

RESIDU ZERO



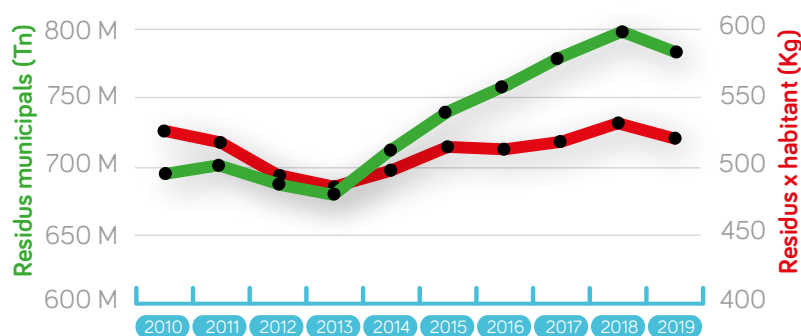
Què és la prevenció de residus?

Són mesures que permeten reduir la generació de residus i la seva perillositat per minimitzar els impactes negatius que suposen sobre el medi ambient, la salut humana i l'economia.

Per què urgeix prevenir residus a Balears?

Generació de residus

La generació de residus municipals ha augmentat un 13% des de l'any 2010



=



519 kg
anuals

Balears és la comunitat autònoma que més residus genera per càpita

El 41% dels residus municipals generats a Balears són de matèria orgànica



Orgànica

Envasos

Vidre

Paper

Tèxtil

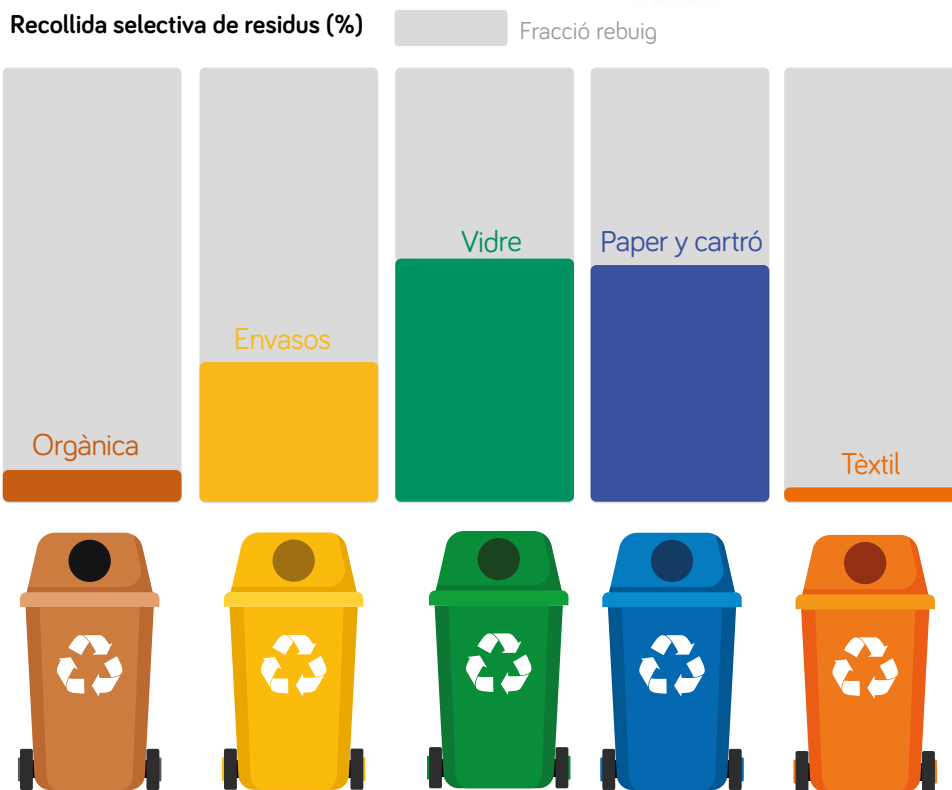
Altres

Recollida de residus



Només es recullen selectivament el 20% dels residus municipals generats a Balears

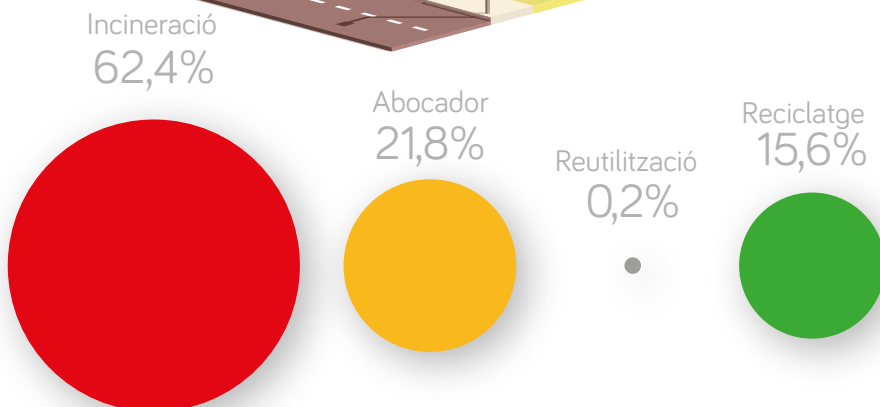
Per complir amb els objectius de la UE de 2025 s'haurien de recollir de forma selectiva el 55% d'aquests residus



Tractament de residus

El 84% dels residus municipals recollits a les Illes Balears acaben incinerats o en un abocador

Per complir amb els objectius de la UE per 2035 s'haurien d'eliminar en abocador com a màxim el 10% dels residus



Conseqüències

El 3,5% de los gases d'efecte hivernacle generats a les Illes Balears provenen del tractament de residus.



A l'àrea marina entre Mallorca i Menorca hi ha 3,7 tones de plàstics.

Un de cada sis peixos que habiten i que es comercialitzen a les Illes Balears conté microplàstics en el seu estómac.



L'any 2018, un gran nombre de municipis de Mallorca, amb nivells de recollida selectiva de residus per sota el 15%, van destinar entre un 7% i un 8% del seu pressupost municipal a pagar la incineració de residus.

Despesa de diners públics



Despesa de diners públics



Des de 2010 fins 2017 la quantitat de residus dipositats en abocadors ha augmentat més d'un 100%.

Abocador el Milà (Menorca)

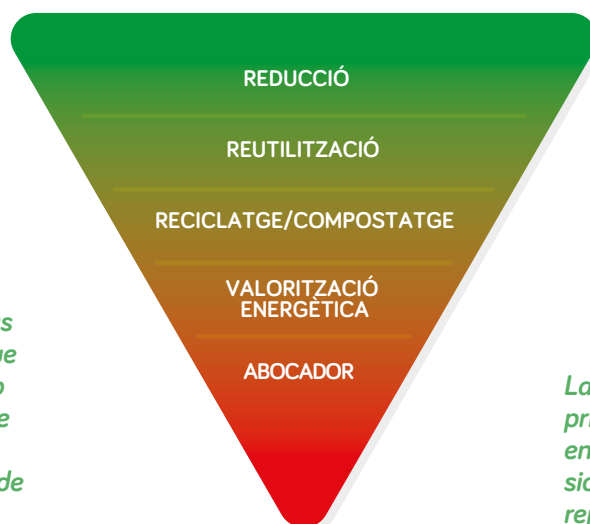


Però jo ja reciclo...

Convertir les deixalles en nous productes és fonamental: evita que es cremin o acabin en abocadors materials aprofitables i redueix la quantitat de matèries primeres necessàries per fabricar nous articles. A més, suposa un estalvi econòmic per als municipis, ja que redueix el cost de transport i tractament de les escombraries.

