



22 APRILE 2021

## 51^ GIORNATA MONDIALE DELLA TERRA

### Connessi alla Terra

Ogni gesto è importante:  
anche noi possiamo fare la nostra parte.

**Per la salute del pianeta e nostra!**

Maratona online per la Giornata Mondiale della Terra  
con una lunga diretta multimediale.

Visualizzabile **Cliccando QUI**

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Milano  
Città Metropolitana

## Due dritte per noi!

Comprendere la connessione tra la salute umana e la salute del pianeta Terra è fondamentale per **prevenire e affrontare**, con approcci che riconoscono questo strettissimo legame, urgenti e complesse sfide globali come la crisi climatica, l'inquinamento atmosferico, la perdita di biodiversità.

Per garantire un futuro sano e sostenibile a tutti noi, alle nuove generazioni e al pianeta dobbiamo

### Agire subito invertendo la rotta

#### *Il cambiamento è possibile*

Nel 2009, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha proclamato il 22 aprile Giornata Internazionale della Madre Terra.

In tal modo, gli Stati membri hanno riconosciuto che la Terra e i suoi ecosistemi sono la nostra casa comune e hanno espresso la convinzione che sia necessario promuovere l'armonia con la natura **al fine di raggiungere un giusto equilibrio tra le esigenze economiche, sociali e ambientali delle presenti e delle future generazioni.**<sup>1</sup>

## Gli ambienti di vita e la salute

La salute si sviluppa nei contesti della vita quotidiana<sup>2</sup>, oggi è quanto mai necessario investire in una vita urbana sana e creare comunità sicure, inclusive, resilienti e sostenibili.

In Europa una parte significativa dell'onere delle malattie continua ad essere attribuita all'inquinamento ambientale derivante dall'attività umana<sup>3</sup>.

Occorrono azioni mirate per proteggere le fasce della popolazione più vulnerabili dai fattori di rischio ambientale<sup>4</sup> e ridurre le disuguaglianze; il periodo che va dal concepimento ai 2 anni di età è particolarmente importante: gli effetti di crescere in un contesto ambientale inquinato si possono ripercuotere nel corso di tutta la vita.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> <http://www.harmonywithnatureun.org/>

<sup>2</sup> La Dichiarazione di Shanghai e il Consenso sulle Città Sane 2016 <https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3088>

<sup>3</sup> <https://www.eea.europa.eu/publications/healthy-environment-healthy-lives>

<sup>4</sup> [More action needed to protect Europe's most vulnerable citizens from air pollution, noise and extreme temperatures](https://www.eea.europa.eu/publications/more-action-needed-to-protect-europe-s-most-vulnerable-citizens-from-air-pollution-noise-and-extreme-temperatures) — European Environment Agency (europa.eu)

<sup>5</sup> [https://www.epicentro.iss.it/materno/progetto-millegiorni?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=4marzo2021](https://www.epicentro.iss.it/materno/progetto-millegiorni?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=4marzo2021)

L'attuale pandemia COVID-19 e la crisi climatica hanno spinto a ripensare le città affinché siano più sane e vivibili, con una migliore qualità della vita.

**Ottenendo molti benefici per la salute umana e del pianeta.**

## L'inquinamento dell'aria

L'inquinamento atmosferico<sup>6</sup> è un grave problema di salute pubblica, nuoce alla salute umana<sup>7</sup> ad ogni età e in tutto il pianeta a livello globale, paneuropeo e locale, danneggia la vegetazione e gli ecosistemi<sup>8</sup>. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), l'inquinamento atmosferico costituisce il principale rischio ambientale per la salute<sup>9</sup> nella UE ed è uno dei principali fattori di rischio per le malattie croniche<sup>10</sup>. L'inquinamento atmosferico è causa di gravi danni alla salute e di morte prematura. Secondo le stime dell'Agenzia europea dell'ambiente ogni anno circa 400 000 europei muoiono prematuramente a causa della scarsa qualità dell'aria<sup>11</sup>. Secondo la relazione speciale (23/2018) della Corte dei Conti Europea la salute dei cittadini europei non è ancora sufficientemente protetta<sup>12</sup> dall'inquinamento atmosferico e secondo la **First WHO Global Conference on Air Pollution and Health (Ginevra, 2018)**<sup>13</sup> tutti i paesi e le città dovranno raggiungere i livelli delle linee guida sulla qualità dell'aria dell'OMS.

