

# Acqua potabile pulita

Secondo l'Ufficio federale di statistica (al 2019), si consumano circa 3983 litri di acqua al giorno per persona. Si distingue tra consumo diretto e indiretto di acqua.

Il consumo diretto di acqua si riferisce all'acqua potabile. In media, ogni persona che vive in Germania consuma 128 litri di acqua potabile al giorno per l'igiene personale, la pulizia, il bucato, la cucina, il bere o lo sciacquone del bagno, ad esempio.



I restanti 3855 litri sono consumi idrici indiretti o virtuali. Si tratta dell'acqua che utilizziamo per produrre alimenti o prodotti di uso quotidiano. Ad esempio, i jeans, il cellulare o persino il panino.



Guarda, mamma! C'è una fontanella. Riempirò la mia bottiglia d'acqua.

Nel mondo vivono più di 8 miliardi di persone, di cui

2,2 miliardi di persone non hanno accesso all'acqua potabile,

3,5 miliardi di persone non hanno accesso a servizi igienici adeguati,

500 milioni di persone hanno la possibilità di fare i propri bisogni solo all'aperto.

## Cosa si può fare?

- Utilizzare un soffione a risparmio energetico, per risparmiare molta acqua durante la doccia.
- Informarsi sul consumo indiretto di acqua
- Utilizzare detergenti ecologici
- Utilizzare il pulsante start/stop quando si tira lo sciacquone del bagno
- Non lasciare scorrere continuamente l'acqua quando ci si insapona
- Usare le funzioni ecologiche durante il risciacquo o il.

A temperature comprese tra i 25 e i 30 gradi, un campo da calcio ha bisogno di 30.000 litri d'acqua al giorno. Allo stadio dell'Ajax Amsterdam, il campo viene quindi irrigato utilizzando l'acqua piovana raccolta dal tetto dello stadio.

La squadra di calcio del Forest Green Rovers raccoglie l'urina dei visitatori che utilizzano bagni speciali, la filtra e la utilizza per irrigare il campo da calcio.

Ridurre il consumo di acqua?



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!

# Mobilità



La mobilità e l'accessibilità sono fondamentali per la partecipazione sociale e gli scambi economici. Allo stesso tempo, i trasporti causano un grave inquinamento ambientale.

Per questo motivo i governi stanno fissando obiettivi di riduzione delle emissioni di gas serra. Misure come la riduzione del traffico, modalità di trasporto più ecologiche e un uso più efficiente delle risorse sono necessarie per raggiungere questi obiettivi e allo stesso tempo mantenere la mobilità.

## Cosa si può fare?

- Lasciare l'auto per i viaggi brevi e prendere la bicicletta (da carico).
- Fare car pooling quando si va a trovare amici/parenti
- Usare i trasporti pubblici
- Guidare con prudenza e accelerare lentamente
- FdH = Percorrere metà della distanza e godersi il paesaggio in treno
- Utilizzare il percorso per l'allenamento come riscaldamento leggero e percorrerlo in bicicletta se si fa sport da soli



Andare in bicicletta dal centro di Dortmund allo stadio non consuma CO<sub>2</sub>.



2,5 kg CO<sub>2</sub>

In auto dal centro di Dortmund allo stadio si consumano circa 2,5 kg di CO<sub>2</sub>.



In treno dal centro di Dortmund allo stadio si consumano circa 0,5 kg di CO<sub>2</sub>.



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



Curiosità calcistica: in occasione di una partita del Borussia Dortmund, il biglietto d'ingresso allo stadio è anche un biglietto per il trasporto pubblico, quindi si può risparmiare sul viaggio in auto fino allo stadio. Al Signal-Iduna-Park ci sono parcheggi per biciclette custoditi dall'ADFC e colonnine per la riparazione delle biciclette.

Qual è il modo più sostenibile per raggiungere il vostro club?

# Commercio equo e solidale

L'abbigliamento sostenibile consuma poche risorse durante la produzione, causa pochi o nessun danno ambientale e i materiali utilizzati possono essere riutilizzati dopo un lungo periodo di utilizzo.