No obstant això, el reciclatge no és un procés miraculós. Després de dipositar-los al contenidor corresponent, els residus han de ser transportats (en diverses ocasions), separats, rentats i transformats per ser aprofitables. Uns passos en els quals se s'alliberen una gran quantitat de gasos d'efecte hivernacle i en els quals se sol degradar i perdre un

percentatge dels materials que es pretenen tornar a utilitzar. A més, en el cas dels plàstics, molts es converteixen en articles no reciclables que, a la fi de la seva vida útil, acaben incinerats o dipositats en abocadors.



Per tant, la separació de residus per al seu reciclatge, encara que és una acció imprescindible, no és suficient per frenar l'impacte ambiental, econòmic i de salut que suposen la gran quantitat de residus que generem.

La solució passa per incorporar i prioritzar les 'eres' més efectives en matèria de prevenció de residus: rebutjar, reduir, reutilitzar i reparar.

Què hi trobaràs en aquesta guia?

Informació sobre els problemes que causen els residus que generes en el teu dia a dia i solucions als mateixos, classificades pel seu nivell d'eficàcia. Perquè et resulti senzill realitzar algunes de les mesures plantejades, també disposaràs d'un apartat de material complementari. A més, trobaràs informació sobre les noves regulacions autonòmiques en matèria de residus.



Iconografia de la guia



Informació sobre els problemes que causen els residus que generes en el teu dia a dia



Mesures per prevenir residus

Nivell amateur

Nivell avançat

Nivell expert



Material i informació complementària



Informació sobre les regulacions de la Llei 8/2019, de 19 de febrer, de residus i sòls contaminats de les Illes Balears

Higiene



1. Higiene corporal i cosmètica

Productes



Només cal que entris en el bany, i comptis el nombre d'envasos d'un sol ús que tens, per adonar-te'n de la gran quantitat d'escombraries que generem quan ens netegem i empolainem. Uns residus als quals s'hi sumen els ingredients contaminants que solen contenir aquests productes, que, en molts casos, en no ser retinguts pels sistemes de filtració de les aigües residuals, acaben abocats

en el medi ambient. Actualment, s'estima que el 2% dels microplàstics alliberats en els oceans provenen d'articles d'higiene personal i cosmètics.

No fa falta embrutar tant per a cuidar-se.



Compra productes d'higiene corporal en envasos grans, preferiblement amb dispensadors, i que no vinguin embolicats en plàstic o un altre envàs superflu.

Mesura anterior + utilitza productes d'higiene i cosmètics econaturals certificats.

Tria o combina alguna de les següents opcions:

- Compra productes d'higiene i cosmètica a granel o en formats sòlids.
- Fets a les Illes Balears i econaturals.
- Fes-los tu mateix.



Què són i com distingir els productes d'higiene i cosmètica econaturals certificats?

Troba establiments on comprar productes d'higiene i cosmètica sostenibles

Receptes de productes d'higiene i cosmètica, recomanades per l'Associació Vida Sana

Sabies que, emprant xampús en envasos grans, una família pot estalviar aproximadament 90 € anuals i reduir un 42% la quantitat de residus generats.



A partir del 20 de març de 2021, queda prohibida la venda de productes cosmètics d'aclarit (pasta de dents, exfoliants, xampús, gels, etc) i de neteja de la llar que continguin microperles (microplàstics amb funcions exfoliants).

Esponges, manyoples i raspalls



La majoria d'aquests estris vénen envasats i estan fets de plàstic difícilment reciclable. A més, a mesura que es van fent servir, desprenen microfibrilles de plàstic que acaben contaminant el medi ambient, especialment la mar.

Hi ha maneres de netejar el cos menys contaminants.



Empra aquests utensilis fabricats a partir de cel·lulosa compostable. Els més populars són els que estan fets a partir de luffa: una planta que produeix un fruit amb una textura similar a la d'una esponja.

Mesura anterior + que estiguin fabricats el més a prop possible: Balears o l'Estat espanyol. També et pots animar a conrear aquesta planta i fer la teva pròpia esponja.



[Troba establiments on comprar accessoris d'higiene i cosmètica sostenibles](#)

Sabies que hi ha una varietat mallorquina de la Luffa (*Luffa cylindrica*)? En aquest [enllaç](#) trobaràs informació sobre on comprar-la i com cultivar-la.

Manteniment de l'esponja de Luffa:

- Aclarir després de cada ús, escórrer i deixar assecat a l'aire. Guardar en un lloc sec.
- Per eliminar eventuais bacteris es recomana, de tant en tant, ficar l'esponja humida al microones entre 10 i 20 segons.
- En cas de canviar de color o olorar malament, tira-la al cubell de la fracció orgànica o compostadora domèstica.

Fulles d'afaitar



Milers de milions de fulles d'afaitar de plàstic d'un sol ús, un utensili que actualment no es recicla, acaben tots els

anys cremades, en abocadors, o abandonades en l'entorn. Amb alguna de les següents alternatives pots contribuir a

reduir la gran quantitat de residus que genera aquest article d'higiene.



Evita les fulles d'un sol ús. Utilitza les que tinguin el mànec durador i les fulles reemplaçables.

Escull o combina alguna de les següents opcions:
- Fulles d'afaitar d'acer inoxidable amb fulla reemplaçable.

- Maquinetes elèctriques recarregables.



A partir del 20 de març de 2025 queda restringida la venda de maquinets d'afaitar d'un sol ús, excepte les d'ús socio-sanitari. A més, les que es comercialitzin hauran d'estar fetes amb materials reciclables.



Tovallolletes humides



Tirar-les pel vàter genera greus embussos que poden provocar abocaments d'aigües residuals sense tractament i importants sobrecostos de manteniment a la xarxa de clavegueram i depuradores. Per exemple a Palma, el 2018 es van retirar més de 1.000 tones de residus, molts d'ells de tovallolletes humides, que obstruïen la xarxa de clavegueram i depuradores. Aquesta feina va suposar un cost de 375.000 € en reparacions i gestió de residus. Adquirint algun dels següents hàbits pots contribuir a evitar aquesta despesa de diners públics i protegir el medi ambient.



No alimentis el monstre de la tovallolletes! No llencis les tovallolletes pel vàter. No hi ha cap marca ni cap tipus de tovallolleta que es puguin tirar pel vàter. Després de fer-les servir diposita-les al cubell d'escombraries.

Almenys en la llar, substitueix les tovallolletes humides per paper higiènic.

Almenys a la llar, no facis servir tovallolletes humides per netejar-te. En el seu lloc utilitza el bidet o una dutxa higiènica i tovallolletes reutilitzables



A partir del 20 de març de 2021, en els envasos i punts de venda de tovallolletes humides, s'ha d'informar sobre les dificultats que representa la gestió d'aquest residu i els seus efectes adversos sobre el medi ambient, en cas de llençar-les al vàter.



**No alimentis al Monstre
No tiris tovallolletes humides,
compreses ni altres residus
al vàter. Utilitza la paperera!**



Paper higiènic



Només a l'Estat espanyol fem servir 341.056 tones de paper higiènic a l'any, 81 rotllos de paper per persona. Aquest consum, juntament amb el de la resta de països de tot el món, és una les principals causes de la pèrdua de boscos boreals i de milions d'éssers vius, a més d'una font de generació de residus. Adoptant alguna de les següents mesures pots reduir o evitar els perjudicis ambientals associats a l'ús del paper higiènic.



**81
rotllos
anuals**



Compra paper higiènic en formats grans i amb el certificat FSC.

Compra el paper higiènic 100% reciclat i sense tints.

Utilitza el bidet o una dutxa higiènica per a reduir al mínim el teu consum de paper higiènic.



Què certifiquen les sigles FSC?

Garanteixen que el 100% del producte prové d'una gestió forestal sostenible. També hi ha el FSC mix que certifica que el producte pot provenir parcialment de material reciclat, boscos amb certificació FSC o de "fusta controlada".

2. Bolquers



Els bolquers d'un sol ús no són reciclables i són un dels productes que més residus generen a tot el món. A Balears, en el 2018, es van produir 9.567 tones de residus de bolquers: l'1.1% de totes les escombraries municipals generades. Per a evitar o reduir aquesta gran quantitat de residus et proposem els següents consells.



