



Comisia
Europeană



ALEGERILE TALE POT
SCHIMBA LUMEA!

Ghidul pentru consum

(Ultima actualizare în 2014)



THE
AWAKENERS

Mediu



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Cuprins (Ultima actualizare în 2014)

| | |
|---|-----------|
| Campania | 3 |
| Eficientizarea resurselor | 4 |
| Ce este? | 4 |
| De ce este necesar ? | 4 |
| Transformarea deeurilor într-o resursă | 5 |
| Apa: o resursă vitală | 6 |
| Ecologizarea economiei UE | 8 |
| Ce este economia ecologică ? | 8 |
| Transformarea Europei într-o economie ecologică | 9 |
| Politici de conservare a resurselor naturale | 9 |
| Economia ecologică și locurile de muncă | 12 |
| Sfaturi | 13 |
| Aer | 14 |
| Apă | 17 |
| Sol | 25 |
| Minerale | 27 |
| Lemn/cherestea | 29 |
| Biodiversitate | 31 |
| Resurse irosite | 36 |
| Reutilizare | 45 |
| Reciclare | 47 |
| Transport/călătorii | 50 |
| Eficiență energetică | 52 |
| Supraconsum | 56 |
| Economie ecologică | 59 |



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Campania

Alegerile tale pot schimba lumea!

Vrei să îți trăiești viața la maxim respectând în același timp natura? Atunci Generation Awake îți se potrivește. Trebuie doar să fii conștient cu privire la alegerile pe care le faci în calitate de consumator și la consecințele pe care acestea le au asupra resurselor naturale ale planetei. Când faci parte din Generation Awake, ești conștient de faptul că alegerile tale nu afectează exclusiv lumea ta, ci și planeta.

Cum? Din moment ce viața este formată din alegeri, deciziile inteligente de zi cu zi prin care îți cont de mediul înconjurător fac diferența în viața ta și în cea a familiei și a prietenilor tăi. În primul rând, te va ajuta să faci economii și să îți îmbunătățești stilul de viață – ajutând în același timp economia. Mai mult de atât, alegerile inteligente efectuate în calitate de consumator fac din orașul tău, țara ta, Europa și întreaga planetă un loc mai ecologic pentru generațiile prezente și viitoare.

Împreună putem construi o societate în care să trăim sănătos și să obținem mai mult cu mai puțin, unde cultura aruncării să fie o relicvă a trecutului, iar datoriile să fie reduse la zero și unde toate bunurile să aibă valoare și să fie reutilizate și prelucrate ca și cum ar fi noi.

Generation Awake este o campanie creată de Comisia Europeană pentru a evidenția ce putem face fiecare dintre noi în viețile noastre de zi cu zi pentru a economisi apă, energie și alte resurse naturale și pentru a reduce datoriile. Dacă îți place ce vezi, partajează mesajul cu familia și prietenii și vino alături de noi pe Facebook. Mulțumim – e minunat să te avem cu noi.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Eficientizarea resurselor

Ce este?

Avem nevoie de resurse naturale precum metale, minerale, pământuri, hrană, aer și apă pentru prosperitatea și bunăstarea noastră, însă consumul nostru depășește capacitatea lor de refacere. Când distrugem animale și plante care mențin echilibrul ecosistemelor noastre, nu facem decât să acumulăm probleme pentru viitor.

Pentru a ne asigura că noi – și copiii noștri – ne vom bucura de o bună calitate a vieții, de un mediu sănătos și de o economie prosperă, trebuie să schimbăm modul în care folosim resursele, atât individual, cât și la nivel de societate. Eficientizarea resurselor se referă la a face mai mult cu mai puțin, la utilizarea sustenabilă a resurselor și la minimizarea impactului asupra mediului.

De ce este necesar ?

Până în 2050, dacă urmăm modelul actual, vom ajunge să extragem de cinci ori mai multe resurse decât în prezent. Probabil că acest lucru nu va fi posibil. Peste 60% din ecosistemele noastre sunt deja supra-exploatate, stocurile mondiale de pește sunt grav amenințate și punem în pericol calitatea apei și a aerului prin defrișări masive.

Pe măsură ce populația mondială se apropie de 9 miliarde, trebuie să devenim o societate care folosește resursele mai eficient – o societate care se străduiește să aducă beneficii mediului în loc de daune.

De aceea, UE îndeamnă la eficientizarea resurselor, ceea ce înseamnă o utilizare mai sustenabilă a resurselor. Materiile prime, precum apa, mineralele și lemnul, trebuie gestionate mai eficient pe durata ciclului lor de viață, din momentul în care sunt extrase și până în momentul în care sunt eliminate.

Impactul cel mai puternic al consumului nostru asupra mediului se resimte din sectorul alimentar, de construcții și transporturi, prin urmare sunt necesare schimbări profunde în aceste domenii. În calitate de consumatori, ne putem aduce contribuția luând în calcul durata de viață și impactul produselor pe care le cumpărăm și modul în care utilizăm energia și apa la domiciliu, precum și discutând cu prietenii și familia despre deciziile noastre de cumpărare.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Transformarea deeurilor într-o resursă

Deeurile sunt privite în mod tradițional ca o sursă de poluare. Însă deeurile bine gestionate pot constitui o sursă valoroasă de materiale, în special atunci când materiile prime încep să se epuizeze.

Cea mai bună opțiune este aceea de a stopa producția de deeururi. Iar când acest lucru nu este posibil, alte opțiuni bune sunt reutilizarea și reciclarea.

Reducere

Gândește-te la impactul asupra mediului al produselor pe care le cumperi, inclusiv al ambalajelor. Folosește întotdeauna saci reciclabili la cumpărături, redu deeurile alimentare și, dacă poți, optează pentru recipiente reutilizabile și evită-le pe cele de unică folosință. Ce ar fi să îți lipsească pe cutia poștală un autocolant cu textul „fără corespondență nesolicitat” și să te dezabonezi din listele de destinatari poștali de materiale publicitare tiprite, optând pentru buletinele informative, broșurile turistice și catalogele online sau primite pe e-mail? Ai putea opta pentru serviciul de facturare electronică pentru facturi și extrase de cont sau să începi să produci ingrediente naturale acasă din deeurile din fructe sau legume. Atunci când faci cadouri celor dragi, gândește-te să le oferi un serviciu în loc de un bun material, cum ar fi bilete la un concert sau un curs dedicat unui hobby. Iar dacă ai într-adevăr nevoie de un produs pe care îl vei folosi numai o singură dată – cum ar fi o carte sau o unealtă –, ia în calcul posibilitatea de a-l lua cu împrumut decât de a-l achiziționa. Dacă ai copil, gândește-te să investești în scutece lavabile. Până la vârsta de doi ani și jumătate, un copil care utilizează scutece de unică folosință consumă în medie 6 500 de scutece, echivalentul a 1,5 tone de deeururi.

Reutilizare

Reutilizarea obiectelor are multe beneficii. Se reduce cererea de resurse naturale, se economisește energie, se reduc deeurile și se economisesc bani.

Poate că nu ai nevoie de vechile tale haine, cărți, piese de mobilier sau telefoane mobile, însă este posibil ca altcineva să aibă. Te-ai gândit să vinzi sau să donezi obiectele de care nu mai ai nevoie prin intermediul magazinelor online sau al magazinelor de schimburi, ori să faci schimb cu prietenii? Poți contribui la rândul tău cumpărând haine sau alte produse la mâna a doua.

Gândește-te să cumperi produse reutilizabile în locul produselor de unică folosință atunci când dispui de această opțiune – de exemplu, baterii reîncărcabile – și reutilizează bunurile într-un alt scop, dacă poți. Recipientele mari din plastic ale alimentelor sunt ideale pentru frigider, borcanele de dulceață pentru condimente, iar felicitările vechi pentru etichetarea cadourilor sau pentru colaje.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Interesează-te dacă bunurile stricate sau deteriorate pot fi reparate înainte de a le arunca și ai în vedere posibilitatea reparării unui produs la achiziționarea acestuia.

Site-urile web locale de reciclare gratuită (freecycling) sunt potrivite pentru a pune în legătură persoanele care au bunuri pe care vor să le doneze cu persoanele care vor să ia ceva gratuit, de la haine de copii până la televizoare vechi sau moloz. Mulți designeri și antreprenori se apucă de refolosirea obiectelor într-un mod original (upcycling) și transformă lucruri vechi sau nedorite în obiecte unice atrăgătoare pe care le pot vinde. Bijuteriile stricate, materialele textile și mobila aruncate la gunoi – în special obiectele vințate – constituie marfă bună pentru minile creative. Ce-ar fi să arunci o privire pe site-urile web de artizanat pentru a te inspira și apoi să încerci și tu?

Reciclare

Reciclarea este cea mai bună opțiune după reutilizare. Prin reciclare, bunurile uzate sunt transformate în produse noi, ceea ce contribuie la economisirea resurselor limitate și la protecția habitatelor naturale. De asemenea, prin reciclare se evită poluarea apei și a aerului, generată de exploatarea miniere, de carierele de piatră și de exploatarea forestieră destinate obținerii de materii prime, și este necesar mai puțin energie pentru fabricarea de produse noi în comparație cu producția din materii prime. Aceasta reduce, de asemenea, cantitatea de deșuri care ajung în depozitele de deșuri sau în instalațiile de incinerare a deșurilor, care sunt principalele surse de emisii de metan, un gaz de seră cu un impact de 20 de ori mai mare asupra schimbărilor climatice decât dioxidul de carbon.

Ratele de reciclare a deșurilor municipale au crescut semnificativ în UE – de la 23% în 2001 la 35% în 2010 –, însă mai sunt încă foarte multe de făcut, întrucât doar 4 din 28 de țări membre îndeplinesc în prezent obiectivul stabilit prin lege de a recicla 50% din deșeurile menajere și similare până în 2020. Cea mai mare parte a deșurilor menajere pot fi reciclate: deșeurile organice, inclusiv alimentele crude sau preparate, hârtia și cartonul, textilele, metalul, sticla și unele materiale plastice. Multe municipalități asigură o colectare din casă în casă a unora sau a tuturor acestor tipuri de deșuri reciclabile. Dacă nu este cazul în zona ta, atunci probabil există totuși un centru local de reciclare unde poți duce obiectele direct.

Apa: o resursă vitală

Resursele de apă sunt abundente în unele părți ale Europei, în timp ce în altele sunt limitate, dar indiferent unde locuiești, merită să fii conștient de consumul propriu de apă și să eviți consumul excesiv, atunci când se poate. Apa este o resursă epuizabilă. Ea trebuie să fie tratată pentru a deveni potabilă, iar apele uzate trebuie procesate înainte de a fi reintroduse în circuitul natural: ambele activități necesită energie și alte resurse. Confrunțită cu perspectiva unei diminuări tot mai drastice a resurselor de apă, a unor evenimente climatice tot mai neprevăzute și a unei cereri tot mai mari de apă potabilă la nivel global, este important să utilizăm apa mai eficient, atât în ceea ce privește consumul direct, cât și cel indirect.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Este simplu să observi care sunt cauzele consumului excesiv direct și să iei măsuri în vederea schimbării comportamentului tău. Poți să faci un duș în loc de baie, să montezi un cap de duș cu consum economic de apă, să instalezi vase de toaletă cu consum economic de apă, precum și alte obiecte de uz casnic, să reparați rapid robinetele și vasele de toaletă care prezintă scurgeri, să închizi robinetul când te speli pe dinți și să colectezi apa de ploaie pentru a uda grădina. Există și interdicții evidente, precum: nu folosi vasul de toaletă pe post de coș de gunoi umed și nu arunca în el vopsea sau alte substanțe periculoase pentru mediu.

Consumul indirect de apă este în mare parte invizibil, iar acest lucru înseamnă că probabil consumi mult mai multă apă decât crezi. Situația se prezintă astfel întrucât apa este utilizată cam în orice proces de producție. Atunci când cumperi o sacă de cartofi de la magazin, de exemplu, consumul direct de apă este apa pe care o folosești pentru pregătirea, spălarea și fierberea cartofilor. Însă consumul indirect constă în toată apa consumată de-a lungul întregului lanț de aprovizionare pentru producția cartofilor: lunile de irigare, transportul, combustibilii pentru utilaje etc. Multe întreprinderi încep să calculeze și să facă publică amprenta de apă a produselor pe care le fabrică și dacă optezi pentru produse cu amprente mai reduse, probabil că îți faci mediului o favoare. Află mai multe detalii despre consumul direct și indirect de apă în Ghidul nostru pentru apă (<http://www.imagineallthewater.eu>).



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Ecologizarea economiei UE

Ce este economia ecologică ?

Pentru a rezista în fața provocărilor cu care ne confruntăm în prezent, trebuie să ne schimbăm tiparele de producție și consum. Trebuie să generăm plusvaloare utilizând mai puține resurse, să reducem costurile și să minimizăm efectele asupra mediului. Trebuie să producem mai mult cu mai puține resurse.

Eficiențizarea proceselor de producție și îmbunătățirea sistemelor de gestionare a mediului pot contribui semnificativ la reducerea poluării și deeurilor, precum și la economisirea de apă și alte resurse. Acest lucru ar fi benefic și pentru mediul antreprenorial, care poate să își reducă costurile de funcționare și gradul de dependență față de materiile prime.

Acestea sunt ideile pe care se bazează economia ecologică (sau circulară), un sistem menit să optimizeze fluxul de bunuri și servicii pentru o utilizare cât mai eficientă a materiilor prime și să reducă deeurile la un minimum absolut.

În economia ecologică, materiile se împart în funcție de tipul acestora. Materiile organice – alimente, deeurile vegetale, lemn și fibre textile – sunt consumate, revenind apoi în natură sub formă de îngrășăminte naturale sau chimice pentru a reda solului substanțe anorganice, și/sau prelucrate pentru a produce energie regenerabilă. Materiile tehnice sunt conservate, reutilizate, reconstruite sau reciclate de mai multe ori într-un sistem ciclic închis. Sistemul este eficient din punctul de vedere al utilizării resurselor și folosește pe cât posibil energie din surse regenerabile, reducând emisiile de gaze de seră.

Economia ecologică va impune o delimitare de abordarea producției de tipul „a lua-a face-a arunca”.

Aceasta va genera o nouă dinamică la nivelul tuturor sectoarelor. Va fi necesară inovarea la nivelul designului și fabricării bunurilor, întrucât urmăm să dezvoltăm o nouă generație de produse cu o durată de viață mai îndelungată și care să poată fi reutilizate, reparate, dezmembrate, iar componentele lor reutilizate și reciclate.

Administrația publică și mediul antreprenorial sunt datoare să sprijine populația activă în dobândirea de noi competențe necesare pentru a răspunde cerințelor economiei ecologice.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Transformarea Europei într-o economie ecologică

Majoritatea europenilor se bucură de o calitate ridicată a vieții, având acces imediat la o varietate uriașă de produse și bunuri de consum. Este o situație pe care mulți nu o apreciază cum se cuvine, însă realitatea este că ritmul nostru de consum al resurselor naturale este mai mare decât ritmul de refacere a acestora. Pe măsură ce nivelul de bunăstare la nivel mondial crește, oamenii din alte regiuni se așteaptă, pe bună dreptate, să se bucure la rândul lor de o calitate a vieții la fel de ridicată.

Unul din motivele pentru care este necesară o economie ecologică în Europa, este faptul că putem să producem mai mult folosind o cantitate mai mică de materii prime și să ne reducem impactul asupra mediului prin dezvoltarea unui număr mai ridicat de modele antreprenoriale bazate pe inovare și eficientizare a resurselor și printr-o gestionare optimă a acestor resurse. Pe parcursul trecerii la o economie ecologică ar trebui să avem în vedere succesul industriilor ecologice din Europa și să ne ghidăm după modelul acestora în domenii precum gestionarea resurselor și reciclarea, tratarea apei și aprovizionarea cu apă și energia din surse regenerabile. Acestea s-au numărat printre cele mai rezistente și profitabile sectoare atât în ultimii ani, cât și pe durata crizei financiare.

Trecerea la o economie ecologică va contribui, de asemenea, la asigurarea statutului de lider în cadrul unei economii globale, aflate într-o crutare disperată de soluții la provocările generate de creșterea demografică, penuria de resurse și degradarea mediului natural.

Politici de conservare a resurselor naturale

Vestea bună este că s-au înregistrat progrese. Apa și aerul sunt mult mai curate decât erau cu câteva decenii în urmă, iar spațiile naturale din Europa sunt mai protejate ca niciodată. UE își îndreaptă acum atenția către transformarea economiei europene într-una eficientă din punctul de vedere al resurselor, cu noi politici pentru mobilizarea afacerilor, industriei și a consumatorilor individuali.

Multe dintre aceste idei se regăsesc în Foaia de parcurs către o Europă eficientă din punctul de vedere al utilizării resurselor. Aici sunt subliniate pașii pe care trebuie să îi parcurgă strategii pentru a face din lumea noastră una mai eficientă din punctul de vedere al resurselor și impune anumite obiective de îndeplinit pentru a indica progresele pe care le facem.

În mod similar, Programul de acțiune pentru mediu al UE – O viață bună, în limitele planetei noastre – prezintă imaginea unei economii ecologice, favorabile incluziunii, obiectivul în cauză urmând să fie atins până la jumătatea acestui secol. În cadrul acestui viitor durabil, prosperitatea și mediul sănătos vor fi rezultatul unei economii inovatoare, circulare, în care nu se irosește nimic, iar resursele naturale sunt gestionate astfel încât să consolideze reziliența societății noastre.

<http://ec.europa.eu/environment/newprg/index.htm>



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Efficientizarea resurselor este, de asemenea, un element cheie pentru Europa 2020, strategia Uniunii Europene pentru a deveni o economie inteligentă, durabilă și incluzivă. De curând, au fost lansate la nivelul UE o serie de inițiative care contribuie la realizarea acestui obiectiv de politică, inclusiv în domeniul transporturilor și energiei, înregistrându-se o creștere a gradului de conștientizare privind necesitatea unei utilizări mai eficiente a resurselor epuizabile, precum și a unui consum mai durabil.