Tra le persone maggiormente sensibili e vulnerabili all'inquinamento atmosferico<sup>14</sup> vi sono **i bambini**: la qualità dell'aria è importante per un normale sviluppo dell'apparato respiratorio e neuro-cognitivo nei piccoli<sup>15</sup>.

Nel sito web del progetto **I primi mille giorni** <https://millegiorni.info/per-i-genitori/promozione-della-salute/> trovi informazioni in merito.

L'inquinamento atmosferico<sup>16</sup> riguarda l'aria esterna (outdoor) ed interna (indoor<sup>17</sup>): es. casa, lavoro, scuola. E' pertanto necessario migliorare la qualità dell'aria anche degli ambienti chiusi in particolare se frequentati dai bambini.

**? Sai che** Il fumo di sigaretta nuoce gravemente alla salute, inquina l'aria e l'ambiente.

Ad esempio, Il Comune di Milano il 20 dicembre 2020 ha pubblicato [il Regolamento per la qualità dell'aria, entrato in vigore il 19 gennaio 2021](#).

<sup>6</sup> [https://www.who.int/health-topics/air-pollution#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/air-pollution#tab=tab_1)

<sup>7</sup> <https://www.eea.europa.eu/it/themes/air/intro>

<sup>8</sup> <https://www.eea.europa.eu/soer/2015/europe/air>

<sup>9</sup> <https://op.europa.eu/webpub/eca/special-reports/air-quality-23-2018/it/>

<sup>10</sup> [https://www.who.int/airpollution/events/conference/AP\\_exposure\\_and\\_NCDs\\_background.pdf?ua=1](https://www.who.int/airpollution/events/conference/AP_exposure_and_NCDs_background.pdf?ua=1)

<sup>11</sup> <https://www.eea.europa.eu/it/segnali/segnali-2020/articles/una-piu-elevata-qualita-dell2019aria>

<sup>12</sup> <https://op.europa.eu/webpub/eca/special-reports/air-quality-23-2018/en/>

<sup>13</sup> <https://www.who.int/phe/news/clean-air-for-health/en/>

<sup>14</sup> <https://millegiorni.info/tematiche/inquinamento/>

<sup>15</sup> <https://millegiorni.info/2020/03/13/le-azioni-per-proteggerci-dallinquinamento/>

<sup>16</sup> [http://www.salute.gov.it/portale/salute/p1\\_5.jsp?lingua=italiano&id=186&area=Vivi\\_sicuro](http://www.salute.gov.it/portale/salute/p1_5.jsp?lingua=italiano&id=186&area=Vivi_sicuro)

<sup>17</sup> [http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2\\_4.jsp?lingua=italiano&area=indor](http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2_4.jsp?lingua=italiano&area=indor)

? **Sai che** il Regolamento per la qualità dell'aria del Comune di Milano, all'Art. 9 "FUMO ALL'APERTO" pone dal 19 gennaio 2021:

### **Il Divieto di fumo**

- Aree destinate al verde pubblico salvo in luoghi isolati ove sia possibile il rispetto della distanza di almeno 10 metri da altre persone.
- Aree attrezzate destinate al gioco, allo sport o alle attività ricreative dei bambini (già previsto nel Regolamento del Verde).
- Presso le FERMATE dei mezzi pubblici (raggio di 10m).
- Strutture sportive (es. spalti), ecc.

## **Tutti possiamo fare qualche cosa per un ambiente migliore e un'aria più pulita**

"...Gli interventi che possono ridurre l'inquinamento atmosferico e migliorare la salute degli individui devono necessariamente combinare cambiamenti nei comportamentali individuali con interventi basati su politiche nazionali e regionali e sulle infrastrutture: dalla costruzione di piste ciclabili allo sviluppo di spazi verdi nelle aree urbane." Esposizioni ambientali e salute <https://millegiorni.info/>

## **Il riscaldamento globale (Global Warming) e la crisi climatica**

Sul clima e i suoi cambiamenti - già in atto - la comunità scientifica possiede numerose conoscenze, dati, informazioni che periodicamente vengono riassunti nei rapporti dell'**IPCC (Comitato Intergovernativo dell'ONU sui Cambiamenti climatici)** e messi a disposizione dei decisori politici.

