

15

Eixos — d'Identitat

Consells
pràctics per a
una vida més
sostenible

La revisió i coordinació: **Departament de Qualitat, SSL i RSC de
Plataforma Educativa.**

Data de publicació: Novembre de 2021

Disseny de la publicació: Plataforma Educativa

Impressió: Format Digital

L'obra s'ofereix segons els termes de llicència pública de creative commons (d'ara endavant "ccpl" o "llicència"). L'obra està protegida per la llei espanyola de propietat intel·lectual o qualsevol altra norma aplicable. Queda prohibit qualsevol ús de l'obra diferent del que autoritzi aquesta llicència o disposin les lleis de propietat intel·lectual. L'exercici de qualsevol dret sobre l'obra comporta que accepteu les limitacions i obligacions d'aquesta llicència i hi consentiu. La persona llicenciadora us cedeix els drets continguts en aquesta llicència, sempre que n'accepteu les condicions que hi són presents.



*"Si el món no aprèn ara
a respectar la natura,
quin futur tindran
les noves generacions"*

*Rigoberta
Menchú Tum*

Guia cap a la sostenibilitat ambiental i social

Aquesta GUIA pretén una millora en els hàbits de consum per tal d'aconseguir ser més responsables en la nostra compra des del punt de vista ecològic i social, així com des de l'economia domèstica.

Aquí trobaràs informació útil per incorporar criteris responsables i de sostenibilitat en la nostra compra diària.



DECÀLEG per una Compra Sostenible

1. Seguir l'estratègia de les 9R's: Repensar, Reciclar, Reduir, Reutilitzar, Recuperar, Reparar, Renovar, Redissenyar i Redistribuir.
2. Guiar-nos sempre per valors de coresponsabilitat, educació, solidaritat, respecte i civisme. Reduir el volum de les nostres compres, preguntant-nos si el que volem comprar és necessari o si ho comprem per inèrcia (Repensem).
3. Cercar alternatives que minimitzin l'explotació dels recursos naturals, seguint les nostres 9R's.
4. En el moment de consumir, fem-ho de manera sostenible. Utilitzem les botigues de productes ecològics i potenciem el consum de productes locals.
5. Informar-nos sobre les repercussions socials i mediambientals dels béns i serveis. Apostem per productes i serveis de comerç just i ètic.
6. Assegurar-nos de la qualitat del què comprem de cara a adquirir béns més saludables i duradors.
7. Valorar que les empreses fabricants i distribuïdores del producte siguin ambientalment responsables i procedeixin de l'economia social i alternativa.
8. Escollir productes que el seu funcionament i manteniment requereixi el mínim consum de recursos (aigua, energia, etc...) i la mínima generació de residus i emissions.
9. Quan acabi la vida útil d'un producte, utilitzar els sistemes de recollida selectiva, de forma que es pugui reciclar el material del què està fet, o dóna-li un altre ús.
10. No utilitzem productes agressius cap al medi ambient. Evitem l'ús de productes tòxics i aerosols, que podem substituir-los per altres més respectuosos amb el medi ambient lliures de fosfats o substàncies biodegradables, etc.



A continuació us donem alguns dels criteris de compra/consum sostenible segons els següents àmbits:


- » [Alimentació](#),
- » [Higiene personal](#),
- » [Llar](#),
- » [Productes tèxtils](#),
- » [Material d'oficina i papereria](#),
- » [Mobilitat](#),
- » [Energia](#),
- » [Oci i natura](#).

Alimentació:

Gran part dels aliments que consumim provenen del sector primari: agricultura, ramaderia i pesca. La gestió insostenible d'aquests sectors porten a un deteriorament irreversible del sòl, desforestació, sobreexplotació dels oceans, etc. Tanmateix, optant per productes ecològics evitem aquests problemes globals, ja que aquests béns i serveis s'obtenen respectant molt més el medi ambient. Per això, és necessari prendre alguns hàbits més sostenibles.

- » Escollir preferentment productes procedents de l'agricultura ecològica, enfront als productes amb additius o els procedents d'explotacions agrícoles intensives.
- » Escollir productes procedents de la ramaderia ecològica com carn, ous, llet i formatge.
- » Consumir productes que vinguin de peixateries sostenibles com la etiquetada amb origen a les nostres costes, que no provoquen problemes mediambientals d'explotació excessiva i eviten el consum de pesca immadura.
- » Comprar aliments produïts el més proper possible de la teva localitat i de temporada. A més de fomentar l'economia local i reduir el transport, evitaràs el sobreembalatge necessari pel seu transport.



- » Optar per productes amb menys embolcalls i envasos, i comprar, sempre que es pugui, begudes en envasos de vidre reutilitzables. En cas d'optar per productes que continguin envasos, observar que continguin les etiquetes de valorització de residus (embolcall reciclable).
- 
- » Els productes alimentaris amb la denominació BIO o ECO no sempre són necessàriament ecològics. Revisa les etiquetes. ([Veure guia d'etiquetatge sostenible](#)).
 - » Tenir present l'[etiquetat dels productes transgènics](#) que han estat modificats genèticament (etiqueta OMG o OGM). Consumeix preferentment productes sense aquesta etiqueta o bé les identificades amb FREE OGM.

Higiene personal:

En la fabricació de productes d'higiene i cosmètics s'utilitzen diverses substàncies. Algunes d'aquestes poden ser molt tòxiques (per als éssers humans i pel medi ambient), mentre que d'altres poden provocar reaccions al·lèrgiques o ser irritants.

A continuació s'ofereixen alguns consells senzills.

- » Utilitzar productes naturals. Es poden comprar a les instal·lacions de les associacions locals de productes orgànics o a les herboristeries i/o a botigues especialitzades.
- » Comprovar la qualitat dels cosmètics examinant l'etiqueta de la Unió Europea ([Veure guia d'etiquetatge sostenible](#))
- » Escollir els desodorants que no contenen alumini. Hi ha altres opcions com la pedra de filferro, barres artesanals i desodorants ecològics.
- » Rebutjar aquells productes que han sigut testats amb animals.



Llar:

Utilitzem productes que són nocius per a la salut i el medi ambient tots els dies a casa nostra. Per tant cal tenir en compte alguns criteris a l'hora de comprar aquest tipus de productes:

Productes de neteja:

- » Utilitzar sempre la menor quantitat possible de productes de neteja.
- » A l'hora de rentar la roba, dosificar bé el detergent. El més recomanat són els detergents concentrats i líquids. A més, cal que llegim les etiquetes que mostren els símbols que indiquen la perillositat del producte.
- » Comprar productes concentrats per reduir el malbaratament; molt de compte amb les dosis.
- » Utilitzar receptes naturals i no tan agressives. Aigua, vinagre i sabó neutre són suficients per mantenir neta tota la casa. Si la brutícia està endurida, utilitza aigua amb llimona, bicarbonat de sodi o bòrax.
- » És més ecològic netejar la casa amb regularitat que utilitzar aquells productes durs que s'utilitzen habitualment; perquè són perjudicials per la nostra salut i contaminen el medi ambient.
- » Escollir productes de neteja que no continguin químics perillosos i verificar que aquests productes estan lliures de clor, fosfats i sulfactants químics.
- » Utilitzar productes de neteja ecològics. Al mercat pots trobar baïetes i bosses d'escombraries que són reciclables i amb les quals no danyem el medi ambient en els seus processos de fabricació.
- » Utilitzar les plantes per eliminar el fum del tabac (neret) i per netejar l'aire de la cuina (alfàbrega), com a ambientadors per la llar.



- » Millor no assecar la roba amb productes per aquest propòsit. Aquests contenen normalment productes químics altament contaminants.
- » El paper higiènic i el de cuina que comprem no ha de contenir adornaments i sense blanquejar per evitar la contaminació durant la producció i el desmantellament.

Pintures i vernissos:

- » Utilitzar productes naturals. Per exemple, per aconseguir un vernís que no contingui dissolvents tòxics pots barrejar oli de llinassa (que pots aconseguir en qualsevol botiga de bricolatge o farmàcia) i pigments de color. Afegint una proporció de pigment a la barreja, s'obté una capa de pintura a l'oli.
- » Utilitzar pintures naturals i/o ecològiques. La selecció de productes naturals i orgànics pot donar resposta a totes les necessitats.
- » Comprar pintures i vernissos solubles en aigua, és millor que comprar pintures amb dissolvents orgànics.
- » Després d'acabar de pintar, pots netejar els pinzells amb un dissolvent a base d'essència de cítrics, i no utilitzar aiguarràs.

