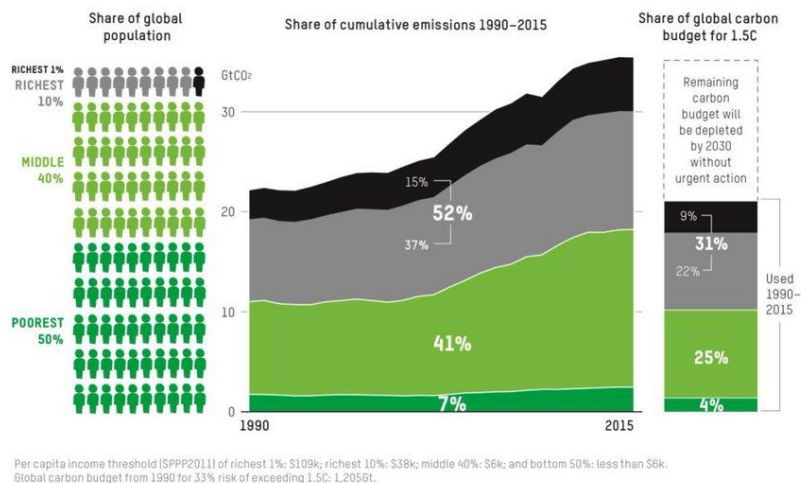




2. „Gondolkodj globálisan, cselekedj lokálisan”

Az Oxfam által végzett kutatás során, amikor az 1990-2015 közötti időszakot vizsgálták, megállapították, hogy az atmoszférában jelenlévő szén-dioxid mennyisége megkétszereződött ebben az időszakban.

Figure 1: Share of cumulative emissions from 1990 to 2015 and use of the global carbon budget for 1.5C linked to consumption by different global income groups



(Forrás: <https://oxfamlibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/621052/mb-confronting-carbon-inequality-210920-en.pdf>)

A leggazdagabb 1% (63 millió fő) kétszer annyi kibocsátásért felelős (15%), mint a Föld népességének legszegényebb 3,1 milliárd lakosa (7%)!

A társadalom legfelső 10%-a (630 millió fő) felelős a légkörbe juttatott szén-dioxid 52%-ért!

Látható, hogy a leggazdagabbak túlfogyasztása miatt fokozódik a klímaváltozás, miközben a szegény országok lakossága és a mostani fiatalok fizetik meg ennek az árát!

A [teljes jelentést](#) itt lehet elolvasni, angol nyelven.

Mit lehet tenni?

Legfontosabb a szén-dioxid kibocsátásunk csökkentése. Milyen területekre kell fókuszálnunk?

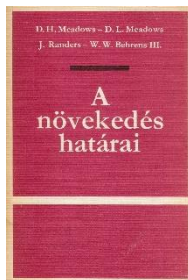
- közlekedés – repülőutak drasztikus csökkentése, teherforgalom és személygépkocsik számának csökkentése
- fűtés-hűtés – fosszilis energia csökkentése, a megújuló energiák elterjedése
- élelmiszertermelés – nagyüzemi állattartás drasztikus csökkentése (húsfogyasztás lecsökkentése (90%-kal!)), monokultúrák és vegyszerezés megszüntetése, élelmiszerpazarlás felszámolása



Világkonferenciák - háttéranyag

Régóta tudjuk, hogy probléma lesz abból, hogy a levegő szén-dioxid szintje növekszik. Már az 1970-es évektől elejétől történtek lépések, hogy világszintű cselekvések induljanak meg azért, hogy megakadályozzuk az összeomlást. Nézzük meg a főbb mérföldköveket!

Meadows jelentés:



1970-ben jelent meg az ún. Meadows jelentés: „Növekedés határai”. A Római Klub bízta meg a Denis Meadows által vezetett kutatócsoportot, hogy készítsenek egy matematikai modellt arról, hogy mi történik 2100-ig, ha az akkori ütemben nő a környezet használata és szennyezése. Az eredmény: összeomlás, de még elkerülhető.

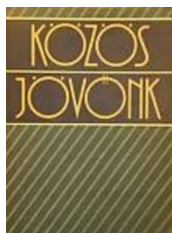
Ebben a cikkben [részletesen olvashatunk](#) a háttéréről.

Stokholmi konferencia:

1972-ben Stockholmban tartották meg az „ENSZ Konferenciája az Emberi Környezetről”. A kulcskérdés a gazdasági növekedés környezetre gyakorolt hatása volt. A gazdag és szegény országok nézetkülönbsége ellenére az ipari fejlődés fontosságát hangsúlyozták. A konferencia eredménye: dokumentumok és ENSZ Környezeti program (UNEP), de nem hozott valóságos változást, a problémák világméretűvé dagadtak.

[Részletesebben itt lehet olvasni](#) a konferenciáról.

Brutland Bizottság:



1983-ban tette közzé négy évi munka után jelentését a Környezet és Fejlődés Világbizottság (Brundtland Bizottság) „Közös jövőnk” címmel, amelyben meghatározták a fenntartható fejlődés fogalmát.