Compra paquets de bolquers de mida gran.



Mesura anterior + que els bolquers siguin ecològics certificats.



Empra bolquers de tela reutilitzables. Quan estiguis molt de temps fora de casa, si ho consideres necessari, pots optar per emprar bolquers d'un sol ús.



Emprant bolquers reutilitzables, durant els dos primers anys del bebè, evites tirar a les escombraries fins a 5.000 bolquers (més d'una tona de residus no reciclables) i pots arribar a estalviar fins a 1.000€.

Informació sobre l'ús i manteniment dels bolquers reutilitzables.

Els bolquers ecològics estan fets de materials més respectuosos amb el medi ambient, però NO són compostables.



3. Higiene menstrual

El que taca no és la sang



Durant 2018, a les Balears, es van consumir més de 132 milions d'unitats de productes menstruals, l'equivalent a generar 1.592 tones de residus no reciclables.



Escull o combina una de les següents opcions:



COPA MENSTRUAL

Recipient flexible, fet en la majoria de casos de silicona mèdica, que s'introdueix a la vagina per recollir el flux. Poden arribar a tenir una vida útil de 10 anys. Són rentables i reutilitzables.



COMPRESSES DE TELA REUTILITZABLES

Estan compostes per diverses capes de teixits absorbents que retenen el flux menstrual i una capa impermeable per evitar que traspassi la roba interior. S'uneixen a la roba interior mitjançant fermalls de pressió o velcro. Són rentables i reutilitzables.



CALCES MENSTRUALS

Absorbeixen i retenen el flux menstrual mitjançant una sèrie de capes, de cotó i materials impermeables i antibacterians, disposades a la zona de l'entrecreix. Són rentables i reutilitzables.



Ús i manteniment de la copa, calces i compreses menstruals.

Una dona que utilitza la copa menstrual, en lloc d'articles menstruals d'un sol ús, pot estalviar-se, al llarg de tota

la seva vida fèrtil, 2.350 € i evitar generar 179 kg de residus no reciclables.

Cost econòmic dels productes menstruals

Cost ambiental dels productes menstruals

	Preu mitjà per unitat (€)	Costos totals (€)	Costos anuals (€)	Estalvi econòmic total (€)	Estalvi econòmic anual (€)	Residus totals (Kg)	Residus a l'any (g)	Residus estalviats (Kg)	Residus estalviats a l'any (Kg)
Compreses i tampons d'un sol ús	0,15	2500,00	69,44	0	0	179,71	4992,00	0	0
Calces menstruals	30	1440,00	40,00	1060,00	29,44	3,84	106,67	175,87	4,88
Compreses de tela reutilitzables	10	960,00	26,67	1540,00	42,78	2,4	66,67	177,31	4,92
Copa menstrual	25	144,00	4,00	2356,00	65,44	0,14	4,00	179,56	4,98

Dades de la Guia cap a una menstruació residu zero, elaborada per Rezero.

4. Higiene bucal

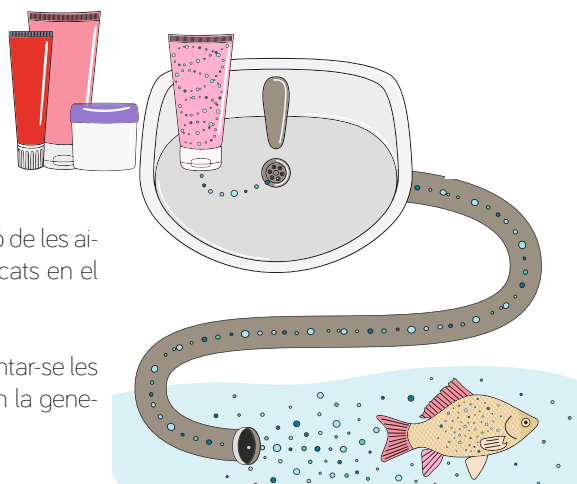
Pasta de dents



Els tubs de la pasta de dents estan fabricats a partir de plàstics laminats i altres materials que, encara que s'han de tirar al contenidor groc, són difícilment reciclables. A més, la majoria d'aquests productes contenen microesferes (microplàstics), i altres potencials contaminants ambientals, que no són retin-

guts pels sistemes de filtració de les aigües residuals i acaben abocats en el medi ambient.

Existeixen alternatives per rentar-se les dents que redueixen o eviten la generació d'aquests residus.



Compra els tubs de pasta de dents en envasos grans, preferiblement sense que estiguin continguts en envasos secundaris de cartró o de plàstic.

Tria o combina alguna de les següents opcions:

- Adquireix la pasta de dents en envasos de vidre o cartró (sol presenta-se en format sòlid).

Fes la teva pasta de dents.



- Utilitza pasta de dents ecològica certificada.



Pasta de dents sòlida. Es pot trobar en forma de pastilla efervescent (una per cada rentat) i en forma de bloc (s'ha de fregar el raspall 2 o 3 vegades sobre la pasta a cada rentat). Tots dos formats compleixen la mateixa funció que la convencional. També hi ha col·lutori bucal en format de pastilles efervescents.

Mapa de prevenció de residus: troba establiments on adquirir productes d'higiene prevenint la generació de residus.

Receptes per fer pasta de dents casolanes, recomanades per odontòlegs. Davant qualsevol dubte consulta a l'especialista.

Raspall de dents



Prop del 1% dels residus plàstics que acaben al fons marí provenen de raspalls de dents. Per reduir la generació d'aquest residu, no reciclable i que, per tant, NO s'ha de llençar al contenidor groc, la clau està en adoptar mesures vinculades a la reutilització i la substitució de materials.



Tria una de las següents opcions:
- Utilitza un raspall de dents amb el capçal intercanviable



- Utilitza un raspall de dents el mànec del qual estigui fet al 100% de cel·lulosa. Quan s'acabi la vida útil del raspall llença'l al cubell de la fracció orgànica. Si les truges no són compostables lleva-les amb un alicate.



Fes servir algun dels raspalls anteriors, però fabricat el més a prop possible: Balears o l'Estat espanyol.



Alimentació



1. Compra



Bosses, paquets, ampolles, safates, llaunes, xarxes, film transparent, paper de plata, tetra brics, taps, xapes, i altres envasos lleugers d'un sol ús (principalment de plàstic) s'han convertit en els nostres mitjans per comprar i transportar aliments. Però també en una de les principals fonts de generació de residus: actualment el 9,7% dels residus municipals de les Illes Balears són envasos (tenint en compte el pes. Si ho mirem per volum aquesta xifra es multiplica)

Tot i que és cert que la majoria d'aquests envasos es poden reciclar, aquesta acció, que és fonamental, no és suficient per contrarestar els danys ambientals que provoquen. A continuació et plantejarem accions prioritàries per prevenir la generació d'aquests residus.



Bosses



Cada ciutadà espanyol utilitza aproximadament 151 bosses de plàstic d'un sol ús a l'any. El que vol dir que a tot l'Estat es consumeixen aproximadament 7.154.696.204 bosses de plàstic

anualment. Un simple canvi d'hàbits pot evitar que es generi aquesta innecessària i enorme quantitat de residus.



No facis servir bosses de plàstic d'un sol ús per transportar la compra.

Evita totes les bosses d'un sol ús per transportar la compra. Adquireix bosses reutilitzables duradores (de tela, d'espart, de ràfia, etc) i / o un carro o motxilla.

A partir del 20 de març de 2021 es prohibeix la distribució de bosses lleugeres de plàstic d'un sol ús a les Balears. A més, les molt lleugeres (les de la fruita i verdura) només podran estar fetes de material compostable.



Aliments frescos



Compra tota la fruita i la verdura a granel emprant les teves pròpies bosses i envasos reutilitzables.