Abbigliamento equo significa che i lavoratori ricevono un salario di sussistenza e che il loro orario di lavoro è ragionevole. Inoltre, la salute e la sicurezza sul posto di lavoro sono garantite, i terreni e gli abitanti locali non sono danneggiati dalle sostanze chimiche tossiche utilizzate nella produzione e i diritti (umani) fondamentali sono rispettati.

**Fiera**

- Salario equo e quindi vivibile (200 - 400€/mese)
- Orario di lavoro equo (8 ore lavorative al giorno) con pause e aria fresca
- Esistenza di un sindacato
- Assenza di lavoro minorile
- Nessun utilizzo di sostanze chimiche nella produzione
- Sicurezza sul lavoro attraverso ispezioni degli edifici
- Sicurezza sul lavoro attraverso, ad esempio, l'abbigliamento protettivo
- Creazione di contatti sociali/lavorativi

**Ingiustificato**

- Nessun salario equo (40 - 100€/mese)
- Nessun orario di lavoro equo (10 ore al giorno), senza pause, senza finestre, senza aria fresca.
- Divieto/impedimento dei sindacati
- Il lavoro minorile è la norma
- Uso di sostanze chimiche/sintetiche
- Assenza di sicurezza sul lavoro
- Nessun abbigliamento protettivo, nessuna protezione respiratoria per le sostanze chimiche
- I lavoratori rimangono anonimi e a volte non conoscono le aziende per cui lavorano

## Si può fare?

- Prestare attenzione ai sigilli significativi durante gli acquisti
- Guardare di tanto in tanto nei negozi di seconda mano
- Organizzare o partecipare a feste di scambio di vestiti
- Chiedete al vostro club se è possibile acquistare maglie del commercio equo e solidale.

Ogni anno, in Germania si acquistano dai 12 ai 15 chilogrammi di tessuti per l'abbigliamento.

"Made in Bangladesh" non significa necessariamente che l'abbigliamento sia stato prodotto in modo sleale. Anche le aziende del commercio equo e solidale producono i loro capi in Bangladesh, ma pagano salari equi che coprono il costo della vita e garantiscono buone condizioni di lavoro. Cercate un marchio significativo e affidabile.



Moda veloce: Le nuove tendenze e collezioni arrivano sul mercato a intervalli sempre più brevi. I materiali utilizzati sono di qualità molto bassa e scadente (tessuti sintetici, sostanze chimiche tossiche), per cui i capi sono progettati per una breve durata. Inizia un ciclo infinito di acquisto di nuovi abiti. Un altro problema che si presenta: I rifiuti!

Le maglie del Forest Green Rovers per la stagione 2021/2022, ad esempio, sono state realizzate con rifiuti di plastica e scarti di caffè, mentre le maglie precedenti erano in bambù. Club come il BVB, l'Hamburger SV e l'Eintracht Frankfurt hanno aderito all'iniziativa "From the Field to the Fanshop" per rifornire i loro negozi di articoli per i tifosi realizzati con cotone indiano del commercio equo e solidale.

Avete già delle maglie sostenibili nel vostro club?



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



# Alimentazione

Uff! Dopo questo intervallo, ho bisogno di qualcosa di dolce. Che ne dite di fragole al cioccolato?

Le possiamo trovare in centro città dopo la partita. Sei fortunato perché è la stagione delle fragole e possiamo prenderle fresche al mercato.

Stagione delle fragole? Perché è così importante?

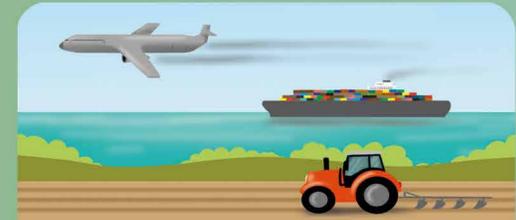
Gli alimenti regionali e stagionali consumano meno risorse e gas a effetto serra rispetto ai prodotti ampiamente importati. Le possibilità di coltivazione degli ortaggi e la lunghezza delle vie di trasporto, nonché la scelta dei mezzi di trasporto, giocano un ruolo decisivo nella sostenibilità degli ortaggi in ogni caso. Acquistare a livello regionale significa acquistare a livello stagionale.

**Stagionali:** i prodotti stagionali sono alimenti che crescono naturalmente in un determinato periodo dell'anno e che vengono raccolti in questo periodo.