[Hosszabb cikk](#) a bizottság munkájáról.

Riói Konferencia:

1992-ben a „Környezet és Fejlődés” csúcstalálkozón fogadták el 1. „Feladatok a XXI. századra” című nemzetközi programot, 2. fenntartható fejlődéssel foglalkozó nemzetközi együttműködések alapelveit („Riói Nyilatkozat”), 3. Egyezmény a Biológiai Sokféleség Védelméről, 4. Éghajlatváltozás Keretegyezmény (üvegházhatású gázok csökkentése).

Részletesebben itt lehet olvasni a [Riói Konferenciáról](#).



Kiotói Jegyzőkönyv:

1997-ben a Kiotói Konferencián az üvegházhatású gázok csökkentésének mértékéről állapodtak meg a résztvevő országok. Az elkészült jegyzőkönyvet az USA mind a mai napig nem írta alá (az egyik legnagyobb CO₂ kibocsátó!).

A [„Kiotói Jegyzőkönyv”](#) fontosságával kapcsolatban ebben a cikkben olvashatunk többet.

Johannesburgi konferencia:

2002-ben Johannesburg-ban volt a „Világ-Csúcskonferencia a Fenntartható Fejlődésről” című ENSZ konferencia, melyen az előző 10 évet értékelték, felülvizsgálták az akkori vállalatokat és új feladatokat határoztak meg. A fő téma a környezetvédelem, valamint a gazdasági és társadalmi kérdések összefonódása volt. A konferencia végén elfogadott nyilatkozatban konkrét célkitűzéseket fogalmaztak meg, amelyek nem valósultak meg.

Részletesebben itt lehet olvasni a [konferenciáról](#).

Rio +20:

2012-ben újabb ENSZ konferenciát tartottak Rió de Janeiro-ban. A fő téma a zöld gazdaság és a szegénység elleni küzdelem volt. Emellett arról is határoztak, hogy meg kell kezdeni a fenntartható fejlődés közös globális céljainak kidolgozását.

A [konferenciáról](#) itt olvashatunk részletesebben.

Fenntartható Fejlesztési Célok:

2015-ben ismét magas szintű ENSZ közgyűlést tartottak New York-ban, amit több éves előkészítés előzött meg. A tagállamok egyrészt egy általános együttműködési keretet, másrészt a Fenntartható Fejlesztési Célokat határoztak meg, melyek a „Világunk átalakítása: a fenntartható fejlődés 2030-ig szóló programja” című tervezetben egyesítették. Ez a keretrendszer a kiegyensúlyozott társadalmi fejlődésre, a tartós gazdasági növekedésre és a környezetvédelemre épít, és a fejlődő országok mellett a fejlett országokra is kiterjed.

[Fenntartható Fejlesztési Célok](#)ról (SDG = Sustainable Development Goals) ebben a cikkben olvashatunk részletesebben. Ezen a honlapon pedig rövid és jó összefoglalót találunk, valamint az ikonokra kattintva megnézhetjük, [mi történt Magyarországon](#) a célok teljesítésének érdekében.



A Fenntartható Fejlődési Célok - magyarul és angolul:



Két összefoglaló cikk a témában: [A fenntartható fejlődés](#), [Közös jövőnk: ego vagy öko?](#)

Párizsi klímacsúcs

2015-ben Párizsban tartott konferencián elfogadott éghajlatvédelmi egyezmény a világ első átfogó éghajlattal kapcsolatos megállapodása. Ebben az egyezményben határozták meg, hogy az üvegházhatást fokozó gázok mennyiségét csökkenteni kell, és a globális átlaghőmérséklet emelkedésnek az iparosodás kora előtti szinthez képest 2 C , illetve 1,5 C° alatt kell tartani, hogy jelentősen csökkenthessük a klímaváltozás kockázatát és hatásait.

A [klímacsúcs](#)ról itt olvashatunk részletesebben.



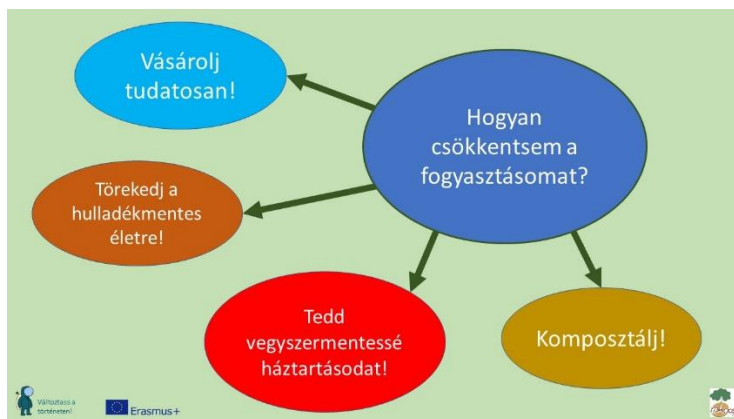
2.1. Mit tehetek én?