Material necessari per fer la compra a granel:

- Verdures, fruites, cereals, llegums i espècies: malles, bosses de tela i pots de diferents mides.
- Carn, peix, ous o productes proces-

Mesura anterior + cereals, llegums, fruita seca, te i infusions.



Mesures anteriors + la resta de productes frescos de consum habitual: carn, peix, ous, etc.



sats: carmanyoles, oueres i pots de diferent grandària.

- Transportar la compra: carros, motxilles, bosses de tela, d'espert o de ràfia.

que necessites a granel, prioritza la compra d'aquells que estiguin envasats en vidre o paper, en comptes de plàstic.

En cas que no trobis tots els productes

Aliments processats i ultraprocessats



Compra'ls en envasos grans, sense que això impliqui el malbaratament de menjar.



Mesures anteriors + :
Evita comprar brou i sucs en format tetrabric.



Mesures anteriors + :
Cuina la majoria de plats precuinats que sols consumir amb aliments frescos comprats a granel



Evita comprar aliments en format monodosi (sobres de salses, sal, sucre, etc.).



No compris aliments doblement envasats en plàstic



Per què és recomanable evitar o reduir l'ús dels envasos tetrabric?

Perquè el seu reciclatge és complex i parcial: són envasos composts per 6 capes de 3 tipus de materials, dels quals, actualment, només es recicla el cartró (el 75% de l'envàs). L'alumini (5% de l'envàs) i el plàstic (20% de l'envàs) acaben en abocadors o incinerats.



A partir del 20 de març de 2021, bars, restaurants, cafeteries, hotels i qualsevol altre establiment de el sector HORECA no podran fer servir monodosi alimentàries ni estris d'un sol ús als seus establiments. La restricció de les monodosi no s'aplicarà mentre perdurin les mesures de salut pública vinculades a l'estat d'alarma.



KM.0



La reducció de petjada de carboni que aconseguies prevenint residus es pot veure contrarestatada si compres productes fabricats en països llunyans. Per tant, aposta per aliments locals i de temporada que, a més, solen estar menys envasats i, en molts casos, són més econòmics.



Compra, com a molt, 6 aliments (frescos o processats) de països estrangers a la setmana.

Compra, com a molt, 4 aliments (frescos o processats) de països estrangers a la setmana.

Adquireix la major part dels teus aliments en mercats locals o comerços on venguin productes KM.0 i de temporada. També pots optar per inscriure't en un grup de consum d'aliments de producció local.

Compra, com a molt, 2 aliments (frescos o processats) de països estrangers a la setmana.



[On comprar aliments KM.0](#)

[Troba grups de consum de productes locals](#)

[Calendari de productes de temporada](#)



Refrescs i alcohol



Consumeix aquestes begudes en ampolles de vidre o llaunes. Després diposita les llaunes al contenidor groc i les ampolles de vidre al contenidor verd (les xapes van a el groc).



Mesura anterior +, sempre que sigui possible, que les begudes siguin de producció local



A partir del 20 de març de 2021, no es podran vendre llaunes i ampolles de begudes subjectes amb anelles de plàstic.



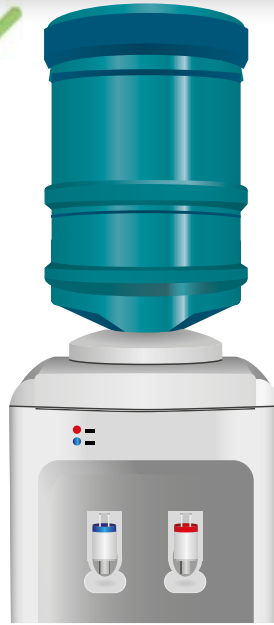
Aigua



Compra l'aigua en garrafes.



Contracta un servei d'aigua a domicili amb dispensadors i bidons reutilitzables.



Beu aigua d'aixeta.



És potable l'aigua d'aixeta a Balears? Sí, en la majoria de municipis de les illes, encara que en alguns té un sabor especialment fort a causa del seu alt contingut en sals minerals. En aquest [enllaç](#) pots consultar si l'aigua de la teva localitat és potable.

Com puc canviar el gust de l'aigua d'aixeta? Deixa reposar l'aigua 30 minuts en una gerra perquè s'evapori el clor que

conté i, després, posa-la a la nevera. Si el seu sabor segueix sense convèncer-te, prova alguna d'aquestes [opcions](#).

Quin és el benefici ambiental i econòmic de beure aigua d'aixeta? Si habitualment beus aigua en ampolles de plàstic d'un sol ús de 1,5 L evitaràs llençar a les escombraries entre 365 i 410 ampolles de plàstic a l'any. A més, t'estalvies aproximadament entre 150 i 200 € anuals.

Quin és el benefici de beure aigua en garrafes? Usant garrafes de 8 litres, en comptes d'ampolles de 1,5 litres, [reduïxes gairebé a la meitat el plàstic emprat per beure aigua](#) i pagues un 25% menys per aquesta beguda.



Estalvies
Entre 150 i
250 € anuals

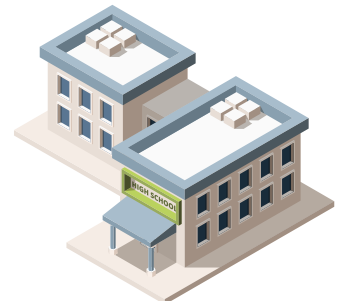


Evites
Entre 365 i 410
botelles de 1,5 L





Des del 22 de febrer de 2019, els bars, cafeteries, restaurants i similars tenen l'obligació d'oferir al ciutadà la possibilitat de consumir aigua no envasada de manera gratuïta i complementària a l'oferta de l'establiment.



A partir del 20 de març de 2021, a les instal·lacions públiques de les Illes Balears s'instal·laran fonts d'aigua potable o, alternativament, se subministrarà aigua en envasos reutilitzables.

Cafè



L'any 2018, es van consumir 42 milions de càpsules de cafè d'un sol ús a les Illes Balears (36,5 milions d'unitats més que el 2010). Això va suposar la incineració i eliminació en abocador de més de 500 tones de residus. És necessari generar aquesta immensa quanti-

tat d'escombraries per beure cafè? Ni molt menys. Existeixen alternatives, fàcils d'adoptar, per gaudir d'aquesta beguda sense contaminar el medi ambient.



Si empires màquines de cafè de càpsules, separa les càpsules per al seu reciclatge i porta-les a punts de recollida específics.



Mesura anterior+ utilitza només càpsules reutilitzables o compostables.



Independentment de la màquina que facis servir, compra el cafè a granel.



On tir les càpsules d'alumini i plàstic?: No les dipositis al contenidor groc, ja que, de moment, no està preparat per a això: no es reciclaran i entorpeixen el procés de separació d'envasos lleugers. Porta-les a punts de recollida establerts pel fabricant (botigues pròpies, grans superfícies, mercats, etc.) o a la deixalleria.

On tir les càpsules compostables? La majoria d'envasos compostables, incloent les càpsules de cafè, es composten en condicions industrials i no domèstiques. Per tant, després del seu ús, s'han de llençar al cubell de la fracció orgànica que després recullen els ajuntaments.



A partir del 20 de març de 2021, els fabricants, importadors o distribuïdors de càpsules d'un sol ús hauran d'organitzar sistemes de recollida i gestió de residus de càpsules que acreditin davant el Govern Balear el seu correcte reciclatge i el compliment dels objectius de la Llei.

Infusions



Evita les bosses de te i altres infusions que vinguin embolicades individualment en plàstic.



Evita els formats monodosi (bosses individuals). Opta per comprar paquets d'herbes, preferiblement, en envasos de paper.



Compra les herbes a granel amb envasos reutilitzables.



A quin contenidor s'han de llençar les bossetes de te o infusions?

La majoria estan compostes, en part, per plàstic, de manera que, després de emprar-les, només pots llençar al cubell de

la fracció orgànica el contingut de les mateixes (les herbes), llevat que el fabricant especifiqui que la bosseta és compostable.

