

EKOLOGIA

- 01 / TREND: Ekologia
- 02 / Korzystaj z zielonej energii w swoim domu
- 03 / Sposoby na oszczędzanie wody
- 04 / Segregacja śmieci
- 05 / Zero waste
- 06 / Emisja CO₂ – czyli ślad węglowy



Eko

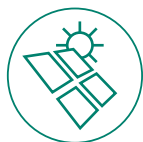
Poradnik klienta

01 TREND: Ekologia

Pomaluj swój świat... na zielono

Do ochrony środowiska można podejść na wiele sposobów. Co ważne, wiele z takich działań ma nie tylko pozytywny wpływ na otoczenie, ale także może pomóc w obniżeniu rachunków.

Prawie 68 proc. Polaków zamierza oszczędzać jeszcze w tym roku – wskazuje opublikowane we wrześniu 2022 r. badanie UCE Research dla Business Insider. Ponad 20 proc. chce utrzymywać niższą temperaturę w mieszkaniu lub domu, ponad 18 proc. będzie gasić światło w pomieszczeniach, w których nie przebywają, a 9,4 proc. ograniczy korzystanie z najmniej potrzebnych sprzętów elektrycznych. Dobrym rozwiązaniem jest inwestycja w produkcję zielonej energii. Prąd pozyskiwany z OZE, czyli odnawialnych źródeł, może pozwolić na zmniejszenie lub zupełnie zrezygnowanie z wykorzystania węgla, oleju lub gazu w domu, co tym samym przekłada się na redukcję emisji zanieczyszczeń. W perspektywie czasu może to oznaczać spore oszczędności.



OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ

- wyłączaj światło w nieużywanych pomieszczeniach
- włączaj pralkę lub zmywarkę zawsze, gdy są wypełnione
- gotuj w czajniku elektrycznym tylko potrzebną ilość wody
- gotuj pod przykryciem i dobieraj garnek do wielkości paleniska



UŻYWAJ WODY Z GŁOWĄ

- bierz krótki prysznic zamiast długiej kąpieli (mniej wody i mniej ścieków)
- zakręcaj wodę podczas mycia zębów
- zamontuj perlatory w bateriach łazienkowych
- używaj niewykorzystanej wody po gotowaniu do podlewania kwiatów



SEGREGUJ ŚMIECI

- segreguj i zwróć uwagę jakich śmieci produkujesz najwięcej
- w sklepie nie pakuj każdego warzywa czy owocu w osobny woreczek plastikowy
- nie wyrzucaj baterii ani leków do pojemnika na odpady zmieszane
- aby kupować mniej niepotrzebnych produktów, przed wyjściem do sklepu przygotuj listę zakupów



Korzystaj z zielonej energii w domu

Zielona energia – czyli właściwie jaka? Najłatwiej można ją nazwać energią produkowaną przy pomocy sił i zasobów natury bez szkodliwych konsekwencji w postaci gazów cieplarnianych czy tlenku węgla.



OZE: SŁOŃCE

Energia promieniowania słonecznego uznawana jest za najobfitsze odnawialne źródło energii. W domach najczęściej montowane są kolektory słoneczne lub panele fotowoltaiczne. Różnią się one tym, że kolektory energię słoneczną wymieniają na ciepło a panele na energię elektryczną. W praktyce oznacza to, że kolektory pomagają w obniżeniu kosztów eksploatacji tradycyjnego źródła ciepła, które ogrzewa wodę. Kolektory mogą wesprzeć pracę (lub docelowo zastąpić) kotły węglowe, gazowe czy podgrzewacze elektryczne. Panele fotowoltaiczne energię ze słońca zmieniają z kolei na prąd. Instalacja modułów pomaga w obniżeniu rachunków za energię

z sieci, dodatkowo zmniejsza zależność gospodarstw od dostawców prądu. Ważne jest to, że przy rosnących cenach energii instalacje fotowoltaiczne mogą się zwrócić szybciej niż dotychczas.

CZY TO JEST DROGIE?