Mobles i altres productes de fusta:

- » Reutilitzar i reciclar la fusta: Pots utilitzar fusta d'edificis antics, restaurar mobles usats, restaurar portes o finestres, o comprar mobles fets de fusta reciclada.
- » Sempre que sigui possible, convé comprar mobles de segona mà a les botigues destinades a aquest fi.
- » Millor comprar productes de fusta amb el logotip FSC o PEFC. ([*Veure quia d'etiquetatge sostenible*](#)).



- » Pots optar per comprar productes elaborats per artesans o per petites empreses locals o regionals que treballen amb criteris de sostenibilitat ambiental.
- » Assegura't que els mobles que compris o has comprat no estiguin tractats, envernissats o protegits amb productes tòxics.
- » Si vols treure els mobles fora de casa o comprar-los de segona mà pots anar a organitzacions socials que treballen en aquest camp per la seva reutilització o portar-los a la deixalleria o deixalleria mòbil del teu municipi.

Matalassos

- » Millor escollir matalassos fets de fibra % natural (llana, cotó o cautxú natural).
- » Utilitza productes que estiguin certificats per l'etiqueta de la unió europea o altres. ([*Veure quia d'etiquetatge sostenible*](#)).

Productes tèxtils:

Els problemes que planteja el sector tèxtil són nombrosos, ja que el cicle de vida del teixit implica una sèrie de processos de fabricació: treball tèxtil, tenyit, estampat, acabat, etc.

En general es poden destacar els següents problemes: el consum de grans quantitats d'aigua i d'energia, i la utilització de tints. Per això és important:

- » Aprendre a diferenciar entre diferents tipus de fibres, entre altres:
 - Fibres naturals: Llana, seda, cotó, lli, canem.
 - Fibres artificials: Acetat, raió, viscosa.
 - Fibres sintètiques: Polièster, niló, licra, poliamida tergal.
- » Recorda que els teixits naturals són molt més fàcils de reciclar i menys contaminants, tant en producció com en gestió.



- » Pots comprar roba elaborada amb materials procedents de l'agricultura ecològica, feta de cotó per exemple.
- » Revisar les etiquetes de la roba abans de comprar-la. Les etiquetes indiquen de quines fibres estan fetes i com han de tractar-se per mantenir i conservar la peça de roba adequadament. ([Veure guia d'etiquetatge sostenible](#)).
- » Millor rebutjar la roba feta d'animals que només creixen per comercialitzar el seu cuir. No comprem pells d'espècies animals en perill d'extinció o amenaçades; com llúdriga, linx o llebre.
- » Dona una altre ús a la roba que ja no necessites, per exemple, per a fer mocadors, davantals, folrà mobiliari,...
- » Saps que hi han sabates ecològiques? Mira que portin l'etiqueta de la UE. ([Veure guia d'etiquetatge sostenible](#)).
- » Pots deixar les teles i teixits que no necessitis als contenidors de roba de segona mà o a les entitats que localment estan donant treball social al teu territori i també a països en situació de subdesenvolupament.

Material d'oficina i papereria:

Aquest apartat inclou una amplia gama de productes i alguns d'ells poden tenir un impacte significatiu en el medi ambient, especialment quan són productes químics perillosos, dissolvents orgànics, compostos orgànics volàtils, metalls pesants, etc. Per tant, és necessari prendre mesures a la oficina.

- » Utilitzar paper 100% reciclat i totalment lliure de clor tant en els consums de paper d'escriptura, quaderns, etc...; comprova el seu etiquetatge. ([Veure guia d'etiquetatge](#)).
- » Rebutjar retoladors amb dissolvents.



- » Comprar productes fets amb materials reciclats (per exemple, paper, tòner, etc.) o, si més no, fets amb materials que tinguin un menor impacte en el medi ambient.
- » Evitar la generació de residus, comprant productes amb major vida útil (recarregables, reutilitzables...).
- » En el moment de la compra de fotocopiadores o impressores, assegurar que tinguin una funció dúplex (per imprimir en ambdues cares de la pàgina), sistemes d'estalvi d'energia i capacitat d'utilitzar la funció de reducció (1 a 2).
- » Quan comprem equips d'oficina (ordinadors, fotocopiadores, escàners, fax, etc...,) escollim sistemes d'estalvi d'energia. Consulta l'etiqueta d'eficiència energètica. ([*Veure guia d'etiquetatge sostenible*](#)).

Mobilitat i Conducció eficient:

A més de les emissions de gasos d'efecte hivernacle (CO²), en els processos de combustió també es produeixen altres components que són les principals causes de la contaminació de l'aire urbà, amb totes les seves conseqüències negatives per a la salut i el medi ambient.

Per tant, la millor i més recomanada opció de mobilitat és utilitzar el transport públic i els mitjans de transport alternatiu anant a peu o amb bicicleta. Tanmateix, a l'hora de decidir comprar un vehicle, cal considerar alguns consells:

- » Quan comprem un cotxe, escollir el model que s'adapti a les nostres necessitats i l'etiqueta de consum. ([*Veure guia d'etiquetatge sostenible*](#)). Aquesta ens mostrarà el consum de combustible que té i quant CO² emet. A més dels vehicles híbrids, també existeixen en el mercat automòbils i motocicletes elèctriques. Podeu trobar informació actualitzada sobre les característiques de consum de



tots els automòbils del mercat a la següent adreça: <https://www.idae.es/coches-cuanto-consumen>

- » Si necessites fer servir l'automòbil, utilitza una conducció de llarga distància i baixa velocitat sempre que sigui possible. (*[Veure guia de conducció eficient](#)*).
- » Comprova la pressió dels pneumàtics amb regularitat, retira els accessoris innecessaris (reixa de l'automòbil), no carreguis amb pes innecessari, utilitza l'aire condicionat amb moderació i no condueixis a altes velocitats. D'aquesta manera estalviaràs combustible (el que donarà com a resultat són menys emissions) i guanyaràs amb seguretat.
- » Utilitzar peces d'automòbil de segona mà en bon estat quan reparis el teu vehicle.

Energia:

A Europa, aproximadament el 40% de l'energia es consumeix als edificis. La quantitat d'energia utilitzada a la il·luminació, calefacció, aire condicionat i l'aigua calenta a les nostres llars, llocs de treball i àrees d'oci es superior a la consumida pel transport i la indústria.

- » Quan comprem un habitatge, fixa't en el certificat d'eficiència energètica (*[Veure guia d'etiquetatge sostenible](#)*) que qualifica l'edifici de la A a la G segons el consum energètic. Examina detingudament la quantitat i la qualitat de l'aïllament tèrmic utilitzat a l'habitatge.
- » Instal·lar finestres de doble vidre per a trencar amb el pont tèrmic.
- » Optar per sistemes d'energia renovable (solar , geotèrmia, eòlica, biomassa) per instal·lar sistemes de calefacció, refrigeració i aigua calenta sanitària o per obtenir electricitat.



- » Escollir una caldera o calefactor eficient, aquest és el cor d'un bon sistema de calefacció.
- » En cas de necessitar un condicionador d'aire, tria el més eficient.
- » Quan comprem un electrodomèstic, consulta l'etiqueta energètica amb informació sobre el seu consum energètic. ([Veure guia d'etiquetatge sostenible](#)).
- » Escull, sempre que puguis, bombetes LED.

Informació sobre bombetes

- » **Bombetes Incandescents:** Són les tradicionals. N'està prohibida la fabricació a la Unió Europea des del 2012 però encara se'n poden trobar a algunes botigues. Són les més barates del mercat però tenen una vida útil molt curta (1.000 hores) i un alt consum d'electricitat. Només un 5% és per il·luminar, el 95% restant es perd en calor. No recomanable el seu ús ni la seva compra.
- » **Bombetes halògenes:** Són petites, s'encenen a l'instant i tenen gran capacitat d'il·luminació. Tenen una llum molt potent, ideal per treballar o enfocar punts concrets. Consumeixen un 40% menys que les incandescents. Emeten molta calor i és necessari un reajustament de la corrent amb la instal·lació de transformadors de 12 a 24 volts. La seva vida útil és de 3.000 hores. Podem escollir altres bombetes millors.
- » **Bombetes de baix consum:** Duren unes 15.000 hores i gasten molt poc (Un 80% menys que les incandescents). Tenen una alta eficiència lumínica. No recomanable en habitacions que s'encenguin i s'apaguin moltes vegades ja que es fondran abans. Triguen a brillar al màxim alguns segons. Són cares però són rentables a llarg termini.



- » **Bombetes LED:** Són les més ecològiques del mercat. Ja que no porten ni tungstè ni mercuri. Duren unes 50.000 hores i consumeixen un 80% menys que les incandescents. Pràcticament no emeten calor. Tenen un preu elevat però la seva llarga rendibilitat suposa la millor opció en termes de sostenibilitat.
- » Si és possible, no comprem electrodomèstics que funcionin amb bateries; és més ecològic connectar-se a una xarxa o alternativa d'energia solar.
- » Escull piles recarregables, i si consumeixes piles de botó, que siguin de liti o alcalines.