Nel 2018 l'IPCC ha pubblicato il [Rapporto Speciale Global Warming of 1,5°C](#).

Dal periodo preindustriale la temperatura media globale della Terra è aumentata di circa 1°C. Anche tu avrai visto immagini o ascoltato, per esempio, notizie su record di calore, sulla maggior frequenza di ondate di calore, di incendi boschivi e siccità, di eventi meteorologici estremi o della fusione dei ghiacciai.

**Questi sono solo alcuni fatti che mostrano la crisi climatica in atto.  
E' urgente agire! .....Con strategie di mitigazione e di adattamento.**

✓ Dal sondaggio "**People's Climate Vote**" è emerso che gli intervistati giudicano il cambiamento climatico come una emergenza globale e chiedono ai loro politici di affrontarlo.<sup>18, 19</sup>

<sup>18</sup> <https://news.un.org/en/story/2021/01/1083062>

<sup>19</sup> <https://www.undp.org/content/undp/en/home/librarypage/climate-and-disaster-resilience-/The-Peoples-Climate-Vote-Results.html>

✓ In Italia, l'indagine Istat **"Aspetti della vita quotidiana- Bes 2020"** documenta come, a partire dal 2015, è cresciuto in modo costante il numero di cittadini che esprimono preoccupazione per i cambiamenti climatici e l'effetto serra <https://www.istat.it/it/files//2021/03/10.pdf> e tra i giovani cresce anche la preoccupazione per la perdita di biodiversità.

E' necessario:

**Agire subito e rapidamente per ridurre le emissioni di gas serra in linea con gli obiettivi dell'Accordo di Parigi.**

? **Sai che** possiamo abbattere sia le emissioni dei gas serra e sia quelle degli inquinanti atmosferici **con benefici per la salute umana e del Pianeta!**

? **Sai che** sono in corso politiche e azioni a livello globale **per azzerare entro il 2050 le emissioni di gas serra.**

? **Sai che** molti sono i benefici di **alberi, foreste, suolo<sup>20</sup>, biodiversità<sup>21, 22</sup>.**

Le **foreste** ospitano circa 80% di tutte le specie selvatiche terrestri. Il loro sfruttamento danneggia le comunità forestali, il clima e contribuisce alla perdita di **biodiversità<sup>23, 24</sup>**.

Vi sono specie di alberi che assorbono gli inquinanti dell'aria, gli alberi contrastano le isole di calore della città, assorbono CO<sub>2</sub> dall'atmosfera (ne assorbono di più quando sono maturi) e la immagazzinano al loro interno contribuendo **a mitigare il cambiamento climatico.**

Il **verde urbano** aumenta le opportunità di praticare **attività fisica**, di **giocare**, favorisce le **relazioni** sociali, il benessere psico-fisico, riduce l'inquinamento acustico, [influenza positivamente la salute dei bambini.](#)

Alcuni tipi di piante possono essere fonte di allergeni (pollini) e provocare in persone allergiche riacutizzazioni di asma e allergie<sup>25</sup>. Per maggiori informazioni **consulta il Pediatra o il Medico di Medicina Generale.**

## Le risorse del nostro Pianeta sono limitate

? **Sai che** l'Earth Overshoot Day<sup>26,27</sup> o Giornata del Debito Ecologico è il giorno del sovra sfruttamento delle risorse terrestri : indica cioè il giorno dell'anno nel quale l'umanità ha consumato interamente le risorse prodotte dal pianeta nell'intero anno.<sup>28</sup>

Ogni anno l'Earth Overshoot Day cade un poco prima e il conto va in rosso: eccezione è stato il 2020.

