

Co jest trendy? - Wszystko to, co sami możemy zrobić dla ochrony klimatu.

Oszczędzanie

1. **Dom** na miarę. Własny domek czy mieszkanie nie musi być ciasne. Warto jednak skroić je na miarę autentycznych potrzeb. Ogrzewanie i oświetlanie zbędnej powierzchni to dodatkowe zużycie energii.
2. **Zainwestuj** w ciepło. Zaprojektuj dom energooszczędny: ocieplony, z pompami ciepła, kolektorami słonecznymi lub wiatrakiem.
3. **Wyposaź** dom w dobrą izolację cieplną – to skuteczny sposób ograniczania emisji CO₂ oraz oszczędzania energii. Zaizoluj swój zbiornik na ciepłą wodę, rury centralnego ogrzewania i zagłębienia w ścianach oraz wyłóż folią aluminiową ściany za grzejnikami.
4. **Otwórz** okno na świat. W naszym klimacie, można żyć bez klimatyzacji. Jest to zdrowsze, ponieważ grzyby i bakterie znajdujące się w parowniku klimatyzacji szkodzą zdrowiu. Często wystarczy lepiej się ubrać. Przez otwarte i czyste okno wpada też więcej światła - a to ważne dla naszego zdrowia. Wietrząc mieszkanie lub dom - otwórz okna na kilka minut.
5. **Domykaj** lodówkę, ustawiaj chłodzenie na taką temperaturę, jakiej rzeczywiście wymagają produkty.
6. **Liczy się** miejsce umieszczenia lodówki czy zamrażarki. Postawienie ich obok kuchenki lub bojlera spowoduje większe zużycie energii. Jeśli umieścisz lodówkę w ciepłej piwnicy, gdzie temperatura wynosi 30-35°C, będzie ona potrzebowała prawie dwa razy więcej energii.
7. **Regularnie** rozmrażaj lodówkę. Starą lodówkę lub zamrażalnik rozmrażaj regularnie. Nowsze modele rozmrażają się automatycznie i zwykle są bardziej efektywne energetycznie niż starsze typy. Kupując nowy sprzęt - wybieraj modele europejskiej klasy A+, które cechuje małe zużycie prądu.
8. **Uważnie** dobieraj ustawienia urządzeń – jeśli ustawisz lodówkę na największy stopień chłodzenia - zużyjesz dużo prądu a Twoje jedzenie nie pozostanie długo świeże (może się zepsuć z powodu zamrożenia).
9. **Nie wstawiaj** do lodówki jedzenia gorącego lub ciepłego. Oszczędzisz energię, jeśli przed włożeniem jedzenia do lodówki, odstawisz je do ostygnięcia.

10. **Sprawdź**, czy woda nie jest zbyt gorąca. Termostat na bojlerze z ciepłą wodą oraz piec centralnego ogrzewania nie musi być ustawiony na temperaturę wyższą niż 60 °C. Pamiętaj - gospodarstwa domowe w UE zużywają 70% całej wykorzystywanej przez siebie energii na ogrzewanie.
11. **Oszczędnie** dozuj proszki do prania i inne detergenty obniżając jednocześnie temperaturę prania. Nowoczesne proszki są skuteczne również w niskich temperaturach. Zmiana temperatury prania z 60°C do 40°C to...o jedną trzecią mniejsze zużycie energii.

**SPRAWDŹ
ILE MOŻESZ ZAOSZCZĘDZIĆ**

Wyłączanie

1. **Zgaś zbędną żarówkę!** Wyłącz niepotrzebnie świecące żarówki, zainstaluj żarówki energooszczędne - zmniejszysz emisję CO₂ i zaoszczędzisz pieniądze.
2. **Wyłącz stand-by** w telewizorach, monitorach, drukarkach, zasilaczach. Urządzenia w stanie czuwania pobierają energię. Tylko "polskie" tryby czuwania zużywają rocznie 1,2 GWh energii!
3. **Telefon** naładowany? Ładowarkę wyjmij z gniazdka! Nie wyjęta ładowarka dalej pracuje zużywając prąd.
4. **Ociepl** okna, zainstaluj w kaloryferach termostaty i obniż temperaturę w domu o 1°C. Ograniczysz zużycie energii o 7,5% i zaoszczędzisz pieniądze.
5. **Bez wodolejstwa.** Woda w naszych domach leje się na okrągło: gotowanie, pranie, sprzątanie, kąpanie... A wystarczy, że: użyjesz prysznica, czy zakręcisz kran podczas mycia zębów. Nie zapomnij o zreperowaniu ciekących kranów.
6. **Gotowanie.**
Przykrywaj garnek podczas gotowania. Gotuj tylko tyle wody, ile potrzebujesz.
Gdyby wszyscy Europejczycy gotowali tyle wody, ile potrzebują, czyli średnio o 1 litr wody dziennie mniej, zaoszczędzona energia mogłaby zasilić jedną trzecią oświetlenia ulicznego w Europie.