<http://ec.europa.eu/resource-efficient-europe/>

Printre eforturile depuse în vederea promovării ecologizării pieței unice se numără lansarea la nivelul întregii UE a unor metode destinate măsurării performanței de mediu a produselor și organizațiilor, precum și consolidării încrederii în rândul producătorilor și consumatorilor. Metodologiile propuse ar trebui să contribuie la asigurarea cunoașterii și recunoașterii marii majorități a produselor existente pe piață care sunt eficiente din punctul de vedere al exploatarea resurselor și protecției mediului.

<http://ec.europa.eu/environment/eussd/smgp/index.htm>

Uniunea Europeană va continua să promoveze și să stimuleze metodele de producție și bunurile eficiente din punctul de vedere al resurselor. Un exemplu în acest sens îl constituie inițiativa europeană privind autovehiculele ecologice. În prezent, 73% din consumul total de petrol la nivel european se înregistrează în sectorul transporturilor, iar estimările actuale anticipează o dublare a numărului autoturismelor în următorii 20 de ani. Inițiativa privind autovehiculele ecologice urmărește stimularea cercetării și inovării în domeniul vehiculelor ecologice.

http://www.green-cars-initiative.eu/funding/open-fp7-calls/2013-call-texts/FP7-2013-MATERIALS_FOR_GREEN_CARS.pdf/view

http://ec.europa.eu/research/transport/road/green_cars/index_en.htm

Poți citi, de asemenea, în Foaia de parcurs pentru transformarea Uniunii Europene într-o economie cu emisii reduse de carbon până în anul 2050, cum se așteaptă trecerea la o economie cu emisii reduse de carbon în deceniile următoare de la sectoarele responsabile pentru majoritatea emisiilor de gaze de ser din Europa: alimentarea cu energie electrică, industrie, transport, clădiri, construcții și agricultură.

http://ec.europa.eu/clima/policies/roadmap/index_en.htm

Pornind de la Foaia de parcurs pentru transformarea Uniunii Europene într-o economie cu emisii reduse de carbon, vezi cum contribuie Foaia de parcurs pentru energie regenerabilă 2050 la reducerea emisiilor de gaze cu efect de seră în Uniune, tinta fiind reducerea cu 80-95% a emisiilor din UE până în 2050.

http://ec.europa.eu/energy/index_en.htm

Te-ai gândit vreodată serios la cât de importantă este biodiversitatea pentru supraviețuirea noastră și cum anume se pierde aceasta? Strategia pentru protejarea biodiversității are rolul de a inversa această tendință. Până în 2050, biodiversitatea UE și serviciile pe care aceasta le aduce ecosistemelor – capitalul său natural – trebuie să fie protejate, valorificate și restaurate în mod corespunzător.

http://ec.europa.eu/environment/nature/index_en.htm



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Directiva Păsări protejează populațiile de păsări sălbatice din Europa, precum și terenurile mlăștinoase de importanță internațională.

http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/birdsdirective/index_en.htm

Rețeaua de arii naturale protejate Natura 2000 a fost instituită pentru a garanta supraviețuirea pe termen lung a celor mai importante și amenințate specii și habitate din Europa.

http://ec.europa.eu/environment/nature/natura2000/index_en.htm

Directiva Habitate restabilește habitatele și speciile protejate și contribuie la crearea unei rețele ecologice europene de arii protejate.

http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/habitatsdirective/index_en.htm

Directiva Cadru privind Apa (Water Framework Directive – WFD) și Sistemul de informare privind apa pentru Europa (Water Information System for Europe – WISE) contribuie la protejarea tuturor sistemelor de apă împotriva daunelor aduse mediului. WISE este sursa de informații despre apele Europei. http://ec.europa.eu/environment/water/water-framework/index_en.html <http://www.water.europa.eu/>

http://ec.europa.eu/environment/water/water-framework/index_en.html

<http://www.water.europa.eu/>

Planul UE în domeniul apei în 2012 stabilește coordonatele pentru o mai bună punere în aplicare a legislației existente în domeniul apei și o integrare sporită a politicilor.

http://ec.europa.eu/environment/water/blueprint/index_en.htm

În 2013, a intrat în vigoare o nouă lege privind comercializarea lemnului care să contracareze comerțul și importurile ilegale de lemn către UE.

http://ec.europa.eu/environment/forests/timber_regulation.htm

Legislația UE privind gestionarea deșeurilor este în curs de revizuire, cu scopul de a asigura tratarea ca resursă a deșeurilor de neevitat. Printre acțiunile prevăzute se numără reducerea producției de deșuri, creșterea ratelor de reutilizare și reciclare, eliminarea treptată a depozitării de deșuri și limitarea strictă a recuperării energiei la deșeurile nereciclabile, reducerea deșeurilor din plastic (inclusiv reducerea numărului de saci de plastic utilizate în UE), reducerea gunoierului marin și o mai bună punere în aplicare a legislației în materie de deșuri.

<http://ec.europa.eu/environment/waste/index.htm>

Europa este puternic dependentă de materii prime și energie din import. Poți afla care sunt recomandările cuprinse în Foaia de parcurs către o Europă eficientă din punctul de vedere al resurselor referitoare la sporirea productivității resurselor și neasocierea creșterii economice cu utilizarea resurselor pentru a spori caracterul competitiv al Europei și pentru a ne reduce dependența de importuri, protejându-ne în același timp mai bine capitalul natural.

http://ec.europa.eu/environment/resource_efficiency/



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Lansarea la începutul anului 2012 a Parteneriatului european pentru inovare privind materiile prime a marcat un important pas înainte. Parteneriatele pentru inovare reunesc p r i interesate de la nivel public i privat din diverse r i i sectoare în vederea acceler rii ritmului de preluare a inova iilor, care contribuie la reducerea dependen ei UE de materii prime i m re te eficiente a utiliz rii materialelor, precum i reducerea de eurilor până în 2020.

http://ec.europa.eu/enterprise/policies/raw-materials/innovation-partnership/index_en.htm

tia c autorit ile publice europene sunt consumatori majori? În fiecare an, acestea cheltuiesc aproximativ 2 mii de miliarde EUR, echivalentul a 17 % din PIB-ul Uniunii Europene. Folosindu- i puterea de cump rare pentru a alege bunuri i servicii cu un impact mai redus asupra mediului, acestea pot contribui semnificativ la consumul i produc ia durabile. Cite te despre Manualul pentru achizit ii publice verzi (Green Public Procurement – GPP):

http://ec.europa.eu/environment/gpp/what_en.htm

Economia ecologic i locurile de munc

Economia ecologic ofer oportunit i de cre tere economic i creare de locuri de munc pe viitor în Europa. Sectoare precum cel al recicl rii, trat rii apei, gestion rii resurselor naturale, exploata rilor forestiere i agricole durabile, precum i cel al produselor i serviciilor ecologice – cunoscute împreun sub denumirea de industrii ecologice – reprezint aproximativ 2,5 % din PIB-ul UE i s-au dovedit a fi rezistente în fa a crizei economice, înregistrând în ultimii 10 ani o cre tere anual de aproximativ 8 %.

Europa de ine o cot semnificativ din pia a global în unele dintre aceste sectoare, de exemplu, o cot global estimat de 50 % în sectorul recicl rii. Agricultură ecologic este un alt sector de cre tere.

Exporturile de bunuri i servicii de mediu aproape c s-au triplat în perioada 1999-2010, ajungând la 24 miliarde EUR. Industriile ecologice de in deja un num r mai mare de angaja i decât sectorul siderurgic, farmaceutic sau auto.

Un studiu recent realizat de Harvard Business Review a ar tat c întreprinderile care investesc în durabilitate sunt mai prospere financiar. Studiul a mai ar tat c întreprinderile eficiente din punctul de vedere al resurselor, care consum mai pu in energie i ap i produc mai pu ine de euri pentru a genera venituri tind s înregistreze un randament mai mare al investi iilor decât întreprinderile concurente. A se vedea:

<http://blogs.hbr.org/2012/09/sustainable-investing-time-to/>

Dezvoltarea de noi solu ii în materie de de euri, prin tratarea acestora ca pe o resurs în loc de o povar , genereaz o oportunitate important de creare de noi locuri de munc , precum i de economisire de resurse naturale. În urm torii câ iva ani, vor fi elaborate noi ini iative UE destinate îmbun t irii modului în care gestion m i trat m diferitele tipuri de de euri. Potrivit unui studiu din 2012, dac întreaga legisla ie UE în materie de de euri ar fi pe deplin implementat , Europa ar economisi anual 72 miliarde EUR, cifra de afaceri din sectorul gestion rii de eurilor i din sectorul recicl rii ar cre te cu 42 miliarde EUR i s-ar crea 400 000 de noi locuri de munc până în 2020.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Sfaturi

Am reunit aici toate sfaturile disponibile pe site-ul nostru web – precum și multe altele.

Sfaturile sunt grupate pe teme – aer, apă, sol, minerale, deșeuri etc. – pentru a te ajuta să înțelegi mai bine impactul diverselor bunuri și obiceiuri zilnice legate de resursele naturale și mediul înconjurător și pentru a prezenta alternative durabile, astfel încât zilnic să poți face alegeri înțelepte în materie de consum – pentru tine și pentru planetă.

De asemenea, ai la dispoziție un ghid special despre apă [[link către PDF](#)], care prezintă date surprinzătoare despre cantitățile nevăzute de apă pe care le consumăm în mod indirect.

Lectură plăcută și nu uita – alegerile tale pot schimba lumea!

ULTIMA ACTUALIZARE IANUARIE 2014



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Aer

Pentru oameni, accesul la aer curat este una dintre nevoile de bază. Dar calitatea aerului nostru este compromisă de o serie de activități. Printre acestea se numără conducerea unei mașini și arderea combustibililor fosili, dar chiar și creșterea animalelor de fermă poluează atmosfera cu gaze cu efect de seră periculoase, cum ar fi dioxidul de carbon și metanul. Putem reduce efectul nociv asupra atmosferei prin pași mici, spre exemplu plimbatul mai des pe jos sau cu bicicleta, folosirea mai intensă a surselor de energie regenerabile și poate consumul mai redus de carne.

Vopsea

Cât de „eco” e vopseaua ta?

În Europa există milioane de entuziaști ai activităților de bricolaj (do-it-yourself – DIY). În fiecare an, proprietarii de case cheltuiesc miliarde de euro pe lemn, vopsele, lacuri și alte materiale pentru proiecte de bricolaj (do-it-yourself – DIY). Însă poți reduce impactul pe care îl ai asupra mediului reutilizând materialele, asigurându-te că lemnul pe care îl cumperi provine din păduri gestionate durabil și cumpărând vopsele mai ecologice. Respectând anumite reguli simple în ceea ce privește vopseaua, poți aduce beneficii semnificative mediului. Atunci când alegi vopseaua, lacul pentru finisare sau protecție, caută produsul cu cel mai mic impact asupra mediului înconjurător. Estimează cantitatea de care vei avea nevoie și încearcă să nu cumperi prea mult – o mare parte din vopseaua pe care oamenii o cumpără nu ajunge să fie folosită și se transformă într-un deșeu problematic. Dacă ai de ales, selectează un produs fără o etichetă de avertizare (în majoritatea cazurilor, simbolul este negru pe un fundal portocaliu sau galben, cu descrierea pericolului). Vopselele, laptele de var și varul stins cu eticheta „natural” sau „complet natural” conțin adesea substanțe mai puțin nocive decât vopseaua obișnuită. Este mai plăcut să lucrezi cu ele, de asemenea, mai bine pentru calitatea aerului din încăpere. Unii producători oferă chiar și vopsea reciclată. Caută Eticheta Ecologic Europeană pentru vopselele de interior. Acest lucru înseamnă că au un impact mai redus asupra mediului.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Bicicletă

De câte emisii de CO₂ scutești mediul atunci când folosești o bicicletă?

Dacă ar exista destui oameni care să treacă de la patru roți la două, efectul asupra emisiilor de CO₂ ar fi major. Iar tendințele actuale par să indice acest lucru. Probabil că ai observat că din ce în ce mai mulți oameni din orașul tău merg cu bicicleta. Anul trecut, în Marea Britanie, numărul de bicicliști a crescut cu 1,3 milioane, numărul total ajungând la 13 milioane (27% din populație). Dintre acești bicicliști noi, 500 000 îi folosesc frecvent sau la intervale regulate bicicletele.

Fie că mergi cu bicicleta la muncă sau o faci doar pentru recreere, avantajele sunt numeroase. În primul rând, este o metodă bună de a rămâne în formă. În același timp, îți aduci contribuția la păstrarea unui mediu mai sănătos și mai curat, cu un aer mai puțin poluat și drumuri fără ambuteiaje. Mersul cu bicicleta este o metodă mult mai ieftină și mai accesibilă de a te deplasa, întrucât eviți blocajele în trafic și nu dai bani pe combustibil. Nu e loc de îndoială, mersul cu bicicleta este foarte eficient în ceea ce privește resursele. Vrei să fii și mai la modă eco? Dacă nu ți-ai cumpărat deja o bicicletă, de ce nu cumperi una la mâna a doua? În timp ce popularitatea mersului cu bicicleta scade nivelul de emisii de carbon și creează o societate cu mai mult respect față de mediu, numărul mare de biciclete a dus și la apariția unui număr mare de biciclete nedorite. Bicicletele vechi ajung adesea la groapa de gunoi, deși sunt fabricate din numeroase materiale reciclabile precum aluminiul și cauciucul, reprezentând astfel un deșeu valoros. În cazul în care cumperi o bicicletă nouă, asigură-te că vei cumpăra una rezistentă – și ai grijă de ea. Foarte multe biciclete sunt cumpărate cu intenții bune, pentru a merge cu bicicleta la lucru, iar apoi sunt lăsate să ruginească într-un colț. Acest lucru înseamnă irosirea resurselor. Poți încerca să împrumuți o bicicletă câteva săptămâni și să vezi cum te descurci. Odată ce începi să îți placă, îți poți cumpăra o bicicletă la mâna a doua sau una nouă.

Computer

Oare ar trebui ca șeful tău să te sfătuiască să lucrezi mai des de acasă?

Pentru că ar fi mai bine pentru mediu... Atunci când facem naveta nu numai că poluăm, ci utilizăm, de asemenea, resurse – gândi-te-te, de exemplu, la uzura drumurilor și la noile materiale și resurse necesare pentru repararea lor. Desigur, unii dintre noi suntem nevoiți să conducem până la muncă, dar pentru câți dintre noi este inutil? Ți ne-ar plăcea tuturor să evităm orele de vârf de dimineață sau de seară. Ți ai cumpărat bară la bară și dublezi consumul de combustibil? Ca să nu mai vorbim de cantitatea suplimentară de emisii pe care o produci. Mersul cu bicicleta sau pe jos către lucru este o modalitate minunată de a folosi mai puțin resurse și, în același timp, de a te menține în formă. De ce nu optezi pentru mijloacele de transport în comun, sau poate ai putea să mergi în aceeași mașină cu un coleg ori cu altcineva care se îndreaptă spre aceeași destinație? Astfel, ți ai reduce atât costurile, cât și emisiile de carbon. Ai putea chiar să renunți la mașină și să devii membrul unui club auto al cui membri au acces la o mașină în intervale orare, zilnice sau săptămânale. Dar de ce nu îți întrebă șeful dacă poți lucra de acasă?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Chei de mașină

Nu este ușor să trăiești fără mașina ta, dar acesta nu e un motiv să nu încerci niciodată?

Unele dintre lucrurile pe care le putem face pentru a trăi o viață mai „ecologică” necesită eforturi reale din partea noastră. Altele, din contră, pot fi lucruri ușor de făcut. Făcând o plimbare pe jos în loc să conduci – este un lucru atât de simplu și oferă atât de multe beneficii pentru mediu: mai puțină poluare fonică și a aerului, mai puține resurse utilizate necesare pentru producția, alimentarea și întreținerea unei mașini, ca și nu mai vorbim de beneficiile pe care le-ar avea mișcarea noastră. Desigur, există situații în care utilizarea unei mașini este inevitabilă, dar pentru drumuri scurte precum până la magazin sau până la locul de întâlnire cu un prieten pentru a bea o cafea, întreabă-te dacă este cu adevărat necesar să parcurgi drumul cu mașina sau dacă ai putea la fel de ușor să mergi pe jos. Îți face cuiva cu adevărat plăcere să cumperi mâncare? Cozile, aglomerația, lupta pentru a ieși din parcare, toate acestea contribuie la o experiență neplăcută. Așa că data viitoare când ai tepe la casa de marcat întreabă-te dacă era cu adevărat nevoie să faci acel drum? Cumpărăturile puteau să îți fie livrate? Cumpărarea de alimente online reprezintă o metodă mult mai eficientă de a-ți umple frigiderul. O mică sugestie: asigură-te că verifici termenul de garanție al alimentelor odată ce ajung, pentru a ști ce trebuie să faci prima dată, din moment ce irosirea mâncării înseamnă irosirea resurselor. Dacă preferi să mergi în persoană la cumpărături, atunci gândește-te dacă ai posibilitatea să cumperi ceea ce ai nevoie din orașul în care locuiești și încearcă să te deplasezi pe jos sau cu bicicleta. Și nu-ți uita lista de cumpărături.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Ap

Trăind în Europa, este ușor să uităm că apa este o resursă finită și că mulți oameni din celelalte părți ale lumii nu au permanent acces la ea. Felul în care folosim apa îi afectează pe ceilalți, așadar avem responsabilitatea de a o folosi mai eficient atât în mod direct, făcând un duș în loc de o baie de exemplu, cât și în mod indirect, încercând să nu irosim produsele pentru care s-a utilizat apă în procesul de producție. Odată cu efectele schimbărilor climatice – și nu într-un viitor prea îndepărtat – părți tot mai mari din Europa au șanse să se confrunte cu diminuarea resurselor de apă și cu accesul limitat la apă potabilă de bună calitate.



Cadă de baie

De ce să nu faci un duș în loc să umpli cada?

