

## EGY TISZTÁBB JÖVŐÉRT



### **Egyszerű otthoni praktikák a környezettudatos életmódhoz**

Környezetbarátnak lenni nem jelent szörnyű áldozatokat az életstílusra nézve. Néhány okos, tudatos döntés és apró változtatás is elegendő, hogy kivedd a részed a Föld megmentéséért folyó harcból. Íme, pár tipp, hogyan lehetsz otthon is könnyen zöld!

**BESZÉLD MEG SZÜLEIDDEL, CSALÁDODDAL, BARÁTAIDDAL ☺**

- **Vásárolj hosszútávra!** Legyen szó bútorról, ruháról vagy cipőről, igyekezz a silány minőségű, gyorsan elhasználódó darabok helyett tartósakat vásárolni. Lehet, hogy abban a pillanatban jobban a mélyére kell nézned a pénztárcádnak, de sokkal jobban jársz egy egyszer kifizetett nagyobb összeggel, mintha utána néhány évente, ruhák esetében akár évente többször újra kellene költeni ugyanarra a dologra.
- **Tekerd lejjebb a fűtést!** 1 fok is számíthat az energiafelhasználás szempontjából. Ha pedig fázós vagy, szerezz be egy színes, puha takarót vagy egy menő pulóvert.
- **Válts környezetbarát tisztítószerre!** Olyan termékeket vásárolj, amelyek biológiailag lebomlóak, foszfátmentesek és nem állatokon tesztelték őket.
- **Tisztítószer helyett bátran nézz körül akár a konyhában!** Az **ecetes melegvíz** kiváló ablak- és padlótisztításhoz, a **szódabikarbóna** pedig tökéletesen tisztítja a konyhai és fürdőszobai felületeket.
- **Vásárláskor mindig hordj magaddal egy textil szatyrot** (vagy bármilyen egyéb, újra felhasználható anyagból készített táslát), hogy megkíméld magadat és környezetet a felesleges műanyag reklámtáska-használattól.
- **Csökkentsd a papírtörülő használatát!** Inkább mosható konyharuha vagy rongy legyen kéznél, amelyek a mosógépben kiválóan tisztíthatók.
- **Javítsd a lakásod energiahatékonyágát!** Ezt megteheted például a szigeteléssel vagy a nyílászárók cseréjével is, az a lényeg, hogy a megtermelt energia minél nagyobb hányada hasznosítva legyen.

- **Világíts energiatakarékos izzóval!** Igaz, drágább a hagyományosnál, viszont sokkal kevesebbet fogyaszt, és az élettartama is hosszabb, így többszörösen megéri a befektetést.
- **Alapszabály: gyűjtsd szelektíven a szemetet,** a szerves hulladékból pedig készíts komposztot, amennyiben lehetséges.
- **Spórolj a papírral!** Ezt oly módon is megteheted, hogy a híreket webes felületen olvasod el a napilap megvásárlása helyett.
- **Tartózkodj az előre csomagolt élelmiszertől!** Vagy legalábbis vedd figyelembe a csomagolóanyag mennyiségét és minőségét. Ha teheted, **friss terméket vásárolj,** elvitel esetén ne kérd a műanyag táskát és dobozt! Ezek az apró dolgok rengeteg műanyag pazarlását akadályozzák meg.
- **Fogd fel az esővizet,** amelyet később öntözővízként használhatsz!





# PAPÍR

és italos kartondoboz



**FKF** FŐVÁROSI KÖZTERÜLET-  
FENNTARTÓ ZRT.

**BVK** HOLDING TAGJA

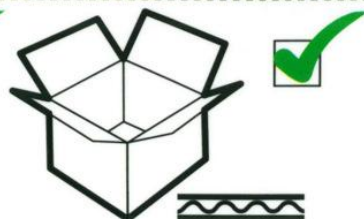
INGATLAN  
CÍME:



Újság, folyóirat



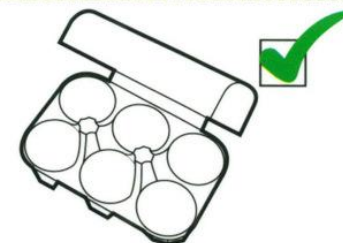
Füzet, könyv



Hullámpapír,  
csomagolópapír,  
kartondoboz lapítva



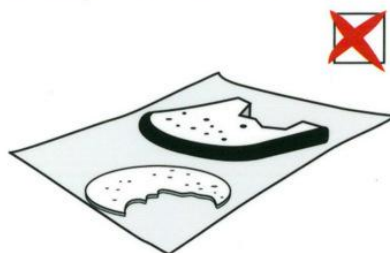
kiöblített italos  
kartondoboz (tejes,  
gyümölcslés) lapítva



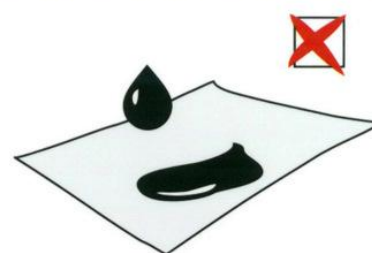
Kisebb kartondobozok lapítva  
(csokoládés, tojástartó,  
kicsi műszaki cikkek... stb.)

**NAGYOBB MÉRETŰ KARTONDOBOZOKAT ÉLÜKRE HAJTVA, ÖSSZEKÖTVE KÉRJÜK A TARTÁLY MELLÉ HELYEZNI!**

**Kérjük,  
NE dobjanak  
bele:**



Élelmiszer-maradványt  
tartalmazó papír



Zsíros, olajos,  
oldószeres papír



Használt papír zsebkendő  
és szalvéta

**HÁZHOZ MENŐ SZELEKTÍV HULLADÉKGYŰJTÉS –  
HÁZHOZ MENŐ KÖRNYEZETVÉDELLEM!**





# MŰANYAG és fémhulladék



**INGATLAN  
CÍME:**



Műanyag flakon:  
ásványvizes,  
üdítős, boros



Műanyag flakon:  
tusfürdő



Műanyag flakon:  
mosószeres,  
vagy öblítő



Műanyag flakon:  
tejfölös, vagy  
joghurtos pohár



Műanyag szatyor:  
egyszer használatos,  
volt hipermarketes



Háztartási fém:  
italos és konzervdoboz,  
apróbb fémtárgyak

**KÉRJÜK, HOGY CSAK TISZTA, KIÖBLÍTETT MŰANYAG ÉS FÉM HULLADÉKOT TEGYEN A TARTÁLYBA!**

**Kérjük,  
NE dobjanak  
bele:**



Élelmiszer  
maradvány:  
margarinos doboz



Műanyag flakon:  
zsíros, pl. kenőzsírral  
töltött



Egyéb, műanyagnak ítélt  
(pl.: hungarocell,  
nylonharisnya, stb.) hulladék



CD-lemez,  
magnó- és  
videokazetta

**HÁZHOZ MENŐ SZELEKTÍV HULLADÉKGYŰJTÉS –  
HÁZHOZ MENŐ KÖRNYEZETVÉDELEM!**

# LAPÍTS, HA BÍRSZ!

Lapíts bele minél több italos kartont egy italos karton dobozba!

- 1.
- 2.
- 3.

Italos karton lapítási verseny, nem csak haladóképzés!  
Aki a leggyorsabban tudja beleprenni egy italos kartonba, az 30.000 Ft-os vásárlói utalványt kap!  
Aki a legkreatívabban lapít, az 20.000 Ft-os vásárlói utalványt nyerhet!

Mindenki, aki az összejövéltek dobozokát elhordja a 4 méteres  
ÖNÁIS ITALOS KARTON DOBOZHOZ, ajándékot kap!

További információ  
és játékszabályok:  
[www.iksznet.hu](http://www.iksznet.hu)

[www.iksznet.hu](http://www.iksznet.hu)  
#Italogi TáPOSSÁ LAPOSRAL!

ITALOS KARTON  
KÖRNYEZETVÉDELMI  
EGYESÜLÉS



## MIT TEHETÜNK MI MAGUNK A KÖRNYEZETÜNK VÉDELME ÉRDEKÉBEN?

Ahogy egyre jobban a bőrünkön érezzük a természeti környezet pusztulásának jeleit, úgy kerül fokozatosan előtérbe a környezettudatosság. De mit tehetünk mi magunk a környezetünk védelme érdekében?