Llet, begudes vegetals i suc



Compra aquestes begudes en formats grans (al menys d'un litre)



Mesura anterior + en ampolles de vidre i llet d'origen local (Balears).



Producte LOCAL

Tria o combina alguna d'aquestes opcions:

- Compra aquestes begudes a granel amb els teus propis envasos reutilitzables.
- Fes les teves pròpies begudes vegetals i suc.



Organització



El desconeixement i la manca de planificació generen residus. Deixar-se la bossa a casa o no disposar de material reutilitzable suficient per fer la compra implica fer servir bosses d'un sol ús.

No saber on comprar productes a granel suposa adquirir-los amb envasos. O anar a comprar sense saber quins productes necessites comporta el malbaratament d'aliments. Amb un mínim

d'organització ja pots començar a prevenir residus i també a estalviar temps.



Adquireix l'hàbit de fer llistes de la compra.



- Disposa de material suficient per fer la compra prevenint residus

- Tingues a mà, el material reutilitzable per fer la compra: a l'entrada de casa, al cotxe, al carro de la compra, etc.

Mesura anterior +
- Localitza els comerços o llocs més propers per anar a comprar prevenint residus.



Mesures anteriors + si compres menjar o beguda per emportar, de manera habitual, porta amb tu els teus envasos.



2. Menja i beu prevenint residus

Malbaratament d'aliments i separació de la fracció orgànica



Aproximadament la meitat dels residus que tirem al contenidor de rebuig (el gris o el verd, en funció d'on visquis) són de matèria orgànica. Una part d'aquest percentatge és causat pel malbaratament d'aliments: cada ciutadà de Balears malbarata entre 28,6 i 46,5 kg d'aliments a l'any. L'altra part es deu a l'escassa sepa-

ració d'aquest tipus de residus: en 2019, la recollida selectiva de la fracció orgànica només va ser del 10%.

Et proposem mesures per a abordar ambdós problemes.



Separa els residus orgànics que generes emprant bosses compostables certificades.



Mesura anterior + pràctica la cuina d'aprofitament. Quan cuinis aprofita el màxim possible tots els aliments i utilitza o congela les sobres, sempre que sigui possible.



Mesures anteriors + fes el teu propi compost.



Planifica el menú de la setmana abans de fer la compra.



Què es pot llençar al cubell de la fracció orgànica?

Com compostar els teus residus domèstics?

Receptes de cuina d'aprofitament



A partir de l'11 de maig de 2021, tots els municipis de les Balears han de recollir, de forma separada, la fracció orgànica dels residus domèstics. Els ciutadans hauran de dipositar les restes



orgàniques en bosses compostables certificades.

Des del 22 de febrer de 2019, hotels, cafeteries i restaurants tenen l'obligació de guardar i donar-li a el client el menjar que li hagi sobrat en un envàs compostable, sempre que aquest ho sol·liciti.



Altres accions dins i fora de casa



Guarda les restes de menjar en carmanyoles o embolcalls reutilitzables, en comptes de film transparent o paper d'alumini, com per exemple els de cera d'abella.



Mesures anteriors + prepara't almenys 1 dels teus àpats diaris (esmorzar, dinar i sopar) sense que cap dels ingredients estigui contingut en envasos de plàstic d'un sol ús i únicament amb productes vegetals



Mesura anterior x2



Acostuma't a portar la teva cantimplora o ampolla d'aigua reutilitzable quan surtis de casa.



Què són els embolcalls de cera d'abella?
Són teles de cotó recobertes amb cera d'abella que permeten tapar i embolicar menjar, ja que són modelables. Després de cada ús es poden rentar amb sabó i

aigua freda per tornar-los a emprar. Poden arribar a durar un any.

Sabies que augmentar el consum de productes vegetals, o basar la teva dieta

en ells, és una les accions personals més efectives per reduir la teva petjada hídrica i de carboni. En els següents enllaços trobaràs informació al respecte: [1](#) [2](#) [3](#)

Tèxtil



- Dóna
- Ven
- Intercanvia

1. Roba, calçat i complementos



Segons l'ONU, el consum de roba es va duplicar entre l'any 2000 i 2014, convertint a la indústria de la moda en la segona més contaminant del món. Avui, la producció tèxtil suposa el 20% del malbaratament total d'aigua a nivell global, genera més emissions de carboni que tots els vols i enviaments ma-

rítims internacionals junts (el 8% dels gasos d'efecte hivernacle) i és responsable que cada segon s'enterrí o cremi una quantitat de tèxtils equivalent a un camió d'escombraries. Centrant-nos a les Balears, s'estima que el tèxtil compon el 9,32% de les escombraries municipals.



Vestir-se no té perquè implicar destrossar el planeta comprant compulsivament roba de mala qualitat. És urgent canviar la idea que tenim de la moda per una altra més respectuosa amb el medi ambient, que posi en valor la qualitat, l'origen, la reutilització i la mesura, sense renunciar a l'estètica.

A continuació et proposem un repete anual perquè et vesteixis al teu gust sense contaminar el planeta.

Repte anual



Cada any treu totes les teves peces de vestir de l'armari i classifica-les en tres grups: les que mai et poses, les que et poses i les que tenen desperfectes o estan trencades.



ROBA QUE NO EM POSO

ROBA AMB DESPERFECTES

ROBA QUE SÍ EM POSO

Dóna, ven o intercanvia les que mai et poses.



- ✓ Dóna
- ✓ Ven
- ✓ Intercanvia

Porta a sabateries i a botigues de costura les peces i complements (bosses, motxilles, etc) que vols arreglar. O repara-les tu mateix.



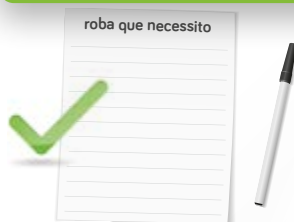
✓ Repara

Si alguna peça no es pot arreglar intenta reciclar-la (per exemple, amb les samarretes trencades pots fer draps de cuina) o porta-la a la deixalleria.



✓ Recicla

Quan vagis a comprar no ho facis per impuls. Fes una llista de les peces que veritablement necessites per sentir-te bé. Al fer-la valora, per a cada peça, si te la posaràs més de 2 o 3 vegades.



Evita, sempre que sigui possible, comprar roba amb fibres sintètiques (niló, poliàmida, polièster, acrílic, etc.). Procura que la majoria de la teva roba nova estigui feta al 100% de fibres naturals.



Fes servir la teva pròpia bossa o motxilla per comprar roba.



Mesures anteriors + procura que, com a mínim, la meitat de la roba nova que adquireixis cada any reuneixi el menys una de les següents característiques:

- De segona mà.
- Feta a partir de materials sostenibles: materials reciclats (plàstic, niló, cotó, pneumàtics) i / o ecològica certificada.
- De proximitat. Feta, preferiblement, a les Balears o a l'Estat espanyol.
- Intercanviada. Entre els teus familiars i amics o en esdeveniments d'intercanvi de roba.

Mesures anteriors + procura que tota la roba nova que adquireixis cada any reuneixi el menys una de les característiques anteriors.



[On comprar roba sostenible?](#)

[On arreglar roba, calçat i complements?](#)



A partir de l'11 de maig de 2021, totes les deixalleries de les Balears rebran i emmagatzemaran roba per a la seva reutilització o preparació per a la reutilització.

