

## Tippek a mindennapok apró változtatásaira

Forrás: az Európai Bizottság klíma-kampánya honlapja [www.climatechange.eu.com](http://www.climatechange.eu.com)

### Tekerje le!

1. Sok energiát és nem utolsósorban pénzt is megtakaríthat azzal, ha nem fűti túl az otthonát. Ha csak 1°C-kal csökkenti otthonának hőmérsékletét, azzal 5-10%-os megtakarítást érhet el fűtésszámláján, és így évente akár 300 kg-mal kevesebb szén-dioxidot bocsát ki háztartása.
2. Azzal is csökkentheti az otthona fűtésére felhasznált energiát, ha a termosztátot úgy programozza be, hogy éjszaka, illetve amíg nem tartózkodik otthon, a hőmérséklet alacsonyabb legyen. Ezzel 7-15%-kal csökkentheti a fűtésszámláját.
3. Ha van rá lehetősége szimpla üvegű ablakait cserélje dupla üvegű ablakokra. Ez ugyan jelentős befektetést igényel, de azon túl, hogy megakadályozza az ablakokon keresztüli energiaveszteséget, hosszú távon megtérül a kiadás. Ha a piaci kínálat legjobb minőségű nyílászáróit használja (fákeretes dupla üvegű rendszerek hőszigetelő üveggel, és argon gázzal töltve), akkor akár 70%-kal is csökkentheti az energiaveszteséget.
4. Rövid ideig szellőztessen. Ha akár csak egy kis nyílásnyira is, de nyitva marad egész napra az ablak, a hat hidegebb hónap alatt (10°C vagy alacsonyabb külső hőmérséklet esetén) majdnem 1 tonna szén-dioxid kibocsátással lehet számolni.
5. A jó hőszigetelés az egyik leghatékonyabb módja a szén-dioxid-kibocsátás csökkentésének és a hosszú távú energia-megtakarításnak. A falakon, tetőn és padlón keresztül távozó hő együtt a fűtésveszteség több mint 50%-áért felel. Lehetőség szerint szigetelje a melegvíz tározóit, a központi fűtés csöveit, valamint a falak réseit, és helyezzen alumínium fóliát a radiátorok mögé.
6. Ne feledje, hogy nem mindegy, hova teszi a hűtőszekrényét és a fagyasztóját: ha túl közel helyezi a tűzhelyhez vagy a bojlerhez, akkor jelentősen megnőhet az energiafogyasztásuk. Például, ha meleg pinceszobába helyezzuk őket, ahol a hőmérséklet 30-35°C, a felhasznált energia majdnem megduplázódik, és a hűtőszekrények esetén évente 60 kg, a fagyasztók esetén pedig 320 kg többlet szén-dioxid-kibocsátást eredményez.
7. Ha régi típusú hűtőszekrénye vagy fagyasztója van, rendszeresen olvassa le azokat! Ha van rá lehetősége, cserélje le őket olyan új modellekre, amelyek már rendelkeznek automatikus leolvasztó funkcióval, és általában kétszer nagyobb az energiahatékonyságuk, mint a korábbi modelleknek. Amikor új berendezést vásárol (nem csak hűtőszekrény, hanem mosógép, mosogatógép stb. esetén.), válassza az európai A+ osztály jelzéssel ellátott termékeket.
8. Gondosan válassza meg milyen beállításokat használ! Ha a hűtőszekrényt a leghidegebb beállításon működteti, nemcsak több energiát fogyaszt, de az étel is rövidebb ideig friss.
9. Kerülje a forró vagy meleg étel behelyezését a hűtőszekrénybe! Energiát takarít meg azzal, ha mielőtt a hűtőbe teszi, megvárja, amíg kihűl.
10. Ellenőrizze a víz hőmérsékletét! A kazán termosztátját nem szükséges 60°C-nál magasabbra állítani. Ugyanez vonatkozik a használati melegvízre is. Ne feledje, hogy az EU-ban az energiafelhasználás 70%-át az otthonok fűtése teszi ki, 14%-át pedig a használati melegvíz.