Odzyskiwanie

1. **Śmieci** poddawaj recyklingowi. Odzyskanie 1 kg aluminium to, obniżenie emisji CO₂ o 9 kg.
2. **Używaj** kartki papieru z obu stron i papier oddawaj do recyklingu.
Nie drukuj bez potrzeby. Warto - na "brudnopis" - wykorzystać papier z jednej

nie drukuj, nie pisz, nie rysuj na brzośnie, nie używaj papieru – jednostronny zadrukowany.

3. **Ostrożnie** z resztkami. Nie wylewaj do zlewów czy ubikacji substancji niebezpiecznych, tzn. kwasów, olejów przepracowanych czy pozostałości po lekach.
4. **Do mycia** naczyń używaj środków biodegradowalnych. Dozuj detergenty.
5. **Sprzęt elektryczny i elektroniczny** - zwracaj do sklepu. Kupując nowy sprzęt elektroniczny - oddaj stare telewizory, lodówki, komputery do sklepu, w którym dokonujesz transakcji kupna-sprzedaży (w stosunku 1:1 – możesz zostawić zużyte przedmioty).
6. **Zrezygnuj** ze zbędnych opakowań. Opakowania kosztują nas dwukrotnie - kiedy je kupujemy i kiedy płacimy za ich wywóz.
7. **Postaw** na jakość. Zamiast przedmiotów "jednorazowego użytku" wybieraj rzeczy trwałe. "Jednorazówki" szybko trafiają na wysypiska. Zużyte baterie to odpady niebezpieczne - nie powinny trafić na wysypiska.
8. **Używaj** produktów z surowców z recyklingu, np. wytworzonego z makulatury papieru toaletowego...
9. **Dobre, bo... bliskie.** Kupuj polskie, a najlepiej lokalne produkty. Dowóz towaru to, wyższe koszty transportu (i towaru) oraz wyższa emisja CO₂, a im większa odległość, tym więcej gazu trafi do atmosfery.

TEST EKOSTOPY



Podróże, podróże...

1. **Pieszko** pokonuj niewielkie dystanse lub używaj roweru - to dobry rodzaj „transportu”, także ze względu na Twoje zdrowie.
2. **Szansa dla** transportu publicznego. W mieście korzystaj ze środków komunikacji miejskiej.
3. **Pociągami** wybierz się w dalszą podróż.
4. **Co z autem?**

4. CO z autem?

- wybierz model o najmniejszej emisji i używaj go tylko wtedy, kiedy naprawdę musisz,
- dbaj o dobry stan silnika i ciśnienie w oponach - możesz zmniejszyć zużycie paliwa o kilkanaście procent,
- prowadź spokojnie, bez gwałtownych przyspieszeń i hamowania - niewiele dłużej będziesz jechać, a znacznie mniej spalisz paliwa i wyemitujesz CO₂,
- staraj się nie przekraczać prędkości 100-120 km/h. Jadąc szybciej, zużyjesz znacznie więcej paliwa,
- tankuj paliwo odsiarczane, z biokomponentami,
- warto badać jakość spalin samochodu - pomoże to uniknąć różnych kłopotów,
- **nie planuj podróży w pojedynkę**, jeśli Ty i sąsiad jedziecie w jednym kierunku - pojedźcie jednym samochodem,

Carpooling: <http://www.autem.pl/>

- nie trzymaj włączonego silnika podczas porannego odszraniania lub mycia szyb, wyłącz silnik w trakcie przerw w podróży.

Fundacja Nasza Ziemia - koordynator krajowy akcji "Sprzątanie świata"



Kampania „Godzina dla Ziemi” <http://www.wwf.pl/godzinadlaziemi/>

Źródło: naszaziemia.pl, ec.europa.eu