---

<sup>20</sup> <https://projects.au.dk/soil-matters/>

<sup>21</sup> [Strategia dell'UE sulla biodiversità per il 2030 | Commissione europea \(europa.eu\)](#)

<sup>22</sup> [Tutelare la biodiversità in Europa: la strategia dell'UE | Attualità | Parlamento europeo](#)

<sup>23</sup> <https://news.un.org/en/story/2020/05/1064782>

<sup>24</sup> <https://ipbes.net/glossary/biodiversity>

<sup>25</sup> <https://millegiorni.info/2020/01/28/pollini-e-verde-urbano-le-azioni-salutari/>

<sup>26</sup> <https://www.overshootday.org/partner-events/>

<sup>27</sup> <https://www.overshootday.org/kids-and-teachers-corner/lesson-what-day-is-earth-overshootday/>

<sup>28</sup> <https://www.isprambiente.gov.it/it/archivio/notizie-e-novita-normative/notizie-ispra/2020/08/earth-overshoot-day-2020>

## L' Emissions Gap Report 2020<sup>29</sup>

? Sai che dopo un calo temporaneo, le emissioni di gas serra stanno raggiungendo i livelli pre-pandemici<sup>30</sup> e l'**Emissions Gap Report 2020** dell'UNEP rileva che, nonostante questo calo, il mondo in questo secolo si sta dirigendo verso un aumento della temperatura superiore ai 3 °C, ben oltre gli obiettivi dell'Accordo di Parigi volti a limitare il riscaldamento globale **ben al di sotto dei 2 °C rispetto al periodo pre-industriale e a perseguire 1,5 °C**.

Il Rapporto identifica le misure<sup>31</sup> per **dare la priorità a una ripresa ecologica**.

Secondo il rapporto, la speranza **risiede in una ripresa verde e in crescenti impegni per emissioni nette zero entro il 2050**.

Puoi guardare il video qui <https://www.youtube.com/watch?v=1KBpiPUVQ08&t=12s> e l'[Emissions Gap Report 2020](#) in modalità interattiva.

## Il Manifesto OMS for a HEALTHY RECOVERY FROM COVID-19

L'Organizzazione Mondiale della Sanità il 26 maggio 2020 ha redatto un Manifesto "[Prescriptions for a Healthy and Green Recovery](#)" con alcune prescrizioni per una ripresa sana e verde post-COVID-19:

1. Salvaguardare la natura
2. Garantire l'accesso all'acqua pulita
3. Garantire una transizione energetica rapida e sana<sup>32</sup>
4. Promuovere sistemi alimentari sani e sostenibili
5. Costruire città sane e vivibili
6. Stop agli incentivi ai combustibili fossili<sup>33</sup>

Le **AZIONI UTILI** "[ACTIONABLES FOR A HEALTHY RECOVERY FROM COVID-19 Actionables to the prescriptions of the WHO Manifesto](#)"

Il 23 luglio 2020, l'OMS ha pubblicato un set di azioni fondamentali, attuabili secondo il Manifesto "**Prescriptions for a healthy and green recovery from COVID-19**", per ottenere un ambiente più sano.

La loro priorità dipende dal contesto e dalla situazione locale.

<sup>29</sup> <https://www.unep.org/emissions-gap-report-2020>

<sup>30</sup> <https://www.snpambiente.it/2020/09/15/united-in-science-2020-nuovo-rapporto-sullemergenza-climatica/>

<sup>31</sup> <https://www.unep.org/interactive/emissions-gap-report/2020/>

<sup>32</sup> <https://news.un.org/en/story/2020/12/1079012>

<sup>33</sup> <https://news.un.org/en/story/2021/03/1086132>

## La COP26 e la Conferenza preparatoria (preCop26) con l'evento giovani

? **Sai che** la prossima Conferenza globale sulla salute e il cambiamento climatico (COP26) della Convenzione delle Nazioni Unite sul Cambiamento Climatico (UNFCCC) si terrà nel mese di Novembre 2021 a Glasgow, UK.

Il tema generale della conferenza sarà il recupero sano e verde. Qui trovi le informazioni <https://www.minambiente.it/pagina/cambiamenti-climatici-la-cop26-glasgow-dal-1-al-12-novembre-2021>.

