegna e ciò che si fa

Illustrazioni: Giulia Ammannati

Elaborazione Testi:
Dr. Massimo Generoso & D.ssa Monica Pieraffelli

Progetto Grafico: Arch. Roberto Vassanelli

Energia elettrica Risparmiare si può !



I consumi attuali di energia sono eccessivi rispetto ai nostri bisogni; cerchiamo di fare attenzione agli sprechi, ne guadagneremo tutti... anche in salute

***Sfruttate al massimo la luce del sole;
non accendete luci inutilmente***

***Utilizzate lampadine
a basso consumo energetico
per ridurre di 5 volte i consumi
rispetto a quelle tradizionali***

***Acquistate elettrodomestici (frigorifero,
lavastoviglie, ecc.) di classe A
che permettono un notevole
risparmio energetico***

***Non lasciate TV, videoregistratore,
computer o altri apparecchi elettronici
in "stand-by":***

***è bene spegnerli con l'interruttore
principale, riducendo così del 25% i
consumi di energia elettrica in un anno!***

***Non lasciate inseriti i caricabatteria
degli apparecchi portatili (come i
telefoni cellulari) che continuano a divorare inutilmente energia***

Usate con moderazione i condizionatori d'aria

***Insegnate ai bambini a spegnere sempre la luce
quando escono da una stanza***



***Risparmiare energia aiuta
non solo a diminuire l'inquinamento
atmosferico e l'effetto serra,
ma anche a ridurre l'importo delle bollette.***

Illustrazioni: Giulia Ammannati

Elaborazione Tesi:
Dr. Massimo Generoso & D.ssa Monica Pierattelli

Progetto Grafico: Arch. Roberto Vassanelli



Il Rumore Abbassiamo il Volume!



Troppo rumore è spesso presente nell'ambiente esterno, (strade a traffico intenso, aerei, treni...) nell'ambiente domestico (stereo, radio, TV, giocattoli ...) e nelle scuole

L'inquinamento acustico, oltre ad essere stressante, può causare una riduzione della capacità uditiva in età molto precoce

I bambini a contatto con giocattoli e videogiochi assordanti sono particolarmente a rischio

Un ambiente di vita rumoroso può causare difficoltà di apprendimento, disturbi dell'umore, del sonno e cefalea



Come difendere i bambini dall'inquinamento acustico?

È importante:

**portarli a giocare all'aperto in zone lontane da rumori intensi
evitare, per quanto possibile, luoghi chiusi, affollati e rumorosi
assicurare, almeno in casa, degli spazi di silenzio
evitare di comprare giocattoli assordanti**

E parliamo tutti



un pò più piano....



I Rifiuti

Parole d'ordine: ridurre, riutilizzare, riciclare

Il problema dello smaltimento dei rifiuti non può lasciarci indifferenti e richiede uno sforzo da parte di tutti per scegliere comportamenti più rispettosi dell'ambiente...dal momento degli acquisti fino al cassonetto

Prima di comprare qualcosa chiediamoci se è davvero indispensabile

Limitiamo il consumo di prodotti "usa e getta" (ad esempio pannolini per bambini, piatti e bicchieri di plastica...), preferendo prodotti simili riciclabili o riutilizzabili

Evitiamo l'acquisto di prodotti con imballaggi superflui



Scegliamo prodotti alimentari locali e di stagione

Riduciamo al minimo l'utilizzo dei sacchetti di plastica, preferendo quelli riutilizzabili o biodegradabili

Quando è possibile, sfruttiamo "fino in fondo" oggetti, abiti, giochi, magari cedendoli a parenti o amici con bambini più piccoli

Insegniamo ai bambini a "differenziare", ovvero dividere i rifiuti, come abitudine quotidiana



Condividere abiti, giochi, oggetti, aiuta gli altri e l'ambiente ed abitua a non sprecare