Trebuie să ne obișnuim cu faptul că apa este o resursă limitată. La nivel global, aproape o cincime din populație trăiește în prezent în regiuni cu puține resurse de apă, iar o altă jumătate de miliard de oameni încep să se confrunte, de asemenea, cu deficite majore de apă. Există suficientă apă potabilă pe planetă pentru nevoile celor apte miliarde de locuitori – chiar dacă acest număr va crește, fără îndoială – dar aceasta este distribuită într-un mod neuniform și irosită într-o cantitate prea mare. În Europa, din ce în ce mai multe regiuni sunt predispușe secetei și diminuării resurselor de apă. Aadar, avem responsabilitatea de a încerca să folosim apa într-un mod mai eficient. Putem face acest lucru operând simple modificări în rutina noastră zilnică, spre exemplu să facem duș în loc de baie. Pentru a umple cada, ai nevoie de o cantitate mult mai mare de apă decât pentru a face un duș rapid. A face un duș în fiecare zi timp de 5 minute în loc de baie înseamnă a economisi 400 de litri de apă pe săptămână – înseamnă și o cantitate mult mai mică de energie. Dacă ai nevoie de o baie, încearcă să nu umpli prea mult cada – iar dacă apa din cadă este atât de fierbinte încât trebuie să adaugi apă rece, irosești atât energie, cât și apă!



Apă pentru baie

Poți lăsa apa ta de baie pentru altcineva?

Motivul pentru care te-ai decis să faci o baie este acela că vrei să te relaxezi la fel de mult pe cât vrei să te speli. Aadar, de ce nu ai lăsa apa spre a fi folosită de altcineva, după ce ai terminat? Umple cada doar pe jumătate, nu complet și verifică temperatura apei în mod constant astfel încât să nu fie nevoie să completezi ulterior cu apă rece sau caldă.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Șampon

Te-ai gândit vreodată să cumperi un șampon ecologic?

Pentru a fi eficiente, unele șampoane și balsamuri trebuie luate pe păr mai multe minute – în timp ce apa continuă să curgă. Încearcă să cumperi produse pentru îngrijirea părului care să nu vă constrângă să așteptați atât de mult după ce le-ați aplicat pe păr. Sau de ce nu ați cumpra șampoane sau balsamuri organice? Acestea conțin ingrediente naturale și sunt de departe cele mai bune în nocivitate pentru ecosistemele acvatice în care ajung.



Apa de la robinet

Robinetul tău prezintă o scurgere?

Un robinet care prezintă scurgeri irose te lunar peste 100 de litri de apă. Uneori trebuie să te asiguri că robinetul este închis în mod corespunzător, dar dacă există o scurgere permanentă, repară-l cât mai repede posibil.



Debitul robinetului

Se întâmplă să lași apa să curgă la o presiune prea mare?

Robinetele variază destul de mult în materie de debit, de la 2 la 25 de litri pe minut, dar se întâmplă foarte rar să ai nevoie de mai mult de 10 litri pe minut. Poți controla volumul de apă utilizat dacă pornești robinetul de mai puține ori sau dacă nu îl lași pornit prea mult timp. Volumul de apă mai poate fi redus prin instalarea unui robinet și a unor capete de duș cu debite reduse, prin montarea unor reductori la robinete și dușuri sau prin montarea unei supape de limitare a presiunii cu scopul de a reduce debitul întregului sistem sanitar. Gândește-te la acest lucru atunci când dai drumul la robinet: este nevoie de multă energie pentru a transforma apa netratată în apă potabilă, deci este mai bine să folosești doar cantitatea de apă de care ai nevoie cu adevărat.



Temperatura apei

Apa pe care o folosești este prea fierbinte?

Dacă apa pe care o folosești este prea fierbinte, va trebui să adaugi apă rece pentru a obține temperatura potrivită. Dar ar trebui să poți reduce temperatura prin reglarea termostatului atașat sistemului tău de încălzire. Dacă trebuie să aștepti și să se încălzească apa, colectează apă rece pe care nu o folosești într-un recipient și folosește-o ca apă potabilă sau pentru a uda florile. Chiar dacă temperatura apei este potrivită, este recomandat să folosești cât mai puțin apă caldă pentru a economisi toată energia necesară încălzirii apei.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Îmbrăcăminte

Ar fi o problemă dacă ai purta aceleași haine de două ori?

Din motive de igienă, este indicat să speli rufe precum ciorapii și lenjeria intimă de fiecare dată după ce le-ai purtat. Dar alte tipuri de rufe, precum puloverele și pantalonii, pot fi purtate de mai multe ori înainte să fie nevoie să le speli. Cu cât porți mai mult hainele între spălări, cu atât economisești mai multă apă.



Detergenți

Ce impact au detergenții pe care îi folosești asupra râurilor?

Detergenții pe care îi folosești pentru spălarea rufelor va ajunge la un moment dat în râuri și mări. Unii detergenți conțin substanțe anorganice precum fosfații, care pot favoriza dezvoltarea rapidă a algelor, având drept rezultat poluarea apelor. Utilizând mai puțin detergent, poți reduce cantitatea de fosfați care ajunge în ecosistem prin deversările de apă menajeră. De asemenea, aveți în vedere folosirea detergenților organici: aceștia au în compoziție elemente care afectează într-o măsură mult mai mică ecosistemele acvatice în care vor ajunge.



Robinetul din bucătărie

De ce să nu le oferi și florilor tale un pahar cu apă?

Dacă îți torni apă într-un pahar și nu reușești să o bei pe toată, nu o arunca. Folosește-o pentru a uda florile din casă. Îți vor mulțumi pentru gestul tău.



Ceașcă de cafea

Chiar este nevoie să reumpli ceainicul?

Nu goli ceainicul pentru a-l reumple de fiecare dată când îți faci o băutură caldă. Este în regulă să folosești apa care se regăsește deja în ceainic. Dacă umpli ceainicul și oalele cu mâner cu exact cantitatea de apă de care ai nevoie, fierbi mai puțin apă și economisești energie.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Chiuveța

Spală-le – dar cât mai ecologic!

Dacă vrei să nu mai irosești apă, lucrurile mici fac diferența. De exemplu, nu spală vasele cu robinetul pornit. Ține minte că volumul de apă care curge de la un robinet de bucătărie variază semnificativ – de la 2 la 25 de litri pe minut; adică, cât de mult deschizi robinetul și timpul în care acesta este lăsat deschis influențează în mare măsură volumul de apă consumat.

Dacă folosești un recipient în care să speli vasele sau dacă pui un dop chiuvetei, poți reduce consumul de apă cu 50% sau chiar mai mult. Și, desigur, a da drumul apei calde la robinet implică mai mult decât consumul de apă – ai fi surprins să afli costurile pentru energia electrică necesară încălzirii apei. Dacă apa este prea fierbinte, verifică termostatul boilerului. S-ar putea să nu fie nevoie decât de reglarea acestuia.



Mașina de spălat vase

Mașina ta de spălat vase își atinge potențialul de eficiență?

Dacă preferi să folosești o mașină de spălat vase în locul unei spălări manuale, achiziționează o mașină cu o clasă superioară de eficiență energetică și programează ciclul economic ori de câte ori acest lucru este posibil. Acesta va folosi o cantitate mult mai mică de apă decât în cazul unui ciclu de spălare normal. Adună resturile alimentare într-un recipient (și reciclează-le sau folosește-le pe post de îngrășământ!) dar nu clătești vasele la robinet înainte să le pui în mașina de spălat vase. Majoritatea mașinilor de spălat vase sunt suficient de puternice pentru a spăla petele fără să fie nevoie de pre-spălarea acestora. Și nu uita: nu porni mașina de spălat vase dacă este pe jumătate goală. Așteaptă până ce aceasta va fi plină – și nu exagera cu detergenții sau cu pastilele de spălat. Gândește-te la efectele devastatoare ale fosfaților și ale proliferării algelor asupra mării și râurilor.



Chei de mașină

Vrei să știi cum poți folosi mai puțină apă?

Ai fi tentat să crezi că atunci când îți speli autovehiculul acasă economisești mai multă apă decât dacă mergi la spălătorie – dar este exact invers. O spălătorie automată și economică folosește mai puțină apă pentru fiecare autovehicul în comparație cu cantitatea necesară pentru spălarea aceluiași autovehicul acasă. Dacă preferi să îți speli autovehiculul acasă, evită să folosești un furtun, întrucât acesta consumă 18 litri de apă pe minut. În schimb, folosește apa de ploaie pe care ai colectat-o într-o găleată. Este o soluție bună pentru toate autovehiculele. Și nu uita, autovehiculele nu trebuie spălate săptămânal; de fapt, unele autovehicule sunt spălate o dată pe an!



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Fructe

Fructele și legumele organice sunt mai ecologice?

Fructele și legumele organice sunt cultivate în mod durabil, fără să se folosească insecticide sau alte substanțe chimice. Acestea sunt crescute în soluri care nu conțin pesticide și îngrășăminte sintetice. Ai putea găsi un melc în salată verde, însă acest lucru este un indiciu în plus că este mult mai natural. Consumând fructe și legume organice economisești apă, întrucât nu este nevoie să folosești prea multă apă pentru a le spăla, așa cum ai proceda cu cele tratate chimic. Și nu va exista nicio substanță toxică în acea coajă de lămâie atent răzuit!



Ferestre

Profită de pe urma zilelor ploioase!

Atunci când folosești apă de la robinet pentru a uda florile nu faci decât să irosești foarte mult, întrucât apa se gâsește peste tot în natură. În schimb, poți să ghivecele cu flori acolo unde pot fi udate de ploaie sau poți pune mai multe recipiente în locul în care apa se scurge de pe acoperișuri sau la capătul unor jgheaburi. Mai mult decât atât, de ce nu colectezi apa care se scurge de pe acoperiș într-un butoi, pe care să o utilizezi apoi pentru a uda grădina și spațiul curtea? Plantele tale preferă mult mai multă apă de ploaie și îți vor mulțumi pentru acest lucru!



Corpuri de iluminat

Care este legătura dintre apă și energie?

Producția de energie necesită utilizarea unei cantități foarte mari de apă, cu precădere pentru răcirea instalațiilor din centralele electrice. Apa ajunge înapoi în râuri după ce a fost utilizată, iar diferențele de temperatură și cantitatea deversată pot avea un efect negativ asupra ecosistemului. Chiar dacă energia electrică provine din valorificarea apei, barajele întrerup continuitatea râurilor, împiedicând pe tii să ajungă în locurile în care își depun icrele. În timp, aceste baraje pot avea ca efect secarea râurilor.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Duș

Dușul tău durează mai mult decât melodia ta preferată?

În fiecare zi folosim o cantitate mare de apă în gospodăriile noastre, dar cât anume din această apă este cu adevărat necesar? Apa este o resursă epuizabilă și multe regiuni din întreaga lume, inclusiv anumite părți din Europa, suferă de pe urma lipsei resurselor de apă. Îți poți aduce contribuția la conservarea acestei resurse valoroase. În Europa, cea mai mare cantitate de apă este consumată în timpul dușurilor de dimineață – dar nu toate aceste dușuri sunt eficiente. Dușurile cu debit mare, de exemplu, pot consuma în cinci minute mai multă apă decât o cadă de baie plină. Există mai multe modalități prin care poți face dușul mai eficient. Poți opri apa cât timp aplici șamponul sau gelul de duș. Sau poți reduce timpul pe care ți-l petreci în baie când dușezi. Prin urmare, ia în calcul posibilitatea achiziționării unui cronometru de duș și înlocuirii dușului tău cu debit mare cu un model care prezintă o rată de debit mai scăzută.



Toaletă

Este toaleta ta mai inteligentă decât crezi?

Cu sistemul cu evacuare dublă a apei din bazin, vei scăpa de fluide și de hârtie cu o evacuare rapidă care utilizează cu 70% mai puțină apă decât o evacuare standard. Dacă nu aveți un astfel de sistem, acestea se instalează simplu și ieftin și sunt compatibile cu aproape toate toaletele standard.



Chiuvetă

Faptul că ții robinetul pornit înseamnă că resursele se duc pe apa Sâmbetei?

Durează aproximativ două minute să te speli pe dinți, însă irose-ți apa dacă lași robinetul pornit în timp ce faci acest lucru. Pornește robinetul doar atunci când ai nevoie să-ți clătești periușă de dinți. Acest lucru este valabil și pentru bărbierit. La început, umpleți chiuveta cu apă doar pe jumătate, dar nu lăsați robinetul pornit tot timpul.



Mașina de spălat

Spală la program scurt, dacă hainele nu sunt foarte murdare

Mașinile de spălat consum foarte mult apă menajeră, dar există și modalități mai eficiente pentru a spăla rufe. Majoritatea mașinilor de spălat moderne dispun de setări ecologice care folosesc o cantitate mai redusă de apă decât în condiții normale. De fapt, multe dintre aceste mașini de spălat eficiente folosesc în prezent mai puțin de 50 de litri de apă pentru un ciclu de spălare. Este recomandat, de asemenea, să speli rufe la un program cu o temperatură mai mică, întrucât se va folosi astfel o cantitate de energie mai scăzută decât programele cu temperaturi ridicate (50°C sau peste). Însă dacă speli mereu la temperaturi joase, nu uita să faci din când în când o spălare cu apă fierbinte pentru a menține mașina și furtunurile curate.



Rufe murdare

Poți introduce mai multe rufe în cuva mașinii de spălat?

Este destul de evident, dar dacă umpli mașina de spălat pe jumătate pentru două spălări, vei folosi de două ori mai mult apă decât dacă ai fi introdus aceeași cantitate de rufe pentru o singură spălare. Dacă vei anticipa momentele în care va trebui să porți anumite articole vestimentare, nu va trebui să le speli atunci când nu ai și alte rufe murdare.



Dulap sanitar

Unde vor ajunge toate aceste medicamente?

Medicamentele sunt esențiale, dar există o tendință modernă de a fi administrate în mod exagerat. Problema este că odată ce au fost eliminate din corp, substanțele chimice din compoziția lor poluează apa în care vor ajunge. Prin urmare, încearcă să te rezumi la minimum necesar. Întotdeauna asigură-te că elimini în mod responsabil medicamentele nefolosite prin returnarea acestora la farmacie. Nu le arunca în vasul de toalet sau în coșul de gunoi, altfel acestea vor ajunge din nou în circuitul apei.



Prosop

Cât de curat este prosopul tău?

Prosopul pentru a te terge după ce te-ai spălat, deci va fi ud, nu murdar. Acest lucru înseamnă că poți folosi prosoapele de mai multe ori înainte să fie nevoie să le arunci în coșul cu rufe. În prezent, numeroase hoteluri îți oferă posibilitatea de a folosi prosoapele de mai multe ori, deci nu trebuie să le lași pe podeaua băii pentru a comunica faptul că ai vrea să-ți se aducă prosoape curate.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Mașină de jucărie

Vrei să știi cum poți folosi mai puțină apă?

Este simplu să speli o mașină de jucărie, dar tii care este cel mai bun mod de a-și spăla adevăratul autovehicul? Ai fi tentat să crezi că atunci când îți speli autovehiculul acasă economisești mai multă apă decât dacă mergi la spălătorie – dar este exact invers. O spălătorie automată și economică folosește mai puțină apă pentru fiecare autovehicul în comparație cu cantitatea necesară pentru spălarea aceluiași autovehicul acasă. În cazul în care chiar preferi să îți speli autovehiculul acasă, evită să folosești un furtun, întrucât acesta consumă 18 litri de apă pe minut. În schimb, folosește apa de ploaie pe care ai colectat-o într-o găleată. Este o soluție bună pentru toate autovehiculele. Și nu uita, autovehiculele nu trebuie spălate săptămânal; de fapt, unele autovehicule sunt spălate o dată pe an!



Detergent lichid

De ce agenții de curățare nu se limitează la îndepărtarea grăsimii și murdăriei?

Toți detergenții sub formă de pulbere, toate produsele de curățare, soluțiile dezinfectante și detergenții lichizi ajung prin sistemul de canalizare în râuri, lacuri și oceane. Unele dintre acestea conțin substanțe anorganice care sporesc cantitatea de microcomponente ale apei și cauzează suprad dezvoltarea algelor. Atunci când se descompun, acești compuși elimină oxigenul din apă, în consecință, multe specii mor pe fundul mării. Poți evita să contribui la această situație folosind detergenți organici pentru spălarea rufelor. Caută și alte sfaturi în materie de curățenie ecologică – persoanele mai în vârstă îți pot spune câteva lucruri despre cum să fii cumpărător ecologic. Suprafețele tale de lucru, materialele textile și podelele vor aprecia, de asemenea, acest tratament cumpărat, iar dacă toaleta, chiuveta sau sistemul de canalizare sunt înfundate, încearcă mai întâi să folosești o pompă de desfundat evile. Va funcționa la fel de bine ca o soluție de desfundat caustic și vei evita riscul de a te răni – protejând în același timp mediul înconjurător.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Sol

Importanța solului este greu de subestimat. Acesta asigură existența animalelor și plantelor sălbatice și oferă nutrienții necesari pentru cultivarea hranei care ne ține în viață, așa că o bună gestionare a solului este vitală pentru prosperitatea noastră viitoare. Așadar, o gestionare corectă a solului este vitală pentru prosperitatea noastră în viitor, dar degradarea solului datorată pășcutilui excesiv, defrișărilor și unor practici necorespunzătoare în agricultură afectează milioane de oameni, în special prin malnutriție. Există metode simple prin care putem fi de ajutor, de exemplu: să consumăm mai puțină carne, să folosim lemn din păduri gestionate durabil și să cumpărăm alimente organice.



Podeaua

Pământul pe care este construită casa ta este arid?