? **Sai che** la Conferenza Preparatoria (PreCop26) alla Conferenza globale sulla salute e il cambiamento climatico e l'evento internazionale dedicato ai giovani "Youth4Climate: Driving Ambition" si terranno a Milano da fine settembre 2021. Trovi informazioni nel sito web [miniambiente.it](http://miniambiente.it)

? **Sai che** il Green Deal europeo è un programma politico globale con l'obiettivo di raggiungere entro il 2050, attraverso una giusta transizione, un'economia a impatto zero e sostenibile, e fornisce un piano d'azione per:

- ✓ Promuovere l'uso efficiente delle risorse passando a un'economia circolare e pulita
- ✓ Ripristinare la biodiversità e ridurre l'inquinamento

## L'Unione Europea mira a essere climaticamente neutra entro il 2050

### L'economia circolare

? **Sai che** a marzo 2020 la Commissione europea ha adottato il nuovo piano d'azione per l'economia circolare (CEAP)<sup>34</sup>

? **Sai che** il riciclo determina grandi risparmi nel consumo di energia e nell'emissione di gas serra

? **Sai che** secondo la strategia delle *4R Riduzione, Recupero, Riciclo, Riuso* è fondamentale la prevenzione della produzione del rifiuto.

■ Ciascuno può dare il proprio apporto!

■ La produzione e il consumo meno impattanti sono quelli che non si fanno!

<sup>34</sup> [Circular economy action plan \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/economy_finance/circular_economy_action_plan_en)

## La strategia “Farm to Fork”<sup>35</sup> “Dalla Fattoria alla Tavola”

? **Sai che** la strategia **Farm to Fork** mira ad accelerare la transizione verso un sistema alimentare sostenibile ed è un'opportunità per migliorare gli stili di vita, la salute e l'ambiente.

La creazione di un ambiente alimentare favorevole che faciliti la scelta di diete sane e sostenibili andrà a beneficio della salute dei consumatori e della qualità della vita e ridurrà i costi sanitari per la società.<sup>36</sup> (Farm to Fork Strategy)

## Green City Accord<sup>37</sup> Città Sane e Pulite per l'Europa

? **Sai che il Green City Accord** è una iniziativa della Commissione europea per rendere le città più verdi, pulite e più sane.

Firmando l'accordo, le città si impegnano ad intensificare gli sforzi in cinque aree chiave di gestione ambientale:

- ✓ Aria
- ✓ Acqua
- ✓ Natura e biodiversità
- ✓ Economia circolare e rifiuti
- ✓ Rumore

## Politiche di mitigazione e di adattamento

? **Sai che** le strategie per contrastare i cambiamenti climatici e ridurre gli impatti diretti e indiretti sono dette: politiche di mitigazione e di adattamento.

La **mitigazione** si riferisce alle azioni per ridurre le emissioni di gas serra.

Per quanto riguarda l'**adattamento**, la Commissione europea il 24 febbraio 2021 ha adottato una [nuova strategia dell'Ue sull'adattamento ai cambiamenti climatici](#).

---

<sup>35</sup> [Farm to Fork Strategy | Food Safety \(europa.eu\)](#)

<sup>36</sup> [f2f\\_action-plan\\_2020\\_strategy-info\\_en.pdf \(europa.eu\)](#)

<sup>37</sup> [https://ec.europa.eu/environment/topics/urban-environment/green-city-accord\\_en](https://ec.europa.eu/environment/topics/urban-environment/green-city-accord_en)

- ✓ Il **Piano Nazionale di Adattamento ai Cambiamenti Climatici** (PNACC), finalizzato alla attuazione della Strategia Nazionale, è lo strumento per affrontare tali impatti.

Qui <https://www.minambiente.it/pagina/piano-nazionale-di-adattamento-ai-cambiamenti-climatici>

## ? **Conosci** gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG) dell'[Agenda 2030 dell'ONU](#)

Sono 17 da raggiungere entro il 2030 e rappresentano obiettivi comuni: riguardano tutti i Paesi e tutti gli individui.

