



Ekoteot syntyvät pienistä päätöksistä

Jos kaikki kuluttaisivat yhtä paljon kuin suomalaiset, tarvittaisiin neljä maapalloa. Suomalaisten aiheuttama ympäristörasitus ekologisella jalanjäljellä mitattuna on maailman suurimpia.

Suomalainen kuluttaa esimerkiksi paperia yli 210 kiloa vuodessa, kun keskivertovirolaiselta sitä kuluu 50 kiloa ja intialaiselta 4 kiloa.

4V: *välitä, vaikuta, viihdy, voi hyvin* -hankkeen ympäristökasvattajat käyvät muun muassa kouluissa, päiväkodeissa ja leikkipuistoissa kertomassa lapsille ja aikuisille arjen pienistä ekoteoista. Tässä 4V-hankkeen vinkkejä kestävään elämään.

Miten liikkua kestävämmiin?

- Liiku lihasvoimalla: kulje kävellen, pyörällä tai rullaluistimilla
- Kulje julkisilla
- Käytä kimpakyytiä
- Vähennä yksityisautoilua
- Jos autoilet: Kevennä kaasujalkaa ja yhdistele matkoja

Ekologista asumista

- Montako neliötä tarvitset?
- Vanhaa kannattaa kunnostaa
- Laske huonelämpötilaa: yksi aste vähentää viisi prosenttia lämmityskuluissa
- Tarkkaile vedenkulutusta
- Käytä varsinkin lämmintä vettä säästeliäästi
- Sammuta sähkölaiteet ja valot, kun et niitä tarvitse
- Valitse norppamerkittyä sähköä

Löytyykö lautaselta kotimaista ruokaa?

- Suosi kotimaisia kasviksia ja viljatuotteita
- Suosi luomua
- Käytä kausituotteita
- Kokeile lähiruokaa
- Kasvata itse tai marjasta, sienestä ja kalasta
- Syö vähemmän lihaa
- Vältä ylipakattuja tuotteita

Tarvitsetko todella tämän tavarän?

- Jos tarvitset, niin mieti ensin voitko lainata, vuokrata, ostaa käytettynä tai tuunata vanhasta uutta
- Suosi aineettomia nautintoja ja palveluja
- Jos ostat oman, niin valitse kestävä, korjattava, huollettava, kierrätettävä sekä energiapihi
- Huolehdi tavaroistasi hyvin, jotta voit käyttää niitä pitkään
- Kun et itse tarvitse jotain enää, huolehdi siitä, että se päättyy jollekin joka tarvitsee
- Muista viedä tarpeettomaksi jääneet tavarat niille kuuluviin lajittelupisteisiin



Ekoteot syntyvät pienistä päätöksistä

10 arjen ekotekoa

1. Sammutan televisiosta virran kokonaan nukkumaan mennessä
2. Harrastan tehotuuletusta, yleensä parin minuutin tuuletus riittää!
3. Pesuaineen vaahto ei takaa puhdasta lopputulosta - pari pisaraa pesuainetta riittää käsitiskiin! En tiskaa juoksevalla vedellä.
4. Suljen vesihanauksen siksi aikaa, kun saippuoin kädet ja huuhdellessa valutan vettä hiljakseltaan. Käytän kylmää vettä lämpimän veden sijasta silloin, kun se on mahdollista esimerkiksi astioiden esihuuhteluun ja maitotölkkien huuhteluun!
5. Pyykinpesukoneelliset pyörivät täysin ja lyhytohjelmalla, usein 40 astetta on riittävä lämpötila, annostelen pyykinpesuaineen oikein
6. Korjaan rikkinäiset vaatteet
7. Suosin suomalaista ja vihannestiskillä erityisesti kauden mukaisia tuotteita
8. Kangaskassi kulkee aina mukana siltä varalta, että poikkean kaupassa
9. Käyn kävellen lähikaupassa, tuleepahan ulkoiltaa samalla!
10. Teen uusia hankintoja harkiten.

Lisätietoja:

Ympäristökasvattaja **Katja Viberg**, puh. 045 636 6311
Ympäristökasvattaja **Annikka Luomi**, puh. 045 636 6304

4V: *Välitä, Vaikuta, Viihdy, Voi hyvin* – yhteisöllisyys ja hyvä elinympäristö -hanke on Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskuksen sekä Espoon, Helsingin ja Vantaan kaupunkien yhteinen hanke, joka saa vuosina 2008-2011 EU-rahoitusta Etelä-Suomen kilpailukykyä ja työllisyyttä tukevasta EAKR-ohjelmasta ja kansallista rahoitusta Uudenmaan liitolta.

Kolmivuotinen 4V-hanke toimii pilottialueilla eri puolilla pääkaupunkiseutua. Espoossa toiminta keskittyy Kirkkojärven, Leppävaaran ja Suvelan, Helsingissä Mellunkylän, Herttoniemen ja Roihuvuoren, Vantaalla Korson ja Länsimäen kaupunginosiin sekä näiden lähialueisiin. Pilottialueilla hyviksi osoittautuneita toimintamalleja suositellaan eteenpäin laajempaan käyttöön.

www.4v.fi
<http://4vkuvablogi.blogspot.com/>