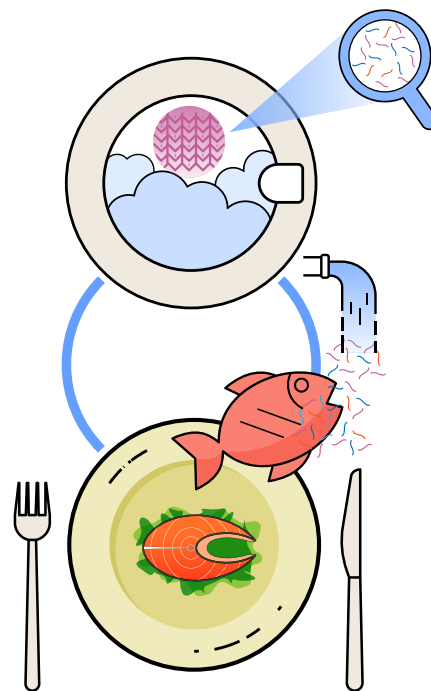
2. Bugada



Aproximadament el 35% dels microplàstics que s'alliberen directament en els oceans procedeixen de tèxtils sintètics. Un gran nombre d'aquestes micropartícules es generen quan fem la bugada: en cada cicle de rentat emetem entre 31.000 i 3.000.000 fibres de plàstic microscòpiques que acaben contaminant la mar.

A més, rentar la roba implica produir una gran quantitat de residus d'envasos associats als productes de neteja.

Per a reduir o evitar els anteriors problemes, et plantegem les següents mesures.



No rentis la roba més del necessari, i quan ho facis segueix les següents premisses: omple la rentadora, emprà aigua freda, fes-ho en cicles curts, amb sabó líquid i sense suavitzant. Després seca la roba a l'aire lliure.

Mesura anterior + emprà sabons ecològics certificats

Mesures anteriors + compra el sabó a granel.



Llar



1. Neteja

Productes



Els productes de neteja també embruten. D'una banda, un gran nombre d'ells contenen substàncies tòxiques per a l'ésser humà que, per exemple, s'associen a problemes respiratoris, i també microplàstics afegits que acaben abocats en el medi ambient. D'altra banda, ja que tots aquests productes es

venen, normalment, continguts en envasos de plàstic d'un sol ús, suposen una font més de generació de residus.

Hi ha formes de netejar la teva llar sense perjudicar la teva salut i la del planeta.



Compra productes de neteja en formats grans i amb el mínim embalatge possible.

Fes servir la quantitat justa de producte quan netegis. Utilitza dispensadors, polvoritzadors, mesuradors, etc.

Mesures anteriors + empra productes de neteja que tinguin almenys una de les següents característiques: locals, ecològics certificats o concentrats.

Tria o combina alguna de les següents opcions:

- Neteja la llar, sempre que sigui possible, amb productes naturals.
- Compra a granel o en envasos retornables els teus productes de neteja



x 100

x 300



[Receptes i informació sobre els productes de neteja naturals](#)

A partir del 20 de març de 2021, és obligatori l'ús de productes de neteja naturals i / o ecològics certificats en els contractes i compres públiques.

Fregalls



La majoria dels fregalls estan fets i vénen envasats en plàstic. A més, a mesura que es van fent servir, desprenen

microfibres de plàstic que els sistemes de filtració d'aigües residuals no retenen i que acaben contaminant la mar. Se-

gueix algun dels següents consells per a netejar amb aquest estri sense embrutar el teu entorn.



Compra fregalls que no vinguin embolicats en plàstic. Si no trobes prioritza aquells que es vinguin en format pack.

Empra fregalls fets de materials plàstics reciclats.

Empra fregalls fets al 100% de fibres vegetals i compostables (com per exemple de luffa).

Substitueix el teu fregall d'alumini per un d'espert o per un raspall de cordes vegetals.



Fet de plàstic reciclat



Tovallons i rotllos de paper



Compra'ls en formats grans i amb el segell FSC. Si estan bruts de menjar llença'ls al cubell de la fracció orgànica.

Utilitza els que estiguin fets al 100% de paper reciclat i sense tints.

Empra tovallons o draps de tela reutilitzables.



2. Mobiliari



Segons la Federació Europea de Fabricació de Mobles (UEA), el 4% dels residus municipals que es generen a la UE són mobles i només es reciclen el 10%. Aquesta elevada generació de residus s'explica en gran part per dos motius: ens desfem del nostre mobiliari sense aprofitar els seus materials, quan la majoria són fàcilment reciclables. I que ho fem amb massa assiduitat, ja sigui

perquè els comprem de baixa qualitat, no els mantenim correctament o simplement per caprici.

A continuació et plantejarem una sèrie de consells perquè compris, mantinguis i et desfacis dels teus mobles prevenint residus.



Informa't sobre el manteniment que requereixen els teus mobles i realitza els tractaments necessaris per allargar la seva vida útil.



Compra mobles que reuneixin a l'menys una de les següents característiques: fet a partir de materials reciclats, fàcilment reciclable (fusta o metall), lliure de plàstic, de segona mà, recobert amb vernissos a l'aigua i olis naturals, o de fabricació i composició local.



Adquireix mobles que reuneixin almenys tres de les característiques anteriors.



Desfes-ten del teu mobiliari d'alguna de les següents maneres:

- Si es troba en bon estat, dóna-ho o ven-ho
- Si el moble està trencat, consulta al teu ajuntament com funciona el servei municipal de recollida de trastos. També pots portar-ho a la deixalleria.

Adquireix mobles que reuneixin almenys dues de les característiques anteriors.



Sabies que la Fundació Deixalles recull mobles en bon estat de forma gratuïta



A partir de l'11 de maig de 2021, totes les deixalleries de les Balears hauran de recepcionar i emmagatzemar mobles per a la seva reutilització o preparació per a la reutilització.

3. Reciclatge



Separar els residus a la llar i llençar-los als seus corresponents contenidors és la tercera acció fonamental (després de la reutilització i la reducció) per a la prevenció de residus: evita que es cremin o abandonin en abocadors materials aprofitables, i en conseqüència, redueix la quantitat de matèries primeres necessàries per fabricar nous articles. A més, suposa un estalvi econòmic per

als municipis, ja que redueix els costos d'incineració i eliminació en abocador d'escombraries.

De moment, a Balears suspenem en matèria de reciclatge: la mitjana de recollida selectiva tan sols és d'un 16.5%, quan hauria d'estar per sobre del 50%, des de 2020, per complir amb els objectius de la Directiva 2008/98/CE. Per

tant, per la protecció de l'entorn, de la teva butxaca i per ajudar a complir amb les normes europees, no ho dubtis, comença a reciclar!

A continuació t'expliquem com i què necessites per separar els teus residus de forma correcta.



Disposa de 5 cubells per separar envasos lleugers, paper i cartró, vidre, matèria orgànica i rebuig .

No llencis l'oli usat per la pica. Guarda-ho en garrafes i ampolles i porta-ho a la deixalleria més propera.

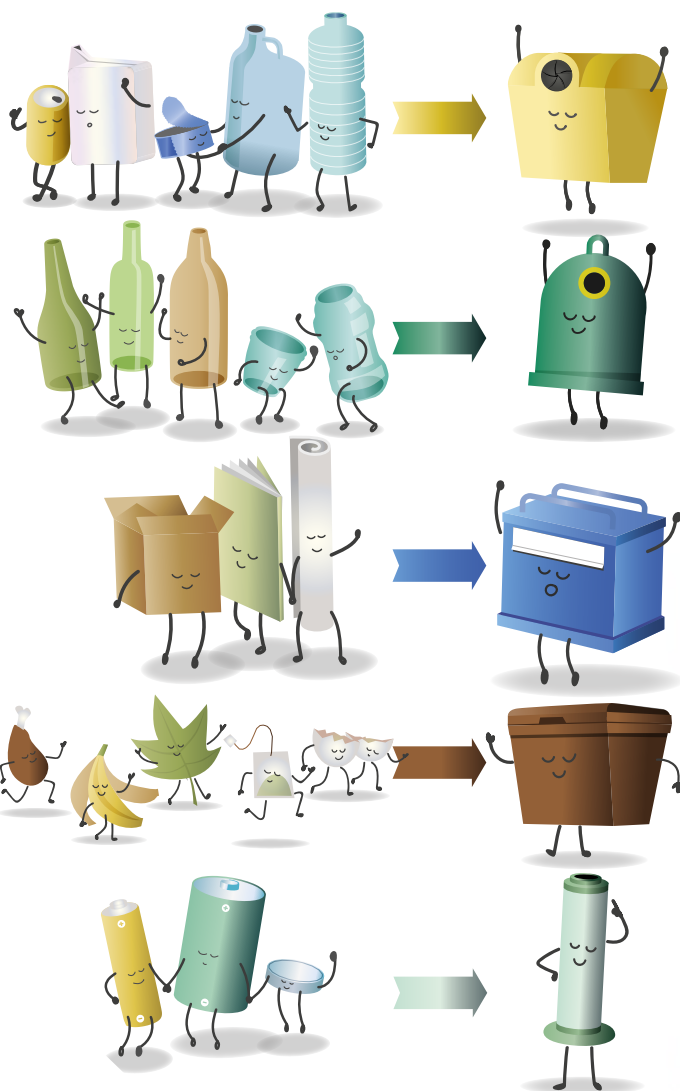
Mesures anteriors +:

