

# TIPS-BUONE PRATICHE

**1.**

## Consuma pesce responsabilmente

Preservare gli oceani significa anche tutelare le creature che ci vivono, come i pesci. Acquista prodotti sostenibili sia sotto il profilo ambientale che sociale, prediligendo quelli provenienti da una pesca locale e artigianale a "miglio zero", anziché dalla pesca industriale intensiva. Scegli del pesce adulto, rispetta la stagionalità delle specie, e scopri nuovi sapori optando per quelle meno comuni.

Verifica sempre la presenza di un'etichetta e preferisci prodotti certificati o biologici.

**2.**

## Riduci lo spreco di plastica

La plastica nei mari è un grave problema, basti pensare che al centro dell'Oceano Pacifico c'è un'enorme isola galleggiante di rifiuti composta principalmente da plastica. Nel mondo, soltanto il 9% della plastica che si produce viene riciclata, e gran parte di quella smaltita erratamente finisce negli oceani impiegando anche fino a 1000 anni per degradarsi. Puoi aiutare l'ambiente acquistando detersivi e cibi sfusi privi di packaging, eliminando l'uso di stoviglie e posate monouso, e di buste di plastica. Scegli borse riutilizzabili e riadopera anche i contenitori di vetro. Rinuncia alle gomme da masticare, e bevi acqua di rubinetto!

PLASTIC  
FREE

**4.**

## Riduci il consumo di energia

La sopravvivenza delle specie marine è a rischio a causa dell'acidificazione degli oceani. Questo perché essi assorbono ben il 25% della CO<sub>2</sub> emessa dalle attività umane.

Tutti possiamo contribuire a diminuire le emissioni inquinanti, ad esempio lasciando a casa l'auto quando non è indispensabile, viaggiando sui mezzi pubblici o in bici, usando luci a LED, le scale al posto dell'ascensore, ed evitando in generale gli sprechi di energia elettrica.

**3.**

## Tutela le spiagge

Non abbandonare rifiuti nell'ambiente e invita gli altri a fare altrettanto. Quando ti unisci ai gruppi di pulizia delle coste, non calpestare e non strappare le piante nell'area dunale, pulisci i rifiuti dalla sabbia prima di buttarli, e non rimuovere i resti di Posidonia presenti sulla spiaggia. Ricorda che le pulizie vanno organizzate da fine estate a fine inverno, per evitare di arrecare danni ai nidi delle specie vulnerabili nidificanti come la tartaruga marina e l'uccello fratino.