**A környezettudatosság lényege, hogy igyekszünk olyan életmódot folytatni, amely tekintettel van környezetünkre, óvja, védi a föld természeti kincseit. A környezettudatos életmód a hosszú távú gondolkodásról szól: úgy élek ma, hogy gyermekeim, unokáim számára biztosítsam a természeti környezet fenntarthatóságát. Íme, néhány egyszerű tipp, amivel bárki hozzájárulhat a környezet védelméhez:**

## 1. Tájékozódás és tudatosság

Az első lépés, a **tudatosság** megteremtése. Fontos, hogy tudatosítsam magamban, mennyi erőforrást használok fel nap mint nap, milyen módon vagyok káros hatással környezetemre. Ha egy kicsit utána nézünk, mi magunk is meg fogunk lepődni azon, akaratunkon kívül hány féle módon romboljuk környezetünket. A tájékozódás és az azt követően kialakuló tudatosság fontos ahhoz, hogy **naponta döntést tudjunk hozni**: mivel utazom, milyen háztartási készüléket választok, milyen technológiával fűtöm, vagy épp hűtöm a lakásomat, mit vásárolok. A tájékozottság és a tudatosság az alapja mindennek.

## 2. Vezess kevesebbet, sétálj többet!

Egy egyszerű, mégis hatékony módja a környezet megóvásának, ráadásul még egészséges is! Ha egy kicsit elgondolkodunk, azonnal meglátjuk mennyi lehetőségünk van arra, hogy letegyük az autót: akár **sétálhatunk, biciklizhetünk vagy rollerezhethetünk** is a munkába, a gyerekért az iskolába vagy a boltba, hosszabb távokon pedig a tömegközlekedés jelent egy jóval inkább környezetbarát alternatívát.

## 3. Vásárolj helyit!

**Helyileg termelt és előállított termékek vásárlásával**, több módon is hozzájárulhatunk környezetünk védelméhez: a termék szállításához kevesebb üzemanyagot kell felhasználni, kevesebb csomagolóanyagra van szükség és ráadásul még a helyi termelőket is támogatjuk!



## 4. Válassz energia- és víztakarékos háztartási gépeket!

Az A+ vagy A++ energiafelhasználású háztartási eszközök ára kicsit magasabb, de hosszú távon bőven **visszajön az árkülönbözet** a villanyszámlán. Nem is beszélve arról, hogy ezzel a környezetünket is jobban óvjuk. Ugyanez a helyzet a víztakarékos mosó- és mosogatógépekkel. Egy jó készülékválasztással máris hozzájárultunk ahhoz, hogy kisebb legyen ökológiai lábnyomunk.

## 5. Ültess fát!

Mindenki tisztában van a **fák jótékony hatásaival**: oxigént termelnek, tisztítják a levegőt, megakadályozzák a talajeróziót, árnyékot adnak, lakhelyet biztosítanak a madaraknak és jó esetben még gyümölcs is terem rajtuk. Mindemellett mennyivel jobb egy hűs, árnyas udvaron szürcsölgetni a nyári limonádénkat!

## 6. Takarékoskodj a vízzel!

Az édesvíz földünk egyik **legnagyobb természeti kincse**. Ma több mint egymilliárd ember él a Földön az egészséges ivóvízhez való hozzáférés lehetősége nélkül. Mi olyan szerencsés helyzetben vagyunk, hogy – még – nem érezzük az édesvízkészlet szűkösségét, de közös felelősségünk, hogy ez így is maradjon. **Vízfogyasztásunkat** számos módon **csökkenthetjük**: ha a kádban való fürdés helyett a rövid zuhanyzást választjuk, ha fogmosás közben elzárjuk a vizet, vagy egyszerűen csak megjavítjuk a csöpögő csapokat. Ezek az apró lépések pedig nemcsak a víz számlánkon éreztetik majd a hatásukat, de hozzájárulnak a föld édesvízkészletének megóvásához is.