Tingues un espai (pots, caixes, etc) per dipositar i acumular residus especials (piles, medicaments, productes electrònics, bombetes etc.). Quan ho omplis porta aquests residus als punts de recollida corresponents per al seu reciclatge (farmàcia, deixalleria, botigues d'electrònica, supermercats, etc.).

Recorda que el millor residu és el que no es genera. Procura que els cubells d'envasos i rebuig siguin els que estan més buits, que els de paper i vidre augmentin el menys possible i que el de matèria orgànica contingui totes les restes orgàniques compostables que generis.



SEPARAR ENS UNEIX



Sabies que pots estalviar diners reciclant? Un gran nombre de municipis ja apliquen descomptes en les taxes d'escombraries als residents que separen correctament els seus residus. Consulta al teu ajuntament com pots accedir a aquests descomptes.

[Separa correctament els teus residus](#)

Des del 22 de febrer de 2019, tots els establiments públics o privats estan obligats a separar, en origen, tots els residus que generen.

Des de l'11 de maig de 2021, els ajuntaments han de tenir establerta la recollida separada de matèria orgànica compostable, poda, oli vegetal i residus tèxtils.

A més, hauran d'aplicar sistemes de pagament per generació de residus, perquè pagui més qui més contamina.



4. Electrodomèstics i aparells electrònics



Neveres, rentadores, telèfons mòbils, ordinadors, televisors, videoconsoles, tablets, maquinetes d'afaitar, batedores, rentaplats i molts altres aparells elèctrics formen part del paisatge de qual-sevol llar modern. En principi, aquests dispositius estan fets per facilitar-nos la vida. No obstant això, el seu ús massiu i irracional, i la forma en què ens desfem d'ells, estan generant enormes quantitats de residus.

Segons l'ONU, a tot el món, cada any es generen 50 milions de tones d'escombraries electròniques, i un 80% acaba

en abocadors o al medi natural. Molts d'aquests residus contenen substàncies o elements que són especialment perillosos i contaminants, com ara cadmi, mercuri, arsènic, fòsfor, cloro fluorocarbonis (CFC) o amoníac (NH₃). I també materials no renovables, cada vegada més escassos, que són fonamentals per al desenvolupament de la majoria d'aquests aparells.

Et proposem els següents consells perquè compris, utilitzis i et desfacis dels teus dispositius elèctrics prevenint residus.

50 milions de t/any en el món



Compra aparells elèctrics que hagin d'emprar de manera freqüent. Assegura't que tinguin garantia i siguin eficients energèticament.



Compra electrodomèstics i aparells elèctrics de segona mà. Si necessites aparells elèctrics de manera puntual pots optar per llogar-los.

Si s'espatllen intenta reparar-los



Desfés-ten dels teus aparells elèctrics d'alguna de les següents maneres:

- Si encara funcionen, dóna'ls o ven-los.
- Si et compres un electrodomèstic nou, demana al comerç que te'l ven que retiri el vell (estan obligats per llei a fer-ho).
- Si no funcionen, porta'ls a la deixalleria municipal.



[Tutorials per fer reparacions d'aparells elèctrics](#)

[Troba la teva deixalleria més propera](#)

Recorda que és il·legal abandonar electrodomèstics a la via pública



A partir de l'11 de maig de 2021, totes les deixalleries de les Balears hauran recepcionar i emmagatzemar aparells elèctrics i electrònics per a la seva reutilització o preparació per a la reutilització.



5. Piles i Acumuladors



Les piles i acumuladors contenen diferents metalls pesants, en diferents concentracions, que són potencialment perillosos per a la salut humana i el medi ambient. Per exemple, s'estima que una pila botó de mercuri, com les que fem servir en rellotges o audíofons, pot arribar a contaminar uns 6.000 mil litres d'aigua i la pila alcalina uns 167.000 litres.

A l'Estat espanyol, s'han venut en els últims anys aproximadament 450 milions de piles i acumuladors portàtils anuals, el que implica generar més de 12.000 tones de residus a l'any. La majoria d'aquests productes estan adherits a un sistema de gestió de residus de-

nominat Ecopilas, que s'encarrega de la seva recollida i reciclatge. En 2017 aquesta organització va recuperar una 41% de les piles (només el 13,5% eren recarregables) adherides al seu sistema de recollida, mentre que la resta van acabar cremades, en abocadors o abandonades en l'entorn.

Tenint en compte la perillositat i difícil reciclatge d'aquests productes, la reutilització i reducció són les accions prioritàries per prevenir l'impacte ambiental dels residus de les piles.

12.000
t/any a l'Estat espanyol



Diposita les piles i bateries que hagin arribat a la fi de la seva vida útil en un punt de reciclatge.



Acomiada't de les piles d'un sol ús. Tria o combina alguna de les següents opcions.

- Utilitza piles recarregables.
- Substitueix els productes que funcionen amb piles per uns altres amb connexió elèctrica (amb o sense bateries)



Consideracions a tenir compte a l'hora de comprar i utilitzar piles reutilitzables

- Calcula el nombre i el tipus de piles que necessites. Tingues en compte els diferents aparells elèctrics que utilitzes amb piles i els recanvis que requereixes.
- Empra piles de níquel-metall hidrur (NiMH) o de liti (Li). Aquestes piles tenen cicles de càrrega superiors a la resta i no conte-

nen cadmi, un element molt contaminant.

- Utilitza un carregador que s'adapti a el tipus de piles que empris. També pots utilitzar un carregador intel·ligent (monitoritza el voltatge de cada pila i para de carregar quan completa la càrrega).
- Manteniment. 1. No barregis piles de diferents tipus, marques o capacitats a l'utilitzar-les o recarre-

- gar-les. 2. No utilitzis un carregador desconegut. 3. Evita les sobrecàrregues (manualment o amb un carregador intel·ligent). 4. Emmagatzema les piles que no facis servir a temperatura ambient.

Troba el teu punt de recollida de piles més pròxim.

Les 13 claus per prevenir residus



1.

Rebutja tots aquells productes o utensilis d'un sol ús que et donin sense que els demanis.



2.

Informa't. Esbrina on i com comprar productes prevenint residus.



3.

Disposa de material necessari per fer la compra prevenint residus.



4.

Adquireix productes K.M O.



5.

Compra el màxim nombre de productes a granel o en envasos reutilitzables.



6.

Si compres productes envasats d'un sol ús prioritza els formats grans, els envasos fets de metall, paper o vidre davant els de plàstic i evita els embalatges superflus.



7.

Evita comprar estris i productes d'un o pocs usos.



8.

Evita comprar productes que continguin substàncies tòxiques.



9.

Compra la roba justa per sentir-te bé i cuida-la. Dóna o ven la que no facis servir.



10.

Beu aigua d'aixeta o contracta un servei d'aigua a domicili amb dispensadors i bidons reutilitzables.



11.

Fes-ho tu mateix.



12.

Reutilitza, repara i recicla.