Le cinque "P" dello sviluppo sostenibile<sup>38</sup> :

- ✓ Persone
- ✓ Prosperità
- ✓ Pace
- ✓ Partnership
- ✓ Pianeta

“La Dichiarazione di Ostrava, approvata nel giugno 2017 dai Ministri della salute e dell’ambiente degli Stati membri della Regione europea dell’OMS durante la Sesta Conferenza ministeriale su ambiente e salute, riconosce che il benessere delle popolazioni è strettamente legato agli obiettivi dell’Agenda 2030 e agli obiettivi dell’Accordo di Parigi sul clima del 2015.” Piano Nazionale Prevenzione (PNP) 2020-2025

## **Lo strumento di recupero e resilienza<sup>39</sup>**

Per contribuire a riparare i danni economici e sociali causati dalla pandemia COVID-19, la Commissione europea, il Parlamento europeo e i leader dell'UE hanno concordato un piano di ripresa che aiuterà l'UE ad uscire dalla crisi e getterà le basi per un'Europa più moderna e sostenibile. ([Piano per la ripresa dell'Europa](#))

**Se vuoi sapere in cosa consiste** “Lo strumento di recupero e resilienza della UE” qui trovi la scheda informativa [2020mff\\_covid\\_recovery\\_factsheet.pdf \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/info/business-economy-euro/recovery-coronavirus/recovery-and-resilience-facility_en2)

- ✓ L'Italia sta aggiornando il **Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR)**: uno strumento fondamentale per l’ottenimento dei fondi EU che verrà consegnato alla Commissione europea entro la fine di aprile 2021.

<sup>38</sup> [https://www.minambiente.it/sites/default/files/archivio/gli\\_obiettivi\\_dello\\_sviluppo\\_sostenibile.pdf](https://www.minambiente.it/sites/default/files/archivio/gli_obiettivi_dello_sviluppo_sostenibile.pdf)

<sup>39</sup> [https://ec.europa.eu/info/business-economy-euro/recovery-coronavirus/recovery-and-resilience-facility\\_en2](https://ec.europa.eu/info/business-economy-euro/recovery-coronavirus/recovery-and-resilience-facility_en2)

## **SI! Anche noi possiamo agire**

### **Azioni individuali, famigliari, della comunità**

“Occorre sviluppare un’educazione trasformativa ai cambiamenti climatici, attraverso l’assunzione di responsabilità individuale e collettiva, il coinvolgimento della scuola e potenziamento sociale e politico, per attuare un’azione congiunta ed efficace” nuovo LESSICO e NUVOLE: le parole del cambiamento climatico Nuova Edizione, 2020

Abbiamo bisogno di **CAMBIARE CULTURA** per contribuire e sostenere il processo trasformativo in corso e cambiare rotta verso stili di vita e di consumo più sostenibili.

## **SI! Inventi e trasformi la tua giornata**

### **Sai che puoi ...**

- ✓ scegliere di avere uno stile di vita rispettoso della salute e dell’ambiente
- ✓ fare scelte di consumo in modo critico e consapevole
- ✓ diffondere cultura per proteggere la salute umana e degli ecosistemi
- ✓ diffondere buone pratiche

**..... partecipare!**

## Qualche esempio...

(ma puoi trovarne molti altri)