Ne feledjük: mi is a leggazdagabb 10%-ba tartozunk! Nekünk is drasztikusan csökkentenünk kell az üvegházhatású gázok kibocsátását! Hogyan tudjuk ezt megtenni a személyes életünkben?



Csökkentheted a fogyasztásodat!

Ezzel csökkenthetjük a termékek szállítását, a termékek előállítását és az előállításához szükséges nyersanyagok mennyiségét (amit ugye szintén szállítani kell)! Vásárlás előtt fontos, hogy figyelembe vegyem, valójában mire van szükségem, és ne vegyek többet annál, mint amire valóban szükségem van!



1. Vásárolj tudatosan!

Csak annyit vásároljunk, amennyire valójában szükségünk van! És csak azt vegyük meg, amire tényleg szükségünk van! Válasszuk a csomagolásmentest, a helyit, a hazait, az idény árukat! A [Tudatos Vásárló 12 pontja](#) segít eligazodni!

A fogyasztói társadalom arról szól, hogy vedd meg, rövid ideig használd, dobd el, vagy ha elromlott, cseréld le, vedd újat. Saját háztartásunkban megfigyelhetjük, hogy egyre rövidebb idő alatt romlanak el elektromos és elektronikai berendezéseink. Általában nem



érdemes megjavítani, mert olcsóbban lehet újat vásárolni. Szerencsére elindultak olyan [fejlesztések](#) is, hogy a terméket könnyű legyen megjavítani, csak kisebb alkatrészt keljen kicserélni, így sokkal olcsóbb.

Vásárlás előtt járjunk utána a terméknek, már akkor nézzünk utána, hogy lehet-e javíttatni, és ha igen, hol. Csak olyan terméket, márkát vegyünk meg, amelyik lehetővé teszi ezt. [Eldobás helyett javítás!](#)

Ebben a videóban környezettudatos szokásokról hallhatunk:

[Amikor levelet írtam az ENSZ-nek - környezettudatos életmód & új szokások](#)

(18:44 perc) - EszterVirág

„Környezettudatos életmód & szokások, vásárlás, hulladékmentesség... Nagy a nyomás, hogy tökéletesen legyünk környezettudatosak, de én most szeretnék egy másik utat bemutatni. Ebben a videóban a saját környezettudatos szokásainkról mesélek, és arról, hogy hogyan változott a hozzáállásom a klímaszorongáshoz.”

Nem kell a tárgyak bűvöletében élni! Van kiút a fogyasztási kényszerből!

[A Minimalizmus 5 Alapelve](#) (8:25 perc) – Touati Karen

A minimalizmus segít abban, hogy a saját szükségleteidre koncentrálj és ne aszerint vásárolj, amit sugallanak neked! Hogyan lehet kilépni a fogyasztói társadalom örületéből? Ez a fiatal lány végig veszi a minimalizmus alapelveit és mindegyiket elmagyarázza.

2. Törekedj a hulladékmentes életre!

Vajon honnan kerül hozzánk a sok szemét? MEGVÁSÁROLJUK! Igen, mi magunk!

Ráadásul amit vásárolunk, annak nagy része azonnal a szemetesben végzi! Hiszen addig volt rá szükség, amíg hazavittük és kiszedtük a csomagolásból, ez utóbbit már hajítjuk is ki a kukába. Csokipapír, cukorkás és csipszes zacskó és társaik. Sokszor többszörösen be vannak csomagolva, hiszen például 5 db Kinder pingvin csak annyiért van akcióban.

Lépjünk ki ebből a körből! Vásároljunk hulladék nélkül! A következőkben ehhez kapunk muníciót és biztatást:

[Ezen a blog oldalon](#) egy fiatal házaspár próbálkozásairól olvashatunk, ahogyan hulladékmentessé próbálják tenni az életüket.

Ebben a videóban ez a fiatal lány arról mesél, hogyan lehet hulladékmentessé tenni az életünket:

[AZ 5 LEGALAPABB ZERO WASTE ESZKÖZ](#) (4:16 perc) – Vászonzsákoslány

„Sziaztok Évi vagyok és ezen a YouTube-csatornán a Zero Waste életmóddal kapcsolatban fogok megosztani hasznos tippeket és tanácsokat, heti rendszerességgel! Én mindig azt javaslom, ha valaki bele akar vágni a hulladékmentes életmódba, akkor azt kis lépésekben tegye, hiszen ezt nem lehet egyik pillanatról a másikra tökéletesen csinálni.”

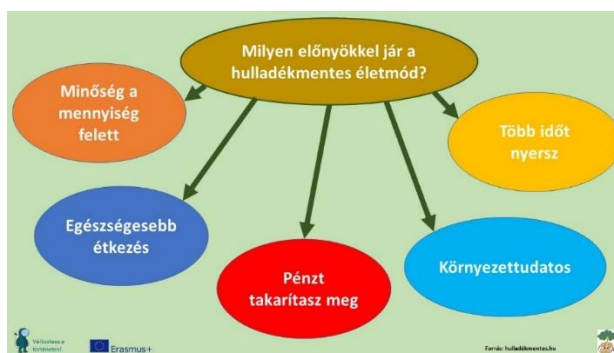


Ennél az oldalnál egy [30 napos kihívás](#)ra lehet jelentkezni. A gyerekek nyilván nem tehetik meg egyedül, viszont nagyon jó visszajelzéseket lehet olvasni. Valamint nagyon jó leírást arról, mit jelent és miért jó a hulladékmentes életmód:

„Mit jelent a hulladékmentes életmód?”

