

nouă pași către o
AMPRENTĂ ECOLOGICĂ

mai mică



AMPRENTA ECOLOGICĂ
mediul înconjurător
necesită pentru a
susține un anumit
stil de viață

CUMPĂRĂ MAI RAR, DAR MAI BUN

Produsele ieftine tind să se deterioreze mai repede și ajung după scurt timp la gunoi. Investește în produse de calitate, pe care le poți folosi o perioadă mai îndelungată. Astfel, vei reduce consumul de materii prime necesare producției, precum și cantitatea de deșeuri pe care o produci.

1



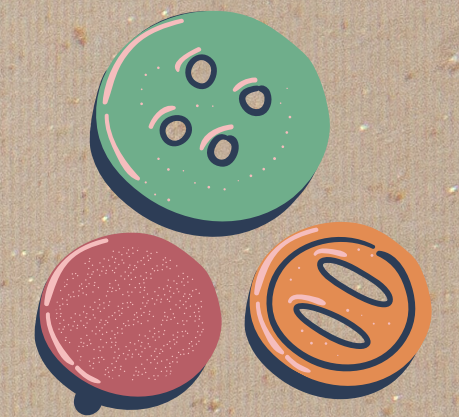
Știai că „moda rapidă” are efecte negative atât pentru mediului înconjurător, cât și pentru oameni? Pe lângă consumul mare de apă, emisiile de dioxid de carbon, și deșeurile rezultate, angajații din această industrie sunt expuși substanțelor chimice folosite în producție. Deseori, aceștia nici măcar nu sunt plătiți suficient pentru munca lor.(2)

REDU, REPARĂ, REUTILIZEAZĂ, RECICLEAZĂ

Ordinea acestei zicale este importantă. Încearcă să consumi mai puțin, întrebându-te înainte de fiecare achiziție: „chiar am nevoie de acest produs?”

Fii creativ cu lucrurile tale și găsește-le noi întrebuințări. Împachetează cadourile în reviste sau hârtie folosită, transformă borcanele în ghivece pentru flori, sau coase o pătură din toate tricourile pe care nu le mai folosești. În ultimă instanță, când obiectul nu mai poate fi nici reparat, nici reutilizat, du-l la un centru de reciclare.

2



Știai că transportul este responsabil pentru aproape un sfert din totalul emisiilor de dioxid de carbon la nivel global?(1)



CĂLĂTOREȘTE ACTIV

Felul în care călătorești determină, în mare măsură, amprenta ecologică personală. Mergi pe jos, cu bicicleta, sau cu mijloacele de transport în comun. Astfel, îți poți transforma naveta zilnică într-o oportunitate de a face mișcare. Folosește mașina mai rar, mai ales în oraș, și evită călătoriile cu avionul atunci când mergi în vacanță.

3

Știi că numai 9% din totalul de plastic consumat este reciclat la nivel global? În jur de 12% este incinerat, iar restul merge la groapa de gunoi sau ajunge să polueze oceane și păduri.(3)



EVITĂ AMBALAJELE

- Ambalajele au un rol important: protejează produsele înainte a ajunge la noi, reducând riscul de a se strica sau murdări. Problema este că aproape tot ceea ce cumpărăm este ambalat, și uneori acesta este inutil. Evită ambalajele oricând ai ocazia. Cumpără din piețe sau din magazine „zero-waste”, aducându-și recipientele și plasele de acasă. Refuză punga (indiferent de material) pentru cântărirea fructelor și legumelor care nu o necesită (banane, ananas, pepene, dovleac, etc.). De asemenea, folosește o sticlă de apă reutilizabilă, un termos sau o cană de cafea portabilă.

4

Știi că dacă risipa alimentară ar fi o țară, ar fi a treia cea mai mare țară cu emisii de CO2 din lume?(4)
Cumpără mai puțin, depozitează mâncarea corect, și refolosește resturile rămase.(5)



REDU CONSUMUL DE APĂ

Avem nevoie de apă nu numai pentru a supraviețui, ci și pentru agricultură, energie, și construcții. Cu toate acestea, numai 40% din apa de suprafață din Europa atinge o stare ecologică bună. Redu consumul de apă oricând ai ocazia. Închide robinetul atunci când te speli pe dinți și dacă poți, alege să faci duș, nu baie.

6

MÂNÂNCĂ MAI PUȚINĂ CARNE...

... Și mai puține produse de origine animală! Ce mâncăm contează mai mult decât de unde vine mâncarea respectivă. De aceea, cea mai eficientă schimbare pe care o poți face pentru a reduce impactul negativ al dietei tale este să consumi mai puțină carne. Adoptă o dietă vegetariană măcar o zi pe săptămâna și umple-ți farfuria cu legume, fructe, cereale și fasole. Când ai posibilitatea, alege produse de sezon, pe cât posibil crescute organic.

