

1

Ociepl swój dom

Najlepiej zacząć od porządnego ocieplenia domu. Starsze polskie budynki są pięć-, sześciokrotnie bardziej energochłonne niż średnia europejska. W to warto inwestować, bo to się opłaca. Istnieje Fundusz Termomodernizacyjny, do którego indywidualni właściciele domów mogą zwracać się o pomoc przy wymianie okien, ocieplaniu ścian, piwnic, izolowaniu dachów czy zmianie systemu wentylacji. Powstają już projekty domów energetycznie całkowicie samowystarczalnych. Są to drogie technologie, ale pozwalają oszczędzać.

2

Wymień żarówki

Prostym sposobem zmniejszenia zużycia energii jest wymiana żarówek na energooszczędne. Początkowo jest to inwestycja, bo są one kilkakrotnie droższe od zwykłych, za to zużywają czterokrotnie mniej energii i działają osiem razy dłużej. Całkowita wymiana tradycyjnych żarówek na nowoczesne w krajach Unii Europejskiej ograniczyłaby roczną emisję CO₂ o 20 mln ton.

3

Kupuj sprzęt z literką A

Zgodnie z unijnym prawem, wszystkie sprzedawane sprzęty AGD i źródła światła muszą mieć etykietę energetyczną. Są to paski w kolorach od czerwonego do zielonego, oznaczone literami od A do G. Czerwony G oznacza sprzęt najbardziej energochłonny, zielony A – najbardziej efektywny. Oznaczona znakiem A++ lodówka może zużywać nawet czterokrotnie mniej prądu niż zwykła.

4

Wyłączaj komputer

Zużycie domowej energii w dużej mierze związane jest z nawykami. Warto wyrobić sobie zwyczaj wyłączania niepotrzebnych świateł i nieużywanych aktualnie urządzeń. Pracujące w trybie stand by komputery, telewizory czy nagrywarki mogą pochłaniać nawet 80 proc. zużywanego w domu prądu.

5

Folguj z chemią przy porządkach

Podobnie rzecz ma się z wodą. Jej zużycie i stopień zanieczyszczenia w dużej mierze zależy od domowych nawyków. Jednymi z najbardziej szkodliwych substancji, które trafiają do wody, są detergenty. Dom nie musi, a nawet nie powinien być sterylny. Wiele rzeczy wystarczy po prostu umyć w ciepłej wodzie. W Holandii popularnym zwyczajem staje się używanie do zmywania tłustych rzeczy soku z cytryny. Kupując pralkę czy zmywarę, warto zwracać uwagę na informację, ile wody zużywa ona na cykl. Włączać ją należy wtedy, kiedy jest całkowicie wypełniona.

6

Zakręć krany

Na stronach Polskiej Zielonej Sieci znajdziemy także inne rady: napraw ciekące krany, kapiący kran może w ciągu dnia zmarnować 25 l wody, bierz prysznic zamiast kąpać się w wannie, zakręcaj kran w czasie mycia zębów, pierz rzeczy, gdy są faktycznie zabrudzone, używaj sitka do zlewozmywaka, zbieraj deszczówkę.

8

Kupuj rzeczy racjonalnie opakowane

Warto także zastanowić się, skąd się śmieci biorą. Co piąty śmieć w naszym kubku to opakowanie. Coraz bardziej kolorowe, atrakcyjne i coraz trudniejsze do utylizacji. Dochodzi do takich absurdów, że trzy marchewki zapakowane są w styropianową tackę okrytą folią, a herbata pakowana jest w torebki, karton i jeszcze folię. Wybierajmy rzeczy opakowane w bardziej racjonalny sposób. Sięgając po kolejną foliową torebkę w supermarkecie, warto uświadomić sobie, że proces jej rozkładu potrwa tysiąc lat. W wielu sklepach dostępne są wielorazowe płócienne torby na zakupy.

9

Nie jedz z jednorazówek

Spróbujmy unikać miejsc, gdzie jedzenie podawane jest na jednorazowych, plastikowych talerzach.

12

Kupuj raczej nasze jabłka niż chilijskie truskawki

Na przykład kilogram jabłek przywiezionych do Wielkiej Brytanii z Nowej Zelandii to kilogram wyemitowanego CO₂, podczas gdy kilogram jabłek lokalnych – tylko 50 g. „Owoce, które przylatują zimą z Chile olbrzymim Boeingiem 747, to totalny żart. Pomysł, że musimy mieć truskawki w styczniu, jest diabelską głupotą” – twierdzi w rozmowie z „New York Times’em” Paul Hawken, pisarz i aktywista ekologiczny.

7

Domagaj się zorganizowania segregacji śmieci

Każdy Polak produkuje około 300 kg śmieci rocznie, z czego 90 proc. kończy na złe zabezpieczonych składowiskach, mimo że 70 proc. nadaje się do recyklingu. Warto jakkolwiek segregować śmieci niż nie segregować ich wcale. A także wyrzucać leki do specjalnych pojemników ustawionych w aptekach. To są niebezpieczne odpady.