Oci i naturalesa:

Degut als impactes socials i mediambientals experimentats, han nascut formes i iniciatives turístiques que cerquen l'equilibri entre el benefici econòmic i el desenvolupament social, la preservació i el contacte respectuós amb la cultura receptora i la cura del medi ambient. Aquestes iniciatives es solen conèixer sota l'etiqueta de turisme responsable, sostenible, ecològic o verd.

■ **Oci:**

- » De vacances millor no comprar records que estiguin desenvolupats amb materials procedents de fauna i flora protegida.
- » Als països empobrits, assegura't de no comprar records on la seva fabricació hagi pogut tenir situacions laborals precàries o explotació infantil. Ho pots evitar comprant a cooperatives de dones o persones artesanes.
- » Valorar els allotjaments en llocs on s'aprofita el mobiliari tradicional i els objectes antics. Per exemple, les cases rurals.
- » Evitar comprar guarniments nous a l'hora d'organitzar festes,



reutilitzant els dels altres anys o creant-los a partir de manipular revistes i diaris amb les que es pugui fer confeti o garlandes per exemple.

■ **Naturalesa:**

- » Evitar la compra d'animals exòtics. En cas de fer-ho, un cop meditat aquest tipus de conseqüències, assegura't que tenen la documentació en regla i fes-te responsable de la seva cura.
- » Millor no comprar joies i complements que continguin marfil, corall o altres materials que la seva obtenció hagi comportat danys als animals i la degradació del medi ambient.
- » Reduïm la compra de menjar preparat i enllaunat per gossos i gats. Així es generen menys residus.
- » Al jardí o terrassa, evitar utilitzar fertilitzants i biocides químics. Informa't sobre els mètodes de jardineria ecològica.
- » Produeix fertilitzant verd propi a partir del compostatge de residus orgànics de la casa i del jardí.
- » Aprofita l'olor de certes plantes aromàtiques com l'alfàbrega o l'espígol per espantar els insectes.
- » Compra plantes autòctones per a la teva terrassa o jardí.

2

Guia d'etiquetes dels productes

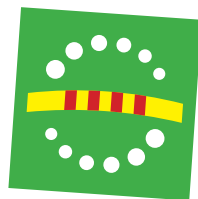
L'objectiu que es persegueix amb la utilització de les etiquetes sostenibles és facilitar una informació fiable sobre aquells productes que tenen menys impacte sobre el medi ambient tenint en compte els seus cicles de vida. Gràcies a aquestes etiquetes o declaracions les persones consumidores podem triar els productes que adquirim per poder fer un consum responsable i contribuir així a reduir el seu impacte ambiental.

Tot seguit us presentem algunes de les etiquetes sostenibles per al vostre coneixement i per ajudar-vos a triar millor, de manera més sostenible, els productes/serveis.

1. Etiquetes qualitat ambiental

Distintiu de garantia de qualitat ambiental de la Generalitat.

Aquest sistema català d'etiquetatge sostenible creat per la Generalitat reconeix productes i serveis que superen determinats requeriments de qualitat ambiental més enllà dels establerts com a obligatoris per la normativa vigent. Promou el disseny, la producció, comercialització, l'ús i el consum de productes i serveis que afavoreixen la minimització de residus o bé la recuperació i reutilització dels subproductes, les matèries i les substàncies que contenen, i també dels que suposen un estalvi de recursos especialment d'energia i aigua. És compatible amb altres sistemes oficials de garantia de qualitat ambiental.





Alguns d'aquests exemples són vehicles, serveis, productes, allotjaments turístics entre d'altres que a continuació llistem:



Certificat AENOR de la Gestió Ambiental

És una marca de conformitat amb les normatives. Es concedeix a aquelles empreses certificades amb la Norma UNE-EN ISO 14001. Aquesta permet a l'organització demostrar la implantació d'un sistema eficaç de gestió ambiental i el seu compromís amb la preservació de l'entorn.

<https://www.aenor.com/certificacion/medio-ambiente>

L'Àngel Blau o Der Blaue Angel (Alemanya)

És la primera i més antiga etiqueta mediambiental per a productes i serveis del món, promoguda pel govern alemany al 1977. Vol estandarditzar les característiques ecològiques i de qualitat dels productes i serveis, englobant a una ampla gama dels mateixos.



<https://www.blauer-engel.de/en>

El Cigne Blau o Swan



El Cigne Blau és la ecoetiqueta oficial dels països nòrdics (Noruega). Es concedeix a productes que compleixen determinats criteris ambientals i es valida cada tres anys. Així es garanteix que els productes més sostenibles estiguin sempre en desenvolupament.

<https://www.nordic-ecolabel.org/>



2. Etiqueta productes sostenibles

El Segell C2C, Cradle to Cradle "del bressol al bressol"

El Segell C2C, Cradle to Cradle “del bressol al bressol”, s’atorga a productes sostenibles que utilitzen materials segurs i sans pel medi ambient, implementen la reutilització de materials amb l’objectiu de reduir el mínim els residus.



Utilitzen energia renovable, fent un ús eficient i responsable de l’aigua i posen en pràctica estratègies de responsabilitat social.

<https://www.c2ccertified.org/news/article/c2ccertified-celebrating-a-decade>

Certificació Eco Control



És la última de moltes certificacions, premis, registres i aprovacions que es reconeixen amb Earth Friendly Products, que sostenen un compromís exemplar amb pràctiques de treball amigable i sostenible amb el planeta pel desenvolupament de productes.

A aquesta plataforma de Earth Friendly Products també podem trobar la Societat Vegetariana i els productes per a la llar de BUAV. Eco Control és un organisme de control i certificació de reconeixement internacional amb seu a Alemanya per als productes no alimentaris i cosmètics. Manté normes de control de qualitat rigorosa que es centren en la sostenibilitat, la qualitat i la garantia de renovabilitat natural i el no ús d’ingredients modificats genèticament (Free GMO).

<https://www.ecocontrol.website/en/>
<https://www.ecos.com/our-story/>



3. Etiquetes de productes ecològics en general

EU Ecolabel



No inclou aliments, begudes i fàrmacs. Es va crear l'any 1992 unificant criteris per tots els països membres de la Unió Europea, Noruega, Liechtenstein i Islàndia. El seu símbol és una flor i és de caràcter voluntari.

Aquesta certificació promou productes i serveis amb un impacte ambiental reduït durant tot el seu cicle de vida i proporciona a les persones consumidores informació exacta, no enganyosa i amb base científica sobre el seu impacte mediambiental. Alguns d'aquests productes es troben a la roba, jardineria, productes de neteja i higiene, equips elèctrics i electrònics, pintures, serveis entre altres. <https://ec.europa.eu/environment/ecolabel/>

La garantia AIAB Italiana

Creada per l'Associació Italiana d'Agricultura Biològica és una marca col·lectiva per a iden-



tificar els productes amb uns requisits més restrictius que el reglament de la Unió Europea i que es basa en quatre principis simples que garanteixen a la persona consumidora final que tota la cadena alimentària és completament orgànic i que les matèries primeres utilitzades són 100% italianes. Es destaca també per estar lliure de OMG en tots els nivells de processos de producció, a través d'una alimentació d'animals també 100% orgànica. S'inclouen etiquetes específiques per la cosmètica orgànica, els productes de neteja orgànics, l'agroturisme, la qualitat del treball i els productes tèxtils. Per exemple garanteix que els tèxtils estan lliures de níquel, crom, coures i cobalt. <https://aiab.it/marchi-aiab-di-qualita-bio/>



4. Etiquetes de producció alimentària ecològica:

4.1 A la Unió Europea

Fulla verda de la UE

S'aplica a aliments ecològics d'origen vegetal o animal indicant que no han estat modificats genèticament i que han estat conreats o criats sense fer servir productes químics com plaguicides, fertilitzants o antibiòtics.



La Euro Fulla és un logotip creat per la Comissió Europea i és d'ús obligatori des del 1 de Juliol del 2010. Aquesta etiqueta certifica aquells productes ecològics envasats que s'hagin elaborat en algun dels estats membres de la UE i que compleixin amb les normes establertes. Així, aquesta etiqueta garantirà, entre altres coses que:

- » El 95% dels ingredients del producte, com a mínim, s'han produït d'acord amb mètodes ecològics.
- » El producte s'atén a les disposicions del sistema de control oficial.
- » El producte procedeix directament de productors i productores o que es presenti en un envàs segellat.
- » El producte no conté organismes modificats genèticament (NO OMG/Free GMO).

