

ASKELEITA EKOLOGISEMPAAN ELÄMÄÄN

Valitse viisaasti

- Suosi ruokavaliossasi kasviksia ja vältä lihaa.
- Korvaa pesuaineita vaarattomammilla vaihtoehdoilla kuten sitruunalla, etikalla ja ruokasoodalla.
- Kulje pyörällä, kävellen tai julkisilla. Jos autoilu on välttämätöntä, hanki yhteisomistusauto tai pienikulutuksinen ja –päästöinen auto. Suosi kimpakyytejä.

Vähennä jätettä

- Lainaa tai vuokraa tavaroita ja vaatteita (e-kirjastot, vaatelainaamot).
- Tee hankintoja yhdessä kaverin tai naapurin kanssa (koneet).
- Säilytä ostamasi elintarvikkeet asianmukaisesti.
- Älä valmista ruokaa yli tarpeen. Käytä tähteet uusiin ruokiin tai pakasta ne.
- Käytä tuotteiden pakkaukset uudelleen ruoan pakastukseen, säilytykseen tai askarteluun.
- Laita käyttökelpoiset tavarat kiertoon.
- Laita ”Ei mainoksia” –tarra postilaatikkoon ja kierrätä lehtiä ystäväsi kanssa.
- Korvaa talouspaperi kankaisilla käsipyyhkeillä ja keittiöreiteillä.
- Tulosta kaksipuolisesti ja vältä turhia tulosteita, suosi sähköisiä palveluita.
- Anna lahjaksi tavarain sijaan elämyksiä, esimerkiksi lahjakortteja palveluihin.

Säästä energiaa

- Vältä veden tuhlaamista. Esim. ota lyhyempiä suihkuja ja pese vain täysiä koneellisia pyykkiä.
- Älä pidä sähkölaitteita valmiustilassa, sammuta turhat laitteet.
- Älä pidä turhia tiloja lämpimänä, laske huonelämpötilaa.
- Vaihda hehkulamput led-lamppuihin.
- Vaihda vihreään sähkөөn jos mahdollista.



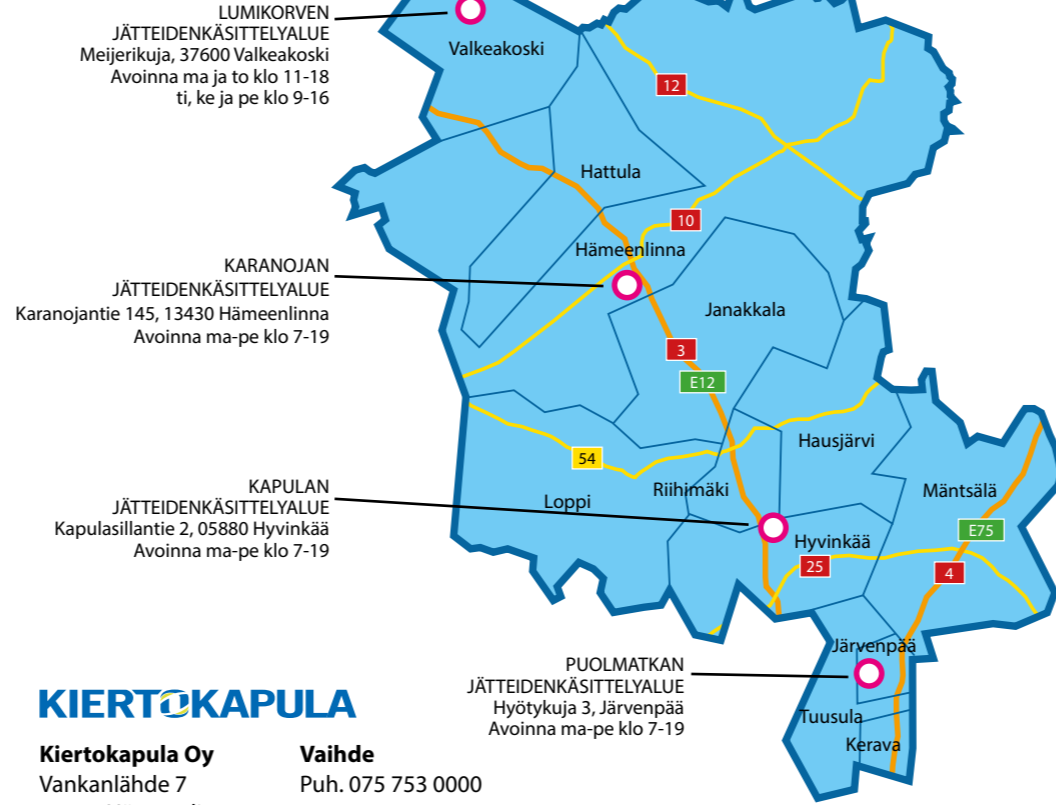
KIERTOKAPULA

Kiertokapula Oy

Vankanlähde 7
13100 Hämeenlinna
www.kiertokapula.fi

Vaihde

Puh. 075 753 0000
avoinna ma-pe 8-15
(pvm /mpm)



10 / 2016

2016

Viisas kuluttaa vähemmän



Pieniä valintoja ympäristön hyväksi

Teemme päivittäin tärkeää työtä ympäristön hyväksi lajittelemalla ja kierrättämällä jätteemme. Suurin vaikutus on kuitenkin sillä, kuinka paljon jätteitä tuotamme. Muuttamalla toimintatapojamme niin, että tuotamme vähemmän jätettä, voimme säästää luonnonvaroja ja pienentää jätteistä aiheutuvia haittoja.

