

Istruzioni per il calcolo dell'impronta ecologica

Il foglio excell contiene 3 tabelle: **tabella completa, bambini e tabella breve per adulti.**

Istruzioni per la Tabella completa:

- **Nelle colonna B, C e D devono essere inseriti i dati dei consumi annui o giornalieri o settimanali espressi in Kg o con altra misura se segnata (in rosso).** Nella colonna E compare il consumo annuo e nella F la relativa impronta ecologica per quel consumo.
- **Frutta e verdura non di stagione:** considerare il seguente calendario delle verdure per la Campania (per altre regioni la maturazione può essere un poco anticipata o ritardata)

specie	gen	feb	mar	apr	mag	giu	lug	ago	set	ott	nov	dic
cavolo										x	x	x
finocchi	x	x	x							x	x	x
carciofi	x		x	x						x	x	x
friarielli	x	x	x								x	x
broccoli	x	x	x	x						x	x	x
scarola	x	x	x	x							x	x
spinaci										x	x	x
bietola										x	x	x
ravanelli	x	x	x	x	x	x	x			x	x	x
romana						x	x	x		x	x	
asparagi				x	x	x						
carote				x	x	x						
fagiolini							x	x	x	x	x	
melanzane							x	x	x	x	x	
zucchini						x	x	x	x	x		
pomodori						x	x	x	x	x	x	
peperoni							x	x	x	x		
peperoncini							x	x	x	x		

- **Superficie dell'abitazione:** espressa in mq. Deve essere calcolata anche quella delle case di villeggiatura. Per il calcolo dell'impronta personale si deve dividere l'estensione della casa per gli abitanti.
- **Consumo elettrico:** il consumo elettrico base dei napoletani è di 1100 kWh/anno; indicare 1000 se si vive con altre persone. Se si ha lo scaldacqua elettrico, aggiungere 200, se si ha la lavastoviglie aggiungere 80; se si ha il forno elettrico, aggiungere altri 30 kWh; se si ha il condizionatore d'aria, aggiungere 60; se si adoperano piccoli elettrodomestici (tosatapanne, piastra, affettatrice, ecc.) aggiungere 30; se si hanno lampade ad alta efficienza sottrarre 30kWh
- **Consumo di gas:** il consumo base è di 150 mc/anno, aggiungere da 50 a 150 se si usa da poco a molto il riscaldamento a gas
- **Consumo d'acqua:** va espresso in mc. Il consumo base è di 90 mc/anno. Se si fa il bagno invece della doccia aggiungere 20; se si possiede un terrazzo aggiungere 40. Se si lascia il rubinetto aperto quando ci si lava i denti altri 3 mc. Si ricordi che un rubinetto butta circa 25-30 litri d'acqua al minuto e che un mc è pari a 1000 litri.
- **Legno:** considerare il peso dei mobili diviso la loro durata; se si ha un caminetto considerare il legno in esso bruciato; se si ha una barca di legno considerare anche il suo peso.
- **Trasporti:** vanno indicati i Km percorsi.
- **Indumenti:** considerare il peso degli indumenti comprati in un anno. Si consideri che, per quanto riguarda il **cotone**, un pantalone pesa 0,3 Kg, una camicia 0,2, un lenzuolo 0,5; per la **lana**, un pantalone pesa 0,5, un maglione 0,4, un cappotto 2 Kg.
- **Carta:** considerare che un quotidiano pesa 0,2 Kg, un settimanale 0,4 Kg, considerare anche fazzolettini, tovaglioli, quaderni, risme di carta e imballaggi
- **Metallo:** calcolare il metallo dell'auto (1000-1500 Kg) e degli elettrodomestici (1 Kg i piccoli elettrodomestici, 50 Kg i grandi), dividendone il peso per gli anni di durata, nonché il consumo di lattine e scatole.
- **Plastica:** una bottiglia pesa 0,05 Kg, considerare anche piatti e bicchieri di plastica, e vari utensili (dalla penna al computer, dal telefonino ai CD, dai giocattoli al pile), nonché gli imballaggi. Se si ha un barca di vetroresina considerare anche il suo peso.
- **Vetro:** una bottiglia pesa 0,4 Kg, un barattolo 0,3 Kg
- **Bucato:** va espresso in Kg (un bucato in lavatrice 5 Kg). Per il calcolo dell'impronta ecologica personale dividere il peso dei vari bucati per il numero di abitanti della casa.
- **Rifiuti:** va inserita solo la quota (in Kg) non riciclata. Considerare che un sacchetto di rifiuti pesa circa 1 kg.

- **Prodotti biologici, locali e surgelati** segnare un numero da 0 a 100 tenendo conto che 0 va indicato se non si acquistano mai prodotti biologici e 100 se si acquistano sempre la grande maggioranza dei prodotti (legumi, riso, pasta, olio, vino, caffè, verdure fresche ecc.).

Istruzioni per la tabella bambini

In questa tabella non bisogna indicare i Kg ma il **numero di volte** che si mangia o acquista un dato prodotto. Per la % di spreconeria elettrica indicare un numero tra 0 e 100 a secondo se non si è per niente attenti a risparmiare energia (luci lasciate accese, uso frequente di televisore, computer e altri apparecchi elettrici) o si è estremamente scrupolosi.

Istruzione per la tabella breve adulti

Anche in questa tabella si deve indicare il numero delle volte che si mangia o acquista un dato prodotto tranne che quando espressamente indicato. Per il resto valgono le stesse istruzioni per la tabella adulti completa.