



Hogyan csökkenthetjük öko-lábnymunkat?

Egy magyar ember öko-lábnyma átlagosan 3,6 ha, amely nagyobb, mint a rendelkezésre álló biokapacitás: 2,7 ha/fő. Ha tudni szeretnénk, életmódunkkal mekkora terhet jelentünk a Földnek, kiszámolhatjuk lábnymunkat például a www.kothalo.hu/labnyom/ oldalon.

Aki csökkenteni szeretné öko-lábnymát, több dolgot is tehet – íme, néhány ötlet a brit WWF-től:

1. Ne használjuk az autót, ha van más alternatívánk – járjunk inkább tömegközlekedéssel, biciklizzünk vagy sétáljunk

Az öko-lábnymunk átlag 20%-kal is kisebb lehet, ha nincs autónk. Ha van, kezdjük el kevesebbet használni! Ha sétálunk, biciklizzünk, tömegközlekedünk, nem lesz annyi dugó a városban, csökken a légszennyezés és az öko-lábnymunk is.

2. Ha szükségünk van autóra, inkább kisebb kocsit vezessünk, és azt is minél kevesebbet - a kisebb méretű és kisebb motorral rendelkező autók általában sokkal energiahatékonyabbak a nagyoknál és az adójuk is kevesebb ☺.

3. Termesszünk zöldségeket és ne pazaroljuk az ételt - Ha a két dolgot egyszerre csináljuk, akár 11%-kal is csökkenhet a lábnymunk!

- A termőföldről a bolton keresztül a tányérunkra kerülő élelmiszert általában szállítani, hűteni és csomagolni kell, ami rengeteg energiába kerül és a hulladék is sok lesz. Ezt mind megspórolhatjuk a kertészkedéssel! Ha nincs saját kertünk, fogjunk össze másokkal, csináljunk közösségi kertet a szomszédokkal, béreljünk földet, stb.

- Ha előre megtervezzük a heti menüt és listával a kezünkben indulunk vásárolni, ellen tudunk állni a be nem tervezett finomságoknak. Több pénzünk marad, kevesebb ételt dobunk a kukába és nem lesz több „jajj, el kéne ugrani egy doboz paradicsompüréért” jellegű vészhelyzet sem, azaz csökkennek az utazáshoz köthető kibocsátásainkat is.



24/01 2006-020 © John Ditchburn

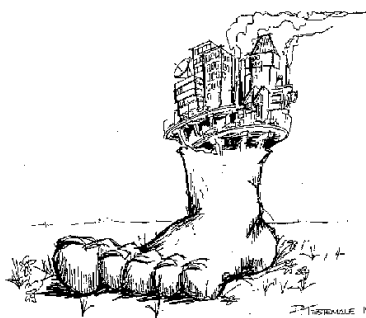
Az emberiség öko-lábnyma

4. Ne repülővel menjünk nyaralni - fedezzük fel saját országunk szépségeit vagy menjünk vonattal Európa országaiba

Az összes iparág közül a légitözlekedés CO₂-kibocsátása nő a leggyorsabban. A repülés hatása a klímaváltozásra jelentősebb, mint azt korábban gondolták: mivel az üvegházhatású gázokat (nitrogén-oxid és vízpára) a légkör felsőbb rétegeiben bocsátja ki a repülőgép, a hatás 2-4-szerese a „normál” CO₂-kibocsátásnak. A repülőutak egyre nagyobb részét teszik ki az emberiség öko-lábnymának: egyetlen London - New York oda-vissza repülőút négyszer akkora hatással bír, mint egy átlag indiai életmódja egy teljes éven át.

5. Vegyünk használt dolgokat újak helyett, vagy kérjük kölcsön, amire szükségünk van - Öko-lábnymunk kb. 10%-át a háztartásunk beszerzései teszik ki: otthonunk tele van olyan termékekkel, amiket csak néhányszor használtunk, legyen az ruha, játék, konyhai eszköz, stb. A szekrényben/garázsban rejtőző fűrógépekre pl. átlag 15 percig van szükségünk életútjuk során! Mielőtt megveszünk egy újabb „nélkülözhetetlen” terméket, gondoljuk át, hogy nem tudunk-e valahonnan kölcsönözni egyet. Hazánkban is működik már Freecycle közösség, ahol még használható, de az eredeti tulajdonosának már feleslegessé vált tárgyak találnak új gazdára – ingyen! (Minden ingyen fórum itt: <http://groups.yahoo.com/group/budapest-mindeninyen/>)

6. Tegyük energiahatékonyá otthonunkat – például szigeteléssel - Mindannyian kellemes meleg otthont szeretnénk a téli hidegben. Miért vacogjuk mégis át egyik zimankót a másik után huzatos szobákban, rosszul záródó ablakok mellett? A ház utólagos szigetelése viszonylag gyorsan és könnyen megy és a megtakarított forintokkal hamar megtérül a beruházás.



7. Állítsuk alacsonyabbra a hőfokot a lakásban - Ne fűtsünk feleslegesen, hiszen 1 °C-kal alacsonyabb hőmérséklet 5-10%-os energia megtakarítást és 300 kg-mal kevesebb CO₂-kibocsátást is eredményezhet. Abban a helyiségben, ahol nem tartózkodunk, vegyük lejjebb a fűtést.

8. Vegetáriánus étkezés – A kevés tejet és tojást is fogyasztó vegetáriánus étrendet követő emberek öko-lábnyma 40%-kal is alacsonyabb lehet, mint az átlagember lábnyma. Érdekes elgondolkodni a húsfogyasztás vízigényén is: egyes kutatások szerint 1 kg marhahús előállításához 16.000 liter vízre van szükség, ami több mint ötszöröse 1 kg rizs vízigényének.

9. Ha tehetjük, vegyünk helyben termesztett bio élelmiszereket - A helyi, évszaknak megfelelő, feldolgozatlan és biogazdálkodásból származó terményeket nem kell messziről szállítani és agyoncsomagolni, hogy megőrizzék frissességüket, így jóval alacsonyabb az öko-lábnymuk, mint a világ túlsó feléről származó zöldségnek, gyümölcsnek. A műtrágyát és rovarirtót mellőző biogazdálkodások 40%-kal kevesebb energiát fogyasztanak, tiszteletben tartják a természetet és az állatokkal is emberségesen bannak.

10. Ne feledjük az újrahasznosítást! - A háztartásban rengeteg hulladék keletkezik: megelőzőként kerüljük a túlsomagolt termékeket. A feleslegessé vált, de még használható dolgainkat ajándékozzuk el pl. jótékonyági szervezeteknek, vagy regisztráljuk a már említett Freecycle közösségbe (ld. 5. pont).

A tippek és ötletek forrása a Kislábnym Hírlevél 26. száma.

Hasznos információk, kapcsolat

Szerkeszti: Vadovics Edina
Közreműködött: Antal Orsolya, Gáll Veronika, és Vadovics Kristóf

Design: Iconica Bt.

Szerkesztőség:

GreenDependent Egyesület
2100 Gödöllő, Éva u. 4.
Telefon: 06-28/412-855
E-mail: info@greendependent.org
Honlap: www.kislabnyom.hu
www.greendependent.org

A GreenDependent Egyesület a következő szakmai szervezetek tagja:



klimabarát.hu

Klímabarát Települések Szövetsége

Resource Cap Coalition
(Európai Koalíció az Erőforrás Használat Csökkentéséért)

[resourcecapcoalition](http://resourcecapcoalition.org)

