

Fenntarthatóságért



- 1) Környezet barát tisztálkodási szerek beszerzése



- 2) A kevesebb több! Nem kell mindig agyon parfümözni magad



- 3) A nem használt ruháid, add el vagy használd újra az anyagot

Fenntarthatóság jegyében megtehető:

- hulladékmentes életmód
- fürdés helyett zuhanyzói \Rightarrow vizet spórolunk
- ne folyassuk feleslegesen a vizet
- tisztálkodószerek háziilag elkészítése
- natúrkozmetikumok vásárlása \Rightarrow állat + bőrbarát
- vásárolj kisebb, de jobb minőségű termékeket
- kerüld az autós közlekedést \rightarrow használj a tömegközlekedést v. biciklit
- komposztálás, szelektív hulladékgyűjtés
- mindig húzd ki a töltőt a kábelből
- készíts beárusítólístát a vásárláshoz \rightarrow ellenőrizd a felesleges kiegészítőket
- csomagolt termékek kerülése
- kerteszkedj \rightarrow teremtsd meg magadnak a szükséges gyümölcsöket, zöldségeket
- ha elromlik valami a háznál, előbb próbáld meg megjavítani, mielőtt újat veszel
- csak annyit elemezzert vásárolj, amennyire valóban szükséged van

1. Fenntarthatósági szempontból nem éri meg követni az öltözködésben a trendeket, mert ez megterheli környezetünket. A trendek gyakran változnak, és sok ruha a kukába, vagy örökre a polcra kerül. Az én tanácsom az, hogy találd meg neked melyik stílus tetszik, és olyan ruhákat vegyél fel, ne azt, ami „trendi”. Ez jobban megkíméli a pénztárcát is.
2. Sokkal fenntarthatóbb, ha utazás során tömegközlekedést használunk a saját autónk helyett. Olcsóbb, és környezettudatosabb. Ha valaki nagyon nem szereti a tömegközlekedést, a telekocsi is javasolt módszer. Például a barátaiddal, kollégáiddal egy autóval mentek munkába, iskolába, és így kevesebb környezetszennyezés történik, illetve olcsóbb is.
3. A mai fiatalok rengeteg pénzt költenek játékokra. Gyakran vesznek új számítógép alkatrészeket is. Erre van egy megoldás, ami fenntartható és olcsóbb. A mai világban az új játékok átlagos ára 20.000Ft körül mozog, míg egy számítógép, ami futtatja minimum 350.000Ft. Ezt ki lehet védeni egy egyszerű előfizetéssel, amit Google Stadia-nak hívnak. 2999Ft havonta, és bármilyen eszközön játszhat a felhasználó rengeteg a csomaggal járó játékkal. Tulajdonképpen egy távoli számítógépen játszik és annak az élő képét látja. Az ottani gépek karban vannak tartva, nem dobják ki őket hiba esetén.

Irány a Fürdőszoba!

Használjunk minél kevesebb vizet, inkább zuhanyozzunk, és amikor fogat mosunk/borotválkozunk, akkor ne folyassuk a vizet fölöslegesen. Szereltesünk be víztakarékos csapokat. Vegyünk környezetkímélő tisztálkodási szereket.

Az ember legyen, természetesen szép nem kell annyi kence, többet számít a minőség, mint a márka. Nem minden bio/öko higiéniai eszköz drága.

Mit vegyek fel?

Nem mindegy hogy milyen ruhát veszünk fel, mivel és hogyan készítették. Tudsz újra hasonlítani, eladni a régi holmiaçãoat, de vigyázni is kell rájuk ruhakímélő mosással. Ha nem veszik már meg akkor adományozd el, de ne olyanokat amiket már nem lehet használni.

Irány a sulí!