În Europa se construiesc anual tot mai multe zone rezidențiale, casele, clădirile și infrastructura, ceea ce duce la distrugerea spațiilor verzi. Desigur, această dezvoltare urbanistică este adesea necesară pentru asigurarea de locuințe, rețele de transport și locuri de muncă pentru locuitorii zonei respective, dar odată ce terenurile au fost acoperite de clădiri, funcțiile-cheie ale solului sunt pierdute. Dar există modalități prin care proprietarii de locuințe pot ajuta la conservarea legăturii acestui sol acoperit, în felul acesta, la diminuarea pierderii funcției vitale de drenaj a solului și a capacității acestuia de reținere a apei, asigurându-i condiții minime de existență. De exemplu, în cazul în care îți reamenajezi aleea din fața casei sau grădina, ia în considerare posibilitatea folosirii unui material permeabil, precum asfaltul poros, prundiul sau gazonul, care mențin solul în contact cu aerul și permit apei să pătrundă în sol. Acolo unde apa nu poate pătrunde în sol pe cale naturală, există riscul producerii de inundații, așa că încearcă să colectezi și să o întrebuințezi în mod corespunzător. Poți colecta apa care se scurge de pe acoperiți într-un butoi și o poți utiliza pentru a uda grădina, în locul apei de la robinet. Și dacă ești cu adevărat un aventurier, nu ar fi mai bine să-ți amenajezi un acoperiș „eco”? „Grădinile” de pe acoperiți pot fi create pe un strat foarte subțire de pământ. Acestea absorb apa de ploaie, susțin biodiversitatea și asigură izolare termică. Cu această ocazie, ai putea chiar crea un nou habitat pentru flora și fauna din regiune!



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Plante

Cum diminuează plantele de grădină resursele planetei?

Dacă îți place grădina și îți iubești planeta, ai grijă când cumperi îngrășăminte. Turbările seamănă cu niște întinderi plictisitoare de terenuri necultivate, inundate, dar soluțiile lor sunt extrem de importante, asigurând habitatul speciilor rare de animale sălbatice, producând hrană și de înănd un rol important în circuitul apei în natură. De asemenea, acestea stochează oxizii de carbon, care sunt eliberați apoi în atmosferă când solurile de turbă sunt excavate. De fapt, doar în Marea Britanie sunt eliberate în atmosferă aproximativ jumătate de milion de tone de dioxid de carbon în urma extragerii turbei pentru a fi utilizat în horticultură. Unele țări au în vedere perceperea unei taxe pentru îngrășămintele pe bază de turbă. Deocamdată, este recomandat să încerci să cumperi îngrășământ cu marcajul „fără turbă”, dacă este posibil, întrucât chiar și îngrășământul „universal” poate conține între 70% și 100% turbă. Mai mult decât atât, fără este propriul îngrășământ. Cea mai sigură modalitate de a utiliza resursele în mod eficient este de a-ți produce îngrășământul din deșeurile de grădină și resturile alimentare, pentru a-l folosi mai apoi la creșterea și mai multor plante.



Cârnați

Cât de des mănânci carne?

Dacă mănânci mai puțin carne reduci impactul regimului tău alimentar asupra mediului înconjurător – înștii de ce? Pentru creșterea animalelor vei avea nevoie nu doar de un teren dedicat acestei îndeletniciri, ci și de un teren agricol pe care să îl cultivi pentru a le procura hrana. Unele terenuri sunt folosite pentru cultivarea plantelor de soia, a căror producție s-a dublat în ultimii 15 ani, în mare parte din cauza utilizării pe o scară tot mai largă a acesteia pentru hrănirea animalelor. Acest lucru este realizat adesea cu prețul afectării habitatelor naturale precum regiunea Cerrado din Brazilia, o savană tropicală de mari dimensiuni, unde se regăsește 5% din biodiversitatea lumii. Animalele domestice reprezintă, de asemenea, un factor generator semnificativ de emisii de gaze de seră, în special datorită producției de metan, acestea consumând 8% din cantitatea totală de apă la nivel global. Toate aceste riscuri vor fi amplificate pe măsură ce populația și cererea de carne vor crește, cu precădere în țările cu economii emergente. Deci ce putem face în această privință? Desigur, situația nu este atât de dramatică încât să fie nevoie să devenim cu toții vegetarieni; totuși, am putea lua în considerare reducerea consumului de carne, pregătindu-ne uneori mesele astfel încât să nu fie nevoie de carne. De exemplu, de ce să nu încerci să adaugi câteva roșii proaspete și niște ciuperci la sosul de spaghete în locul unei pungi de carne tocată? Dincolo de orice, nu irosi carnea. A irosi carnea înseamnă a irosi toată energia și apa care au intrat în procesul de producție a acesteia.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Minerale

Mineralele sunt peste tot în jurul nostru. Sunt în bijuteriile pe care le purtăm, în patul în care dormim și în telefonul mobil pe care îl ținem în buzunar. Însă extragerea mineralelor vine cu un preț scump și pentru oameni – prin exploatarea forței de muncă – și pentru mediul înconjurător – prin contaminarea surselor de apă. Putem juca un rol important în reducerea impactului extragerii de minerale cumpărând în mod etic și înlocuind doar produsele pe care trebuie neapărat să le înlocuim.

Telefon mobil

Știi că vechiul tău telefon mobil este un obiect valoros?

Tehnologia telefoanelor mobile evoluează atât de rapid. Primești un telefon mobil nou de Crăciun, iar până la sosirea verii este deja demodat. Fiind atât de multe modele noi lansate pe piață, este tentant să îți schimbi telefonul la fiecare doi ani. De fapt, mulți oameni fac exact asta: aproximativ trei sferturi de miliard de utilizatori de telefoane mobile din Europa își înlocuiesc telefonul mobil la un interval mediu de 18 luni. Astfel, telefoanele mobile sunt unice: nicio altă categorie de dispozitive electronice nu beneficiază de o rată de înlocuire atât de ridicată. De ce se întâmplă acest lucru și cât de ecologic este? Uneori avem nevoie de un telefon mobil nou pentru că vechiul nostru telefon este deteriorat sau nu mai funcționează, dar de cele mai multe ori ne dorim doar să beneficiem de tehnologia de ultimă oră. Înainte de a te grăbi să cumperi cel mai nou model gândește-te la resursele care au fost folosite pentru a-l produce și întreabă-te dacă te poți descurca în continuare cu telefonul tău actual pentru încă un an. Noile modele de telefoane conțin materiale prețioase, printre care aur, cupru, argint și platină, precum și numeroase minerale rare. Dacă decizi să îți cumperi un telefon nou, asigură-te că îl elimini pe cel vechi într-un mod responsabil – poți să îl dai unui prieten, să îl vinzi sau să îl reciclez. Nu-l lăsa pur și simplu într-un sertar.

Ceas cu alarmă

Te sperie numărul de baterii pe care le folosești?

Bateriile au devenit esențiale pentru stilul modern de viață. Însă producția, utilizarea și eliminarea acestora afectează mediul înconjurător, astfel că este responsabilitatea noastră să descoperim noi modalități pentru a le folosi mai eficient. Mercurul, plumbul și cadmiul care se găsesc în baterii pot ajunge în sol dacă sunt aruncate la groapa de gunoi, iar arderea acestora nu face decât să crească volumul de emisii de gaze cu efect de seră. Toate bateriile pot fi reciclate – atât cele standard din ceasul tău cu alarmă, cât și cele speciale din telefonul tău mobil, aparatul foto sau ceasul tău. Miile de tone de metale recuperate în urma acestui proces pot fi utilizate apoi pentru producția unor baterii noi. A fost implementat de curând



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

o directivă europeană pentru a încuraja reciclarea bateriilor, a a căror trebui să găsești coșuri speciale în locuri precum supermarketuri pentru a arunca bateriile vechi în condiții de siguranță și în mod responsabil. Cumpărând baterii reîncărcabile vei economisi bani pe termen lung.

Conserve în frigider

Unde se duce tot aluminiul?

Există un motiv întemeiat pentru care aluminiul este utilizat pentru foarte multe dintre obiectele uzuale, de la conserve până la CD-uri, cadre de biciclete și ceasuri. Pe lângă faptul că este cel mai răspândit, aluminiul este și cel mai eficient metal de pe planetă. Este ușor, durabil, rezistent și ușor de reciclat. De fapt, consumul de energie electrică pentru fabricarea unui produs din aluminiu reciclat este cu 95% mai mic decât în cazul produselor fabricate din materii prime neprelucrate. Aluminiul este materialul cel mai reciclat din Europa, deci asigură-te că recyclezi orice ai la îndemână – nu doar lucrurile obișnuite precum conservele de mâncare și dozele de băutură, ci și obiecte precum computere, mașini de spălat și telefoane mobile, care conțin mai mult ca sigur aluminiu.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Lemn/cherestea

De la paturi la cărți și până la băncile din parc, lemnul este elementul de bază pentru multe dintre produsele pe care nu le apreciem cum se cuvine. Însă defrișarea are consecințe ecologice și sociale grave și doar cumpărând lemn din surse gestionate durabil ne putem întoarce de la cumpărături cu conștiința împăcată.

Canapea

Calitatea scaunului tău preferat are un impact asupra planetei?

Da, are. Multe produse par ieftine, drept urmare le cumpărăm și nu ne facem probleme pentru momentul când trebuie să le aruncăm câtiva ani mai târziu când se strică sau ne saturează de ele. Acest lucru înseamnă irosirea resurselor. Multe resurse au fost ieftine pentru o perioadă atât de lungă de timp, încât presupunem în continuare că există din abundență sau că, cel puțin, nu sunt amenințate. Dar prețul lor nu reflectă pe deplin valoarea lor reală sau deficitul lor din viitor. Producția de mobilier consumă multe resurse. Așa că, atunci când cumperi ceva nou, întreabă-te cât de mult va rezista. Întreabă-te dacă scaunul tău este confecționat corespunzător și dacă îți va plăcea și peste doi ani, când moda se schimbă. Vei fi mai puțin tentat să îl arunci dacă vei achiziționa un produs care este confecționat astfel încât să reziste. Iar dacă lucrurile se deteriorează, de ce să nu le reparăm în loc să cumpărăm altele care să le înlocuiască? Pentru că suntem condiționați de obiceiuri pe care ni le-am format în perioada în care eram încurajați să consumăm, înainte ca resursele și ecosistemele să fie amenințate. S-ar putea ca mobilierul deteriorat să fie mai ușor de reparat decât crezi. De asemenea, ia în considerare și reutilizarea și reciclarea materialelor. Lemnul poate fi reutilizat în întregime, reciclat sau ars, iar chiar dacă acesta este aruncat, tot este complet biodegradabil.

Batiste de hârtie

Ce s-ar întâmpla dacă pădurile ar dispărea la fel de repede ca batistele tale de hârtie?

Chiar dacă produsele din hârtie de unică folosință pot fi produse din hârtie reciclată, multe dintre acestea sunt produse în continuare din lemn brut, adică lemn tăiat special pentru confecționarea hârtiei. Pe cât posibil, încearcă să achiziționezi produse fabricate din fibre reciclate, întrucât pentru producția acestora este consumată o cantitate mult mai mică de energie electrică – și sunt salvați copaci. Dacă produsele reciclate în totalitate nu sunt disponibile, poți căuta logo-urile Consiliului de Administrație a Pădurilor (Forest Stewardship Council – FSC) sau Programului pentru Aprobarea Certificării Forestiere (Programme for the Endorsement of Forest Certification – PEFC), care garantează faptul că un anumit procentaj din fibrele brute provin din păduri gestionate durabil. O altă garanție a faptului că achiziționezi produsul potrivit este Eticheta Ecologică Europeană, pe care o vei recunoaște datorită logo-ului în formă de floare.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Patul

Îți petreci o treime din viață în pat, dar știi de unde provine lemnul din care e confecționat?

Desigur, nu toate paturile sunt confecționate din lemn. Acestea pot fi confecționate din metal sau materiale sintetice (caut o el reciclat, de exemplu). Însă lemnul are două avantaje majore: este o resursă regenerabilă și biodegradabilă, iar procesul său de producție generează mai puține emisii de gaze cu efect de seră decât materialele alternative. Acest lucru nu înseamnă că un pat din lemn este neapărat ecologic. Toate produsele din cherestea, lemn sau hârtie pe care le cumpărăm provin dintr-o pădure. Și chiar dacă majoritatea resurselor noastre de lemn provine din păduri gestionate durabil, acest lucru nu este valabil pentru întreaga cantitate de lemn produs. Transportul ilegal de bunuri este în continuare o problemă majoră și contribuie semnificativ la emisiile de carbon, precum și la distrugerea comunităților și habitatelor naturale. Cum poți fi sigur că alegi un obiect care a fost produs în mod ecologic, fără a dăuna oamenilor sau animalelor? Când cumperi produse din lemn, caută logo-urile Consiliului de Administrație a Pădurilor (Forest Stewardship Council – FSC) sau Programului pentru Aprobarea Certificării Forestiere (Programme for the Endorsement of Forest Certification – PEFC), ambele certificând faptul că lemnul provine din păduri gestionate durabil. Sau de ce nu ai cumpăra mobilă la mâna a doua? Astfel poți economisi bani și în același timp să ai în casă produse care sunt ecologice!

Șervetele de bucătărie din hârtie (role)

Curățenia trebuie să însemne mereu consum?

Șervetele de hârtie pentru bucătărie sunt un produs folositor și multifuncțional, însă încearcă să îl folosești eficient. Șervetele de hârtie mai rezistente costă mai mult, dar vei folosi mai puține. Gândește-te cum anume a fost confecționat produsul. Unele produse au în prezent Eticheta Ecologică Europeană care certifică faptul că au fost confecționate cu un impact minim asupra mediului înconjurător. Iar atunci când le arunci, adu-ți aminte că le poți transforma în îngrășământ în cazul în care nu au fost expuse la produse chimice puternice.

Biodiversitate

Varietatea formelor de viață, cunoscută sub denumirea de biodiversitate, este vitală pentru sănătatea ecosistemelor și pentru supraviețuirea speciilor. Ne bazăm pe biodiversitate pentru că aceasta ne oferă hrană, apă, soluri fertile și captarea carbonului. Prin bogăția sa, biodiversitatea reprezintă o sursă de satisfacții și de modalități de petrecere a timpului liber. Însă atunci când exploatăm natura pentru a obține beneficii pe termen scurt, defrișând păduri sau pescuind excesiv, facem toate aceste lucruri cauzând societății pierderi pe termen lung, din moment ce ecosistemele care ne asigură bunurile și serviciile sunt amenințate. Pentru a proteja biodiversitatea, ar trebui să încercăm să reutilizăm produsele, să reciclăm cât mai mult posibil și să reducem pe total consumul.



Ierburi aromate

Cum pot cultiva ierburi aromate fără a avea o grădină?

Condimentul potrivit poate face diferența dintre un fel de mâncare bun și unul delicios. Dar ierburile aromate preambalate se pot dovedi a fi scumpe, iar de cele mai multe ori folosim doar o cantitate mică pentru o rețetă, aruncând ce a mai rămas. Dacă aceste situații îți sunt cunoscute, de ce nu îți crezi propria grădină de ierburi aromate? Cultivarea propriilor ierburi aromate este o metodă excelentă de a economisi resurse. Gândește-te la toată energia folosită pentru uscarea, ambalarea și transportul ierburilor aromate, energie pe care tu o poți economisi cultivându-ți propriile plante. Nu ai nevoie de o grădină pentru a putea cultiva ierburi aromate. Pervazurile în lumina soarelui sunt ideale pentru a cultiva arpagic, mentă, piper, trunjel, salvie și cimbru (ca să nu mai vorbim de ardei gras, roșii cherry și ardei chili). Trebuie doar să ai grijă de plantele tale. Curăță-le și folosește-le des pentru a le încuraja să crească mai stufos, iar, dacă este posibil, plantează-le folosind îngrășământ fertilizant. În scurt timp vei putea să adaugi ierburile aromate crescute de tine în sosul de casă din „roșii moi”!



Cutia cu legume

Există posibilitatea de a mi se livra acasă alimente sănătoase și ecologice?

Dacă mersul la cumpărături îți se pare o povară, vei fi încântat să afli că livrarea alimentelor la tine acasă este o modalitate mult mai „ecologică” de a-ți umple frigiderul. Nu doar supermarketurile oferă servicii de livrare, ci din ce în ce mai multe firme locale asigură programe de livrare la domiciliu a fructelor și a legumelor. Aceste programe oferă numeroase avantaje. Vei sprijini fermierii locali și vei reduce numărul de kilometri parcurși pentru a cumpăra alimente; nu va mai trebui să conduci nicăieri, astfel nu vei mai produce emisii de carbon, iar hrana va ajunge garantat proaspătă la tine. Pentru a te asigura că



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

programul ales este cât mai ecologic, asigură-te că sunt vândute fructe și legume de sezon, produse în regiunea respectivă și caută programe de bună credință, care să îți ofere informații cu privire la produsele pe care le poți primi și la orarul livrărilor. Încearcă să găsești programe care furnizează legume organice, din moment ce metodele de cultivare organică necesită mai puține chimicale și mai puțin îngrășământ. Împreună cu aceste cutii vei primi și rețete pentru fructele și legumele livrate, iar faptul că vei consuma mai multe legume și mai puțin carne reprezintă o situație reciproc avantajoasă, atât din punctul de vedere al eficientizării resurselor, cât și al sănătății tale. În ultimul rând, dacă apelezi pentru prima dată la programul de livrare al cutiilor cu legume, ar fi bine să începi cu o cutie mai mică pentru a nu irosi alimentele.



Plante

Plantele pot elimina mirosurile neplăcute?

Plantele de apartament sunt o modalitate excelentă de a-ți aduce natura în cas, dar îți dai seama că acționează ca filtre de aer naturale și că, de asemenea, pot înrădăcina în celulele sub control? Plantele elimină până la 87% din compușii organici volatili – care se regăsesc în fibrele artificiale, sacochile de plastic, vopsele, cerneluri și fum de țigară – în 24 de ore, potrivit cercetării NASA. Plantele depun toxinele în sol, unde microorganismele le transformă în hrană pentru plante. Astfel, în loc să vă poluați suplimentar locuința folosind odorizante de cameră chimice care maschează mirosurile neplăcute în loc să le elimine, optați pentru plantele de cas care purifică aerul. În același timp, acestea absorb dioxidul de carbon și eliberează oxigen ziua, adică opusul a ceea ce facem noi atunci când respirăm. Prin urmare, plantele cresc nivelul de oxigen dintr-o încăpere. Mai mult, prin faptul că eliberează în aer cea mai mare parte din apa pe care o absorb, ele creează umiditate, contribuind la ameliorarea tusei, răcelilor, durerilor în gât și uscării pielii în spațiile închise. Atunci când alegeți plantele de cas, țineți cont de luminozitate și de alte condiții de creștere, și udați-le doar atunci când solul este uscat la suprafață și până când se umezesc găurile de drenare.