## Kapcsolja ki!

1. Ha nincs rá szüksége, kapcsolja le a világítást! 5 lámpa lekapcsolásával a folyosókon és a szobákban évi 60 eurót takaríthatunk meg, és ezáltal évi 400 kg-mal csökkenthetjük szén-dioxid-kibocsátásunkat.
2. Hasznos energiatakarékos izzókra váltani: már egyetlen izzó is 60 euró megtakarítást és 400 kg szén-dioxid-kibocsátás csökkenést eredményez az élettartama alatt – és akár tízszer hosszabb ideig használhatók, mint a hagyományos izzók. Bár az energiatakarékos izzók megvásárlása nagyobb költséggel jár, teljes élettartamukra nézve olcsóbbak a hagyományosnál.
3. Az elektromos készülékeket ne hagyja készenléti állapotban – használja a készülék „ki/be” funkcióját! Egy 3 óra hosszan bekapcsolt televízió készülék (ez az átlagos idő, amelyet az európaiak tévénézéssel töltenek), amely ezt követően a hátralevő 21 órán keresztül készenléti állapotban van, a készenléti állapotban használja az összes energiafelhasználásának 40%-át.
4. Észrevette már, hogy a fali csatlakozóba dugott mobiltelefonjának a töltője akkor is meleg, amikor nincs a telefon rácsatlakoztatva? Ennek az az oka, hogy a töltő ekkor is fogyasztja az áramot. Becsült adatok szerint az energia 95%-a megy kárba, ha a töltőt állandóan bedugva tartjuk.
5. A légkondicionáló berendezések valóságos energiapusztítók: egy átlagos szobai légkondicionáló 1000 watt teljesítménnyel működik, ami átlagosan 650 g szén-dioxid-kibocsátást eredményez óránként, és ez óránként 0,10 euróba kerül. A ventilátorok alternatívát jelenthetnek. Vagy használja takarékosan a légkondicionálót, és keresse a leg-energia-takarékosabb modelleket!
6. Ott, ahol erre lehetőség van, a zöld energiákra történő váltással segíthetjük a megújuló energiaforrások fokozottabb elterjedését. Jelenleg Európa villamosenergiájának csak 14%-át állítják elő környezetbarát, megújuló energiaforrásokból, (mint a szél, víz, fa, biogáz, napenergia stb.). A kereslet mindig kínálatot teremt. Ha van rá lehetősége, helyezzen házában tetejére napelemeket.
7. A mosógépet és a mosogatógépet csak akkor használja, ha már azok tele vannak! Ha ezt megelőzően szeretné bekapcsolni őket, használja a fél töltet vagy a gazdaságos beállításokat. A hőmérsékletet sem szükséges túl magasra állítani. A modern mosó- és mosogatószerkelet elég hatékony ahhoz, hogy alacsonyabb hőmérsékleten is megtisztítsák a ruhákat, edényeket.
8. Szárítógépet csak akkor használjon, amikor ez abszolút szükséges – minden szárítási ciklus több mint 3 kg szén-dioxid-kibocsátással jár. A ruhák természetes szárítása a lehető legjobb módszer: a ruhák tovább tartanak, és a szárításhoz szükséges energia ingyenes és nem környezetszennyező.
9. Ha csak éppen annyi vizet forral fel, amennyi a kávéjához szükséges, rengeteg energiát takarít meg. Ha minden európai csak a szükséges mennyiségű vizet forralná fel, akkor naponta egy liter feleslegesen felforralt vizet és rengeteg energiát takarítana meg. Az így megtakarított energia Európa közvilágításának az üzemeltetéséhez szükséges energia egyharmadához lenne elegendő.
10. Ha főzés közben az edényt lefedi, rengeteg energiát takarít meg. Még hatékonyabb, ha magas nyomású főzőedényeket vagy gőzölőket használ: ezek körülbelül 70% energiát takarítanak meg.
11. A fürdés helyetti zuhanyzás is energia megtakarítással jár. A zuhanyzáshoz négyszer kevesebb energia szükséges. Az energia megtakarítás maximalizálásához használjon kis vízfolyású zuhanyrózsát, mely olcsó, és ugyanazt a komfortot biztosítja.
12. Az elhasznált víz tisztítása rengeteg energiát emészt fel. Ha fogmosás közben elzárja a csapot,

több liter vizet takaríthat meg.