<https://ec.europa.eu/environment/europeangreencapital/europeangreenleaf/>

https://ec.europa.eu/info/food-farming-fisheries/farming/organic-farming/organic-logo_es



Segell d'Agricultura Ecològica d'Espanya



Assenyalen la producció ecològica del país. Generalment aquests segells s'imprimeixen conjuntament amb la certificació europea i s'utilitzen també per a grans superfícies per indicar on trobar aquests tipus de productes.

A l'etiquetat dels aliments ecològics, a més de l'euro fulla i el codi identificador de l'entitat que certifica el producte, també hi poden figurar els logotips d'aquesta.

A Catalunya, és el del CCPAE. Si ve de fora, el de l'entitat de certificació corresponent. <http://www.ccpae.org/>

Altres països de la UE disposen de segells nacionals amb logotip propi pels aliments ecològics. S'hauran de complir igualment les normes europees i s'utilitzaran conjuntament amb l'euro fulla.

Alguns exemples són:



Segell Bio Siegel - Alemanya

<https://www.oekolandbau.de/bio-siegel/>



Segell AB-Agriculture Biologique - França

<https://agriculture.gouv.fr/lagriculture-biologique-ab>



KRAV - Suècia

<https://www.caae.es/index.php/component/k2/industrias/krav>



Associació Organic Soil - Regne Unit

Els productes certificats per aquesta associació es poden acreditar productes entre d'altres els relacionats amb la ramaderia, producció de vi, piscicultura, salut, bellesa i tèxtils.



<https://www.soilassociation.org/our-standards/what-are-organic-standards/>



Free GMO

L'etiqueta Free GMO s'inclou en aquells productes que no utilitzen ingredients d'organismes modificats genèticament.

<https://gmoanswers.com/>

4.2. Fora de la Unió Europea

Trobem altres segells que es poden trobar als aliments ecològics amb la seva normativa pròpia i que són equivalents a l'euro fulla.



USDA ORGANIC - Estats Units

<https://www.usda.gov/>



JAS - Japó

Sistema de Certificació agrícola del Japó per etiquetar els productes agrícoles i que s'aplica a la producció, processament i recol·lecció silvestre i fongs.

<https://www.maff.go.jp/e/policies/standard/jas/index.html>



BIOSUISSE - Suïssa

<https://www.bio-suisse.ch/es/consumers.php>



Organic BIOLOGIQUE - Canadà

<https://www.inspection.gc.ca/organic-products/operating-manual/eng/1389199079075/1554143470958>

<https://www.inspection.gc.ca/eng/1297964599443/1297965645317>



4.3 Altres segells estàndards privats

Són complementaris a la producció ecològica, i identifiquen el productes que, a més de complir la normativa de producció ecològica, també compleixen normes privades addicionals, més restrictives i exigents.



Segell Demeter

El segell Demeter per exemple és més específic i s'encarrega de certificar productes que provenen d'agricultura biodinàmica.

Aquesta agricultura té un enfocament holístic i ecològic, amb la prioritat de retornar a la terra més del que s'extrau d'ella.

<https://www.demeter.es/demeter/>



Segell Bioland

El segell Bioland és l'Associació de productes orgànics més gran d'Alemanya. Els seus estàndards de certificació orgànica superen els requisits mínims de la Unió Europea i es va crear al 1971.

Aquestes tenen una certificació que tant les persones agricultores com les persones sòcies comercials entreguen aliments orgànics a partir d'una agricultura ecològica sostenible tenint el màxim respecte als animals i a la natura.

<https://www.bioland.de/verbraucher>



4.4. Certificació de pesca sostenible



Auditora independent Marine Stewardship Council MSC

L'entitat auditora independent Marine Stewardship Council (MSC) garanteix que les captures i la traçabilitat del peix s'han fet de manera sostenible, sense sobreexplotació de recursos.

<https://www.msc.org/es/estandares-y-certificacion/los-estandares-de-msc/el-estandar-de-pesquerias-msc>

5. Certificació que els productes no continguin cap ingredient d'origen animal



Vegan

Vol dir que en la seva fabricació o desenvolupament no s'ha vist implicat cap producte d'origen animal, productes, subproducte o derivat. Aquests impliquen:

- » La absència de cap tipus de testeig en animals.
- » El desenvolupament i producció d'organismes genèticament modificats (OGM o GMO) no han de contenir gens animals o substàncies d'origen animal.
- » Si s'han realitzat productes amb OMG cal que estiguin identificats.
- » Els productes alimentaris de fabricació es realitzen de manera separada a la resta de productes que sí contenen substàncies d'origen animal per evitar la contaminació creuada de les fonts no veganes a la cuina.

<https://www.vegansociety.com/>



Approved Vegan

Es tracta d'un segell de producte vegà que verificar l'absència de productes d'origen animal a la roba, calçat i complements sota l'estàndard vegà.

<https://www.peta.org/living/personal-care-fashion/peta-approved-vegan-logo/>

6. Segell de Comerç Just

El Segell de Comerç Just, certifica que la producció, distribució i comercialització de productes segons criteris ètics i mediambientals que ajuden al desenvolupament sostenible de les economies més desfavorables.



FAIRTRADE
INTERNATIONAL

L'etiqueta Fairtrade està reconeguda a nivell internacional. Els seus principals objectius són invertir en projectes que millorin el desenvolupament social, econòmic i mediambiental, garantint que els petits i petites productores rebin preus justos, facilitin les relacions comercials a llarg termini i estableixin criteris mínims per garantir les bones condicions de producció i comerç dels productes certificats.

Aquesta etiqueta es pot trobar en aliments on el procés d'extracció i elaboració ha suposat tradicionalment l'ús de la mà d'obra barata en condicions molt precàries. Aquests aliments a més, solen ser importats d'altres països en vies de desenvolupament afavorint així el benefici de multinacionals i deixant a un costat a la persona treballadora. Cerca aquest distintiu a productes com el cafè, plàtan, sucre, te, cacau, cotó, mel, fruita, nous, llegums, cereals i arròs.

<https://info.fairtrade.net/es>



7. Segells de venda de proximitat

Aquests segells identifiquen els productes agroalimentaris catalans, siguin o no ecològics, que són venuts directament per producció de venda directa o mitjançant la intervenció d'un sol intermediari com a circuit curt.



Aquest segell l'identifica la Generalitat de Catalunya.

<https://agricultura.gencat.cat/ca/ambits/alimentacio/segells-qualitat-difereciada/venda-proximitat/>

8. Disminució petjada carboni

Rainforest alliance certified

Aquesta etiqueta certifica que el producte disminueix la petjada de carboni. Quan un producte aconsegueix aquesta etiqueta ens avisa que la seva producció conserva la biodiversitat, millora els medis de vida i del benestar humà i conserven els recursos naturals utilitzant mètodes agrícoles efectius. Aquesta es pot trobar a cafès, tes, bananes, xocolates i sucres entre d'altres.



Aquesta etiqueta certifica que el producte disminueix la petjada de carboni. Quan un producte aconsegueix aquesta etiqueta ens avisa que la seva producció conserva la biodiversitat, millora els medis de vida i del benestar humà i conserven els recursos naturals utilitzant mètodes agrícoles efectius. Aquesta es pot trobar a cafès, tes, bananes, xocolates i sucres entre d'altres.

<https://www.rainforest-alliance.org/lang/es/about/rainforest-alliance-certified-seal>



Carbon Trust

Carbon Trust és una organització independent i experta en el reconeixement de petjades de carboni i col·labora amb les empreses per ajudar-les a mesurar, gestionar i reduir de forma eficaç la petjada dels seus productes.



Aquestes es validen a través d'aquestes etiquetes que proporcionen a la clientela evidenciar l'impacte de carboni de les seves decisions de compra. Aquestes analitzen a través d'avaluacions del carboni del cicle de vida (LCA) i altres normatives específiques addicionals en dos vessants:

- » El B2B (d'empresa a empresa), mesurant les emissions d'efecte hivernacle des de l'extracció de matèries primeres passant per la fabricació del producte fins a la porta de la fàbrica.
- » El B2C (d'empresa a la persona consumidora), mesurant les emissions d'efecte hivernacle des de l'extracció de matèries primeres fins a la fabricació, distribució i eliminació final.

<https://www.carbontrust.com/es/que-hacemos/garantias-y-certificaciones/certificacion-de-neutralidad-en-carbono>

Aquestes etiquetes són:



Etiqueta CO² mesurat: Mostra la petjada de carboni del producte que s'ha mesurat i certificat.



Etiqueta Reducció de CO²: Mostra la petjada de carboni del producte que s'ha reduït any rere any i que l'empresa està compromesa a aconseguir reduccions continuades d'aquesta.



L'etiqueta Neutre en Carboni: Mostra que el producte ha aconseguit reduir la seva petjada de forma continuada i qualsevol emissió pendent es compensa d'acord a la normativa PAS 2060.