EKOTEHOKKUUS

Ekotehokkuus tarkoittaa sitä, että luonnonvaroja käytetään mahdollisimman tehokkaasti. Ekotehokkaassa tuotannossa mahdollisimman vähäisellä määrällä raaka-aineita ja energiaa tuotetaan mahdollisimman paljon tuotteita ja palveluita. Tuotteiden ympäristövaikutuksiin kiinnitetään huomiota jo suunnittelu- ja valmistusvaiheessa.

Voimme kuluttajina toimia ekotehokkaasti ostamalla mahdollisimman vähän ja valitsemalla kestävä, laadukasta ja korjattavaa. Näin tuotteita voi käyttää pidempään. Ekotehokas vaihtoehto on myös tuotteiden korvaaminen palveluilla. Voimme siis vaikuttaa omilla kulutustottumuksillamme ja elintavoillamme.

EKOLOGINEN JALANJÄLKI

Kun halutaan ilmaista kuinka suuri maa- ja vesialue tarvitaan yhden ihmisen elintason ylläpitoon, puhutaan ekologisesta jalanjäljestä. Sen avulla voidaan laskea, kuinka monta maapalloa tarvittaisiin, jos kaikki maailman ihmiset eläisivät kuten suomalaiset, joiden ekologinen jalanjälki on maailman suurimpia. Oman ekologisen jalanjälkesi voit laskea internetistä löytyvillä laskureilla.

Mitä vähemmän tavaroita omistaa, sen helpompi ne on pitää kunnossa ja järjestyksessä.

TUOTTEEN ELINKAARI

Tuotteen elinkaareksi kutsutaan sitä aikaa, jonka sen sisältämä materiaali on poissa luonnon kiertokulusta. Esimerkiksi sanomalehden elinkaari alkaa paperin valmistukseen käytettävien puiden kasvatuksesta ja päättyy kun lehden kuiduista valmistetaan mm. uusiopaperia. Lopulta käyttökeltomattomat paperikuidut hyödynnetään energiana.

Hankkimillamme tuotteilla on erilaisia ympäristövaikutuksia koko elinkaarensa ajan. Sellaisia voivat olla mm. energiankulutus, kuljetusten ympäristövaikutukset, päästöt maahan, veteen tai ilmaan sekä meluhaitat. Ympäristön kannalta parhaita tuotteita ovat sellaiset, jotka kuormittavat ympäristöä mahdollisimman vähän koko tuotteen elinkaaren aikana. Suosi siis esimerkiksi tuotteita, jotka ovat lähellä tuotettuja.

KESTÄVÄ KULUTUS

Kestävä kuluttaja pyrkii omilla valinnoillaan minimoimaan omasta kulutuksestaan aiheutuvat negatiiviset ympäristövaikutukset. Kestävä kulutus edellyttää mm. että ostamme vain mitä todella tarvitsemme, kierrätämme tarpeettomat ja hävitämme käyttökeltomomaksi käyneet tavarat asianmukaisesti.

Isoissa päätöksissä, kuten asunnon lämmitysratkaisuissa, auton ja asunnon hankinnassa sekä ruokavaliovalinnoissa, ympäristöasioiden huomioimisella on suuri merkitys. Usein pieniä arkipäivän asioita on helpompi muuttaa kuin isoja kokonaisuuksia. Myös pienillä valinnoilla on oma tärkeä vaikutuksensa.

Voit totutella kestävämpään elämään valitsemalla kerrallaan yhden asian, jonka pyrit muuttamaan. Voit esimerkiksi päättää, että kaupasta saa ostaa vain ostoslistalta löytyviä tuotteita, ei heräteostoksia. Kun tästä tulee rutiinia, voit valita uuden muutettavan asian.



Vinkkejä ekoshoppaajalle

- Suunnittele ostokset etukäteen ja osta vain tarpeellista.
- Ota oma ostokassi mukaan kauppareissulle.
- Karta kertakäyttöistä ja suosi pitkäikäistä, laadukasta ja ajatonta.
- Osta vähän pakattua, täyttöpakkaustuotteita tai perhepakkauksia.
- Valitse ostoksilla lähi- ja luomuruokaa ja ympäristömerkittyjä tuotteita.
- Hanki vaatteet ja tavarat kirpputoreilta tai netin myyntipalstoilta.
- Osta tuoretuotteita esimerkiksi ruokapiirien kautta.

YMPÄRISTÖMERKIT

Ympäristömerkkien avulla kerrotaan tuotteiden ominaisuuksista ja ohjataan tuotteiden valmistusta ja kulutusta ympäristöä säästävään suuntaan. Virallisen ympäristö- tai energiamerkin voivat saada vain ympäristölle parhaat tuotteet. Myös luomutuotteille, reilulle kaupalle ja erälle muille tuoteryhmille on olemassa omat merkit.

1. Luomumerkki
2. EU:n luomumerkki
3. Reilun kaupan sertifiointimerkki
4. Pohjoismainen ympäristömerkki
5. Euroopan ympäristömerkki
6. EU:n energiamerkki



6.



Ruokapiiri = ryhmä joka tilaa lähi- ja luomuruokaa keskitetysti suoraan paikallisilta tuottajilta.