A hulladékmentesség lényege, hogy minimálisra csökken a mindennapi életviteled során keletkező hulladék-, valamint szemet mennyisége. A hangsúly azon van, hogy minimálisra csökken, nem pedig azon, hogy elérd a teljesen mentes, nulla hulladék állapotot, mert ez egyszerűen lehetetlen. Ez egy útkeresés, amely során a szokásaid átalakításával egyre kevesebb hulladékot és szemetet termelsz úgy, hogy ez ne igényeljen tőled extra időt, energiát és pénzt. Fontos, hogy a hulladékmentes életmód elérése egy törekvés, nem pedig egy állapot!

Milyen előnyökkel jár a hulladékmentes életmód?



- **Minőség a mennyiség felett:** a minőség és a funkció kerül előtérbe azzal szemben, hogy darabszámra mennyi tárgyat birtokolsz. Így olyan tárgyi eszközökre költöd a pénzed, amiket gyakran használsz és ideális esetben egy életre szólnak.
- **Egészségesebb étkezés:** a csomagolt, félkész és gyorsételek minimalizálására törekszel, ezért előnyben részesíted a csomagolásmentes és hulladékszegény ételeket. Ezeket pedig a legtöbb esetben csak frissen tudod megvásárolni.
- **Pénzt takarítasz meg:** a hulladékmentesség alapja, hogy kevesebbet fogyasztasz, többet készítesz saját kezűleg (ételt, kozmetikumot stb.), addig használod a meglévő eszközeidet amíg lehet és megjavítod ezeket, ha arra van szükség. Ezekkel pedig mind-mind rengeteg pénzt spórolsz magadnak. Ez az életmód nem drága – épp ellenkezőleg, kifejezetten olcsóbb!
- **Környezettudatos:** a hulladék sok környezetvédelmi témával összefügg, könnyű csökkenteni a mennyiségét és ezzel párhuzamosan a mindennapokban előnyökre szert tenni általa (több pénzre, időre, egyszerűbb életvitelre stb.). Közvetett hatással lehetsz a hulladékmentességnek köszönhetően a műanyagszennyezésre, a pálmaolaj vagy épp a fast fashion okozta problémákra, és még számos egyéb környezetszennyező iparágra.
- **Több időt nyersz:** ez az életmód abban is segít, hogy ne a tárgyak uraljanak téged, hanem te uralhasd a tárgyaidat, ezen felül pedig összességében egyszerűsíti a mindennapjaidat, így fellélegezhetsz és arra fordíthatod az értékes idődet, amire valójában szeretnéd.” (Forrás: hulladekmentes.hu)

[Hulladék jó úton](#) – Megelőzés (5:37 perc)



3. Tedd vegyszermentessé háztartásodat!

A boltban külön flakonban lehet kapni tisztítószeret a padlóra, a parkettára, a zuhanyfülkére, a WC-re, a tükörrre, a csaptelepre, a tűzhelyre, a csempére, az ablakra, bútorra stb. Ezek mind a lefolyóban végzik, onnan pedig kijutnak a természetes vizekbe! Ráadásul tele vannak olyan anyagokkal, amelyek kifejezetten károsak a természetre, de a mi szervezetünkönél is **allergiát, elváltozásokat okozhatnak**. Ráadásul a nagy része nem is hatékony! Ezt főleg akkor tudja meg az ember, amikor elkezd a környezetre nem káros anyagokat használni. Nem beszélve arról, mennyi szennyezett szemét marad utánuk!

De nem kell aggódni! Lehet egyszerűbben, hatékonyabban és környezetkímélően takarítani, tisztítani!

Ezeket a természetre ártalmatlan anyagokat használhatjuk fel takarításnál, tisztításnál (a szavakra kattintva többet olvashatunk róluk):

mosósóda, szódabikarbóna, citromsav, ecet, mosószappan, hamulúg, gesztenye, nátrium-perkarbonát, marhaepe

A következő videóknál a fiatal hölgy beszél a vegyszermentes takarításról. Az 1. részben a természetes tisztítószereseket veszi végig, bemutatja az alapanyagokat, majd a 2. részben a recepteket.

Háztartásom hulladékmentesen és természetesen – Zebibogyó

1. rész: Alapok (7:47 perc) **2. rész** (13:10 perc)

A **zéro-hulladék blog** oldalon természetes tisztítószeres receptjeit találjuk.

4. Komposztálj!

A háztartási hulladék kb. 30%-a szerves anyag. Ezek a szeméttelre kerülve metán gáz képződésével bomlanak le. Miközben komposztálásukkal hasznos tápanyag-utánpótló anyagot nyerhetünk, melyet a kertünkben, nagyobb mértékben a földeken használhatunk.