13. A csöpögő csapok annyi vizet használnak el, amennyi elegendő havi egy kád teletöltéséhez. Minden alkalommal ellenőrizze, hogy a csapok el legyenek zárva.

## Hasznosítsa újra!

1. Az elhasznált üvegeket vigye a visszaváltókba, a papírt és kartondobozokat, műanyagot, fémdobozokat válogassa külön a többi szeméttől! Egy alumínium doboz újrahasznosításával az annak legyártásához szükséges energia 90%-a megtakarítható (minden kilogramm alumínium előállításával 9 kg szén-dioxid-kibocsátás keletkezik). 1 kg újrahasznosított műanyag 1,5 kg szén-dioxid-kibocsátás csökkenést eredményez; 1kg újrahasznosított üveg pedig 300 g szén-dioxid-kibocsátás csökkenést.

1kg újrahasznosított papír – ahelyett, hogy a szeméttelpre kerülne – 900 g szén-dioxid-kibocsátás, valamint metán kibocsátás csökkenést eredményez.

2. Lehetőség szerint csökkentse a hulladéktermelést, mivel minden termék, melyet megvásárlunk, valamilyen módon (például előállításuk vagy szállításuk során) üvegházhatású gázok kibocsátását okozza. Ha az ebédünket újra használható dobozból esszük, akkor megtakarítjuk az eldobható doboz előállításához szükséges energiát.

3. Vásárláskor energiát takarítunk meg, és a hulladéktermelést is csökkentjük, ha újra használható zacskókat. A hulladék nem csak szén-dioxidot és metánt juttat a levegőbe, de a levegőt, a talajvizet és a talajt is szennyezi.

4. Kerülje az eldobható törülközők és papírtörülközők használatát! Használatukkal még több szemetet termelnek, és előállításukhoz is energiára van szükség.

5. Válassza a kevés csomagolóanyagba csomagolt termékeket, és amikor lehet, az utántöltő termékeket. Ezzel is csökkentheti a hulladéktermelést és az energiafelhasználást!

6. Vásároljon okosan! Egy 1,5 literes üveg előállításához kevesebb energiára van szükség, és kevesebb hulladékot termel, mint három 0,5 literes üveg előállítása.

7. Hasznosítsa újra a szerves hulladékot! A szeméttelpek az EU üvegházhatást okozó gázkibocsátásának körülbelül 3%-áért felelnek a biológiailag lebomló hulladékok által termelt metán miatt. Ezt a problémát kiküszöbölheti, ha újrahasznosítja a szerves hulladékot. Ha a kertben van rá lehetősége, komposztáljon!. Ez esetben gondoskodjon a megfelelő komposztálásról: vigyázzon, hogy a szerves anyag elegendő oxigén mellett bomoljon le, különben a komposzt metánt és kellemetlen szagot termel.

## Sétáljon!

Általában autót vezet?

1. Ha eddig autóval járt munkába, próbálja ki a kerékpározást, a gyaloglást, a tömegközlekedést is. Átlagosan az autóban elégetett egy liter üzemanyag több mint 2,5 kg szén-dioxid-kibocsátást eredményez.

2. Kerülje a különösen rövid autótutakat, mert az üzemanyag-fogyasztás és szén-dioxid-kibocsátás

aránytalanul magasabb, ha a motor még hideg. A kutatások az mutatják, hogy két városi autóútból egy rövidebb, mint 3 kilométer – ezt a távot könnyen meg lehet tenni kerékpárral vagy gyalog, ami ráadásul egészségesebb is.

3. Ha teheti, az autóját mossa kézzel vagy használjon magas nyomású mosót ahelyett, hogy autómosóba vinné autóját. Az autómosók több elektromos áramot és vizet használnak, mint a hagyományos módszer.

4. Autó vásárláskor vegye figyelembe az új autó üzemanyag-gazdaságosságát is. Ha évente 15 000 km-t vezet (ez az európai átlag), és egy olyan modellt választ, amely 100 km-en 5 litert fogyaszt 7 liter helyett, akkor évente 300 litert takarít meg. Ez évente 300-400 eurós megtakarítást és 750 kg-val kevesebb szén-dioxid-kibocsátást jelent. Az európai törvények szerint az új autók esetén az autógyártóknak fel kell tüntetniük a szén-dioxid-kibocsátásra és üzemanyag-fogyasztásra vonatkozó információkat a bemutatótermekben és a hirdetésekben.