**Regionale:** i prodotti regionali provengono dalle vicinanze del luogo in cui vengono venduti o consumati, in quanto coltivati, fabbricati o prodotti nella regione.

**Biologico ed „eco“:** Questi termini sono legalmente protetti dal regolamento UE sull'agricoltura biologica. Sono soggetti a norme e controlli rigorosi della catena di produzione. I prodotti sono realizzati senza l'uso di pesticidi sintetici, erbicidi, fertilizzanti chimici o OGM (organismi geneticamente modificati). Soddisfano determinati standard ambientali e possono essere più salutari. La fertilità del suolo è una priorità molto alta e non viene influenzata chimicamente.

Le fragole sono di stagione in estate, perché è il momento in cui sono mature. Se le compriamo in inverno, sono state conservate in freezer dall'estate o provengono da una regione in cui è estate.



In alto a destra: un chilo di cibo trasportato per via aerea provoca 170 volte più emissioni di un chilo trasportato via nave.

## Cosa potete fare?

- Assicurarsi di acquistare alimenti stagionali e regionali
- Scaricare il calendario stagionale come app sul cellulare
- Non sprecare il cibo / preparare un piano dei pasti
- Visitare un negozio di prodotti non confezionati nel proprio quartiere.
- Guardate due volte prima di buttare via il cibo. La data di scadenza è una linea guida.
- Cercate di utilizzare fonti proteiche di origine vegetale invece di quelle di origine animale, per esempio.
- Andare a fare la spesa carichi e con una lista della spesa



Purtroppo né "regionale" né "stagionale" sono termini protetti. Tuttavia, è illegale falsificare o mentire sull'origine degli alimenti. I produttori e i rivenditori di alimenti sono obbligati per legge a fornire informazioni corrette e accurate sull'origine dei loro prodotti. Pertanto, per sapere se si sta mangiando in modo regionale o stagionale, è sufficiente osservare attentamente la provenienza degli alimenti.

Poiché ogni organizzazione e ogni azienda è autorizzata a sviluppare etichette, oggi esiste una vera e propria marea di sigilli e di etichette, non tutte affidabili. Scoprite i marchi affidabili su Internet.



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



L'FC Schalke 04 e il Borussia Dortmund sono stati incoronati campioni e secondi classificati per l'offerta vegana nei loro stadi dall'organizzazione PETA 2023.

Il vostro club/stadio offre già cibo sostenibile? Non esitate a chiederlo per raggiungere il vostro club?



Si buttano via circa 80 chili di cibo all'anno. È l'equivalente di 230,00 euro in media.

# Energia



Immaginiamo che la Terra sia avvolta da una coperta che immagazzina il calore dei raggi solari. Questo è un bene e l'effetto serra naturale, perché senza questa coperta farebbe troppo freddo.

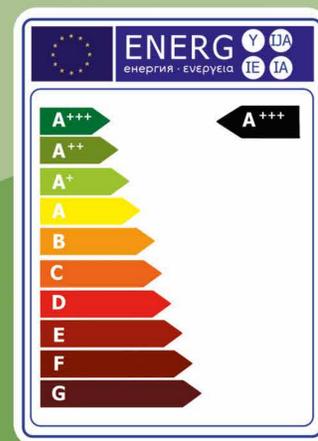


Tuttavia, c'è anche l'effetto serra causato dall'uomo.

Purtroppo, noi esseri umani produciamo sempre più gas serra, soprattutto anidride carbonica (CO<sub>2</sub>) e metano (CH<sub>4</sub>), ad esempio guidando automobili, lavorando in fabbrica o allevando bestiame. L'effetto serra naturale viene intensificato dalle nostre azioni.



Questo provoca il riscaldamento del nostro pianeta, che a sua volta provoca problemi come eventi meteorologici più estremi, innalzamento del livello del mare e problemi per animali, piante ed esseri umani. La Terra si sta riscaldando sempre di più e stiamo già sperimentando un cambiamento climatico a lungo termine.



Le classi di efficienza energetica valutano il consumo energetico di apparecchi come elettrodomestici o lampade su una scala da A (molto efficiente) a G (meno efficiente). Esse aiutano a scegliere prodotti efficienti dal punto di vista energetico. Più alta è la classe, più l'apparecchio è ecologico e consuma meno energia, il che è una buona notizia per il vostro portafoglio.