Komposztálj! – Ezen a honlapon sok értékes információt lehet olvasni a komposztálásról, a Komposztálás Napjához (október 10.) pályázati felhívás is kapcsolódik!

Mi fán terem a komposztálás? (narrátor: Barkóczi Sándor) (4:36 perc)

„Szerves hulladék nem csak a természetben, de az otthonunkban is keletkezik, átlagosan a háztartási hulladék harmadát teszi ki. Azonban míg a természetben egy körforgás keretében értékes tápanyaggá alakul át, addig a háztartásunkból hulladékkezelő telepekre kerül, így szennyezve a környezetet. A biohulladékok komposztálására így nagy szükség van, és jó hír, hogy se nem drága, se nem bonyolult módszer. Barkóczi Sándor művész narrációjában megtudhatjuk, mit értünk komposztálás alatt, és hol, miként tudunk komposztálni.”

Zöld Kertek - Hulladék komposztálás (5:28 perc) – Mark McMenemy

„Szerves hulladék minden háztartásban keletkezik. Hogy a drága pénzért elvitetjük vagy inkább a növényeink táplálására alkalmas komposztá alakítjuk, csak rajtunk múlik!”



[Szebenyi Péter](#) környezetvédelmi influenszer is számos megoldást kínál.

A mélymulcsos kertészet hazai népszerűsítője Gyulai Iván. Ebben az iratban a [mulcsfajták](#)ról olvashatunk. A következő cikkekben elolvashatjuk, miről szól a mélymulcsos kertművelés:

- [Kapálás és ásás nélkül](#)
- [Mélymulcs és környezetkímélő gazdálkodás](#)
- [Mélymulcsos kertművelés](#)

Ebből a [videó](#)ból a mulcskészítést ismerhetjük meg:

[Becsüld meg a földet!](#)

A film [hivatalos honlap](#)ján olvashatunk a résztvevőkről is, ezen az oldalon pedig [magyar nyelvű ajánló](#)val találkozunk.

[Mérgezett föld](#)

Ebben az 50 perces filmben magyar szakértők beszélnek a talajgazdálkodásról, az élelmiszer termelés rossz szokásairól.

Csökkentheted az energiafelhasználásodat!

Nagyon sok elektromos és elektronikai berendezésünk van, amelyek nagy részét teljesen értelmetlen megvenni, egy része pedig megoldható elektromos áram felhasználása nélkül is.

Vajon miért kell télen mezítláb és rövidujjú pólóban ülni a számítógép előtt? Elég, ha 19-21 C° közötti hőmérséklet van a szobában! Aki fázik, vegyen fel még egy pulóvert!



Hogyan csökkentsem az energiafogyasztásomat?

Az elektromos áram mennyiségének csökkentése mellett a fűtés és hűtés, valamint a sütés-főzés során is tudjuk csökkenteni energiafelhasználásunkat. Nézzünk példákat, hogyan!

[Energiatakarékosság](#) (2015) (4:26 perc)

Gyerekeknek készült kisfilm az energiatermelésről, tudatos és takarékos használatáról.

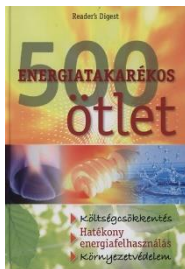


Energiatakarékosági praktikák animáció (3:17 perc)

Sok adat arról, mennyi energiát használunk, és praktikus csökkentési tanácsok.

Az Energiaközösségek oldalán sok fontos információt, adatot, ötletet olvashatunk, valamint részt vehetünk kihívásokban, versenyekben.

Sok hasznos energiatakarékosági tanácsot olvashatunk ezen az oldalon.



Hogyan takarékoskodhatunk az energiával? Ehhez kínál ötleteket ez a könyv.

Háztartási energiafogyasztásunk karbonlábnyomát követhetjük nyomon hónapról hónapra. A mérőórák állásait kell felvinni a karbonkalkulátorba, mely regisztrálás után érhető el.

Hogyan csökkenthetjük háztartásunk energiafogyasztását? Egy felmérés eredményeit olvashatjuk, nézhetjük végig infografikák segítségével (a nyilakkal lehet továbblépni).

Ebben a cikkben otthonaink szigetelésének fontosságáról olvashatunk.

Izzó, kompakt izzó és LED izzó összehasonlítását olvashatjuk ebben a blog bejegyzésben.

Energiatakarékos fűtés és hűtés - sok ötletet olvashatunk ebben a letölthető anyagban.

Csökkentheted az utazásaid számát!

A közlekedés felelős a szén-dioxid kibocsátás közel 25%-ért! Nagyon nagy különbségek vannak azonban a leggazdagabb és a legszegényebbek kibocsátása között: a Föld lakosságának leggazdagabb 10%-a az összes energia 45%-át használja szárazföldi közlekedés során, és 75%-át a légi közlekedés során, míg a legszegényebbek csak 10% illetve 5%-ért felelősek!