L'etiqueta CO² més baix: Que mostra que la petjada de carboni del cicle de vida d'un producte és significativament menor que la petjada de carboni del cicle de vida d'un producte dominant en el mercat de la seva categoria.

<https://www.carbontrust.com/es/que-hacemos/garantias-y-certificaciones/etiqueta-de-la-huella-de-carbono-del-producto>

9. Productes farmacèutics, bellesa i cosmètics

9.1. Certificats

Etiqueta Ecocert

La etiqueta Ecocert es fa servir en productes cosmètics com BioCosmetic. Aquests garanteixen en línies generals que més del 95% dels productes vegetals utilitzats en la manufactura són de procedència ecològica i que, a més a més, més del 10% del total dels ingredients és d'origen biològic.



Ecocert, va ser el primer organisme de certificació en desenvolupament un estàndard per a "Cosmètics naturals i ecològics". Va aparèixer al 2003 i es va elaborar de forma conjunta amb totes les persones expertes, proveïdores, fabricants, distribuïdores, consumidores i organismes de desenvolupament. És un dels segells més populars a Europa. Elabora un sistema de referències propi que implica un nivell exigència superior al de la reglamentació convencional de productes cosmètics per què garanteix el respecte al medi ambient en tota la cadena de fabricació del cosmètic, inclosa la seva distribució.

<https://ap.ecocert.com/intrants/index.php?l=es>



Certificat BDIH



El certificat BDIH de l'Associació de la Indústria Farmacèutica Alemanya sotmet els productes a un control independent i continu amb criteris molt estrictes.

Les empreses fabricants amb aquest segell estan obligades a abstenir-se de l'ús de colorants, fragàncies sintètiques, matèries primeres etoxilades, silicones, parafines i altres productes derivats del petroli. Només podran fer servir matèries primeres controlades de tipus orgànic. Únicament s'atorga el certificat quan com a mínim el 60% de tots els productes de la marca compleixen amb els estàndards BDIH.

https://www.kontrollierte-naturkosmetik.de/e/index_e.htm

Certificació de qualitat italiana

Certificació de qualitat italiana per a dos tipus de productes en funció del contingut en matèries primeres procedents de l'agricultura ecològica: Cosmètics orgànics i cosmètics amb ingredients orgànics.



La CCPB és qui avalua documents, realitza auditoria de certificació en els llocs de producció per al compliment de la producció amb els estàndards concrets.

<https://www.farmacia.bio/entidades/ccpb/>

Certificat Control IMO



Certificat Internacional amb seu a Suïssa Institute for Marketecology, encarregat de controlar que les empreses fabricants compleixen la normativa de cosmètica econatural de la Associació Vida Sana.



La majoria de les normatives de cosmètica econatural marquen:

https://www.ecocert.com/de-CH/expertise/bio_landwirtschaft

<https://vidasana.org/>

- » Percentatge mínim d'ingredients ecològics, percentatge mínim d'ingredients no naturals que estiguin permesos en un producte, normalment mitjançant un llistat d'ingredients permesos i una d'altres de prohibits.
- » Quins processos de transformació es poden realitzar i quins no en el desenvolupament del cosmètic o bé la matèria primera per a desenvolupar-lo.
- » La transformació ha de seguir una química verda per evitar contaminació, ús de matèries primeres fàcilment renovables, reducció consum energètic i assegurar que els productes químics usats en la reacció poden ser degradats després del seu ús.
- » No estar testats en animals.
- » No està permès l'ús d'organismes modificats genèticament ni nanopartícules. (OMG)
- » Queden prohibits certs processos agressius com la irradiació del producte per a la seva conservació.

9.2. Segells



El segell NATRUE va ser creat per una associació de fabricants de marques de cosmètica econatural.

Té tres categories:

- » Natural: Mínim el 95% dels ingredients han de ser naturals.



- » Natural amb % d'ingredients ecològics: Com a mínim un 70% dels ingredients han de ser ecològics. Com a mínim el 15% han de ser vegetals o animals i com a màxim un 15% poden ser substàncies procedents de la transformació de matèries primeres naturals.
- » Ecològic: Com a mínim el 95% dels ingredients certificables han de ser ecològics. Com a mínim el 20% han de ser ingredients d'origen vegetal i com a màxim un 15% poden ser substàncies procedents de la transformació de matèries primeres naturals.

<https://www.natrue.org/>

COSME BIO



La etiqueta COSME BIO és d'origen Francès. Aquesta permet distingir quins cosmètics són realment naturals i orgànics.

Es basa en especificacions exigents i una carta de valors ètics. Aquests productes reben una revisió anual obligatòria que verifica la seva conformitat. Aquesta etiqueta no només té en compte els ingredients utilitzats si no també el respecte pel medi ambient, compromisos socials i la comunicació responsable.

<https://www.cosmebio.org/fr/le-label/>

Derivats d'aquesta etiqueta sorgeixen tres tipus segons la seva composició:



- 95% mínim d'ingredients d'origen natural sobre el total del producte (aigua i minerals considerats com naturals).
- » 95% mínim d'ingredients orgànics en totes les plantes.
- » 10% mínim d'ingredients orgànics sobre el total del producte (aigua i minerals considerats com orgànics perquè no es cultiven).



- » Sobre el total del producte, limitació de l'origen petroquímic (llista d'ingredients autoritzats amb dosis màxima), que en definitiva ascendeix a aproximadament el 95% mínim d'ingredients d'origen natural.



- » Sobre el total del producte, limitació de l'origen petroquímic (llista d'ingredients autoritzats amb dosis màxima), que en última instància ascendeix al voltant de 95% mínim d'ingredients de d'origen natural.
- » 95% mínim d'ingredients orgànics en tots els ingredients que poden ser orgànics (com plantes, cera d'abelles, llet, etc.).
- » 20% mínim d'ingredients orgànics sobre el producte total (10% per productes d'esbandida i minerals; aigua i minerals considerats no orgànics perquè no es cultiven).

Aquí també podreu trobar productes amb les etiquetes ja explicades com : Eco Control, Vegan Society, USDA orgànic, Sol Organic Association, la AIAB.

9.3. Embalatge medicaments

SIGRE

El SIGRE és el sistema de recollida selectiva d'embalatges de medicaments, que ha posat en marxa la indústria farmacèutica



espanyola amb la col·laboració de les farmàcies i de la distribució per a facilitar que la ciutadania pugui deixar els embalatges buits amb o sense restes de medicaments així com els medicaments caducats que tenen a les seves llars.

<https://www.sigre.es/>



10. Etiquetes ecològiques tèxtils

10.1 La certificació del Cotó biològic

Es important detectar que moltes empreses tèxtils posen a les diferents peces de roba que el cotó és d'origen biològic però no està certificat.



Això no significa que no ho sigui realment biològic, però pot significar que no es respectin les condicions de treball o que es faci una sobreexplotació de la plantació.

Si tenim en compte els dos organismes independents que actualment certifiquen el cotó orgànic trobem: Organic Content Standards (OCS) i el Global Organic Textile Standard (GOTS).

http://aboutorganiccotton.org/wp-content/uploads/2016/08/AOC-OC_Certification_Standards_ES.png?x52442

Certificat OCS



El certificat OCS utilitza fibres orgàniques, un sistema de control de la cadena de valor amb un certificat transitari, no s'utilitzen cap químic o tractament d'aigües ja que no suposa un problema mediambiental ni social.

Normalment podem detectar a l'etiqueta el % de cotó orgànic utilitzat. Aquesta conté un mínim de 95% de fibres orgàniques certificades amb la de grau orgànic, mentre que aquelles amb material orgànic han de contenir no menys del 70% de fibres orgàniques certificades.

<https://www.mobiliariocomercialmaniques.com/blog/etiqueta-do-de-la-moda-sostenible/>



Certificat GOTS



El certificat GOTS utilitza fibres orgàniques, un sistema transitori però també utilitza químics que fan necessari el tractament d'aigües i polítiques mediambientals. Normalment podem detectar a l'etiqueta orgànic fet amb un % de cotó orgànic.

Aquesta certificació és d'aplicació mundial.

<https://www.global-standard.org/>

10.2. Slow Fashion



La Slow Fashion o moda ecològica és aquella que reivindica la necessitat de poder vestir-se i consumir roba amb un intercanvi més just entre les parts implicades en la producció i conscienciant a la persona consumidora dels beneficis d'aquest tipus de roba. Aquesta moda és l'antítesi de la moda que és industrialitzada o Fast Fashion.