- ### Cosa potete fare?
- Scoprire come viene generata l'elettricità
  - Assicuratevi che i vostri elettrodomestici siano spenti o utilizzate spine multiple per spegnerli in modo semplice e veloce.
  - Utilizzare LED o lampadine a risparmio energetico, poiché le vecchie lampadine consumano molta più elettricità.
  - Prestare attenzione alla classe di efficienza energetica quando si acquistano elettrodomestici



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



Quando si parla di efficienza energetica, la BVB ha molto di cui essere orgogliosa: Il 100% della sua energia proviene da fonti rinnovabili come l'energia idroelettrica e l'energia solare. Oltre al Signal Iduna Park del BVB, anche gli stadi dell'Union Berlino e del Werder Brema hanno pannelli solari sui loro tetti.

Quale elettricità consuma il vostro  stadio di calcio? Non esitate a chiedere!



# Raccolta differenziata dei rifiuti

Mamma! La tua spazzatura va nel bidone dei rifiuti organici! Non sai che puoi fare una grande differenza separando i tuoi rifiuti? L'ho imparato a scuola, te lo spiegherò:



Una separazione dei rifiuti non corretta, come ad esempio gettare gli imballaggi in plastica tra i rifiuti residui, porta all'incenerimento di risorse che potrebbero essere riutilizzate.

L'incenerimento dei rifiuti rilascia gas, vapori e particelle nocive che influiscono sulla qualità dell'aria e contribuiscono all'inquinamento atmosferico. Questi inquinanti possono causare problemi di salute come malattie respiratorie e cancro e aumentare l'inquinamento ambientale.

Se i rifiuti vengono separati correttamente, la carta, il vetro, il metallo e la plastica possono essere puliti e lavorati in modo da ricavare nuovi prodotti dal vecchio vetro, dal vecchio metallo o dalla vecchia plastica e carta. Alcuni rifiuti separati possono essere utilizzati per generare energia, incenerendoli per produrre elettricità e calore. Ciò contribuisce all'utilizzo di fonti energetiche rinnovabili e riduce la quantità di rifiuti..

## Cosa potete fare?

- Chiedere imballaggi riutilizzabili al ristorante e utilizzare imballaggi riutilizzabili per i cibi/bevande da portare con sé
- Andare in un negozio di prodotti non imballati vicino a voi
- Riutilizzare gli oggetti o anche gli imballaggi
- Visitare un caffè di riparazione per vedere se è possibile riparare gli oggetti prima di buttarli via
- Chiedetevi se avete bisogno di un nuovo articolo o se potete prenderlo in prestito.
- Scambiare invece di comprare può essere il motto anche in questo caso – Ovviamente non dovrete scambiare i vostri rifiuti, ma gli oggetti che non potete più usare.

Sacchetto di plastica: tra il 1950 e il 2015 sono stati prodotti 8,3 miliardi di tonnellate di plastica in tutto il mondo. Solo il 10% della plastica prodotta nel mondo è stata riciclata.

Dal 1° gennaio 2023, i ristoranti, le aziende di catering e i rivenditori di generi alimentari sono obbligati a offrire i loro cibi da asporto in confezioni riutilizzabili. -> Bene: in questo modo si possono ridurre i rifiuti da imballaggio. Chiedete al negozio la prossima volta che ordinate! Oppure portate la vostra confezione.

**REDUCE**  
minimizzare il consumo di risorse

**REUSE**  
riutilizzare gli articoli

**RECYCLE**  
separare i rifiuti per riutilizzarli.

**REPEAT**



Stadt Dortmund



Il TSG 1899 Hoffenheim, club della Bundesliga, è il primo stadio di calcio ad essere certificato come stadio a rifiuti zero dal TÜV Süd nel 2023. Il club si impegna a integrare i rifiuti prodotti nel ciclo dei materiali e a riciclarli. Per questo motivo sono disponibili tazze riutilizzabili e carta ricavata dall'erba, la cosiddetta "carta d'erba", che può essere utilizzata, ad esempio, per stampare i biglietti autografi dei calciatori.

Il vostro club/stadio di calcio dispone già di imballaggi riutilizzabili?