Hogyan csökkentsem az utazásaimat?

A fentebb leírtakból is látszódik, hogy személyes életünkben a repülések számát kell drasztikusan lecsökkenteni és a személygépkocsi használatot minimálisra korlátozni!

Jó-jó, de akkor hogyan tudok eljutni oda, ahova kell? Ehhez mutatunk megoldásokat.

1. Közlekedés településen belül:

Kisebb településeken (falvak, kisvárosok) könnyű dolgunk van: gyalog vagy kerékpárral elérhetjük úticélunkat. Az autót csak akkor érdemes elővenni, ha nagyobb méretű vagy tömegű dolgot kell szállítanunk.

Nagyobb városokban a közeli helyekre gyalog és kerékpárral juthatunk el, távolabbi helyekre vegyük igénybe a közösségi közlekedést (busz, villamos, elővárosi vonat, HÉV, stb.)

Vegyük figyelembe, hogy amíg fémdobozok (=autók, teherautók, kamionok) uralják a városainkat, addig veszélyes pl. kerékpározni, főleg gyerekeknek/gyerekekkel. Viszont: az autókat mi használjuk! Amíg nem tesszük le őket, és indulunk el gyalog, kerékpárral vagy közösségi közlekedéssel, addig a fémdobozok uralják a városokat.

Ne feledjük: a túlzott vásárlásaink ellen is hasznos, ha gyalog vagy kerékpárral megyünk el a boltba, mert ilyenkor korlátozott mennyiségű és méretű terméket tudunk hazavinni, míg autóval érkezve könnyebben csábulunk el a "csak most, csak neked" akcióknál.

2. Közlekedés települések között:

Közeli településre lehet kerékpárral is utazni, ha ez nem megoldható, akkor részesítsük előnybe a közösségi közlekedést (vonat, busz)! Autót csak akkor használjunk, ha nagyon messzire utazunk, és lényeges mennyiségű időt, pénzt spórolunk meg azzal, ha autózunk.

Ne feledjük: dugó a nagy számú autó miatt van! Ha megnőne a buszon utazók száma, akkor sűríténék a járatokat.

3. Nyaralás:

Néhány évtizede még örültünk, ha a szomszédos országokba, vagy legfeljebb távolabbi európai országokba eljuthattunk. Mára a világ legtávolabbi helyeire akarunk elutazni, és az olcsó járatokkal meg is tehetjük ezt. Olcsó? A repülőjeggyel nem fizetjük meg a teljes árat: a környezetszennyezési részt más fizeti. Ne feledjük: a repülés a legnagyobb szén-dioxid kibocsátó!

Ebben a cikkben a [légi közlekedés csökkentésének fontosságáról](#) olvashatunk.

A legjobb, amit tehetünk, ha hazai tájakon nyaralunk! Aki mégis távolabbra vágyik, annak álljon itt két cikk a felelősségteljes turizmusról:



Változtass a történeten!



- [Mivel utazzunk felelősen?](#) – Végig veszi az egyes közlekedési eszközöket aszerint, milyen mértékű a környezetterhelésük.
- [Felelősségteljes utazás](#) – a felelősségteljes turizmus lépéseiről olvashatunk ebben a cikkben.

[Te mivel utazol?](#) – A Levegő Munkacsoport kiadványában az autózás ártalmairól olvashatunk.

[Oszd meg és vezess](#) – autótárs és telekocsi rendszerről szóló cikk.

[Közlekedésünk](#) - Érdekes cikkek, könyvek és írások gyűjteménye.

Egyéb lehetőségek

Mindemellett még mindig vannak ötletek, amelyek segítségével mindennapjainkban tehetünk a klímaváltozás hatásainak mérsékléséért.

Általános ötletek

[Minden héten Föld Napja - heti kihívás](#)

„A 25. Föld napján az évi egy helyett **HETI EGY FÖLD NAPJÁT** hirdettünk, hogy ezentúl egymást segítve váltsunk egy hosszú távon fenntartható életmódra.”

[Mozdulja a klímáért!](#) – Az Éghajlatvédelmi Szövetség honlapján felhívások jelennek meg iskolák részére.

[Cuccaink és lomjaink](#) - Ötletek arról, hogyan hosszabbíthatjuk meg tárgyaink élettartalmát.

[Karbonlábnyom csökkentő ötletek](#) – a letölthető anyagban sok ötletet olvashatunk.

[10 apróság, amivel megmenthetjük a Földet](#) (11 perc)

„A környezetvédelemért mindenki tehet és nem létezik olyan, hogy valaminek minimális hatása van. Ha pozitív hatása van, az máris jó dolog. Arról pedig ne is beszéljünk, hogy sok esetben még kényelmesebb, vagy pénztárca kímélőbb megoldás is óvni a környezetet.”



Ebben a könyvben jó gyakorlatokat találunk összegyűjtve.