Flori

Ce distanță au parcurs aceste flori pentru a ajunge aici?

Florile reprezintă o modalitate naturală excelentă de a vă lumina și a vă înmprospăta locuința, dar au, de asemenea, un impact semnificativ asupra mediului înconjurător. Multe dintre florile cumpărate în Europa în fiecare an au fost importate din țări cu rezerve reduse de apă, acestea fiind adărate crescute utilizând acest resurs prețios. Desigur, industria florilor poate asigura, de asemenea, venituri de care este nevoie în țările în curs de dezvoltare, dar se dezbate în continuare dacă în regiunile sărace în apă lumii ar trebui cultivate mai degrabă plante care asigură hrană decât flori. Florile și plantele importate din Africa au fost transportate pe distanțe mari cu avionul, fiind crescute adesea utilizând îngrășăminte și pesticide din toată lumea. Ca regulă generală, atunci când ai posibilitatea, încearcă să cumperi flori organice sau cultivate la nivel local. În cazul în care cumperi flori care au fost importate, alege-le pe cele autorizate Fairtrade, ceea ce înseamnă că furnizorii s-au purtat corect cu angajații și au investit în proiecte sociale sau de mediu. Cumpără flori de sezon



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

– astfel te poți asigura că nu au fost crescute în condiții artificiale în sere, utilizând multă energie și apă. Sau îți mai bine, de ce nu îți cultivi propriile flori? Pe lângă faptul că îți vor înfrumuseța grădina, vor atrage, de asemenea, albine și fluturi.



Așternuturi de pat

Au fost folosite pesticide pentru a confecționa așternuturile tale de bumbac?

Bumbacul este o afacere importantă. Există 30 de milioane de fermieri care produc bumbac la nivel mondial, iar acesta acoperă 2,4% din totalul recoltelor din toată lumea. Dar, țiaii și creșterea bumbacului este responsabilă pentru aproximativ 50% din totalul de pesticide chimice folosite în agricultură? Cu toate acestea, avem nevoie de așternuturi de pat, dar există metode prin care te poți asigura că așternuturile pe care le cumperi au un impact minim asupra mediului. Producția organică menține sau chiar îmbunătățește fertilitatea solului și protejează apele subterane și râurile de chimicale sintetice. Pentru obținerea bumbacului este utilizată și foarte multă apă. Dacă e nevoie de 2.700 de litri de apă pentru a produce un singur tricou, gândește-te de cât de multă apă este nevoie pentru confecționarea așternuturilor tale de pat! Încearcă să folosești așternuturile cât mai mult posibil, iar apoi reciclează-le. Atunci când le înlocuiești, asigură-te că așternuturile noi sunt rezistente – materialele textile ieftine se deteriorează adesea foarte repede, sfârșind foarte curând în coșul de gunoi. Ai putea de asemenea să îți cont de impactul social al bumbacului pe care îl cumperi. Etichetele Fairtrade garantează faptul că bumbacul a fost cultivat respectând standarde etice și ecologice stricte.



Lapte de corp

Ce părere ar avea un urangutan despre laptele tău de corp?

Nu doar chimicalele din săpunurile și produsele pentru baie afectează mediul înconjurător. Țiaii, de exemplu, când gelul tău de duș sau loțiunea ta de corp ar putea avea un impact direct asupra defrișărilor ce au loc în cealaltă parte a globului? Uleiul de palmier este folosit într-o gamă variată de produse – de la cosmetice la alimente – pentru a le face mai cremoase, dar palmierii care produc astfel de ulei cresc doar la tropice, în țări precum Malaezia și Indonezia.

Cererea mare pentru uleiul de palmier înseamnă că suprafețe enorme de păduri tropicale sunt defrișate și că numeroase turbării sunt drenate pentru a face loc pentru noi plantații de palmieri. Acest lucru nu contribuie numai la schimbarea climei, ci, de asemenea, distrugerea habitatului natural al unor specii de animale pe cale de dispariție, precum urangutanul și tigru de Sumatra, precum și dezințarea localnicilor, care se bazează pe păduri pentru hrană și adăpost. Legile actuale de etichetare le permit producătorilor să listeze uleiul de palmier sub denumirea de ulei „vegetal”, fără să semnaleze pe ambalaj conținutul de ulei de palmier. Atunci când mergi la cumpărături, caută uleiul de palmier care este certificat drept gestionat durabil. Astfel poți să îți aduci contribuția la eliminarea legăturii dintre uleiul de palmier și defrișări, presărând companiile să se angajeze să producă ulei de palmier gestionat durabil.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Cafea

Vrei să bei 140 de litri de apă la micul dejun?

Pentru cei mai mulți dintre noi, o ceașcă de cafea sau de ceai băută dimineața face parte din rutina noastră zilnică, dar ambele produse depind în mod considerabil de resurse. Energia și apa sunt necesare în fiecare stadiu al lanțului de aprovizionare, de la producție și transport până la procesare și consum, iar apoi în ecuație pot fi adăugate și laptele și zahărul. Furnizorii de cafea și de ceai acordă din ce în ce mai mult atenție nevoii de a se asigura că le pot produce și pe viitor, căutând programe durabile (precum Rainforest Alliance, Fairtrade și Utz Certified) pentru a le oferi consumatorilor dovezi ale practicilor echitabile pe care le utilizează. Aceste programe sunt diferite, dar se bazează pe aceleași principii: impunerea de standarde sociale, ecologice și economice durabile pentru producția ceaiului și a cafelei. Alegeți produse care poartă logo-urile lor de câte ori aveți posibilitatea, astfel vă puteți asigura că produsul respectă aceste standarde. Ah, și încă ceva: în cazul în care cumpărați frecvent cafea din oraș, ce-ar fi să ieșiți cu tine propria cană?



Produse de curățare

Cât de curate sunt produsele de curățare pe care le folosești?

Un indicator cheie al caracterului durabil al unui produs este cât de des este nevoie să îl înlocuiești. Produsele de curățare reprezintă un exemplu bun pentru optimizarea utilizării resurselor. Multe tipuri de produse de curățare, de la detergenți la soluțiile pentru spălat geamuri, sunt disponibile în prezent sub formă de concentrate, ceea ce înseamnă că o cantitate mai mică din acel produs asigură același rezultat ca o alternativă neconcentrată. Recipientele mai mici utilizează mai puțin plastic, ceea ce înseamnă că este nevoie de mai puțin combustibil pentru a livra produsele, iar tu ai mai puțin ambalaje de reciclat după ce folosești produsul. Cel mai important lucru în ceea ce privește produsele concentrate este să te asiguri că folosești cantitatea potrivită. Asigură-te că citești eticheta cu atenție, altfel obții un rezultat contrar celui dorit de departamentul de producție, care a muncit pentru a îmbunătăți eficiența produsului în materie de consum al resurselor.



Pește

Faptul că există pescării gestionate durabil înseamnă că poți consuma pește pentru tot restul vieții tale?

Vechea zicală conform căreia are balta pește este în prezent discutabilă. Da, peștii sunt o resursă obișnuită, dar în același timp o resursă pe care nu reușim să o gestionăm durabil. Pe mari suprafețe ale apelor europene, peste 70% din stocurile cunoscute de pește sunt supraexploatare. Comisia Europeană și-a reformulat de curând politica în domeniul pescuitului pentru a readuce stocurile de pește la niveluri sustenabile. În același timp, și noi, în calitate de consumatori, ne putem aduce contribuția la refacerea stocurilor. Atunci când mergi la cumpărături și vrei să cumperi pește, caută etichete precum MSC (Consiliul Conservării Marine), care indică



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

faptul că pe tele a fost pescuit dintr-o zonă gestionată durabil. De asemenea, de ce nu încerci o varietate nouă de pește din când în când? Cele mai populare specii, precum codul, eglefinul, creveții și tonul (în special tonul albastru) sunt printre cele mai afectate de pescuitul excesiv, iar stocurile au nevoie de timp pentru a se reface. Alte specii de pește cu carne albă, cum ar fi codul negru și merlanul pot avea un gust la fel de bun precum codul și eglefinul, fiind adesea mai ieftine decât speciile tradiționale. Sau ai putea încerca pește organic, din ferme autorizate: în prezent se găsesc doar somon și păstrăv, însă cât de curând vor fi disponibile și alte specii, cum ar fi codul, halibutul și bibanul marin.



Miere

Știi că viețile noastre sunt în mâinile (picioarele) albinelor?

E nevoie de mult efort, energie și de timp pentru a produce toate alimentele pe care le punem în coșurile noastre de cumpărături în fiecare săptămână. Pentru cea mai mare parte a efortului respectiv trebuie să îi mulțumim albinei. Albinele nu doar produc miere; mai important decât atât, acestea acționează ca polenizatori. De fapt, 80% din recoltele noastre pentru obținerea alimentelor depind de insecte pentru polenizare. Dar populațiile de albine sunt în scădere în multe țări din cauza unei combinații de factori precum poluarea mediului, pesticidele folosite în agricultură, boli și habitate în schimbare. Poți contribui la sprijinirea populației de albine creând în propria ta grădină un mediu compatibil cu polenizatorii. Majoritatea plantelor din speciile de trandafir, mentă, măzărele și ochiul-boului sunt potrivite în acest sens. Și dacă vrei cu adevărat să produci o schimbare, ce-ar fi să devii apicultor? Este mai simplu decât pare și nu ai nevoie de echipamente costisitoare – îți poți construi singur majoritatea lucrurilor de care ai nevoie.

Resurse irosite

Atunci când irosim un produs, irosim fiecare resursă folosită în ciclul său de viață, de la procesul său de producție până la eliminare. Gândește-te la impactul cumulat asupra mediului al tuturor acelor resurse irosite și gândește-te de două ori data viitoare când arunci ceva în coșul de gunoi.



Băuturi

Dacă risipa de hrană este un lucru rău, ce părere aveți despre risipa de băuturi?

Nu este vorba doar despre mâncarea pe care o aruncăm – gândește-te la lichidele pe care le torni în chiuvetă în fiecare zi. De fiecare dată când arunci o băutură nu este irosit doar lichidul: ci și apa și energia utilizată pentru recoltare, pentru procesarea băuturii, pentru salubritatea fabricii și pentru tratarea băuturii aruncate în cadrul stațiilor de epurare. După cum este valabil și pentru alimente, există anumite modalități simple prin care putem reduce cantitatea de băuturi pe care o aruncăm. Făcând doar cantitățile pe care îți poți consuma, în special când este vorba despre ceai sau cafea, băuturi care consumă numeroase resurse în timp ce le prepari; cumpără băuturi concentrate, care sunt ambalate identic, dar durează mai mult decât produsele care nu sunt concentrate și încearcă să folosești produsele mai vechi – de exemplu, ce-ai fi să adăugi niște vin roșu în acel sos pe care îl prepari cu roșiile moi rămase în frigider și cu ierburile aromate cultivate de câteva zile?



Coș cu fructe

Cât a călătorit ananasul acela pentru a ajunge în coșul tău cu fructe?

Suntem încurajați să mâncăm cinci porții de fructe și legume pe zi, dar alegerea fructului potrivit poate provoca mai multe dureri de cap decât naturale. Multe organizații nu țin seama de sfaturi și acorduri. Într-un final, distanța pe care sunt transportate fructele contează mai puțin decât ne-am putea imagina. Distanța pe care o parcurg alimentele este adesea considerată drept un factor cu un impact major asupra mediului. Și desigur, dacă fructele și legumele sunt livrate cu avionul, contribuția pe care o fac sporește emisiile de carbon. Dar în anumite anotimpuri fructele importate au un impact mai redus decât cele cultivate local (în sezon, de exemplu). În definitiv, cu toții trebuie să mâncăm mai multe fructe și legume – iar fructele au în general un impact mai redus asupra mediului decât alte alimente precum lactatele, pastele și carnea. Așa că nu îți face prea multe griji în privința fructelor, dar când poți, alege fructe care sunt cultivate în regiunea în care locuiești, de sezon și, în mod ideal, organice. Caută, de asemenea, etichetele Fairtrade sau Rainforest Alliance care îți garantează că produsele respectă standarde etice și ecologice stricte.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Roșii stricate

Trebuie să arunci la gunoi roșiile mai vechi?

Aruncarea alimentelor la gunoi nu este un gest ecologic. Gândește-te la resursele necesare pentru a cultiva, ambala, transporta și depozita alimentele care ajung în frigiderul tău; gândește-te la energia și la apa consumate atunci când le arunci la gunoi. În fiecare an, europenii aruncă milioane de tone de alimente, o mare parte dintre acestea fiind bune de consumat. Studiile efectuate în Suedia și în Marea Britanie estimează că membrii unei gospodării aruncă aproximativ un sfert din alimentele pe care le cumpără, poate chiar mai mult. O mare parte dintre aceste alimente ar putea fi consumate fără probleme. Dacă aceste produse ar fi fost consumate, reducerea emisiilor de carbon ar reprezenta echivalentul eliminării unei mașini din patru de pe drumuri! Îți poți aduce foarte ușor contribuția la prevenirea irosirii alimentelor. Dacă roșiile s-au înmuiat prea tare pentru a fi consumate crude, atunci de ce nu le-ai folosi într-un sos sau pentru a face o supă? În acest fel nu mai este nevoie să cumperi un borcan de sos gata preparat, așadar economisești bani și ajungi în același timp mediul înconjurător. Mai mult: mâncarea are un gust mai bun și este mai sănătoasă.



Coji de legume și fructe/coji de ouă

Unde poți arunca cojile de legume?

Cojile de legume, fructe și cele de ouă pot fi puse într-un recipient pentru îngrășământ, folosindu-le într-un final drept îngrășământ pentru îmbunătățirea calității solului din grădina dumneavoastră. O metodă la fel de ecologică de a utiliza resturile menajere este o crescătorie de viermi. Îți poți confecționa propria crescătorie de viermi utilizând un coș de gunoi vechi sau o cutie de carton. În anumite regiuni, autoritățile locale colectează resturile menajere și le utilizează pentru a produce îngrășământ pe scară largă sau le trimit mai departe pentru a fi utilizate în cadrul unui proces de digestie anaerobă, în cadrul căruia sunt utilizate gândaci care descompun alimentele pentru a produce biogaz, ce poate fi utilizat pentru sisteme de încălzire sau producerea de energie electrică. Asigură-te că incluzi doar tipul potrivit de deșeurii; în caz contrar există riscul contaminării coșului de gunoi cu ambalaje.



Meniul săptămânii pe frigider

Știi cum să faci cumpărături astfel încât să economisești bani?

În fiecare an, aruncăm o mare parte din alimentele pe care le cumpărăm, multe dintre acestea putând fi consumate în continuare. Una dintre cele mai bune modalități de a reduce cantitatea de alimente pe care o arunci este de a planifica ce urmează să mănânci. În primul rând, verifică ce alimente ai deja în frigider înainte de a merge la cumpărături, astfel elimini riscul de a cumpăra ceea ce ai deja în frigider. În al doilea rând,



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

fi o listă cu mâncărurile pe care urmează să le prepari în timpul săptămânii și ingredientele de care vei avea nevoie pentru a le pregăti; astfel te poți asigura că vei cumpăra exact ceea ce ai nevoie. Dacă gătești pentru întreaga familie, ce-ar fi să îi convingi pe ceilalți membri să te ajute la redactarea listei? Astfel aceștia vor putea alege ce îți dorești să mănânce, iar întreaga familie va fi pusă pe gânduri cu privire la problema importantă de surse alimentare.



Mere ambalate

De cât ambalaj au nevoie merele?

Majoritatea fructelor vin în ambalajul lor natural, astfel încât rareori este nevoie de un altul. Dacă poți alege între a cumpăra mere gata ambalate sau a le cumpăra vrac, gândește-te la resursele utilizate pentru a produce, a transporta și a elimina ambalajul. În ceea ce privește fructele gata ambalate, s-ar putea să constă în câteva țevi de carton și cumperi mai mult decât ai nevoie, sfârșind prin a arunca la coșul de gunoi ce rămâne, sporind enorm impactul unui banal măr asupra mediului înconjurător. Totuși, este o idee foarte bună să mănânci mai multe fructe: nu numai că sunt sănătoase, ci au și un impact mai redus asupra mediului față de alte alimente precum lactatele și carnea.



Coșul de gunoi cu îngrășăminte

Transformă deșeurile alimentare în aur negru

Studiile arată că Europa irosește 90 de milioane de tone de alimente anual, exceptând agricultura și pescuitul. Gândește-te la implicații – toată acea energie și toate acele resurse consumate pentru a cultiva, a depozita, a transporta și a elimina alimente care ajung la gunoi. Transformarea deșeurilor tale alimentare în îngrășăminte poate contribui la diminuarea daunelor.

Deșeurile alimentare se descompun în aer și produc îngrășămintele bogate, care ajută plantele să înflorească și reduc nevoia de apă, îngrășămintele chimice și pesticide. Îngrășămintele îmbunătățesc structura și conținutul de substanțe anorganice din sol, permițându-i acestuia să rețină mai multă apă. De asemenea, un sol fertil oferă o protecție mai bună împotriva dăunătorilor și bolilor, datorită rezistenței alimentare complexe pe care o susține. În schimb, deșeurile alimentare care ajung la groapa de gunoi nu dispun de aer și emit metan, un gaz de serpuț puternic. Metanul este produs în cantități infime atunci când acele deșuri sunt transformate în îngrășăminte.

Dacă acest proces are loc în locuința proprie, vei produce constant îngrășămintele excelente pentru grădina și plantele tale de interior. Pe lângă aceasta, colectările publice de deșuri alimentare pot gestiona în siguranță aceste deșuri care merg către sisteme de reciclare centralizate, cum ar fi producerea de îngrășăminte la scară largă și digestia anaerobă.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Sticle și borcane din sticlă

Vrei să știi de ce sticla este un material de primă clasă?