1. **Informati** per conoscere;
2. **scegli di essere cittadino attivo** : puoi partecipare attivamente con gruppi della società civile che nascono dal basso, ad attività di scienza partecipata; informarti se il tuo comune ha avviato percorsi partecipativi per dare voce ai cittadini; ...
3. **chiedi al tuo Comune se ha aderito al Patto dei Sindaci** <https://www.pattodeisindaci.eu/it/>;
4. **informati sulle decisioni** del tuo Comune e degli altri enti preposti, ad esempio su la produzione di energia da fonti rinnovabili, il piano del verde urbano, il piano del traffico (tenga conto delle esigenze dei bambini), la mobilità sostenibile (piste ciclabili,...), il piano della qualità dell'aria, ...;
5. **collabora presso la scuola** dei tuoi figli o nipoti ad esempio per attivare il Pedibus, chiedere- assieme agli altri genitori- la creazione di percorsi chiusi al traffico vicino alla scuola ...;
6. **sostieni la partecipazione** delle scuole ad attività e progetti di promozione della salute umana e del pianeta;
7. **promuovi nel tuo quartiere azioni di miglioramento** per la vostra comunità;
8. **ripensa** con la tua famiglia il modo in cui consumate energia per **consumarne meno**, per esempio: acquistate strumenti efficaci dal punto di vista energetico, spegnete tutte le luci quando non servono, staccate le spine, spegnete il computer, ...
9. **migliora l'efficienza energetica** della tua abitazione;
10. **rispetta e proteggi** le aree verdi della tua città, segnala eventuali carenze di manutenzione;
11. **segnala agli enti competenti i problemi ambientali** del tuo territorio se ne hai il sospetto; parlane/coinvolgi il tuo Medico di Medicina Generale;
12. **informati** sui livelli di inquinamento dell'aria nella tua città per proteggere la salute e pianificare le attività in particolare dei bambini nei giorni di elevato inquinamento atmosferico : consulta il sito di ARPA Lombardia qui <https://www.arpalombardia.it/Pages/Aria/qualita-aria.aspx> e **chiedi consiglio al Medico di Medicina Generale e al Pediatra di Libera Scelta**;
13. **scegli di camminare, andare in bicicletta**: chiedi agli amministratori della tua città percorsi sicuri ; **usa i trasporti pubblici e la mobilità condivisa**; **riduci** l'uso dell'auto; riduci i voli a quelli strettamente necessari,
14. **adotta la raccolta differenziata domestica; preferisci l'acquisto di prodotti con minor imballaggi, conferisci i farmaci scaduti** negli appositi cassonetti per la raccolta dei farmaci;
15. **adotta strategie di risparmio dell'acqua**;
16. **riduci gli sprechi** anche di **cibo**: acquista e cucina quello che ti serve, riutilizza il cibo avanzato; ..
17. **scegli una dieta sana**, acquista prodotti freschi, locali e di stagione, contribuisce così a ridurre le emissioni di CO2 dovute al trasporto;
18. **preferisci** prodotti per la pulizia di casa non tossici, a ridotto impatto ambientale;
19. **arieggia regolarmente la casa** (apri le finestre che danno su cortili interni anziché su strade trafficate e d'estate nelle ore più fresche);
20. ... **aggiungilo tu!**

# Avremo numerosi vantaggi e il nostro pianeta avrà molti benefici!

## Sai che...

Il **Patto per il clima europeo** vuole coinvolgere i cittadini per creare un'Europa più verde

- ✓ Il **Patto per il clima europeo**. Il 10 dicembre 2020 la Commissione europea ha varato il patto europeo per il clima, un'iniziativa a livello dell'UE che invita persone, comunità e organizzazioni a partecipare all'azione per il clima e a costruire un'Europa più verde. [qui](#) Il patto europeo per il clima: coinvolgere i cittadini per creare un'Europa più verde | Italia.