13.

Promou en el teu entorn aquest tipus de mesures. Difon aquesta guia.



Bibliografia

VILLALONGA, P. (2020). *Anàlisi del Sistema de Gestió Dels Residus Municipals a les Illes Balears*. <http://www.caib.es/govern/rest/arxiu/4477068>

Web oficial de la Unió Europea. (2010). *El reciclado es el futuro: así lo hacemos en la UE*. https://ec.europa.eu/spain/news/20190318_Recycling-is-the-future-we-do-it-in-the-EU_es

DIRECTIVA (UE) 2018/850 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 30 de mayo de 2018 por la que se modifica la Directiva 1999/31/CE relativa al vertido de residuos. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018L0850&from=es>

Rezero: Fundació per a la Prevenció de Residus i el Consum Responsable. (2019). *Les Illes Balears cap al Residu Zero*. https://rezero.cat/wp-content/uploads/2020/06/ca_2019_tots_ambits_Illes_Balears_residu_zero_compressed.pdf

RUIZ-OREJÓN, L. F., MOURRE, B., SARDÀ, R., TINTORÉ, J. & RAMIS-PUJOL, J. *Quarterly variability of floating plastic debris in the marine protected area of the Menorca Channel (Spain)*. *Environ. Pollut.* 252, 1742–1754 (2019). <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S026974911931156X?via%3Dihub>

JUAN BELLAS, JOSÉ MARTÍNEZ-ARMENTAL, ARIANA MARTÍNEZ-CÁMARA, VICTORIA BESADA, CONCEPCIÓN MARTÍNEZ-GÓMEZ. *Ingestion of microplastics by demersal fish from the Spanish Atlantic and Mediterranean coasts*. *Marine Pollution Bulletin*. Volume 109. Issue 1. 15 August 2016. Pages 55–60. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0025326X16304301>

European Commission. (2017). *MICROPLASTICS Focus on Food and Health*. https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/bitstream/JRC110629/jrc110629_final.pdf

Red ecoestética. *¿Son seguros tus cosméticos?*. https://ecoestetica.org/wp-content/uploads/2017/07/zcard_web-version-2017.pdf

Agència de Residus de Catalunya. *L'estalvi econòmic associat a la prevenció de residus a la llar*. http://residus.gencat.cat/web/.content/home/lagencia/publicacions/prevencio/guia_tecnica_definitiva.pdf

STATISTA. (2020). *Usage of disposable razor blades / shaver in the U.S. 2001-2014*. <https://www.statista.com/statistics/285890/usage-of-disposable-razor-blades-shavers-in-the-us-trend/>

European Environment Agency. (2018). *Citizens collect plastic and data to protect Europe's marine environment*. <https://>

www.eea.europa.eu/themes/water/europes-seas-and-coasts/assessments/marine-litterwatch/briefing

UK Government. (2018). *UK Government rallies Commonwealth to unite on marine waste*. <https://www.gov.uk/government/news/uk-government-rallies-commonwealth-to-unite-on-marine-waste>

EMAYA. *No alimentos al monstruo*. <https://www.emaya.es/ciclo-agua/consumo/no-alimentos/>

ARMSTRONG, M. (2018). *Estimated annual per capita toilet paper consumption in selected countries in 2018*. *Statista*. <https://www.statista.com/chart/15676/cmo-toilet-paper-consumption/>

SKENE, J. (2019). *The issue with tissue: how Americans are flushing forests down the toilet*. *Natural Resources Defense Council (NRDC)*. <https://www.nrdc.org/sites/default/files/issue-tissue-how-americans-are-flushing-forests-down-toilet-report.pdf>

Rezero. *Culets sense plàstic*. <https://consumconscient.rezero.cat/culets-sense-plastic/>

Rezero - Fundació per a la Prevenció de Residus i el Consum Responsable. (2020) *Guia cap a una menstruació Residu Zero a les Illes Balears*. <https://rezero.cat/wp-content/uploads/2020/10/Guia-REVISADA-BALEARS.pdf>

Residuo profesional. (2018). *El 1% de los residuos plásticos del mar son cepillos de dientes*. <https://www.residuosprofesional.com/residuos-plasticos-mar-cepillos-dientes/>

Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico (MITECO). (2021). *Información anual sobre las bolsas de plástico puesta en el mercado nacional (2019)*. https://sede.miteco.gob.es/portal/site/seMITECO/ficha-procedimiento?procedure_id=480&procedure_suborg_responsable=11&by=theme
ACOSTA, S. (2019). *Tetrabrik, el residuo que hoy ya nadie puede reciclar al 100% en España*. *El Diario*. https://www.eldiario.es/ballenablanca/365_dias/tetrabrik-residuo-nadie-reciclar-espana_1_1705836.html

CRIADO, M.A. (2017). *Hazte vegetariano, deja el coche y ten menos hijos si quieres luchar contra el cambio climático*. *El País*. https://elpais.com/elpais/2017/07/11/ciencia/1499785338_169682.html

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). *Guías alimentarias y sostenibilidad*. <http://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/food-dietary-guidelines/background/sustainable-dietary-guidelines/es/>

POORE J, NEMECEK T. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*. 2018 Jun 1;360(6392):987-992. doi: 10.1126/science.aag0216. Erratum in: *Science*. 2019 Feb 22;363(6429): PMID: 29853680. <https://science.sciencemag.org/content/360/6392/987>

Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2019). *Objetivos de desarrollo sostenible*. <https://news.un.org/es/story/2019/04/1454161>

CHASTAIN, S. *Teaming Up to Get to the Bottom of Microfiber Pollution*. Patagonia. <https://www.patagonia.com/blog/2019/02/teaming-up-to-get-to-the-bottom-of-microfiber-pollution/>

SVANES Ø, BERTELSEN RJ, LYGRE SHL, CARLIN AE, ANTÓ JM, FORSBERG B, GARCÍA-GARCÍA JM, GULLÓN JA, HEINRICH J, HOLM M, KOGEVINAS M, URRUTIA I, LEYNAERT B, MORATALLA JM, LE MOUËL N, LYTRAS T, NORBÄCK D, NOWAK D, OLIVIERI M, PIN I, PROBST-HENSCH N, SCHLÜNSSEN V, SIGSGAARD T, SKORGE TD, VILLANI S, JARVIS D, ZOCK JP, SVANES C. *Cleaning at Home and at Work in Relation to Lung Function Decline and Airway Obstruction*. *Am J Respir Crit Care Med*. 2018 May 1;197(9):1157-1163. doi: 10.1164/rccm.201706-1311OC. PMID: 29451393. <https://www.thoracic.org/about/newsroom/press-releases/resources/women-cleaners-lung-function.pdf>

Ecores, University of Vaasa, CETEM - Technological Centre of Furniture and Wood, AMUEBLA - Innovative business association of furniture manufacturers and related in the Murcia Region, CENFIM - Home & Contract furnishings cluster, KIT - Karlsruhe Institute of Technology. (2018). *Circular economy in the furniture industry: overview of current challenges and competences needs*. European Circular Economy Stakeholder Platform. https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2017/599288/EPRS_BRI%282017%29599288_EN.pdf

World Economic Forum and Partners. (2019). *UN, World Economic Forum, and Partners Come Together to Address E-waste Challenges*. http://www3.weforum.org/docs/WEF_A_New_Circular_Vision_for_Electronics.pdf

ECOLEC. *Sobre las pilas*. <https://www.ecolec.es/informacion-y-recursos/sobre-las-pilas/>

Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico (MITECO). *Pilas y acumuladores: cuándo y dónde se generan*. <https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/prevencion-y-gestion-residuos/flujo/pilas-y-acumuladores/Cuanto-donde-se-generan.aspx>

ECOPILAS. *Nuestras cifras*. <https://www.ecopilas.es/quienes-somos/nuestras-cifras/>



G CONSELLERIA
O MEDI AMBIENT
I TERRITORI
B