5. Ne melegítse autóját álló helyzetben! A bemelegedéshez így több üzemanyagot használ fel, mint ha meleg motorral indulna útra.

6. Gondoskodjon a megfelelő gumiabroncs-nyomásról! Ha a nyomás 0,5 bárral kisebb, a megnövekedett ellenállás miatt az autó 2,5%-kal több üzemanyagot fogyaszt, így 2,5%-kal több szén-dioxidot bocsát ki.

7. Használjon alacsony viszkozitású motorolajat! Hatékonyabban keni a motor mozgó alkatrészeit, mint a hagyományos olajak, és csökkenti a súrlódást is. A legjobb olajak az üzemanyag-fogyasztást és szén-dioxid-kibocsátást több mint 2,5%-kal csökkenthetik.

8. Az üres tetőcsomagtartó a légellenállás és többlet súly következtében akár 10%-kal is növelheti az üzemanyag-fogyasztást és a szén-dioxid-kibocsátást. Ha nem használja, szerelje le! (A teljesen megrakott tetőcsomagtartó akár 20-30%-kal is megnövelheti az üzemanyag-fogyasztást).

9. Ne siessen! Kevesebb üzemanyagot használ el, és kevesebb szén-dioxidot bocsát ki. Ha gyorsabban megy mint 120 km/h, az üzemanyag-fogyasztás 30%-kal magasabb, mint 80 km/h sebesség esetén. Üzemanyag-fogyasztás tekintetében a 4., 5. és a 6. sebesség a leggazdaságosabb.

10. Hallott már az öko-vezetésről? 5%-kal csökkentheti az üzemanyag-fogyasztását. Az autót a gázpedál lenyomása nélkül hozza mozgásba, és amint lehet, kapcsoljon magasabb sebességfokozatba (2000-2500 fordulatszámon)! Tartsa folyamatosan a sebességet, előrelátó vezetéssel kerülje a hirtelen fékezéseket és gyorsításokat! Ne felejtse el leállítani a motort, még a rövidebb megállások esetén se!

11. Ha az autóban működik a légkondicionáló, az üzemanyag-fogyasztás és szén-dioxid-kibocsátás körülbelül 5%-kal növekszik. Használja gazdaságosan! Ha az autóban túl meleg van, vezessen néhány percig leeresztett ablakokkal, majd húzza fel az ablakokat, és csak ezt követően kapcsolja be a légkondicionálót! Ezzel megtakarítja azt az üzemanyag mennyiséget, amely a hőmérséklet kezdeti lecsökkentéséhez szükséges.

Szeretné elkerülni az autóvezetést?

12. Autó helyett lehetőség szerint közlekedjen vonattal! Az autójában egyedül utazó ember kilométerenként háromszor annyi szén-dioxidot termel ki, mint az, aki vonaton utazik. Annak ellenére, hogy a vonatok fosszilis energiahordozókból nyert elektromos áram felhasználásával

működnek, kisebb mennyiségű üvegházhatást okozó gázt bocsátanak ki szállított személyenként.

Repülés?

13. A légi közlekedés a világ legnagyobb ütemben növekvő szén-dioxid kibocsátó forrása. Érdemes fontolóra venni, hogy a vasút alternatívát nyújt-e. Ha mégis repülnie kell, vegye fontolóra a szén-dioxid-kibocsátásának „kiváltását”! Vannak olyan szervezetek, amelyek kiszámítják az utasok által okozott kibocsátást, és pénzt fektetnek a megújuló energiaforrásokba, energiahatékonyság növelésébe, vagy erdőtelepítő projektekbe, amelyek az utas által kibocsátott mértékkel megegyező kibocsátás-csökkentést eredményez. Például a Berlin – Budapest retúr repülőút 1 400 km és utasonként 200-250 kg szén-dioxid-kibocsátással jár. Ennek a kibocsátásnak a kiváltása körülbelül 6-7 euróba kerül.