Instalacja fotowoltaiczna o mocy 4kW to koszt

ok. 30 tys. zł

Pompa ciepła dla domu o pow. ok. 150 m² to koszt około

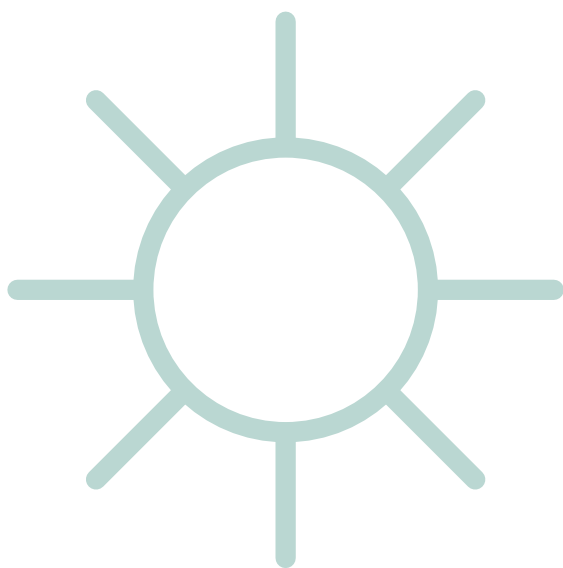
35-45 tys. zł

Koszt systemu pompa ciepła + fotowoltaika to około

55-65 tys. zł

Kocioł na biomasę (pellet) z podajnikiem kosztuje około

20-40 tys. zł



Korzystaj z zielonej energii w domu

OZE: BIOMASA

Odnawialne źródła energii to także biomasa. Jest to rodzaj paliwa pochodzenia roślinnego: zrębki, drewno polano, ziarna zbóż, słoma, pellet oraz tzw. rośliny energetyczne (np. szybko rosnące wierzby i topole).

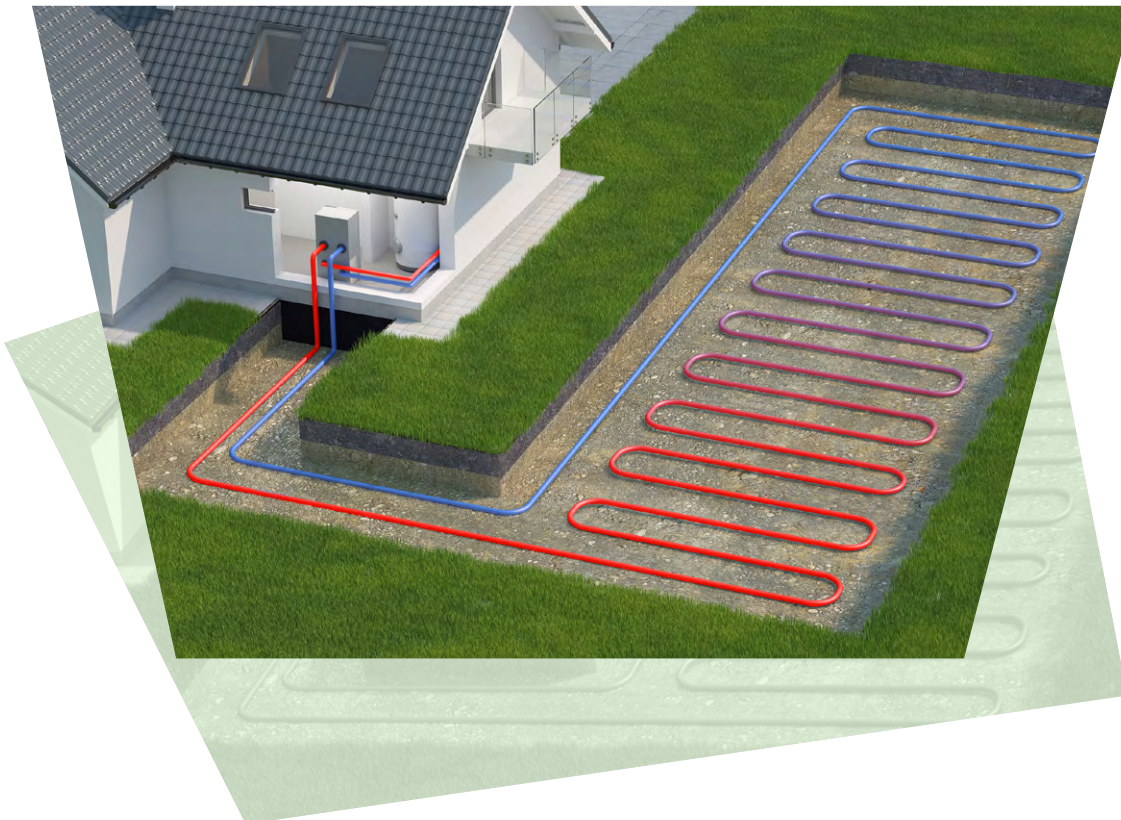
Spalanie biomasy jest uważane za neutralne dla środowiska. Dlaczego? Podczas spalania do atmosfery dostaje się tylko CO_2 w ilości, jaką rośliny pochłaniały podczas swojego wzrostu. Kotły na biomasę są zatem dobrą alternatywą dla kotłów np. na węgiel.