Poate că datează de acum 5 000 de ani, dar nu există niciun semn că sticla s-ar fi demodat – și pe bună dreptate. Este 100% reutilizabil și poate fi reciclată la nesfârșit. În măsura posibilului, cumpără și bucură-te în sticle reutilizabile: sticlele pot fi refolosite în condiții de siguranță, deoarece nu îți pierd proprietățile și sunt ușor de spălate. Dacă ai în zonă, folosește programele de colectare a sticlelor, în cadrul cărora primești o mică sumă de bani în schimbul anumitor sticle goale returnate la magazin. Astfel, sticlele sunt returnate producătorului, acolo unde pot fi refolosite, iar tu nu mai plătești decât bucură-te din nou – nu și sticla. Pe de altă parte, reutilizează sticlele și borcanele ca recipiente pentru bucură-te, suporturi de lumânări sau creioane sau, dacă ai simț artistic, refolosește-le într-un mod original sub formă de cuier, lampă sau lustră din sticlă. Dacă nu, oferă-le vechile tale borcane sau sticle cuiva care le-ar putea găsi o întrebuințare. Atunci când dai sticlele la reciclat, gândindu-te-te că îți aduci contribuția la reducerea emisiilor de gaze de seră: energia economisită prin reciclarea unei singure sticle poate alimenta un televizor pentru 20 de minute.



PC stricat

Comoara ascunsă din locuința ta

Știi că plăcuțele de bază ale computerelor și telefoanele mobile conțin materiale prețioase, inclusiv aur și argint? Sau că în timp ce companiile miniere trebuie să scoată o tonă de minereu pentru a extrage un gram de aur, aceeași cantitate ar putea fi colectată din 41 de telefoane mobile? De asemenea, 7 500 de tone de argint sunt utilizate în fiecare an în producția de PC-uri, telefoane mobile și alte dispozitive electronice. Alte metale ce se regăsesc în bunurile electronice sunt, de asemenea, foarte reciclabile. Alumiul poate fi pur și simplu topit și receluit, utilizând doar 5% din energia necesară producerii sale din bauxită, materia primă. Iar oțelul poate fi reciclat și refolosit în construcția de poduri, line de tren, mașini și biciclete, precum și în producția de agrafe de hârtie și conserve. Rezervele de metale prețioase sunt scăzute, iar mineritul dăunează mediului, și cu toate acestea aruncăm dispozitivele vechi fără să ne gândim. Astfel de deeurile electrice și electronice – „e-deeuri” – constituie unul din fluxurile de deeurile din Europa care înregistrează cea mai rapidă creștere, de 3-5% anual. Dacă ai un televizor, telefon sau PC vechi, care încetează să mai funcționeze, de ce nu îl dăruiești, donezi sau vinzi, pentru a-i prelungeți funcționarea? Acest lucru va contribui la reducerea cererii de extracție de materii prime, fiind astfel economisite resurse. Dacă însă nu mai funcționează, găsește o firmă locală care recondiționează dispozitive vechi. Acest lucru contribuie la crearea de locuri de muncă în economia circulară și asigură disponibilitatea dispozitivelor mai ieftine. În pofida eforturilor UE de a îmbunătăți ratele de colectare și reciclare, cantități mari de deeurile electronice sunt încă expediate (ilegal) către Africa sau Asia, unde localnicii, inclusiv copiii, dezmembrează manual componentele pentru a recupera bucățele de metal și incinerază restul materialelor, generând vapori toxici și contaminând alimentele, solul și apele de suprafață. Data viitoare când ai deeurile electronice de aruncat, asigură-te că le duci la un punct de colectare adecvat – și de ce nu întrebi autoritățile locale cum gestionează deeurile electronice pe care le colectează?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Cutie de vopsea deschisă

Nu așa vopsești orașul în roșu

Vopseaua, lacul, bateriile și multe de euro generate de activitățile de bricolaj (do-it-yourself – DIY) sunt periculoase și trebuie eliminate cu grijă pentru a evita poluarea. Atunci când cumperi vopsele și lacuri, caută Eticheta Ecologic Europeană și evită să cumperi un produs cu o etichetă de avertizare (în majoritatea cazurilor, simbolul este negru pe un fundal portocaliu sau galben, cu descrierea pericolului). De asemenea, nu cumpăra prea mult – o mare parte din vopseaua pe care oamenii o cumpără nu ajunge să fie folosită și se transformă într-un deșeu problematic. Vopselele, laptele de var și varul stins cu eticheta „natural” sau „complet natural” conțin adesea substanțe mai puțin nocive decât vopseaua obișnuită, iar unii producători oferă chiar și vopsea reciclată. Dacă totuși îți rămâne vopsea de care nu mai ai nevoie, du-o la centrul local de reciclare. Când despre baterii, toate pot fi reciclate. Miile de tone de metale recuperate în urma acestui proces pot fi utilizate apoi pentru producția unor baterii noi. Fără acestea, mercurul, plumbul și cadmiul care se găsesc în baterii pot ajunge în sol. O directivă europeană încurajează reciclarea bateriilor, așa că ar trebui să găsești locuri speciale în locuri precum supermarketurile pentru a arunca bateriile vechi în condiții de siguranță și în mod responsabil. Iar cumpărând baterii reîncărcabile vei economisi bani pe termen lung.



Fier deteriorat

Nu arunca, repară!

S-ar putea ca un obiect stricat sau deteriorat să fie mai ușor de reparat decât crezi. Forumurile și tutorialele online sunt pline de informații și demonstrații video despre cum să repara lucrurile. De asemenea, este posibil ca prietenii și familia să te poată ajuta. Ori cauți un atelier sau magazin local de reparații: există o mulțime, însă nu se găsesc la stradă sau în marile centre comerciale. Poate fi vorba, de asemenea, de inițiative sociale care oferă comunității mult râvnite locuri de muncă sau programe de formare. Nu este oare mult mai bine să sprijini o întreprindere locală și să contribui la protejarea mediului înconjurător decât să arunci un obiect aproape nou?

Dacă chiar trebuie să cumperi un produs nou, interesează-te la magazin ce pot face pentru a repara bunul respectiv dacă acesta se strică și citește recenzii ale produsului dorit pentru a te asigura că alegi un model rezistent.

Dacă un produs nu poate fi folosit în scopul său inițial, acesta poate fi reutilizat în alte scopuri. Transformă o valiză veche într-o casă de păpuși; taie bețele de grădină uzate, confecționate din bambus și leagă-le într-un mănunchi pentru a face un hotel de albine; utilizează pernițele, pernele și pilotele vechi pentru a umple un puf sau un taburet turcesc acoperit cu un covoraș vechi. Folosește-ți îndemânarea și creativitatea – iar dacă descoperi că ai talent, de ce să nu deschizi un magazin online?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Îmbrăcăminte veche

Risipirea resurselor nu mai e la modă!

Ai cumpărat vreodată un costum pentru un interviu la o firmă, iar a doua oară când l-ai îmbrăcat ai constatat că nu-ți mai este bun? Sau ai cumpărat vreodată o rochie pentru o ocazie specială și nu ai mai purtat-o niciodată de atunci? Pentru confecționarea hainelor din fundul îmbrăcămintei tale, cele pe care nu le mai îmbraci, au fost consumate numeroase materii prime și resurse de energie. Așa că atunci când mergi data viitoare la cumpărături de haine noi, gândește-te ce implică acestea – toată apa și energia utilizate, eventuala poluare, etc. – și întreabă-te dacă ai cu adevărat nevoie de ele. Gândește-te că și banii ai putea economisi dacă te-ai folosi mai bine de hainele pe care le ai deja în loc să cumperi altele noi.

Sau de ce nu ai cumpăra haine la mâna a doua? Ar trebui să poți găsi multe bunuri aproape noi la un preț foarte convenabil în magazinele second-hand din zona în care locuiești sau pe site-urile de licitații. Dacă ai bunuri pe care nu le mai vrei, adună-ți prietenii sau colegii la o petrecere cu schimb de obiecte și distrează-te făcând schimb de haine. Sau donează-ți bunurile pe site-uri web dedicate sau dă-le de pomană. Un studiu recent din Marea Britanie a concluzionat că am putea cheltui doar 10% din banii pentru hainele noi pentru închirierea obiectelor vestimentare de lux, precum costume și rochii, prevenind generarea a 1,7 milioane de tone de dioxid de carbon în fiecare an. Ce ar fi să ai în vedere această opțiune data viitoare când vei primi o invitație la un eveniment special?



Coș de gunoi (deșeurile reziduale)

Cât de ușoară este încărcătura ta?

În Europa, în medie doar 40% din deșeurile menajere sunt reutilizate sau reciclate, iar în unele țări mai mult de 80% din aceste deșuri ajung în continuare la groapa de gunoi. Aceasta este o nebulie: ne umplem coșurile de gunoi cu materiale înalte de valoare; irosim bani, energie și resurse naturale – apă, metale, minerale, plante și animale – folosite în primul rând pentru producerea bunului respectiv. Având în vedere că în Europa fiecare om produce în prezent în medie aproximativ jumătate de tonă de deșuri menajere, cantitatea de materiale irosite este extrem de mare. Transformarea deșeurilor în resurse este principalul obiectiv al economiei ecologice. Orice lucru poate fi reutilizat, reciclat sau transformat în îngrășământ – este doar o chestiune de sortare corectă și de gestionare adecvată a deșeurilor. Poți începe la tine acasă, reducând cât poți de mult conținutul coșului tău de gunoi și făcând astfel primii pași către o societate fără deșuri. Desigur, pentru a ajunge în acel punct, este necesară inovarea la nivelul designului și fabricării produselor, precum și în ceea ce privește gestionarea deșeurilor. Însă cu toții putem realiza acest lucru: cumpără doar ceea ce ai nevoie; cumpără produse care pot fi reutilizate; repară obiectele atunci când se strică; folosește mâncarea rămasă înainte ca aceasta să se strică; evită ambalajele inutile; vinde sau donează obiectele pe care nu le mai vrei și sortează în mod activ deșeurile atât acasă, cât și la locul de muncă, îndemnându-ți familia și prietenii să facă la fel.



Coș de gunoi (deșeurii din hârtie și carton)

Profiți la maximum de copaci?

Poți reduce consumul propriu de hârtie dacă soliciți magazinelor tale preferate și companiilor de transport să îți trimit prin e-mail buletine informative și noutăți, în loc să îți trimit prin poștă cataloage și broșuri voluminoase și poți opta pentru serviciul de facturare electronică în locul facturilor din hârtie. În loc să cumperi o carte nouă pe care o vei citi numai o singură dată, apelează la biblioteca locală, fă schimb de cărți cu prietenii sau frecventează magazinele locale „de schimburi” (unele cafenele au rafturi cu cărți tocmai în acest scop). Nu uita, de asemenea, să lipești pe cutia poștală un autocolant cu textul „fără corespondență nesolicitată”.

Nu arunca niciodată hârtie. Hârtia poate fi reciclată, teoretic, de până la șase sau apte ori, cu toate că în Europa – lider mondial în reciclarea hârtiei – nu reușim încă să o reciclăm decât de trei până la patru ori. Totuși, industria hârtiei din Europa folosește în prezent ca materie primă mai mult hârtie recuperată decât pulpă de lemn, amestecând fibrele reciclate cu cele virgine într-o proporție cât mai mare pentru a economisi resurse naturale și energie: pentru a recicla hârtia se consumă cu 70% mai puțină energie decât pentru a o confecționa din materie primă virgină. Chiar și hârtia murdară de alimente poate fi reciclată, dar nu în cazul de hârtie. Pune-o la îndoială sau folosește-o pe post de sacor dacă colectezi separat deșeurile alimentare.



Coș de gunoi (deșeurii din plastic)

Ce accesoriu șic porți, o fostă cutie de iaurt!

Plasticul este ieftin, ușor și rezistent. Deci nu este nicio surpriză faptul că producția de plastic la nivel mondial a crescut de la 1,5 milioane tone (Mt) în 1950 la 288 Mt în 2012, din care 57 Mt doar în Europa. Problema cu care ne confruntăm acum este aceea că deșeurile din plastic sunt peste tot, iar perioada necesară descompunerii acestora poate fi de până la 500 de ani. Deșeurile din plastic pot fi reciclate, însă în continuare, la nivel european, abia un sfert din cantitatea colectată se reciclează. Materialele plastice pot fi topite și remodelate sub formă de noi produse, cum ar fi sticle, pixuri, mobilier de grădina sau butoaie pentru apă sau, dacă nu, pot fi tocate și transformate în poliester pentru îmbrăcăminte: sunt necesare 25 de sticle de plastic de 2 litri pentru a produce o bluză tip polar pentru adulți. Însă în continuare aproximativ jumătate din deșeurile din plastic produse la nivel european ajung la groapa de gunoi, nefiind astfel vorba nici despre reciclare, nici despre recuperare. Fără îndoială, separarea deșeurilor din plastic în vederea colectării este esențială, însă reducerea volumului de deșeurii ar trebui să fie întotdeauna prima ta prioritate.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Sticla de plastic

Cât petrol se consumă pentru o sticlă de plastic?

Știați că pentru producția de materiale plastice sunt utilizate cantități enorme de combustibili fosili – potrivit majorității estimărilor, aproximativ 8% din producția globală de petrol? Gândește-te în felul următor: este necesar un sfert de litru de petrol pentru a produce o singură sticlă de plastic de un litru. Aceasta înseamnă o mulțime de resurse naturale consumate pentru un obiect de unică folosință, fără a lua în calcul energia consumată pentru transportul, vânzarea și eliminarea sticlei. Adevărul este că în majoritatea locurilor din Europa este perfect ÎN REGUL – și mult mai ieftin – să bei apă de la robinet, iar dacă nu îți place gustul, poți opta pentru o carafă cu filtru de apă potabilă. Dacă chiar trebuie să cumperi sticle de plastic, optează pentru o sticlă mare în locul unui bax de sticle mici. Și asigură-te că le reciclezi: cele mai multe autorități locale colectează sticlele de plastic, iar dacă nu o fac încă, vor fi obligate să o facă până în 2015.



Tub de respirat și mască

Vrei să înoți într-o „ciorbă de plastic”?

Participarea la acțiuni de curățare a plajelor sau râurilor are implicații mai mari decât simpla adunare a gunoaielor inestetice. Ar putea salva vieți. Anual, milioane de tone de gunoaie ajung în apele oceanice. Materialele plastice sunt o adevărată problemă: panglicile de la baloane, inelele de plastic de la baxuri și plasele de pescuit aruncate sunt capcane pentru focuri, balene și estoase marine, precum și pentru multe păsări de mare care ingerează obiecte din plastic pe care le confundă cu mâncarea. În cele din urmă, deșeurile din plastic din mare se transformă în „praf de plastic” microscopic, a cărui bază de ulei mai atrage și alte substanțe chimice periculoase din ocean. Aceste substanțe se concentrează pe fragmente, atingând niveluri de până la un milion de ori mai ridicate decât nivelurile ambiante din apa de mare, transformând fragmentele din plastic în minuscule pastile cu otrăv. Pe lângă păsările de mare ingerează aceste particule, care intră astfel în lanțul alimentar și este posibil să ajungă în farfuriile noastre. Pe lângă participarea la Ziua europeană a curățeniei (www.letsleanupeurope.eu), putem contribui la reducerea gunoiului marin prin nearuncarea gunoiului la întâmplare în spațiile publice, prin evitarea utilizării pungilor de plastic de unică folosință și a altor ambalaje din plastic.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Șervețele

Gândește-te înainte să arunci

Lucrurile aruncate în vasul de toalet pot ajunge în râuri, lacuri, mări și în sol, putând dauna mediului înconjurător. Instalațiile de tratare a apelor uzate pot gestiona cu ușurință deșeurile umane și hârtia, însă detergenții și alți agenți de contaminare sunt mai greu de eliminat, iar șervețelele și alte obiecte solide blochează filtrele, iar eliminarea lor este costisitoare. Imediat ce sunt eliberate în natură, agenții de contaminare se acumulează și sunt o amenințare pentru habitatele și animalele sălbatice. Chiar și urme de produse farmaceutice, precum antibiotice și ibuprofen, se regăsesc frecvent și în apa potabilă. Și poți aduce contribuția asigurându-te că în vasul de toalet nu se aruncă altceva decât deșeurile umane și hârtie igienică. Produsele farmaceutice, beigașele de ureche, șervețelele și tampoanele igienice ar trebui toate aruncate la gunoi sau eliminate în mod corespunzător (de exemplu, poți duce la farmacie medicamentele expirate sau pe care nu le mai folosești).



Farfurii

Îți iei mai multă mâncare decât poți mânca?

Încearcă să eviți să pregătești cantități mai mari de mâncare decât poți consuma sau servește porții mici astfel încât să reduci la minimum deșeurile alimentare. Sunt necesare resurse pentru a cultiva, ambala, transporta și depozita toate alimentele pe care le cumperi; gândește-te la energia și la apa consumate atunci când le arunci la gunoi. În fiecare an, europenii aruncă milioane de tone de alimente, o mare parte dintre acestea fiind bune de consumat. Și poți aduce foarte ușor contribuția la prevenirea irosirii alimentelor. Cumpără doar ceea ce ai nevoie și folosește produsele proaspete pentru a prepara supe sau sosuri. Astfel, vei economisi bani și vei contribui la protejarea mediului înconjurător. Mai mult: mâncarea are un gust mai bun și este mai sănătoasă. Multe autorități locale colectează acum deșeurile alimentare în vederea reciclării, însă dacă acest lucru nu este valabil în zona unde locuiești, prepară-ți propriul înghețământ. Dacă nu ai spațiu, poți opta pentru o crescătorie de viermi, care poate fi plasată pe balcon sau în interiorul casei și unde pot fi descompuse chiar și alimentele gătită sau carnea.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Reutilizare

Eficientizarea resurselor înseamnă valorificarea la maximum a lucrurilor de care dispunem deja. Folosind produsele iar și iar economisim resursele necesare pentru a le înlocui. De exemplu, ai putea dona hainele, pantofii și cărțile pentru a prelungi viața acestora.