## Egyéb javaslatok

1. Keresse az európai öko-címkével ellátott termékeket, amely a kiemelkedően környezetbarát teljesítmény jelzése. Eddig 25 termékcsoportból 280 környezetbarát termék és szolgáltatás nyerte el az öko-címkét (izzók, mosószerek, számítógépek és különféle háztartási berendezések stb.). Ha többet szeretne tudni erről, látogasson el a következő honlapra: HREF="http://www.europa.eu.int/comm/environment/ecolabel/index\_en.htm"§ MACROBUTTON HtmlResAnchor http://www.europa.eu.int/comm/environment/ecolabel/index\_en.htm

2. Fogyasszon helyben termesztett, szezonális élelmiszert! A mesterséges ökoszisztémákban vagy üvegházakban történő termesztés a hőmérséklet fenntartásához hatalmas mennyiségű energiát emészt fel. Ezenfelül az áruk szállítása repülőgéppel a világ egyik feléről a másikra körülbelül 1 700-szor több szén-dioxidot termel, mintha kamionnal szállítanánk azokat 50 km-en keresztül.

3. Egyen zöldséget! A hús előállítása jelentős szén-dioxid és metán termeléssel jár együtt, és nagy mennyiségű víz szükséges hozzá. A kérődző állatok, mint a szarvasmarha, juh és kecske az emésztésük során metánt termelnek.

4. Kerti bútor vagy egyéb fából készült termék vásárlásakor, győződjön meg arról, hogy azok megfelelő erdőgazdálkodási forrásokból származnak! Az FSC vagy PEFC ([www.fsc.org](http://www.fsc.org), illetve [www.pefc.org](http://www.pefc.org)) címkékkel ellátott termékek megfelelnek ezeknek a követelményeknek. A nem megfelelő erdőgazdálkodási gyakorlatok hozzájárulnak az erdők pusztulásához, ami a globális szén-dioxid-kibocsátás 20%-áért felel. Ez általában az erdők felégetésével jár, ami szén-dioxid-kibocsátást eredményez, és megszünteti szén-dioxid megkötő képességüket.

5. Ültessen egy fát! Egy fa évente átlagosan 6 kg szén-dioxidot köt meg, így 40 év alatt körülbelül 250 kg szén-dioxidot nyel el.

6. Ha új fénymásoló gépet vásárol, válasszon duplex egységgel rendelkezőt, azaz amelyik a lapok mindkét oldalára képes nyomtatni! Ha a másolatait fénymásoló üzletben készítteti, kérje, hogy használják a gép kétoldalas funkcióját!

7. Mielőtt kinyomtat egy dokumentumot vagy e-mailt, fontolja meg, hogy valóban szükséges-e kinyomtatni. Egy európai polgár körülbelül 20 kg papírt használ fel havonta!

Egyes lépések nagyobb, míg mások kisebb előnyökkel járnak az éghajlatváltozás (és az Ön pénztárcája) tekintetében. A felhasznált adatok átlagokon alapulnak, a háztartási készülékek energiafogyasztása, az autók üzemanyag-fogyasztása, az otthonok mérete eltérhet, valamint az EU-n belül változók az energiafogyasztási szokások és a villamos energia árak is. Sem az Európai Bizottság, sem az annak nevében eljáró személy nem vonható felelősségre az információk felhasználásának eredményéért, sem a hibákért, amelyek a gondos előkészítés és a megismételt ellenőrzések ellenére előfordulhatnak.

Minden egyes EU polgár évi 11 tonna üvegházhatást okozó gáz kibocsátásáért felelős, amelyből majdnem 9 tonna szén-dioxid. Az energiát szénben gazdag fosszilis energiahordozókból állítjuk elő otthonaink fűtésére és kivilágítására, elektromos készülékeink működtetésére, fosszilis energiahordozókból előállított benzint és gázolajat használunk az autóinkhoz, és olyan termékeket vásárolunk, amelyek előállításához energia szükséges. A felsoroltakkal üvegházhatású gázok szabadulnak fel. Minden lehetőségünk adott ahhoz, hogy ezt a kibocsátást befolyásoljuk. A mindennapjainkban tett apró változtatásokkal anélkül csökkenthetjük a kibocsátást, hogy életminőségünk romlana – sőt, még pénzt is megtakarítunk.