**Consapevolezza e azione!**

## Per approfondire

- ✓ One Health: un approccio e un metodo non più rinviabili di Flavio Lirussi, Erio Ziglio, *Scienza in rete*, <https://www.scienzainrete.it/articolo/one-health-approccio-e-metodo-non-pi%C3%B9-rinviabili/flavio-lirussi-erio-ziglio/2021-02-08>
- ✓ La Dichiarazione di Shanghai sulla promozione della salute nell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile [https://www.dors.it/documentazione/testo/201711/Dichiarazione%20Shanghai\\_DoRS.pdf](https://www.dors.it/documentazione/testo/201711/Dichiarazione%20Shanghai_DoRS.pdf)
- ✓ [SEGNALI EEA 2020 - Verso un'Europa a inquinamento zero — Agenzia europea dell'ambiente](https://www.eea.europa.eu/it/segnali/segnali-2020/articles/una-piu-elevata-qualita-dell2019aria)
- ✓ <https://www.eea.europa.eu/it/segnali/segnali-2020/articles/una-piu-elevata-qualita-dell2019aria>
- ✓ Towards zero pollution in Europe European Environment Agency EEA <https://www.eea.europa.eu/signals/signals-2020/articles/towards-zero-pollution-in-europe>
- ✓ Strategia EU sulla biodiversità per il 2030 [Strategia dell'UE sulla biodiversità per il 2030 | Commissione europea \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip19_1931);
- ✓ Webinar 24/9/2019 CMCC- SISC "Il rapporto speciale IPCC su 1,5°C di riscaldamento globale: obiettivi, strumenti e fattibilità della decarbonizzazione" Stefano Caserini Docente di Mitigazione dei Cambiamenti climatici Politecnico di Milano [https://www.cmcc.it/wp-content/uploads/2019/10/Caserini-SR1.5\\_webinar.pdf](https://www.cmcc.it/wp-content/uploads/2019/10/Caserini-SR1.5_webinar.pdf)
- ✓ <https://news.un.org/en/story/2020/12/1079032>
- ✓ Accordo di Parigi <https://www.consilium.europa.eu/it/meetings/international-summit/2015/11/30/>;  
<https://unfccc.int/process-and-meetings/the-paris-agreement/the-paris-agreement>
- ✓ Lessico e nuvole: le parole del cambiamento climatico, Università di Torino, Nuova edizione [Lessico e Nuvole, online la seconda edizione | UniToGO](https://www.zenodo.org/record/4411111/files/lessico_e_nuvole_online_la_seconda_edizione.pdf), online gratuito [Lessico e nuvole: le parole del cambiamento climatico - II ed., Università di Torino | Zenodo](https://www.zenodo.org/record/4411111/files/lessico_e_nuvole_online_la_seconda_edizione.pdf)
- ✓ RAPPORTO IPCC "RISCALDAMENTO GLOBALE DI 1,5°C: SOMMARIO PER I DECISORI POLITICI" EDIZIONE ITALIANA , TRADOTTO DA SISC (SOCIETÀ ITALIANA PER LE SCIENZE DEL CLIMA)  
[HTTPS://WWW.SISCLIMA.IT/WALL/RAPPORTO-IPCC-RISCALDAMENTO-GLOBALE-DI-15C-SOMMARIO-PER-I-DECISORI-POLITICI-EDIZIONE-ITALIANA/](https://www.sisclima.it/wall/rapporto-ipcc-riscaldamento-globale-di-15c-sommario-per-i-decisori-politici-edizione-italiana/)
- ✓ Green Deal Europeo European Commission [Green Deal europeo | Commissione europea \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/green-deal/)
- ✓ <https://www.ipcc.ch/sr15/>
- ✓ <https://asvis.it/agenda-2030/#>
- ✓ <https://www.snpambiente.it/2020/07/22/consumo-di-suolo-dinamiche-territoriali-e-servizi-ecosistemici-edizione-2020/>
- ✓ Cop26 <https://ukcop26.org/it/iniziale/>
- ✓ Il Patto europeo per il clima [Patto climatico europeo | Azione per il clima \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip19_1931)
- ✓ Green City Accord [Green City Accord \(europa.eu\)](https://www.harmonywithnatureun.org/)
- ✓ <http://www.harmonywithnatureun.org/>
- ✓ Conferenza sul futuro dell'Europa [https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/new-push-european-democracy/conference-future-europe\\_en](https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/new-push-european-democracy/conference-future-europe_en)
- ✓ <https://www.ats-milano.it/portale/Promo-Salute/Interventi-di-ATS-dalla-A-alla-Z-Scuola/Piedibus>
- ✓ 170 azioni quotidiane per trasformare il nostro mondo  
[https://asvis.it/public/asvis2/files/Programmi\\_eventi/170Actions-\\_3rd\\_version\\_.FV\\_.IT\\_.pdf](https://asvis.it/public/asvis2/files/Programmi_eventi/170Actions-_3rd_version_.FV_.IT_.pdf)
- ✓ <https://www.amat-mi.it/>

Documento a cura di ATS della Città Metropolitana di Milano  
Salute e Ambiente

Aprile 2021

**Per informazioni:**

ATS della Città Metropolitana di Milano, UOC Salute e Ambiente,

e- mail: [saluteambiente@ats-milano.it](mailto:saluteambiente@ats-milano.it)

Tel. 02 8578.9556-9557-9554.

Via Statuto, 5 Milano.

Gesti quotidiani per rendere la vita sulla Terra più verde e sostenibile.