Carte

POȚI judeca o carte după copertă!

Remâi cu gura căscată dacă te gândești la cantitatea de hârtie pe care o folosim. Chiar dacă producția de cărți înseamnă doar 2% din cantitatea de hârtie utilizată, acest lucru nu înseamnă că nu are niciun impact asupra mediului înconjurător. Cum rămâne cu toți pomii care trebuie tăiați pentru a obține hârtie pentru cărți? Aadar, atunci când cumperi o carte, uit-te pe coperta interioară. Multe companii producătoare de cărți folosesc în prezent hârtie reciclată sau autorizată de sisteme de certificare forestiere. Dacă este tipărit pe hârtie reciclată sau dacă este fabricat din hârtie care provine din surse gestionate durabil, această informație va exista cu siguranță pe copertă. Odată ce ai terminat de citit o carte, nu o arunca: oferă-i-o unui prieten, du-o la un anticariat sau, în ultimă instanță, asigură-te că este reciclată. Iar dacă ai renunțat la cărțile din hârtie pentru un dispozitiv e-book, nu-l mai lăsa la încărcat odată ce bateria a atins nivelul maxim de încărcare și asigură-te că îl oprești atunci când nu citești.

Joc

Game over? Nu și dacă joci bine.

Jocurile pe calculator oferă ore înțir de distracție, dar cele mai multe dintre acestea au un anumit ciclu de viață. Odată ce ai ajuns la ultimul nivel, nu mai ai încotro să mergi. Ei bine, cel mai important lucru este să arunci jocul în mod responsabil. Nu îl pune pur și simplu în colțul de gunoi. Multe dintre materialele folosite pentru fabricarea jocurilor video, a CD-urilor și a DVD-urilor sunt toxice și necesită o procesare specială. Odată ce ai terminat jocul, de ce nu îl oferi unui prieten, de ce nu îl faci cadou unui copil sărac sau de ce nu-l schimbi pe un alt joc? Numeroase magazine asigură servicii de schimb, oferindu-ți un alt joc sau cumpărându-ți versiunea veche.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Cârpe

De ce nu ai folosi o cârpă în loc de hârtie?

Te-ai întrebat probabil dacă este mai eficient din punct de vedere al resurselor să folosești servetele de hârtie sau un uscător după ce te-ai spălat pe mâini într-o toaletă publică. Dar acasă? Servetele de hârtie sunt perfecte pentru tergere și lichidele vărsate și a altor resturi, dar nu sunt nici pe departe ecologice. De ce să nu folosești o cârpă? Un servetele de hârtie trebuie să fie aruncat după o singură utilizare, dar o cârpă poate fi spălată și folosită iar și iar. Chiar și cumpărarea unei cârpe noi reprezintă o alegere mai bună decât cumpărarea multor role de servetele de hârtie.

ULTIMA ACTUALIZARE 2014



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Reciclare

Trimiterea produselor la groapa de gunoi nu asigură durabilitate; face rău mediului și irosește resurse valoroase care ar putea fi folosite din nou. Reciclarea materialelor precum hârtia și plasticul este o metodă simplă prin care putem reduce impactul pe care îl au activitățile noastre zilnice asupra mediului.



Cârpe

E timpul să începi să folosești cârpa?

Probabil ai auzit de dezbaterile care pun sub semnul întrebării dacă este mai eficient în ceea ce privește resursele să folosești șervețele de hârtie sau un uscător după ce te-ai spălat pe mâini într-o toaletă publică. Dar ce spuneți despre folosirea șervețelilor de hârtie acasă? Cu siguranță sunt perfecte pentru tergere și lichidul vărsat și a altor resturi, dar nu sunt nici pe departe cel mai ecologic produs de curățare. Dacă le folosești pentru a face curățenie în bucătărie, de ce nu ai folosi în schimb o cârpă veche? Spre deosebire de șervețelul de hârtie, care trebuie aruncat la gunoi după o singură utilizare, o cârpă veche poate fi spălată și folosită de mai multe ori. Chiar și cumpărarea unei cârpe noi este de preferat achiziției unui număr mare de șervețete de hârtie, dar încearcă să te asiguri că materialul textil este organic sau a fost fabricat din bumbac certificat Fairtrade.



Coș de gunoi

De ce nu ar avea familia ta de coșuri de gunoi mai mulți membri?

Odată cu creșterea nivelului de trai în Europa, crește și nivelul de gunoi. În fiecare an, țările membre ale UE produc 3 miliarde de tone de deșeurile – aproximativ 6 tone de deșeurile solide pentru fiecare locuitor. Desigur, cel mai bun lucru pe care l-am putea face din punctul de vedere al eficienței resurselor ar fi să nu mai generăm deloc aceste deșeurile, însă odată ce acestea au fost produse, trebuie să ne dăm silința pentru a le reutiliza sau a le recicla. Reciclarea este o metodă excelentă de a reduce consumul de energie și de a proteja mediul înconjurător: cu cât reciclăm mai mult, cu atât folosim mai puține materiale noi. De exemplu, îți costă mai puțin pentru a recicla hârtia este nevoie de cu 70% mai puțin energie decât pentru a o confecționa din materie primă virgină? Asigură-te că verifici ce anume poate fi reciclat în apropierea localității tale – există posibilitatea ca acest lucru să se aplice pentru 60% – 80% din deșeurile tale. Dacă există anumite materiale pe care consiliul tău local nu le colectează separat, de ce nu cumperi câteva coșuri de gunoi în plus pentru a păstra deșeurile în acestea și a le duce la cel mai apropiat centru de colectare?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Sticla de plastic

Câtă apă încapă într-o sticlă de plastic?

Suntem cu toții îngrijorați de volumul tot mai mare de deșeurile din plastic, dar putem adopta o mulțime de măsuri pentru a elimina această problemă înainte chiar de a apărea. Sticlele din plastic pot fi reciclate fără probleme, dar acestea pot refolosite de mai multe ori în condiții de siguranță, atât timp cât respectăm câteva reguli simple. Înainte de a refolosi o sticlă, asigură-te că ai spălat-o cu apă caldă și detergent și că ai îndepărtat orice urmă de umezeală pentru a asigura o protecție optimă împotriva bacteriilor. Apoi, dacă sticla începe să prezinte semne de deteriorare, o poți recicla. Autoritățile locale din majoritatea orașelor colectează sticlele de plastic, dar dacă nu este cazul, du-le la un centru de colectare local. Apa de la robinet este potabilă în majoritatea țărilor europene; dar dacă ai nevoie să cumperi apă, aminte-te-ți să cumperi mai degrabă o sticlă mare decât un bax de sticle mai mici. Este mai ieftin și vei folosi astfel resursele într-un mod mult mai eficient!



Caserolă de plastic

O caserolă de plastic poate avea două vieți?

Mâncarea pe care plămătim într-o lămpă în pachet este o plămăde vinovat pentru mulți dintre noi, dar poate asigura, de asemenea, metode pentru îmbunătățirea eficienței tale în ceea ce privește resursele. Cumpărarea unor caserole de plastic noi în care să pui mâncarea implică alte resurse, dar caserolele în care îți este oferită mâncarea chinezească sau mâncarea curry sunt ideale pentru a păstra în ele mâncarea rămasă, precum sosuri sau salate, în frigider sau în congelator. Pentru a te asigura că recipientele rezistă mai mult timp, reîncălzește mâncarea într-un alt vas. Acest lucru nu asigură doar rezistența recipientului pe termen lung, ci este și mai sigur, deoarece chimicalele din plastic pot pătrunde uneori în alimente în timpul reîncălzirii.



Pungi de plastic

Poți folosi de mai multe ori o pungă de plastic de unică folosință?

Pungile de plastic au devenit simbolul societății noastre risipitoare. Folosim milioane de pungi de plastic în fiecare zi, de cele mai multe ori doar pentru câteva minute înainte de a le arunca la gunoi. În fiecare an, un cetățean obișnuit din UE folosește aproximativ 250 de sacoșe de plastic, iar cea mai mare parte dintre acestea sunt folosite o singură dată. Unele dintre acestea sunt de o calitate atât de proastă încât nu sunt reciclate, ci ajung în mări sau la groapa de gunoi, unde le poate lua sute de ani pentru a se descompune. Cea mai bună soluție este să ai la tine o sacoșă luată de acasă; sacoșele din bumbac sau material textil au o greutate redusă și sunt ușor de transportat – este de preferat să apelezi la sacoșe organice, cu etichete eco. Sau de ce să nu te întorci la tradiționalul coș de cumpărături?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Sticlă

Vrei să știi de ce sticla este un material de primă clasă?

Poate că datează de acum 5 000 de ani, dar nu există niciun semn că sticla s-ar fi demodat – și pe bună dreptate. Este 100% reciclabilă, putând fi reciclată permanent. Înainte de a duce sticlele și borcanele la centrul de reciclare, gândește-te totuși că poți folosi din nou. Refolosirea produselor este mai eficientă decât reciclarea acestora, deoarece nu necesită energie, apă și alte resurse suplimentare pentru a crea produse noi din materialele reciclate. Sticlele pot fi refolosite în condiții de siguranță pentru un interval de timp nedeterminat, deoarece nu îți pierd proprietățile și sunt ușor de spălate. Utilizează-le ca recipiente pentru băuturi, suporturi de lumânări sau creioane sau, dacă ai simț artistic, refolosește-le într-un mod original sub formă de cuier, lampă sau lustră din sticlă. Dacă nu, oferă vechile tale borcane sau sticle cuiva care le-ar putea găsi o întrebuinșare. Multe magazine au un sistem de depozitare a sticlelor și oferă o mică sumă de bani pentru fiecare sticlă returnată. Astfel, sticlele sunt returnate producătorului, acolo unde pot fi refolosite fără întrerupere, iar tu nu mai plătești decât băutura – nu și sticla.

ULTIMA ACTUALIZARE 2014



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Transport/cilatorii

Alături de construcția de locuințe și producția de alimente, transportul este unul dintre principalii factori care pun presiune pe resursele naturale. Mutarea lucrurilor din punctul A în punctul B necesită energie, iar energia necesită resurse. Dacă am fi mai atenți la mijloacele prin care ne deplasăm, am putea reduce substanțial impactul pe care viețile noastre de zi cu zi îl au asupra mediului.

Poze din concediu

Cât de mult poate afecta concediul tău în familie schimbările climatice?

Impactul pe care îl are concediul tău depinde în mare parte de distanța pe care o parcurgi și de mijlocul de transport la care apelezi pentru a ajunge la destinație. Zborul cu avionul are un impact mult mai mare asupra mediului decât condusul sau mersul cu trenul. Desigur, acest lucru nu înseamnă că nu mai poți pleca în concediu! Dar întreabă-te dacă trebuie neapărat să zbori. Zborul arde cantități mari de combustibil și eliberează mult CO₂. Aviația este responsabilă pentru aproximativ 3% din emisiile de gaze cu efect de seră și dacă s-ar ține cont și de efectele indirecte, impactul asupra schimbărilor climatice ar putea să fie de două până la patru ori mai mare. Deci de ce să nu iei trenul dacă poți? Mersul cu mașina în grup ar avea, de asemenea, un impact mai redus. Dacă decizi să pleci cu avionul, profită la maxim de asta; pleacă pentru o perioadă mai lungă de timp și, dacă e posibil, nu o face atât de des. Un concediu rămâne întotdeauna o activitate plăcută, dar acest lucru nu ar trebui să ne împiedice să ne gândim la resursele pe care le folosim. Și desigur, programele de compensare a emisiilor de carbon ajută la reducerea impactului negativ pe care îl au zborurile și alte activități poluante asupra mediului înconjurător. Există multe pagini de internet în cadrul cărora poți achita o sumă de bani pentru compensarea emisiilor investind în măsuri ecologice precum plantarea copacilor sau montarea panourilor solare pe clădiri municipale. Și când ajungi la destinație, cazează-te într-un loc ce respectă mediul, consumă alimente produse la nivel local și încearcă să nu folosești o mașină.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Chei de mașină

Nu este ușor să trăiești fără mașina ta, dar acesta nu e un motiv să nu încerci niciodată.

Unele dintre lucrurile pe care le putem face pentru a trăi o viață mai „ecologică” necesită eforturi reale din partea noastră. Altele, din contră, pot fi lucruri ușor de făcut. Fă o plimbare pe jos în loc să conduci. Este un lucru atât de simplu și oferă atât de multe beneficii pentru mediu: mai puțină poluare fonică și a aerului, mai puține resurse utilizate necesare pentru producția, alimentarea și întreținerea unei mașini, ca și nu mai vorbim de beneficiile pe care le-ar avea mediul carea asupra noastră. Desigur, există și situații în care utilizarea unei mașini este inevitabilă, dar pentru drumuri scurte precum până la magazin sau până la locul de întâlnire cu un prieten pentru a bea o cafea, întreabă-te dacă este cu adevărat necesar să parcurgi drumul cu mașina sau dacă ai putea la fel de ușor să mergi pe jos. Îți face cuiva cu adevărat plăcere să cumperi mâncare? Cozile, aglomerația, lupta pentru a ieși din parcare, toate acestea contribuie la o experiență neplăcută. Așa că data viitoare când ai tepe la casa de marcat întreabă-te dacă era cu adevărat nevoie să faci acel drum? Cumpărăturile puteau să îți fie livrate? Cumpărarea de alimente online reprezintă o metodă mult mai eficientă de a-ți umple frigiderul.

O mică sugestie: asigură-te că verifici termenul de garanție al alimentelor odată ce ajung, pentru a ști ce trebuie să mănânci prima dată, din moment ce irosirea mâncării înseamnă irosirea resurselor. Dacă preferi să mergi în persoană la cumpărături, atunci gândește-te dacă ai posibilitatea să cumperi ceea ce ai nevoie din orașul în care locuiești și încearcă să te deplasezi pe jos sau cu bicicleta. Și nu-ți uita lista de cumpărături.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Eficiență energetică

Ca societate, ne bazăm excesiv pe sursele de energie neregenerabilă precum petrolul și gazul, astfel că e necesar să căutăm metode de integrare a surselor de energie regenerabilă precum cea solară și eoliană în viețile noastre de zi cu zi. Dar eficiența înseamnă și să profităm la maxim de energia pe care o utilizăm deja. Consecințele irosirii energiei sunt suportate de către fiecare dintre noi, din moment ce ajungem să epuizăm resurse prețioase precum petrolul și gazul fără niciun motiv. Prin acțiuni simple precum stingerea luminilor atunci când părăsim o cameră și montarea unor ferestre cu sticlă dublă pentru a opri pierderile de căldură, ne putem aduce contribuția la salvarea mediului înconjurător, economisind în același timp bani.



Spălarea hainelor

Mașina ta de spălat face rău mediului înconjurător?

Mașinile de spălat sunt mult mai eficiente în zilele noastre, dar încă putem avea un rol în maximizarea eficienței resurselor. Pentru a profita la maxim de apă și energia pe care le folosești, iată niște reguli simple. Folosește programul de care ai nevoie pentru curățarea hainelor, dar apa nu trebuie să aibă de fiecare dată o temperatură foarte ridicată. Programele de spălare a bumbacului la 40°C sunt proiectate astfel încât să spele o cuvă plină, încearcă să adăruși apă. Dacă observi că deseori nu reușești să o umpli, data viitoare când vei cumpăra o mașină de spălat, gândește-te să cumperi una cu o cuvă mai mică. Multe dintre mașinile noi de spălat dispun de cicluri de spălare eco, acestea folosind mai puțină apă și mai puțină energie. Verifică, de asemenea, etichetele hainelor: pe multe dintre acestea va scrie „a se cura chimic”, înșelătoare poartă spălați manual. Într-un final, folosește un produs de spălare cât mai puțin dăunător pentru mediu – caută floarea Etichetei Ecologice.



Ramă de fereastră (sufragerie)

Ești sigur că nu arunci banii pe fereastră?

Ține minte că aproximativ 30% din pierderile de căldură dintr-o locuință au loc prin ferestre – astfel încât ferestrele eficiente din punct de vedere energetic vor juca un rol important în oprirea pierderilor de căldură. Vei recupera foarte repede investiția inițială prin economiile pe care le faci cu factura de căldură. O fereastră cu sticlă dublă sau triplă funcționează prin captarea unor gaze nobile între două sau trei plăci de sticlă pentru a crea o barieră de izolare. Cel mai mare avantaj al acestor ferestre este că protejează căldura pe dinăuntru, protejând eficient împotriva frigului. De asemenea, jaluzelele și draperiile cresc nivelul de căldură și asigură o bună izolație. Dacă este dificil să îți protejezi locuința răsărită atunci când e cald, jaluzelele exterioare și jaluzelele interioare te vor ajuta să economisești costurile ocazionate de utilizarea ventilatorului sau a aerului condiționat. Iar dacă ai de gând să îți schimbi ferestrele, de ce nu verifici nivelul de izolare al întregii locuințe (uși, pereți, tavan, pivnițe etc.)? Poți apela la un expert care să verifice clădirea și să îți comunice îmbunătățirile pe care ar fi bine să le faci din punct de vedere energetic.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Bec

Faptul că tu îți schimbi becurile înseamnă oare un viitor mai luminos pentru nepoții tăi?

Da – iar cu cât mai mulți oameni fac acest lucru, cu atât mai bine. Becurile economice pot consuma cu până la cinci ori mai puțin curent decât becurile vechi, reducând astfel emisiile de carbon. În prezent acestea sunt disponibile pe scară largă la prețuri reduse, chiar și în supermarketuri. Poți cumpăra becuri economice care arată la fel ca cele vechi și oferă o lumină de aceeași calitate. Un bec economic de 20 wa și cu un ciclu de viață de 12 000 de ore va duce la economisirea a aproximativ 70 EUR pe întreaga sa durată de viață față de predecesorul său, becul incandescent de 100 wa. UE a interzis treptat comercializarea pentru uz domestic a vechilor becuri pe teritoriul tuturor statelor membre. Până în 2020, aceste eforturi vor reduce consumul de energie într-o măsură încât diferența de consum care ar fi fost necesară cu becurile vechi ar alimenta 11 milioane de gospodării în fiecare an. Între timp, producătorii de becuri s-au mobilizat rapid și au creat becuri economice atractive, cum ar fi LED-urile, iar prețul acestora scade constant. Dar există în continuare pe piață becuri mai puțin eficiente, așa că te sfătuim să verifici etichetele și să alegi pe cele mai eficiente din punct de vedere energetic. Și chiar dacă un bec este eficient din punct de vedere energetic, acest lucru nu înseamnă că poți să îl lași pornit atunci când nu este nevoie de el.