<https://blog.oxfamintermon.org/moda-ecologica-slow-fashion-fast-fashion/>

La Fast Fashion és:

- » Consum de gran nombre de recursos, com quantitats ingents d'aigua. Per fabricar un texà es requereixen 3.000 litres d'aigua.
- » Degut a la producció elevada, es generen molts residus que cal gestionar. Moltes empreses no es desfan dels seus residus de manera ètica i responsable, si no que les llencen als rius i mars essent un impacte a la vida d'aquest ecosistema.
- » És passatgera. El seu objectiu és que la població compri una peça de roba que no té qualitat suficient perquè pugui durar varis anys, fomentant una roda de consum molt més gran.



- » Fa que l'abaratiment del producte s'aconsegueixi a través de mantenir unes condicions de treball injustes per a les persones que les fabriquen. Moltes hores de treball per un preu molt baix. Normalment la producció es realitza en països en vies de desenvolupament a un cost mínim, amb un gran impacte negatiu a les seves comunitats i sense respecte amb el medi ambient.

La Slow Fashion és:

- » Foment d'una actitud enfront el consum més responsable i ètic.
- » La moda ecològica dona suport a empreses amb poc personal i que fabriquen de manera local.
- » Aposten pel reciclatge i per adquirir productes de roba de segona mà, per donar encara més vida i aprofitar al màxim els recursos amb els què es van fer.
- » Incideix en que hem de donar les peces de roba que ja no utilitzem i que retornin al cercle d'ús.
- » Els materials de fabricació de la moda ecològica de primera mà són sostenibles.

Aquí podeu trobar un catàleg de marques que es regeixen per aquesta certificació SLOW FASHION.

<https://modaimpactopositivo.com/slowfashion-marcas-complementos-ropa-ecologica-online/>



10.3. Certificacions

OEKO-TEK



OEKO-TEK és un estàndard ecològic. Aquesta etiqueta de producte rastrejable per a tot tipus de tèxtil (com les peces de vestir i tèxtils de la llar) i productes de cuir (com peces, cuir acabat i semi acabat) inclosos els components no tèxtils (com la verificació de que un article ha sigut testat per detectar substàncies nocives). També es garanteix que el producte tèxtil o de pell ha sigut fabricat mitjançant processos sostenibles en condicions de treball socialment responsables.

Made in Green és una certificació ecològica i social de producte amb caràcter internacional, basat i fonamentat en els tres pilars següents:



- » Producte: Absència de substàncies nocives per a la salut a l'article tèxtil. Cal que el producte tingui el certificat Öko-Tex segons el estàndard 100.
- » Medi Ambient: Respecte al medi ambient als centres de producció on el producte hagi sigut fabricat. Cal un sistema de gestió ambiental ISO 14001, Öko-Tex 1000, EMAS o equivalent.
- » Criteris socials: Respecte als Drets Humans i els Drets Universals de les persones treballadores segons la Organització Internacional del Treball (OIT). El producte ha de ser fabricat en centres de producció on estigui implantat i auditat externament per una entitat independent de reconegut prestigi, un codi de conducta



i de responsabilitat social que reculli com a mínim l'estàndard definit per AITEX (CCRS-AITEX) basat en la norma internacional SA8000.

<https://www.oeko-tex.com/en/our-standards/made-in-green-by-oeko-tex>

Naturtextil IVN Best



Naturtextil IVN Best és el certificat més estricte. Totes les fibres han de ser de producció ecològica. Només permet algunes sintètiques en alguns accessoris. Només es pot blanquejar amb oxigen i prohibeix o restringeix de forma severa les substàncies catalogades per la legislació europea com a perjudicials per a la salut, incloses aquelles que s'utilitzen en la fase d'acabat del teixit (ja que si queden restes a la peça de roba, entren en contacte directe amb la pell) i les substàncies contaminants d'aigües residuals de les fàbriques (que són d'ús comú i que en alguns casos no poden eliminades en les plantes depuradores). Per tant, aquest segell també és el que més respecta les condicions laborals en tota la cadena productiva (sous, jornada laboral, mesures de seguretat i llibertat sindical, etc.).

<https://naturtextil.de/en/ivn-quality-seals/about-naturtextil-ivn-zertifiziert-best/>

Aquest segell de Naturleder, és per a peces de pell i és de la mateixa entitat que l'anterior i també és molt estricte.

<https://naturtextil.de/qualitaetszeichen/naturleder/>





L'etiqueta MADE-BY es basa en un sistema de classificació sobre tres criteris:

- » Condicions socials.
- » Ús de cotó ecològic certificat.
- » Impacte ambiental de les matèries primeres.

Les empreses col·laboradores es comprometen a aplicar un protocol que els permet evolucionar en aquests tres aspectes. Es publiquen els resultats de manera anual per a que les persones consumidores puguin veure la seva evolució.

Etiqueta Fair Share



Tots els productes que porten aquesta etiqueta porten un petit sobrepreu que s'afegeix directament al salari de les persones treballadores a la Índia. Aquesta proposta es va desenvolupar al 2016 per la marca londinenca CONTINENTAL CLOTHING.

<https://salon-cprint.es/fair-share-proyecto-basado-salarios-dignos/>

<https://www.continentalclothing.com/?setLng=es-ES>

També podeu trobar les etiquetes i logos de Krav, Ecolabel Europea i la de Comerç Just Fair Trade en productes tèxtils.



11. Certificació reciclatge



Aquests dos segells i estàndards el RCS (estàndard de reclam reciclat) i el GRS (estàndard global reciclat) són de caràcter internacional voluntari garanteixen que:

<https://textileexchange.org/standards/recycled-claim-standard-global-recycle-standard/>

- » Verificació del material reciclat.
- » Producció responsable.
- » Cadena de custòdia.
- » Certificació creïble.
- » Comunicació segura.
- » Participació de les persones interessades.

12. Etiquetes ecològiques per a productes de la Llar i construcció d'edificis:

12.1. Productes forestals sostenibles



Asociación
Española para
la Sostenibilidad
Forestal
Creciendo en
responsabilidad

La certificació PEFC assegura que els productes procedents dels boscos, no han estat obtinguts a partir de la tala il·legal, sinó que el procés ha estat gestionat de manera sostenible de cara a la conservació de la biodiversitat.

<https://www.pefc.es/>

Aquí podeu trobar un cercador de productes certificats amb PEFC.

<https://buscadorproductos.pefc.es/>



FSC Si compres aquests productes etiquetats amb FSC contribuiràs a la protecció dels boscos i àmbits rurals, protegint la fauna i la flora i ajudant a les persones treballadores del sector agrari.

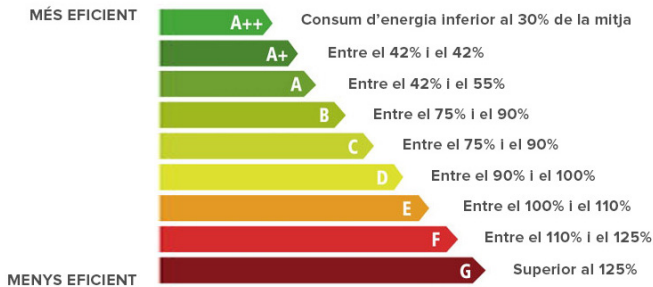
Alguns dels productes que podeu trobar són etiquetats de productes làctics, refrescos... i taps de suro d'ampolles de vi .

<https://es.fsc.org/es-es>

12.2. Etiqueta energètica europea

Per Electrodomèstics:

És una eina informativa que permet a la persona conèixer de forma ràpida la seva eficiència energètica. Va des del color verd i i la lletra A per als equips més eficients, fins al color vermell i la lletra, G per als equips menys eficients.



Per ampliar informació podeu consultar aquesta altra guia, la base dades d'IDAE que també publica eines informatives per a les les persones consumidores en la què es poden trobar electrodomèstics etiquetats amb i la classe A o superior, les seves característiques tècniques més rellevants actualitzada.

<https://www.idae.es/ca/guiaenergia/guia.html>



Per a Edificis:

Certificació Energètica d'Edificis
Indicador kgCO₂/m²



Aquesta etiqueta energètica ens representa a nivell gràfic el comportament energètic en referència al seu consum, demanda i emissions que produeix. Se li atorga una qualificació alfabètica que pot anar de la “A” a la “G”, essent A la millor i G la pitjor.

Es mesura el consum de calefacció, aigua calenta, ventilació, il·luminació entre d’altres segons KgCO₂/m² i kWh/m² i es comparen amb l’escala de valors.

12.3 Classificació edificis verds



El Sistema LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) és un procediment de classificació d’edificis verds que estableix unestandard de categorització voluntària i privat que promou l’adopció global de pràctiques de desenvolupament ecològica sostenible, a través d’eines i criteris de rendiment universalment entesos i acceptats.

<https://www.usgbc.org/leed>



13. Etiquetes ecològiques per a la mobilitat:



El Distintiu Ambiental és un adhesiu creat per a indicar els nivells de contaminació del teu vehicle especialment pensat per a grans ciutats. Això serveix per a controlar i restringir la circulació i l'estacionament de certs vehicles depenent dels nivells de contaminació registrats durant el seu període.