[Tudástár környezetbarátoknak](#) – Az előző könyv kiegészítésére használható on-line linkgyűjtemény



Jóllétünk keresése

Mi a különbség a jólét (welfare) és a jóllét (well-being) között? A magyar írásban csak egy betű. A jelentésében egy teljes világ.

- jólét = anyagi értékek megléte (tehát nagy ház, autó, kövér bankszámla)
- jóllét = biztonság, egészség, örömteli élet, közösségek megléte

Tudományosan bizonyították, hogy az anyagi értékek megléte nincs szoros kapcsolatban a boldogsággal: sokkal több olyan embert találunk a nem fejlett államokban, aki elégedett az életével!

És ezen van a hangsúly! Sokkal fontosabb megelégedni azzal, amink van, mint elérhetetlen álmokat hajkurászni, anyagi javakat felhalmozni és birtokolni. Sokkal fontosabb a valós szükségleteinkre koncentrálni, mint másokat utánozva még több ruhát, még több ételt, még drágább autót, még nagyobb házat, még egzotikusabb nyaralást „vásárolni”. Sokkal fontosabb adni, nagylelkűnek lenni, segíteni másoknak, mint bármi áron megszerezni tárgyakat, amelyekre nem is biztos, hogy szükségünk van. Sokkal fontosabb a természettel kapcsolatban lenni, kirándulni, kertészkedni, mint a szennyezett levegőjű város csilli-villi, de sterilizált lakásában a képernyő előtt ülve, másoktól elszigetelve tölteni az időt.

Ez a feladatsor segít megérteni a gyerekek számára, hogy [mitől lehetünk elégedettek](#).



Ferenc pápa Laudato si' kezdetű enciklikája közös otthonunk gondozásáról:

[Rövid ismertetőt](#), összefoglalót is olvashatunk.

Ruhatáram csökkentése

[Ruháink valódi ára](#) (15 perc)

„Vajon hányszor viselünk egy új ruhadarabot? Mit jelent a fenntarthatóság a ruhaiparban, és milyen hatással van mindez környezetünkre? Esztert 2016-ban a The True Cost című dokumentumfilm ébresztette rá arra, mekkora a baj a divatipar jelenlegi működésével. Azóta gyökeresen alakította át szemléletét és szokásait, kiemelten foglalkozik a fenntartható divattal, tudatos ruhavásárlással, keresi a fast fashion alternatíváit. Ma már nemcsak bloggerként, hanem aktivistaként is a fenntartható divatot támogatja. Több mint tíz éve van jelen az online médiában. 2016-ban a The True Cost című dokumentumfilm ébresztette rá arra, mekkora a baj a divatipar jelenlegi működésével. Azóta kiemelten foglalkozik a fenntartható divattal, tudatos ruhavásárlással, keresi a fast fashion alternatíváit. Blogján nemcsak interjúkat készít a hazai környezettudatos öltözködés képviselőivel, hanem ő maga is rendszeresen kísérletezik a saját ruhatárával. Legismertebb kihívása az volt, amikor főszerkesztőként egy éven keresztül nem vásárolt magának ruhát, cipőt és egyéb kiegészítőket. Azóta ennek a kihívásnak számtalan követője akadt. Eszter ma már nemcsak bloggerként, hanem aktivistaként is a fenntartható divatot támogatja: 2018-tól a Fashion Revolution Hungary tagja.”



Mengyán Eszter blogja – ruhák és a környezetvédelem, valamint olyan helyek listája is, ahol el lehet adni a megunt ruháinkat.

Miért fontos nekem az etikus és fenntartható divat?

Ha a ruháink mesélni tudnának. (22 perc)

Etikus és fenntartható divatról mesél a fiatal hölgy.

„Ebben a videóban arról beszélek egy kicsit, hogy engem milyen tényezők befolyásolnak és motiválnak abban ahogyan ruházati terméket vásárolok.”

Takarékoskodjunk a vízzel!

A klímaváltozás egyik hatása, amit mi is tapasztalhatunk az elmúlt években, hogy a világ vagy az ország egyik részén villámárvizek okoznak gondot, míg a másik részén az aszály (=vízhiány) miatt szenved a föld.

A lokálisan kialakuló zivatarcellákból döbbenetes mennyiségű csapadék hullik le kis területen rövid idő alatt, míg tőle néhány kilométerre hetek óta egy esőcsepp sem érkezett.

Nagyon fontos lenne a csapadékvíz gyűjtése, és a takarékoskodás ivóvizünkkel.

Mit tehetünk a vízzel kapcsolatban – az éghajlatváltozás okozta villámárvizek és aszályok káros hatásainak csökkentéséhez ötletek, hasznos tanácsok, amellyel mindannyian tehetünk a víz megóvásáért, megőrzéséért.

Az esővíz hasznosítása (20:22 perc)

Vizeink - Cikk, könyvek, videók a vízgazdálkodással kapcsolatban.