5



ALĂTURĂ-TE UNEI ORGANIZAȚII PENTRU PROTECȚIA MEDIULUI

Deși acțiunile individuale contează, schimbarea majoră trebuie să aibă loc la nivelul societății. Organizațiile pentru protecția mediului ajută restul comunității și conducătorii politici să conștientizeze importanța acestui subiect. Implică-te direct într-o astfel de organizație prin orice știi să faci, fie că te pricepi la comunicare, calcule, arte, sau orice altceva. Evidențiază problemele comunității tale și încearcă să găsești soluții împreună cu alți membri ai comunității din care faci parte. Dacă nu ai timp să fii membru activ, promovează activitatea organizațiilor de mediu și susține-le financiar prin donații.

7

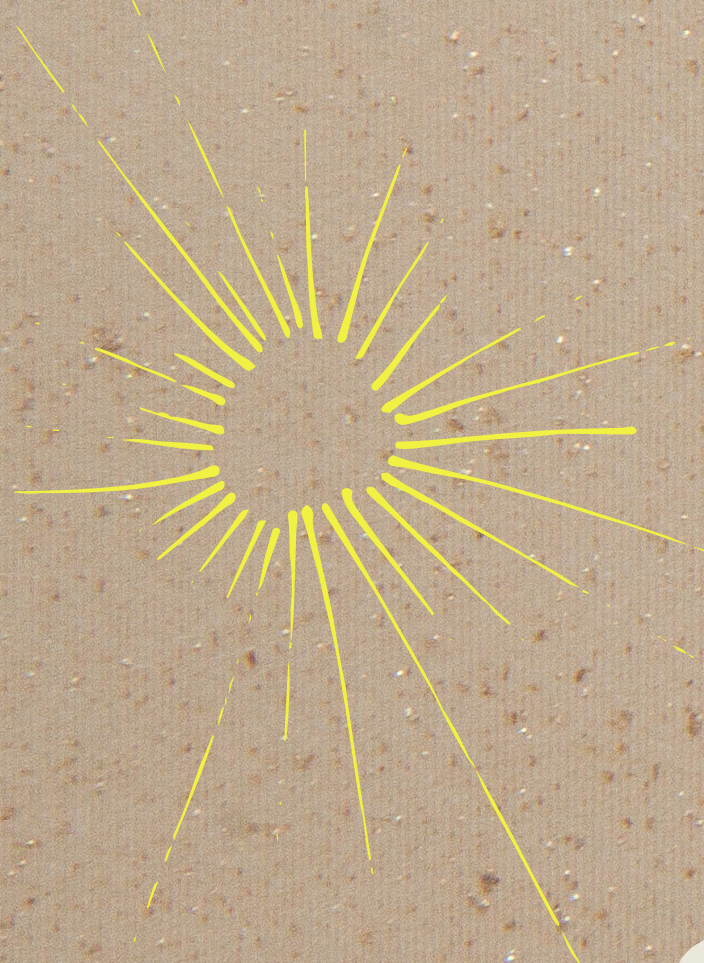
Știai că în 2019 tineri din aproximativ 185 de țări au participat la demonstrații, cerându-le liderilor politici să ia măsuri pentru prevenirea schimbărilor climatice?(6)



FOLOSEȘTE ENERGIA ÎN MOD EFICIENT

Sunt foarte multe feluri în care poți reduce consumul de energie la tine acasă. Folosește becuri economice și stinge lumina când pleci din cameră. Asigură-te că mașina de spălat rufe și cea de spălat vase sunt pline înainte de a le porni. Scoate din priză aparatele și încărcătoarele, chiar și pe cele care intră în standby. Înainte de a da termostatul mai tare, mai ia un pulover pe tine.

8



IMPLICĂ-TE ÎN COMUNITATEA TA

Dacă ai drept de vot, susține candidații care se obligă să ia măsuri pentru protecția mediului înconjurător. Citește programul politic al candidatului și asigură-te că acesta conține acțiuni pentru protecția mediului. Chiar dacă nu poți vota încă, ia legătura cu reprezentanții locali și sugerează-le schimbări ce pot reduce amprenta de carbon a localității, de la un sistem de reciclare mai eficient, la mai multe piste de biciclete. Poți conduce inițiative similare și la tine în școală, cerând conducerii să instaleze pubele separate pentru reciclat sau parcuri pentru biciclete în curtea școlii.

9



AFLĂ MAI MULTE PE WWW.INFOCLIMA.RO

Calculează-ți amprenta ecologică aici: <https://www.footprintcalculator.org/>

Și amprenta de carbon a dietei tale aici: <https://www.bbc.com/news/science-environment-46459714>

SURSE

- (1) <https://ourworldindata.org/co2-emissions-from-transport>
- (2) <https://cleanclothes.org/poverty-wages>
- (3) <https://advances.sciencemag.org/content/3/7/e170078>
- (4) <http://www.fao.org/3/bb144e/bb144e.pdf>
- (5) <https://foodwastecombat.com/wp-content/uploads/2018/10/Ghidul-anti-risipa-Food-Waste-Combat-2020-Web.pdf>
- (6) <https://www.theguardian.com/environment/2019/sep/21/across-the-globe-millions-join-biggest-climate-protest-ever>

infoclima