Aquest adhesiu és d'ús obligatori a ciutats com Madrid i Barcelona i s'ha d'enganxar al para-brises del teu vehicle, a la part inferior dreta. És important indicar que el no ús d'aquest tipus d'identificació pot comportar sancions. Accedeix aquí per aconseguir el teu amb el número de matrícula.

Aquí podeu trobar informació sobre la normativa europea sobre emissions dels vehicles

<https://www.pegatinasdirecciongeneraldetrafico.com/#section-1>

http://mediambient.gencat.cat/ca/05_ambits_dactuacio/atmosfera/emissions_industrials/normativa_europea_sobre_emissions_de_vehicles/

Per a més informació sobre conducció us podeu remetre a la [Guia de Conducció Eficient](#).

3

Consells de turisme sostenible

Que significa Turisme Sostenible o Turisme Responsable?

La definició de Turisme Sostenible segons la Organització Mundial del Turisme (OIT) és aquell que té plenament en compte les repercussions actuals i futures, econòmiques, socials i mediambientals per satisfer les necessitats de les persones visitants, de la indústria, de l'entorn i de les comunitats amfitriones.

Aquest doncs, és un turisme que:

- » Es gestiona a petita escala (restauració edificis existents) amb poca alteració del paisatge.
- » Amb inversors i operadors locals que compten amb una oferta especialitzada, normalment amb empreses inversores i operadors locals.

Recursos:

- » <http://www.coneixmon.org/ca/>
- » <https://www.tourismconcern.org.uk/>
- » <https://www.biospheretourism.com/>
- » <https://xarxanet.org/etiquetes/general/turisme-responsab>
- » <https://turismo.gob.es/es-es/estrategia-turismo-sostenible/Paginas/Index.aspx>



Per què Turisme Sostenible?

El Turisme es presenta com una via de desenvolupament però l'experiència demostra que no sempre es fa adequadament. Segons la manera de viatjar, el turisme pot afectar positivament o negativament la població i el medi del lloc visitat, produint impactes econòmics, socials i ambientals que poden ser molt greus.

El Turisme Sostenible aporta beneficis mediambientals, culturals, socials i econòmics:

- » Té un mínim impacte ambiental.
- » Afavoreix el consum responsable i el respecte al medi ambient.
- » Aconsegueix un desenvolupament equilibrat amb el medi ambient.
- » Genera beneficis econòmics dels recursos de flora i fauna, en benefici de les comunitats locals.
- » Vigila, avalua i gestiona els seus impactes
- » Respecta l'autenticitat sociocultural de les comunitats locals i contribueix al enteniment i la tolerància intercultural.
- » Promou la restauració, conservació i ús de jaciments arqueològics, monuments arquitectònics i qualsevol obra física d'interès col·lectiu i nacional.
- » Promou i valora les manifestacions culturals locals, regionals i nacionals.
- » Promou l'autoestima comunitària.
- » Integra les comunitats locals a les activitats turístiques.
- » Per les persones que el desenvolupen, és una experiència enriquidora, i fomenta unes pràctiques turístiques sostenibles en el seu propi entorn.
- » Destina part dels beneficis a la construcció d'obres d'interès comunitari.



- » Reactiva les zones rurals.
- » Dóna suport als Drets Humans i als Drets de les persones treballadores.
- » Millora la qualitat de vida de la població local.
- » Promou la millora de les infraestructures.
- » Genera llocs de treball locals, directament i indirectament.
- » Estimula el desenvolupament d'empreses turístiques.
- » Genera divises i subministra capitals a l'economia local.
- » Contribueix a la reducció de la pobresa.
- » Beneficia al desenvolupament harmònic i integral de tots els sectors de l'economia.
- » Potencia el consum de productes autòctons i naturals de les zones en les que es realitza.

Tu també pots posar un gra de sorra a favor d'un turisme més just. Amb la teva actitud pots afavorir que l'activitat sigui sostenible acceptant les ofertes més sostenibles i rebutjant les que tenen un impacte més negatiu i seguint els consells que et proposem.

<https://www.biospheretourism.com/es/blog/22-beneficios-del-turismo-sostenible/94>

<https://www.responsibletourismnstitute.com/es>

Quan i On?

Sempre i a tot arreu. Siguin vacances educatives, en família, viatges curts o llargs, viatges per descobrir, de feina o professionals; siguin dins o fora de la teva ciutat, comunitat o país.

Com ho podem fer?

“Gaudeix però no destrueixis”. Passejar sense destruir, visitar sense deixar petjada negativa, conèixer sense embrutar, i descobrir sense destrossar el medi ambient.



Manifest del viatger responsable

- » Planifica el teu viatge i sigues conscient dels riscos que suposa viatjar i pren les precaucions necessàries: Documentació, assegurances de viatge, controls mèdics. Segueix les recomanacions de les autoritats locals.
- » Si pots escull un destí poc habitual a les rutes turístiques i cerca informació de cultura, història, tradicions, cercant alternatives menys massificades.
- » Genera el menor impacte possible en el desplaçament al destí. Segons el transport que triïs realitzaràs una emissió diferent.
 - Si vas en avió, existeixen empreses que mostren les opcions de vol amb menor petjada de carboni.
 - Si agafes el tren, és el menys contaminant, Si disposes de temps i gaudeixes també dels paisatges.
 - Si tries ferry o creuer, és equiparable a les emissions d'un avió i donat el volum de persones a bord es genera un alt impacte d'aigües residuals.
 - Intenta triar l'autocar en lloc de cotxe particular o fes rutes en bici o caminant. Podràs també fer estalvi econòmic.
- » Fes la maleta amb allò indispensable. Inclou el menor número d'envasos possible per generar el mínim de residus i utilitza necesser transparent per evitar la bossa de plàstic als aeroports. Utilitza per exemple sabó en pastilla. No imprimeixis el bitllet, porta'ls al mòbil fent estalvi de paper.
- » Procura escollir un establiment turístic que hagi adoptat mesures per reduir l'impacte en el paisatge i en el medi ambient (arquitectura tradicional, estalvi en el consum d'energia i aigua, transport col·lectiu de hostes, etc.), així contribueixes a desenvolupar i incen-



titivar aquest tipus d'iniciatives. Pots triar hotels locals en comptes de grans cadenes hoteleres. Existeixen diverses certificacions de turisme sostenible per a triar les agències, tour operadors, lloguers sostenibles (Fairbnb) o hotels tipus eco hotel o eco ressort.(Travel Life, Biosphere o Rainforest Alliance). Consulta les webs abans d'escollir i cerca si tenen un decàleg o codi de bones pràctiques.

- » Fomenta el desenvolupament local del destí consumint productes i serveis locals. Impacta positivament amb la teva presència. Si consumeixes productes naturals de la zona, a més de gaudir de l'autèntica gastronomia local, faràs servir un ús del sòl compatible amb la conservació del medi ambient. Donaràs suport a l'emprenedoria local.
 - Menja en restaurants que ofereixin menjar i productes locals. Pots fixar-te si segueixen les sigles FLOSS (Fresh, Local, Organic, Seasonal and Sustainable) i si reciclen.
 - Contracta un o una guia local ja que ningú més coneix la zona, els paisatges, monuments i la fauna.
 - Sigues solidari. A banda de minimitzar el teu impacte, pots triar opcions solidàries a través d'ONGs que operen a la zona. Algunes plataformes com Trip Drop ofereixen contacte per a aportar a projectes solidaris sense intercanvis econòmics.
- » Fomenta altres maneres de fer Turisme com la proposta d'intercanvi de cases: Tu a casa meva i jo a la teva. Poden ser una vacances més econòmiques, amb un nivell de confort i comoditat, coneixent una cultura diferent sense sortir de casa i contribuint amb un impacte ambiental evitant la construcció massificada d'hotels en llocs turístics i evitant també la sobrecàrrega dels equipatges.



