



KAKO ŽIVJETI ODRŽIVIM NAČINOM ŽIVOTA?

Kratki vodič o ekološkoj osviještenosti

www.siga.ka2erasmusprojects.eu



Sufinancira
Europska unija

Uvod

Da bismo vodili ekološki osviješteniji način života, ne moramo nužno napraviti drastične promjene u svakodnevnom životu. Ekološka osviještenost počinje s malim promjenama u našim svakodnevnim navikama. Male promjene mogu napraviti jako veliku razliku. Ako svatko od nas učini malo, zajedno možemo učiniti puno.

U ovom kratkom vodiču pronaći ćete nekoliko jednostavnih, ali učinkovitih savjeta o tome kako možete živjeti na održiviji način, kod kuće, na poslu i u pokretu.

Možemo učiniti mnogo toga kako bismo pokazali zahvalnost i poštovanje prema našem planetu.



Štedljivo koristite energiju

- Ugasite svjetla i uređaje koji se trenutno ne koriste
- Tijekom zimskih mjeseci, najviše energije može se uštedjeti postizanjem optimalne temperature, koja je oko 20 – 22 °C
- Ljeti, kada većina nas koristi klima uređaj, vrijedi isto pravilo. Razlika između vanjske i unutarnje temperature trebala bi biti oko 8°C.
- Odaberite LED svjetla/žarulje i energetske učinkovite uređaje. LED žarulje troše znatno manje električne energije, a pružaju istu količinu svjetlosti.
- Koristite prirodno svjetlo koliko god je to moguće.
- Isključite punjače elektroničkih uređaja iz utičnice kada je baterija potpuno napunjena



Budite svjesni svoje potrošnje vode

- Dok perete zube ili suđe, nemojte pustiti da voda teče cijelo vrijeme. Zatvorite slavinu kada vam ne treba tekuća voda.
- Perilicu rublja i perilicu posuđa koristite samo kada su pune kako biste izbjegli rasipanje vode s polupunom perilicom.



Reciklirajte i ponovno upotrijebite

- Reciklirajte svoj otpad odvajanjem papira, plastike, stakla i organskog otpada kod kuće, a zatim ih odložite u odgovarajući spremnik.
- Važno je pravilno reciklirati kako bi bilo učinkovito. Prije nego što ambalažu stavite u kantu za recikliranje, provjerite je li prazna i čista. Ispraznite sve tekućine iz boca i uklonite ostatke hrane iz posuda. Ne morate savršeno oprati svaki komad ambalaže, ali važno je ukloniti većinu njenog sadržaja.
- Ako je moguće, kompostirajte otpad od hrane.
- Ne koristite papirnate ili plastične tanjure, čaše i pribor za jelo, izbjegavajte sav pribor za jednokratnu upotrebu.
- Ponovno upotrijebite koliko god možete. Stare staklenke, limenke ili plastične posude možete ponovno upotrijebiti za pohranu hrane, organiziranje malih predmeta po kući ili za vlastite kreativne projekte.



Kupujte odgovorno

- Prilikom kupnje odjeće, birajte dugotrajnije i kvalitetnije artikle
- Kad god je moguće, kupujte lokalno uzgojenu, sezonsku hranu, s minimalnom ambalažom kako biste izbjegli nepotrebno bacanje
- Nosite vlastite torbe za višekratnu upotrebu od tkanine ili drugog izdržljivog materijala umjesto kupnje plastičnih vrećica
- Nosite vlastitu bocu za vodu kako ne biste morali kupovati plastične boce za jednokratnu upotrebu

U vašem svakodnevnom putovanju na posao

- Biti zelen i ekološki osviješten može vas dovesti u formu života! Umjesto vožnje, odlučite se za hodanje, vožnju biciklom ili javni prijevoz.
- Bilo koji drugi način prijevoza na posao bolji je za okoliš od vožnje automobilom, budući da automobili proizvode visoke razine emisija CO₂.



Kako možete uzvratiti prirodi?

- Sadite biljke i stvarajte zelene površine u bilo kojem obliku. Sobne biljke, mali vrt na balkonu ili sadnja drveća, sve se računa.
- Brinite o svom prirodnom okolišu tako što ćete ga održavati čistim i paziti da ne ostavljate smeće za sobom nakon izleta.
- Nikada ne lomite grane drveća, ne uznemiravajte životinje i divlje životinje te se uvijek pobrinite da se prema prirodi odnosite s poštovanjem i zahvalnošću.



Primjenom ovih malih promjena, svi možemo postići velike rezultate u održavanju našeg planeta zelenim, zdravim i sretnim.

Ne moramo biti apsolutno savršeni na našem zelenom putovanju, ali moramo biti dosljedni i donositi pametne odluke u svakodnevnom životu. Naš će nam planet biti zahvalan.

Financirano sredstvima Europske unije. Iznesena mišljenja i stavovi odražavaju isključivo stav autora i ne moraju se podudarati sa stavovima Europske unije ili Agencije za mobilnost i programe Europske unije. Ni Europska unija ni tijelo koje dodjeljuje bespovratna sredstva ne mogu se smatrati odgovornima za njih.