Inkább utazzunk tömegközlekedést, mint gépjárművet, de ha tehetjük, akkor biciklivel járjunk be. Ha autóval megyünk, ne csak a benzin árát vegyük figyelembe

Fenntarthatóság

3 dolog, ami a fenntarthatóság jegyében megtehető, amire odafigyelhetünk:

- **Újrahasznosítás**

Célja:

- az ember által készített, tartós, nem természetes, nem lebomló, főleg hulladékká és szemétté váló anyagok átalakítása nyersanyaggá
- a Föld erőforrásainak kímélése (pl.: kevesebb fát kelljen kivágni a papírgyártáshoz)
- a természetbe kerülő hulladék mennyisége csökkenjen

- **Megújuló energiaforrások**

A megújuló energiaforrások korlátlan mennyiségben állnak rendelkezésre, sosem fogynak el.

- napenergia
 - A földet érő 1 órányi napsütés több energiát ad, mint amennyit az emberiség 1 év alatt elhasznál.
 - napelem
- vízenergia
 - A vízenergia nagy előnye, hogy képes folyamatosan energiát előállítani szemben a nap- és a szélenergiaforrásokkal, azonban csak olyan helyeket lehet felhasználni, ahol bő vízzel folyók nagy magasságkülönbséggel haladnak.
 - víz felduzzasztás, folyóvíz, hullámmű
- szélenergia
 - A szélenergia a levegő mozgási energiáját használja fel, a szélkerekek megforgatják a generátort, amivel elektromos energia állítható elő.
 - szélenergia, szélmalom

- **A globális felmelegedés mérséklése**

- Célja: a globális felmelegedés mértékének csökkentése

↓↓

- az **üvegházhatású gázok** (CO₂, vízgőz, metán, dinitrogén-oxid és egyéb káros anyagok) kibocsátásának csökkentésével

3 dolog, ami a fenntarthatóság jegyében megtehető:

- Ha helyi termékeket veszünk, azzal jelentősen csökkenteni tudjuk az ökológiai lábnyomunkat.
- Ha csak hetente egy napon nem eszünk húst, az is nagyon sokkal tudja csökkenteni a mérgező gáz kibocsátást.
- A legtöbb készülék akkor is áramot fogyaszt, ha ki van kapcsolva, de a kábelje be van dugva. Ha ezeket az eszközöket áramtalanítjuk, amíg nem használjuk, az jó hatással van környezetre és a pénztárcánkra is.

Vásárlás

Az impulzusvásárlás elkerülése érdekében előnyös listát írni előtte, majd ehhez ragaszkodni. Az árak összehasonlítása fontos, hiszen egy kis figyelem sok pénzt takaríthat meg. Ezen kívül az otthonról hozott táska, (lehetőleg nem műanyag) illetve a csomagolt termékek elkerülése is környezettudatos lépés.

3 DOLOG A FENNTARTHATÓSÁG JEGYÉBEN:

1. Hulladékaink mennyiségének csökkentése (túlfogyasztás kerülése, újra felhasználható csomagolóanyag használata), szelektív hulladékgyűjtés.
2. Ha nyaralni megyünk, azt ökoturistaként tesszük meg (pl.: nem szemetelünk), így megőrizzük az ottani természeti értékeket.
3. Önkénteskedünk a környékünkön, akár szervezeten szemétyűjtésnél, vagy egyénileg teszünk valamit a társadalom javára.

Takarékoskodás az élelmiszerrel

Csupán annyi élelmiszert vásároljunk, amennyire valóban szükségünk van.

Lehetőleg helyi és hazai termelőktől vásároljunk, ezzel csökkentjük az ökológiai lábnyomunkat, illetve támogatjuk a helyi és hazai termelőket.

Lehetőleg olyan élelmiszer vásároljunk, amit el is tudunk fogyasztani mielőtt elveszíti szavatosságát.

A maradékot tároljuk megfelelő módon, hogy később elfogyaszthassuk.

Amennyiben van kertünk, a maradékokból és egyéb élelmiszerhulladékokból komposztálhatunk.

Vigyünk saját tárolóeszközt, dobozt, textilzsákokat amikor bevásárolni megyünk, és részesítsük ezeket előnyben a nejlonszakkokkal szemben.

Műanyag palackban árult ásványvíz helyett fogyasszunk inkább csapvizet, Magyarországon a csapvíz kiváló minőségű, rengeteg ásványi anyagot tartalmaz és ez a leghigorúbban ellenőrzött élelmiszer.