

I sintomi della sostenibilità

Webinar in collaborazione con **Attiviamo Energie Positive**
08/02/2022



evekeia

EDUCAZIONE DOMESTICA
SOSTENIBILE



www.evekeia.it



392 489 7145



info@evekeia.it



[Evekeia](#)



[evekeia_eds](#)



[Evekeia](#)

Cosa sono i sintomi?

Primo payoff di Evekeia: *la salute e i suoi sintomi.*

Etimo: dal greco ***SYMPTOMA***; fatto che coincide con un altro fatto, nel senso che ne è l'effetto.

Cambio di prospettiva: dal negativo al positivo. Epidemiologia vuol dire letteralmente "*studiare ciò che avviene sul popolo*".



Quale relazione con la sostenibilità?

Evekeia per gli antichi greci era l'**armonia delle parti di un tutto**.

Evekeia oggi è un modo concreto per costruire giorno per giorno un **progetto di salute attiva e sostenibile**.

Un **benessere** esteriore ma anche interiore, fisico ma anche psicologico, ambientale e sociale.

Paragone **salute-sostenibilità**; salute dell'organismo e salute dell'ecosistema terrestre e degli organismi che lo popolano.



Cosa significa prendersi cura?

“Ci ricordiamo della salute solo quando viene meno.”

Lo stesso può valere per la sostenibilità, rischiamo di accorgercene quando è già troppo tardi. **È una questione di cura.**

“Sai come funziona la medicina in Cina? Quattro volte all'anno tutta la famiglia va dal medico. E lui li cura. Vale a dire: cerca nelle persone in buona salute i punti deboli che potrebbero diventare poi delle malattie.”

- dal film **La crisi!** di Coline Serreau



Cosa ci dicono i nostri rifiuti - Plastica

Dal [Pacific Trash Vortex](#) alle [microplastiche](#), la plastica rappresenta un'urgenza. Eppure...

Acqua in bottiglia:

- la bevono **9 italiani su 10**¹
- **CO2** per il trasporto (un tir ne produce **1,3 kg/km**)
- **11 miliardi di bottiglie** di plastica di acqua minerale in un anno in Italia²

Bere acqua dal rubinetto:

- risparmio di circa **200 euro**
- abbattimento delle emissioni di **CO2**
- **17 kg di plastica in meno** all'anno a persona in media



Cosa ci dicono i nostri rifiuti - Organico

Il [recupero dell'organico](#) ha un grande valore, ma spesso nel cestino finisce qualcosa di troppo...

Spreco alimentare³:

- Nel 2021 sono finiti nella spazzatura **30 kg di cibo a testa**
- Quello in casa incide per il **50%** sullo spreco complessivo

Buone pratiche antispreco:

- menù settimanale e lista della spesa
- controllare frigo e dispensa prima della spesa
- conservare correttamente gli alimenti
- consumare prima gli alimenti più deperibili
- risparmio annuo di circa **250 euro⁴**



Cosa ci dicono le fonti energetiche - Carbone

L'energia che usiamo incide sul surriscaldamento tanto quanto sulla qualità dell'aria.

Il Grande smog di Londra del 1952:

- Causato dalla **combustione incontrollata di carbone di bassa qualità** sia a livello industriale che domestico
- La coltre di nebbia durò **4 giorni**
- **12 mila** vittime, **100 mila** malati gravi
- Portò al **Clean Air Act** del 1956

Centrali elettriche a carbone:

- emettono il **73% di CO2** da produzione elettrica, e sono solo il **5%** di tutte le centrali⁵
- bruciando, il carbone rilascia anche **particolato, anidride solforosa e altri inquinanti** con gravi effetti sulla salute umana⁶



evekeia

EDUCAZIONE DOMESTICA SOSTENIBILE

Cosa ci dicono le fonti energetiche - Rinnovabili

Le nuove rinnovabili abbattano le emissioni di CO₂, non producono inquinanti e permettono di risparmiare in bolletta.⁷

Pompa di calore per riscaldamento

- CO₂ -**39%**
- Risparmio del **40%** in bolletta

Pannelli solari termici per ACS

- Risparmio del **20%** in bolletta
- Riduce di **2,5 volte i kg di CO₂** in un giorno

Pannelli fotovoltaici

- Risparmio del **40%** in bolletta
- **0,53 kg di CO₂** evitata per ogni kWh prodotto



Cosa ci dice il nostro piatto - Carne

Le nostre abitudini alimentari hanno impatti che vanno al di là del nostro sguardo...

I paradossi della carne

- 15 mila lt d'acqua per 1 kg di carne
- 1/3 dei terreni coltivabili è usato per alimentare gli animali che mangiamo
- 14,5% emissioni globali di CO2
- L'alto consumo di carne implica tassi più alti di malattie coronariche, infarti, diabete di tipo 2 e cancro

Una dieta a base vegetale

- 325 lt d'acqua per 1 kg di verdura
- Ricerca dell'Università di Oxford: se fossimo tutti vegetariani eviteremmo 7,3 milioni di morti premature all'anno. 8,1 milioni se tutti diventassero vegani.



Fonti

1. [Censis, *Se sei italiano bevi acqua minerale*, censis.it 15/02/2018](#)
2. [Roberto La Pira, *Numeri disastrosi per l'acqua minerale*, ilfattoalimentare.it 29/01/2019](#)
3. [Eco dalle Città, *Spreco alimentare nel 2021*, ecodallecitta.it 04/02/2022](#)
4. [Today, *Un "tesoro" nella spazzatura*, today.it 04/02/2020](#)
5. [Alessandro Sperandio, *Lo studio dell'Università del Colorado*, energiaoltre.it 04/08/2021](#)
6. [Focus, *Gli effetti sulla salute di 8.000 centrali a carbone nel mondo*, 10/03/2019](#)
7. [Altroconsumo Inchieste n. 343, Gennaio 2020](#)

Fine!



 www.evekeia.it

 392 489 7145

 info@evekeia.it

 [Evekeia](#)

 [evekeia_eds](#)

 [Evekeia](#)