- » Minimitza el teu impacte. Consumeix de forma responsable i participa en la gestió sostenible dels recursos. Escull productes, serveis o experiències que garanteixin la gestió i l'ús intel·ligent i eficient dels recursos hídrics i energètics, consumint els que generen menor impacte en el medi i poden ser reciclables o reutilitzables. Evita el consum excessiu d'aigua i opta sempre per transport amb reducció o nul·les emissions contaminants. Calcula la teva petjada de carboni i compensa-la en la mesura de lo possible.
- » Adquireix exclusivament articles que no perjudiquin els ecosistemes locals i que no estiguin prohibits. Compra només allò que realment necessitis i promou la compra de la artesanía local a un preu just. Pots triar les compres en petits comerços o cooperatives.
- » Escull productes, serveis o experiències que potencien la sostenibilitat del destí a través del I+D+I. Prioritza aquells productes, serveis o experiències que sempre que sigui possible, incorporin noves tecnologies i mètodes innovadors que contribueixin a la sostenibilitat del destí a través de l'estalvi o millor ús dels recursos, la informació o la capacitat de comunicació.
- » Empatitza amb l'entorn, és a dir, posa't en la situació de les persones a les quals vas a visitar i els éssers vius que ens envolten, per a comprendre millor les seves reaccions davant la teva presència.
- » Comparteix i aprèn sobre la comunitat d'acollida respectant els seus valors i tradicions. Aprèn del que veus per a poder adaptar-te al nou entorn. Viatjar és la millor experiència d'aprenentatge si ho sabem aprofitar. Tots els llocs on viatgem conserven una història, una cultura i uns valors naturals i propis: Les persones que decidim fer turisme hauríem d'informar-nos sobre aquests aspectes, de forma que les nostres actituds i conductes no provoquin perjudicis sobre ells.



- » Demuestra paciència i comprensió davant situacions que et resulten estranyes o absurdes segons els teus estàndards.
- » Contribueix a la conservació, protecció i regeneració dels ecosistemes aquàtics i terrestres del destí. Respecta la fauna i la flora local no contaminant. Les zones naturals protegides es van crear per preservar els llocs i les espècies de gran valor ecològic i en moltes ocasions en perill d'extinció. La majoria d'elles compten amb centres d'acollida i d'interpretació que proporcionen les orientacions necessàries per valorar la seva importància i per gaudir més la visita. Gaudeix només d'aquells productes, serveis i experiències que garanteixin l'explotació sostenible dels recursos aquàtics i terrestres del destí i col·labora amb els programes de sanejament i neteja realitzats en el destí per evitar el deteriorament dels espais naturals i mantenir la biodiversitat.
- » No comercii amb espècies no autoritzades. No adquireixis mai records procedents d'espècies de fauna silvestre catalogades en el conveni internacional CITES: "No t'emportis el què no toca". Evita el maltractament animal o la destrucció de l'entorn.
- » Respecta la diversitat i no fomentis o participis en activitats discriminatòries. Afavoreix l'eliminació de barreres que limitin la integració de les persones per motius de gènere, origen, religió, orientació sexual, situació econòmica o altra condició, evitant llenguatge sexista, comentaris ofensius o la utilització d'etiquetes que poden contribuir a estereotipar negativament a aquests col·lectius. Facilita l'accés i la igualtat d'oportunitats a aquells que tinguin necessitats diferents en qüestions de mobilitat i comunicació, respectant els espais i serveis destinats per aquest ús. Educa i ensenya també, especialment als nens i nenes, en el respecte cap a la natura, les



persones i els pobles, i la seva identitat i patrimoni cultural.

- » Afavoreix la sostenibilitat del patrimoni i de les infraestructures del destí. Pren especial atenció en reconèixer com està gestionat el destí i quines infraestructures la componen: Edificis, transports, llars, espais públics. D'aquesta manera la teva visita podrà ser organitzada sense que suposi una alteració a la vida local, contribuint a la conservació dels atractius turístics, respectant les normes i els accessos dissenyats per a la seva protecció i preservació.
- » Fomenta el treball just, les condicions laborables dignes que respectin els drets de les persones treballadores. Verifica que els productes o serveis que consumeixen s'han produït en condicions laborables dignes i justes que integren a la població local o en risc d'exclusió social.

4

Guia de la conducció eficient

La conducció eficient és una nova modalitat de conduir el vehicle que té per objectiu aconseguir:

- » Un baix consum de carburant.
- » Una reducció de la contaminació ambiental.
- » Un major control de la conducció.
- » Una disminució dels riscos a la carretera.

Aquesta guia vol ser una eina pràctica i clara dels consells per a la teva conducció diària. Tot i que recomanem que sempre que puguis vagis a peu, amb bicicleta o transport públic per a evitar l'emissió de gasos d'efecte hivernacle (GEH). Una altra opció si has de comprar-te un cotxe, tria aquelles opcions del mercat de cotxes elèctrics. Valora segons la teva situació i ús quin tipus de cotxe et convé tenint en compte l'autonomia, la xarxa de càrrega, el tipus de connector, el consum i l'ús. Si no acabes d'estar convençut o convençuda sempre pots triar la opció de cotxes híbrids.

Manteniment i Pneumàtics:

- » Manté els vidres nets i evita posar objectes que puguin dificultar la teva visió i és important mantenir adequat el teu camp visual per a poder conduir amb anticipació i previsió.
- » Realitza un manteniment periòdic i correcte del cotxe, així milloraràs el rendiment, estalviaràs carburant i allargaràs la vida del teu vehicle a més d'estalviar diners.
- » Passa periòdicament la ITV.



- » Revisa amb regularitat el filtre d'aire com a mínim un cop l'any. Brut gasta més carburant.
- » Sempre que puguis, procura que els pneumàtics siguin estrets ja que a menys fregament menys consum.
- » La pressió correcta a les rodes permet una conducció més segura i redueix el consum.

Hàbits de conducció:

Fer un ús inadequat del vehicle implica més consum d'energia i un augment de les despeses:

- » Planifica els viatges per calcular el temps suficient d'arribada sense haver de córrer. També evitarem embussos i ens estalviarem fer quilometres de més.
- » Intenta sempre que puguis compartir vehicle així evitaràs que hi hagi un altre vehicle a la carretera, més seguretat, menys contaminació i més facilitat en trobar un pàrquing adequat.
- » Respecta els límits de velocitat: Conduir a velocitats altes augmenta el consum de combustible.
- » Condueix suaument. No abuis de l'acceleració ni de les frenades. Accelera progressivament i guarda les distàncies per evitar frenades brusques (conduir a velocitats altes augmenta el consum).
- » És important mantenir una distància de seguretat superior a l'habitual per a tenir un major temps de reacció en cas d'incidències del trànsit. Es recomana:
 - * A ciutat a 30 km/h, una distància de 30 metres de distància (2 segons).
 - * A la carretera no excedeixis de la velocitat marcada i desa una distància de 80 metres de distància (3 segons).



- » Contribuiràs també a evitar la contaminació acústica amb una conducció serena.
- » És recomanable mantenir una velocitat estable ens ajudarà a reduir el consum de carburant.
- » Els canvis de marxa innecessaris disparsen el consum de carburant. Vigila les revolucions del vehicle per tal de canviar de marxa quan el vehicle ho demani.
- » És recomanable anar amb marxas llargues i revolucions baixes, no apuris les marxas curtes (2000/2500 rpm benzina – 1500/2000 rpm gasoil).
- » Recorda que si no trepitges l'accelerador, tot mantenint una marxa engranada i una velocitat superior als 20 km/h, el consum de carburant és nul (en baixades, davant semàfors propers,...).
- » En els processos de desacceleració, intenta reduir la marxa el més tard possible.
- » Pneu el motor del cotxe si preveus una aturada superior als dos minuts.
- » No sobrecarreguis el cotxe i evita sempre que sigui possible l'ús d'elements que afectin l'aerodinàmica del vehicle. El sobrepès d'equipatge augmenta el consum.
- » Procura circular amb les finestres tancades i així evitem la resistència aerodinàmica que augmenta un 5% el consum.
- » Els elements elèctrics del cotxe també consumeixen. L'aire condicionat pot incrementar un 20% el consum i circular amb les finestres obertes un 5%.
- » Mai baixis una pendent en punt mort:



- * S'incrementa el consum de carburant anant en ralentí per contra del fre de mà que no suposa cap consum de carburant.
- * Resulta extremadament perillós doncs obliga als frens un major esforç i creant un desgast extra.



Eixos d'Identitat és una col·lecció de Plataforma Educativa que posa en paper recursos i materials transversals i de referència de les entitats que componen la xarxa i que en són trets identitaris.

Títols publicats:

1. Codi Ètic / Codi Ètic 01.a
2. Guia del llenguatge no sexista
3. Política de les entitats
4. Guia de mentoria
5. Codi de bon govern i bones pràctiques de gestió
6. Participació en la governança
7. Marc teòric
8. Pautes per una acció social inclusiva
9. Bases per la confecció d'un pla d'igualtat d'oportunitats
10. Guia de protecció de dades de caràcter personal
11. Diccionari de competències
12. Pla de voluntariat
13. Guia d'exemplaritat
14. Guia cap a la sostenibilitat ambiental i social

“El deure de tota persona
és retornar al món,
si més no, l'equivalent
del que n'ha agafat .”
Albert Einstein

“L'aigua i la terra,
els dos fluids essencials
dels que depèn la vida,
s'han convertit en llaunes
globals d'escombraries.”
Jacques Cousteau

Eixos — d'Identitat