Élelmiszerpazarlás

A világon egyidőben van jelen a kóros elhízás és az alultápláltság. Miközben az emberek egy része jóval többet eszik, mint amennyire szüksége van, addig mások még a szükséges táplálékhoz sem jutnak hozzá. Pedig van elegendő, csak az elosztása nem megfelelő. Amíg a fejlett világ országaiban nagyon magas az elhízottak aránya, addig a Föld lakosságának 1/9-e nem jut elegendő táplálékhoz. Ezek az emberek főleg a fejlődő országokban laknak.

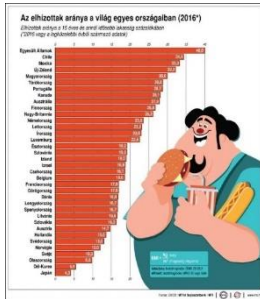


Alultápláltsági térkép

(Forrás: <https://www.wfp.org/publications/hunger-map-2020>)



Változtass a történeten!



A következő grafikon az elhízottak arányát mutatja. Magyarország a 2016-os összesítésben még csak az 5., de azóta feljutottunk a dobogó 3. helyére! Minden harmadik ember elhízott hazánkban!

(Forrás: <http://termekmix.hu/images/elhzs.jpg>)

A megtermelt élelmiszerek 1/3-a kárba vész, ez világ szinten 1,3 milliárd tonna élelmiszert jelent! Magyarországon fejenként kb. 68 kg élelmiszert dobunk ki, az EU átlag kb. 92 kg. A fejlett és fejlődő országokban is egyaránt keletkezik élelmiszerhulladék, a különbség a keletkezésük okaiban van csak. Amíg a fejlődő országokban az élelmiszertermelési lánc elején (mezőgazdaság, tárolás és szállítás) keletkezik a legtöbb veszteség, addig a fejlett országokban (így hazánkban is) a háztartásokban.

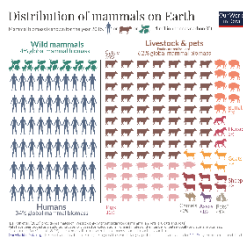
Maradék nélkül – élelmiszerhulladék csökkentő program

Legyél te is ételmentő!



Tégy jót! Ne pazarolj! – A FAO infografikája

(Forrás: <https://www.fao.org/3/c0084o/c0084o.pdf>)



Állatainkkal uraljuk a földet – cikk arról, hogy a tömeget nézve, sokkal több haszonállat van, a Földön, mint ember! A vadonélő állatok eltörpülnek mind emellett.

(Forrás: <https://ourworldindata.org/uploads/2021/03/Distribution-of-earths-mammals.png>)

Itt egy cikk arról, hogy **miért fontos a húsfogyasztás csökkentése.**

Élelmészeti Világnap - 1979 óta október 16-án ünnepeljük.

Eredmény

Sok lehetőséggel ismerkedtünk meg ebben a kurzusban, de sok olyan ötletet is ismerhetünk, ami itt nem hangzott el. Mielőtt továbbmegyünk, gyűjtsük össze azokat az ötleteket, amelyeket 1. egyéni, 2. családi, 3. iskolai, 4. települési szinten tudunk tenni a klímaváltozás hatásainak csökkentéséért. Ebben segít a **mellékelt excel file.**



Ötletgyűjtemény

Az excel táblázat első munkalapjának első oszlopába lehet beírni a megismert ötleteket, majd a következő oszlopokban x-szel vagy színes kitöltéssel lehet jelölni, melyik ötlet milyen szinten használható.

Tananyagok a témában

Tudatos Vásárlók Egyesülete - Itt van egy [cikk a tananyagról](#), az elején egy ismertetőt lehet letölteni, a végén van az iskolásoknak szóló, letölthető komplett tananyag.

Klimaváltozás jelvényprogram – a FAO oktatási segédlete tanároknak, mely segítségével testreszabott oktatási programot tudnak kidolgozni:

- [letölthető füzet](#)
- [cikk a programról](#)
- [Challenge Badges](#) - angolul más SDG-hez is van már tananyag

2.2. Mennyire hatékony?

Az előbbi ötleteket másoljuk át az excel táblázat második munkalapjának első oszlopába, majd tegyünk x-et, (vagy színezzük ki a cellát) a megfelelő helyre. Amiről úgy gondoljuk, hogy nem hatékony, próbáljuk meg kitalálni, hogyan lehet hatékony!

A G-I oszlopokat is töltsük ki annak megfelelően, hogy könnyű, nehéz vagy lehetetlen megvalósítani az ötletet.

2.3. Vállalom

Összeszedtünk számos ötletet, egyenként megnéztük őket, mennyire hatékonyak és mennyire megvalósíthatók. Itt az ideje, hogy kiválasszunk belőle néhányat, amelyeket meg is valósítunk!

Kérjük meg a tanulókat, hogy mindenki válasszon ki legalább egy, számára szimpatikus ötletet (lehet több is!), amelyet innentől kezdve beépít a mindennapi rutinjai közé, hogy környezettudatosabb életet éljen! Aki gondolja, naplót is vezethet a vállalása teljesítéséről, melyben le tudja írni tapasztalatait, az esetleges nehézségeket, és azt, hogyan oldotta meg ezeket.