11

Kupuj w pobliskim sklepie

Kolejna z zasad odpowiedzialnego kupowania brzmi: rób zakupy w lokalnych sklepach, oszczędzasz w ten sposób paliwo i wspierasz sąsiadów. A przede wszystkim staraj się wybierać lokalne produkty.

10

Wybieraj piwo w butelce, nie w puszcze

Jeśli chodzi o opakowania napojów, ideałem są szklane butelki zwrotne, a na drugim końcu skali – aluminiowe puszki i foliowane kartony. – Polski konsument może mieć z tym problem, bo w handlu w ogóle nie ma wody w dużych szklanych butelkach. Gdy chodzi o piwo, system sprzedaży w butelkach zwrotnych stosuje tylko jedna firma, kłopot jest także z sokami w szklanych opakowaniach, ale jakieś się zdarzają – mówi Magdalena Mosiewicz. – Osobiście całkowicie wyeliminowałam z listy zakupów napoje w puszkach, bo choć w Polsce odzysk aluminium jest bardzo wysoki dzięki zbieraczom złomu, jest to brudna technologia.

13

Kupuj produkty Fair Trade

– Człowiek codziennie głośnie portfelem. To potężna siła globalizacji, a wybierając konkretne produkty, jesteśmy odpowiedzialni za to, jaka to globalizacja.

Od zeszłego roku są w Polsce sprzedawane produkty z certyfikatem Fair Trade. Jest to międzynarodowy ruch handlu, wspierający ubogich producentów z Trzeciego Świata. Wydany przez nich certyfikat gwarantuje, że producenci tworzą demokratycznie zarządzaną organizację, w której przestrzegane są prawa człowieka, obowiązują co najmniej minimalne płace, godne i bezpieczne warunki pracy, nie wykorzystuje się pracy dzieci i spełnione są standardy ekologiczne. Nietrudno się domyślić, że są to jednak produkty droższe.

15

Nie daj się nabrać na fałszywe ekooznaczenia

Prawdziwych, rzetelnych ekooznaków jest w Polsce niewiele. Wielu producentów używa na opakowaniach napisów ekologiczny, bio albo motywów liści, kropli czy drzewa, choć za tym wizerunkiem nic nie stoi. Należy uważnie studiować etykiety. Prawdziwym ekooznakom towarzyszy na przykład informacja, że papier wyprodukowano bez użycia chloru

17

Wsiądź na rower (albo do autobusu)

Transport jest odpowiedzialny za potężną część światowej emisji dwutlenku węgla. A 40 proc. spalin emitowanych jest przez ruch miejski. Przy czym niemal połowa przejazdów samochodem odbywa się na trasach poniżej 5 km, a jedynym pasażerem często jest sam kierowca.

Wezwania, by przesiąść się na rower lub choćby do komunikacji miejskiej, brzmią może sensownie w Londynie, Amsterdamie czy Sztokholmie, ale już nie w Warszawie, gdzie w centrum brakuje ścieżek rowerowych, komunikacja miejska jest zatłoczona, a plan metra da się przedstawić za pomocą kawałka sznurka. – Jeśli nie możemy zrezygnować z samochodu, możemy postawić na systematyczną jazdę wspólną. Stosuje się to głównie przy dojazdach do pracy ludzi z tej samej dzielnicy. Porządne władze miasta w cywilizowanych krajach wprowadzają regulacje zachęcające do takich praktyk: są ulice, którymi można jeździć tylko, jeśli w samochodzie jest więcej niż jedna osoba, kiedy pojedynczy kierowca stoi w korku, grupowi jadą szybciej, bo jest dostępna tylko dla nich trasa.

18

Wybieraj pociąg zamiast samolotu

– Po mieście staram się jeździć rowerem, w ostateczności komunikacją miejską, a do dalszych podróży wybierać pociąg, choć przyznaję, że zwłaszcza to ostatnie jest w naszych warunkach bardzo ryzykowne – deklaruje Magda Mosiewicz. – Nie ma po prostu połączeń. Niestety.

19

Ucz dzieci nowego stylu życia

Rozwojem świadomości ekologicznej powinny się zajmować przede wszystkim dom, szkoła i media, zwłaszcza publiczne. Trzeba uczyć się myślenia, że indywidualne decyzje mają wpływ na środowisko naturalne, a od naszego stylu życia zależy to, w jakim stanie zostawimy je dzieciom i wnukom.

20

Głosuj na mądrych

Wiele zależy od polityków, którzy poprzez systemy dopłat czy ulg podatkowych mogą kreować działania przyjazne środowisku. Nie wspominając o tym, że problemów takich jak budowy oczyszczalni, tworzenie systemów segregacji śmieci, czystych środków transportu pojedynczy człowiek nie rozwiąże. Ostatnia rada, jak indywidualnie możemy wpływać na środowisko, brzmi: głosujmy na polityków, dla których kwestie ekologii są ważne. Lokalnie i centralnie.