Mașina de spălat vase

Pentru a consuma mai puțină energie trebuie doar să cumperi o mașină de spălat vase mai eficientă?

Dacă vrei să consumi resursele în mod eficient, trebuie să folosești o mașină de spălat vase sau să le spăli de mână? Depinde de modul în care folosești mașina de spălat vase, de tipul mașinii de spălat și de cât de eficient este spălul vaselor. Nu este nimic greșit la o mașină de spălat vase – aceasta poate folosi de trei sau patru ori mai puțin apă decât folosești când speli vasele de mână – dar este important să alegi mașina potrivită. Găsește o mașină de spălat cu un consum redus de energie, folosește ciclul economic atunci când poți și încarcă mașina complet. În mod ideal, ar fi indicat să o folosești noaptea: nu numai că va fi mai ieftin, dar vei spăla în intervalul în care cele mai puțin eficiente centrale electrice nu vor fi în funcțiune, așa că fiecare unitate de curent va avea o amprentă de carbon puțin mai mică. Dacă speli vasele de mână, asigură-te că folosești un detergent de vase ecologic, nu lăsa apa pornită și nu folosi apă prea fierbinte.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Factura la gaz/curent

Nu e mai bine să ai facturile în computer decât pe masă?

Faptul că pe viitor vom fi nevoi să folosim mai mult energie regenerabilă și energie ecologică nu poate fi evitat. Trebuie să ne gândim la emisiile ridicate de carbon asociate cu surse tradiționale de energie precum cărbunele și petrolul. O modalitate prin care putem cu toții să încurajăm utilizarea energiei regenerabile este să solicităm acest lucru. Cu cât folosesc mai mulți oameni surse ecologice de energie, cu atât acestea vor deveni mai ieftine. Desigur, cea mai mare economie o faci atunci când folosești mai puțin energie încălzind la bun început, dar poți beneficia de o situație reciproc avantajoasă descoperind noi modalități de a-ți alimenta locuința cu energie regenerabilă. Montarea unor panouri solare, de exemplu, este costisitoare pe termen scurt, dar acestea îți vor asigura o sursă de energie gratuită timp de mulți ani și vei scăpa de grija pentru creșterea prețului curentului electric. Pentru majoritatea oamenilor, cea mai rapidă și cea mai simplă metodă de a reduce consumul de curent electric este de a deveni mai eficient din punct de vedere energetic. Primul pas pentru a utiliza mai eficient energia este adesea montarea unui contor inteligent, care îți va permite să monitorizezi consumul de energie pentru a vedea unde se irosește curentul. Unii furnizori de curent electric oferă deja aceste contoare. Obiectivul Uniunii Europene este ca până în 2020 să fie montate contoare inteligente în 80% din gospodării.



Media player

Câte melodii ai putea cumpăra cu banii pe care îți irosești încărcându-ți media playerul peste noapte?

De ce atât de mulți dintre noi ne lăsăm în priză obiecte precum telefoanele mobile și media playerele portabile după ce acestea s-au încărcat? Mulți oameni au rămas cu impresia greșită că dispozitivele lor electronice sunt încărcate constant și se asigură astfel o funcționare corectă. De fapt, este tocmai invers: reîncărcarea constantă reduce durata de viață a bateriei pe termen lung, ceea ce înseamnă că va trebui să înlocuiești bateria sau dispozitivul electronic mai repede, un lucru dăunător pentru mediu și costisitor pentru tine. Bateriile cu litiu-ion, cum ar fi cele utilizate de telefoanele inteligente (smartphones), funcționează optim dacă nu sunt lăsate să se descarce complet și dacă nu sunt complet reîncărcate de fiecare dată. Optim este să le reîncarci atunci când mai au aproximativ 40% baterie și să oprești încărcarea la 80% baterie. Soluția este simplă: află intervalul de timp de care va fi nevoie pentru încărcarea completă a dispozitivului tău electronic și asigură-te că vei fi prin preajmă pentru a-l scoate din priză.



Ramă de fereastră (dormitor)

Estetică? Economică? Ecologică? De ce nu le-ai avea pe toate trei?

Cea mai bună modalitate de a-ți face locuința cât mai eficientă din punctul de vedere al consumului de energie este aceea de a opri pierderile de energie. Dacă are posibilitatea, căldura va scăpa prin orice orificiu, astfel încât, din punct de vedere financiar și ecologic, e mai bine ca aceasta să rămână în interior. Una dintre metodele principale prin care căldura iese din case este prin ferestre. De fapt, aproximativ 30% din căldura dintr-o casă se pierde prin ferestrele izolate prost sau prin ferestrele cu un singur strat de sticlă. A adăuga, de ce nu montezi ferestre cu sticlă dublă sau triplă? Desigur, va trebui să faci anumite investiții inițiale, dar pe termen lung casa ta va rămâne mai călduroasă și vei folosi mai puțină energie pentru a o încălzi, un lucru bun nu doar pentru mediu, ci și pentru buzunarul tău. Atunci când alegi o ramă de fereastră, ia în considerare și proprietățile termice ale materialelor, precum și durabilitatea acestora: de exemplu, ramele din lemn provin dintr-o sursă regenerabilă și sunt biodegradabile. În final, nu izola fereastra asigurând o ventilație adecvată: multe locuințe noi sau izolate recent se confruntă cu probleme legate de calitatea aerului din încăperi, din cauza gradului ridicat de umiditate și poluanți, precum radonul și formaldehida, toate acestea putând cauza afecțiuni medicale atât în cazul adulților, cât și al copiilor.



Frigider

E la modă să îți umpli frigiderul până la refuz?

Faptul că un frigider plin este un frigider eficient este o concepție greșită – de fapt, valoarea optimă asigurată de un frigider 3/4 plin, aceasta fiind varianta cea mai economică din punct de vedere energetic. Nu uita că există și alte modalități prin care frigiderul tău poate proteja mediul. Dezghează și congelatorul la intervale regulate pentru ca acesta să funcționeze la parametri de eficiență optimi; nu lăsa uși deschise prea mult timp deoarece aerul rece va ieși; nu pune mâncare caldă în frigider sau în congelator – las-o mai întâi să se răcească. De asemenea, verifică mâncarea cât mai des posibil – nu are rost să o pui în congelator și apoi să o lași să se strice. Pe măsură ce trecem la o economie circulară, ar trebui să existe mai multe opțiuni de a închiria obiecte de mari dimensiuni, cum ar fi frigiderul sau congelatorul. Producătorii vor fi responsabili de asigurarea reparărilor, recondiționării, precum și de reutilizarea pieselor la finalul ciclului de viață a produselor, economisind astfel energie și resurse. Căută și variante economice de închiriere atunci când vrei să îți faci casa.

Supraconsum

În societatea occidentală, consumul este adesea asociat în mod pozitiv cu o calitate ridicată a vieții. Cu toate acestea, resursele precum mineralele și hrana sunt epuizabile, iar atunci când consumăm prea mult, cineva undeva va trebui să consume prea puțin. Din moment ce populația continuă să crească, resursele trebuie să reziste din ce în ce mai mult, iar noi, consumatorii, trebuie să începem să ne gândim mai puțin la ceea ce vrem și mai mult la ceea ce avem nevoie.

Încălțăminte

Îți vei mai dori să o păstrezi atunci când nu-ți mai place?

Atunci când cumperi încălțăminte încearcă să nu cumperi o pereche pe care o vei purta doar o dată sau de două ori. Merită să plătești puțin mai mult pentru o pereche rezistentă, pe care o vei putea purta mai mult timp. Atunci când te-ai decis să arunci o pereche de încălțăminte, nu o arunca pur și simplu în coșul de gunoi. Ia în considerare posibilitatea de a o recicla sau de a o dona unui magazin second-hand.

Farfuria cu resturi

Ochii îți sunt mai încăpători decât burta?

Deșeurile alimentare reprezintă o problemă serioasă. Atunci când aruncăm alimente nu generăm doar deșeurile care trebuie să fie aruncate, ci irosim, de asemenea, energia și materialele utilizate pentru a le cultiva, transporta, procesa, depozita și pentru a le aduce în bucătăria noastră. Una dintre metodele la care putem apela pentru a reduce deșeurile alimentare este de a găti doar ceea ce vom mânca. Apoi, dacă rămâne mâncare în tigaie sau pe farfurie, poți să pui resturile deoparte pentru a le mânca în ziua următoare. Dacă ești într-un restaurant, de ce nu îți ceri bucătarului să excludă un ingredient despre care ești sigur că nu-l vei consuma sau să îți pună mâncarea rămasă la pachet, pentru a o lua cu tine acasă? Dacă îți rămân resturi pe care nu le poți refolosi, atunci asigură-te că le arunci în coșul de gunoi potrivit. Dacă autoritățile tale locale nu colectează deșeurile alimentare, de ce nu investești într-o crescătorie de viermi sau un recipient pentru îngrășământ de grădină? Poți chiar să cumperi unele care pot fi depozitate într-un dulap de bucătărie care nu emit mirosuri. De fapt, chiar dacă nu colectezi separat deșeurile alimentare, faptul că îți creezi propriul îngrășământ este o idee bună, din moment ce economisești costurile de transport și nu va mai trebui să cumperi îngrășământ pentru plantele tale. Însă cea mai bună metodă de a fi eficient din punct de vedere al resurselor este de a nu mai genera deșeurile.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Cadouri

Moș Crăciun va fi eco această iarnă?

Tuturor ne place să primim și să facem cadouri, dar te-ai gândit vreodată să faci un cadou înănd cont și de eficientizarea resurselor? Faptul că dăruiești cuiva din timpul tău poate fi un cadou mult mai binevenit decât un obiect nedorit care ar putea sfârși într-un dulap sau în colțul de gunoi. Oferă cuiva o plimbare sau un tur al orașului, dăruiește un voucher de babysitting sau lecții gratuite de limbă, în cazul în care îți o limbă străină. Oferă un cadou confecționat manual – dulceață, biscuiți, osete împletite sau bijuterii. Sau, de ce nu, bilete la teatru sau la un concert? Magazinele online de artizanat au cunoscut un succes uriaș în ultimii ani și reprezintă o sursă excelentă de bunuri originale, fabricate manual și refolosite într-un mod original. Ce-ar fi să cumperi cuiva propriul său pom în pământ amazonian, un voucher pentru un magazin eco sau să le plătești un curs ca să învețe să cultive singuri legumele? Pe lângă faptul că reprezintă idei inedite, astfel de cadouri eco au și rolul de a crește interesul cu privire la problemele precum defrișarea și eficientizarea resurselor. În sfârșit, nu uitați de detalii – refolosiți hârtia de ambalat sau confecționați propriile felicitări utilizând materiale reciclate.



Îmbrăcăminte

Risipirea resurselor nu mai e la modă!

Ai cumpărat vreodată un costum pentru un interviu la o firmă, iar a doua oară când l-ai îmbrăcat ai constatat că nu-ți mai este bun? Sau ai cumpărat vreodată o rochie pentru o ocazie specială și nu ai mai purtat-o niciodată de atunci? Pentru confecționarea hainelor din fundul fișonierului tău, cele pe care nu le mai îmbraci, au fost consumate numeroase materii prime. Așadar atunci când mergi data viitoare la cumpărături de haine noi, gândește-te-te ce implică acestea – toată apa și energia utilizate, eventuala poluare, etc. – și întreabă-te dacă ai cu adevărat nevoie de ele. Gândește-te-te cât bani ai putea economisi dacă te-ai folosi mai bine de hainele pe care le ai deja în loc să cumperi altele noi.

Sau de ce nu ai cumpăra haine la mâna a doua? Multe bunuri aproape noi sunt disponibile la un preț foarte convenabil pe site-urile de licitații. Dacă ai bunuri pe care nu le mai vrei, adună-ți prietenii la o petrecere cu schimb de obiecte și distrează-te făcând schimb de haine. Sau donează-ți bunurile în cadrul unui program de reciclare gratuit sau al unor acțiuni caritabile. Un studiu recent din Marea Britanie a concluzionat că am putea cheltui doar 10% din banii pentru hainele noi pentru închirierea obiectelor vestimentare de lux, precum costume și rochii, prevenind generarea a 1,7 milioane de tone de dioxid de carbon în fiecare an. Ce ar fi să ai în vedere această opțiune la următoarea invitație la un eveniment special?



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM



Bijuterii

Știți povestea din spatele strălucirii?

Când cumperi o bijuterie, e uor să ui i c pentru a o produce există șansa să fi fost puternic afectată oamenii sau planeta noastră. În ultimii ani, industria a acordat aten ie preocup rilor cu privire la impactul negativ pe care îl are extrac ia aurului, a argintului și a pietrelor pre ioase asupra mediului înconjur tor și la exploatarea for ei de munc și a localnicilor. Înș ea are în continuare un impact major din punct de vedere ecologic și social. Cianura, mercurul și acidul sulfuric sunt doar câteva dintre substan ele chimice utilizate pentru extragerea metalelor pre ioase din p mânt, l sând în urm zone întinse de p mânt și ap contami- nate. De exemplu, pentru extragerea aurului este nevoie de cantit și enorme de ap . Cu cât cre te cererea de metale pre ioase, cu atât vor fi mai amenin ate resursele și ecosistemele. Unele bijuterii sunt în continuare fabricate prin exploatarea speciilor pe cale de dispari ie. Cum putem contribui? Evit produsele care con in corali, filde , carapace de broasc estoas sau lemn detrandafir brazilian. și în cazul în care cumperi obiecte fabricate din produse de origine animal , precum gen i din piele de crocodil, asigur -te că au un permis CITES pentru a dovedi că nu a fost afectat biodiversitatea. și ce-ar fi să cumperi un inel la mâna a doua sau biju- terii reciclate? Bijuteriile vintage refoosite într-un mod original îmbin excelent vechiul și noul.



GENERATION
AWAKE

ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Economie ecologică

Economia „ecologică” – sau „circulară” – se referă la cât producem, cumpărăm și consumăm. Obiectivul este acela de a elimina deșeurile și de a profita la maximum de prețioasele materii prime pe care le extragem. În loc să utilizăm obiecte cu o durată de viață scurtă, pe care le aruncăm când nu ne mai sunt necesare sau când se strică, o economie ecologică va pune accentul pe produsele care pot fi ușor reparate, reutilizate, dezmembrate, reciclate sau transformate în îngrășământ, nivelul deșeurilor fiind menținut la minimum, iar resursele naturale limitate fiind tratate cu respect.

Pușculiță

Economisind resurse, vei putea avea pușculița plină

Vei observa economiile făcute de îndată ce te vei delimita de tendința de a cumpăra bunuri de consum de unic folosință pe care apoi le arunci și vei opta pentru reutilizare și reciclare, cumpărături responsabile și reducerea consumului de apă și energie. Banii pe care îi economisești, de ce să nu îi investești în bunuri de calitate cu folosință îndelungată de care să te bucuri pentru mulți ani de acum înainte?

Cântar de baie

Cântărești impactul asupra mediului al produselor pe care le cumperi?

Dacă nu o faci deja, este momentul să începi să analizezi durabilitatea deciziilor tale de cumpărare. Ai nevoie de un produs nou sau ai putea cumpăra unul utilizat sau reconstruit? Este necesar să deții în proprietate un anumit produs sau ai putea la fel de bine să îl închiriezi sau să îl utilizezi în comun, economisind astfel costurile de întreținere și funcționare. Mersul cu mașina în grup, închirierea instrumentelor sau echipamentelor, închirierea bunurilor de consum și a rochiilor de seara reprezintă opțiuni mai durabile decât achiziționarea lor. De asemenea, dacă ai un copil, te-ai gândit să utilizeze scutece și ervele refolosibile lavabile? Pe termen lung, vei face economii, au un design simpatic și, de asemenea, pot fi revândute. Pe de altă parte, interesează-te dacă în zona în care locuiești există firme care curăță, colectează și furnizează produse refolosibile. În funcție de unde locuiești, dacă evi să folosești produse de unic folosință, este posibil să preîntâmpini producerea în mod inutil a tone de deșuri și generarea de emisii de gaze de seră și de metan. Informează-te pe tema economiei circulare și discută aceste aspecte cu prietenii și familia.



ALEGERILE TALE POT SCHIMBA LUMEA! GHIDUL PENTRU CONSUM

Portofel

Irosești banii fără noimă?

Dacă vei lua măsurii pentru a evita consumul excesiv de alimente, energie și apă, vei economisi bani pe care să îți cheltuieți când ceea ce îți place cu adevărat. Dacă vom lua cu toții astfel de măsurii, vom contribui la conservarea patrimoniului natural și vom evita costurile ecologizării, generate de deșeurii și deteriorarea ecosistemelor.

Dinozaur de jucărie

Va dispărea oare vreodată consumul de produse de unică folosință?

Într-o economie ecologică – sau circulară –, ne vom transforma mai degrabă în utilizatori decât în consumatori, produsele vor fi destinate unei folosințe îndelungate, iar apoi reutilizate și reconstruite, fiind fabricate din materiale organice, care pot fi ulterior aruncate în natură în condiții sigure, și utilizând energie din surse regenerabile. Nimic nu se pierde, totul se transformă, iar deșeurile se reduc la zero. Informează-te pe tema economiei circulare. Este un model genial și dinamic, care ia în calcul constrângerile legate de resursele naturale ale planetei. Aceasta va necesita, de asemenea, noi aptitudini și idei la nivelul tuturor sectoarelor de producție. Alătură-te viitorului, nu trecutului.