OZE: WODA, GRUNT, POWIETRZE

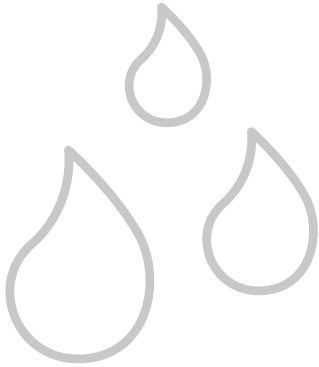
Pompy ciepła to urządzenia grzewcze pozyskujące

energię odnawialną z gruntu, wody lub powietrza. Pobrana przez pompę ciepła energia jest przekazywana do systemu ogrzewania w domu.

Następnie jest wykorzystywana do ogrzewania wnętrza lub produkcji ciepłej wody. Nowoczesne pompy mogą także zapewnić chłodzenie budynku latem.



Sposoby na oszczędzanie wody



Warto ją oszczędzać nie tylko dlatego, że 60 proc. masy organizmu człowieka to woda. Wprawdzie Ziemia jest pokryta w ponad 70 proc. wodą, ale jej większość (ok. 96 proc.) stanowią słone morza i oceany.



Woda słodka pochodzi nie tylko z jezior, rzek czy źródeł głębinowych, ale także z lodowców. Tylko około 2 proc. wód jest zdalnych do picia i użytkowania po ich uzdatnieniu. Przekonywać do oszczędzania wody nie trzeba, a rachunki za wodę można obniżyć stosując kilka prostych zasad. Warto też pamiętać, że znacznym kosztem w rachunkach za wodę jest opłata za ścieki, a lejąca się do kanalizacji czysta woda to nic innego jak zbędny wydatek.

WODA NIE JEST SŁODKA

Nazwa „wody słodkie” nie ma nic wspólnego ze smakiem – to jedynie odróżnienie wód stonych (których stony smak z kolei jest ewidentny) od tych z jezior, rzek czy studni głębinowych.

Sposoby na oszczędzanie wody

Mniejsze zużycie wody ma ogromne znaczenie nie tylko w skali kraju czy kontynentu, ale i świata. Brak wody jest jedną z przyczyn migracji klimatycznych z części Afryki, Azji czy Ameryki Środkowej. Jak podaje World Resources Institute w 2040 r. zagrożone problemem dostarczania wody do wielu części swojego terytorium będą takie kraje jak Stany Zjednoczone, Chiny czy Indie. Obecnie jeden Europejczyk zużywa średnio 144 litry wody dziennie. Tymczasem za normę, która pozwala normalnie funkcjonować, przyjmuje się 90 litrów. Jak zatem oszczędzać? Wcale nie tak trudno:

1.

Wybieraj prysznic zamiast kąpieli w wannie.

2.

Sprawdź, czy każdy kran w domu ma zainstalowany perlator. Napowietrza on wodę zmniejszając jej zużycie przy każdym odkręceniu kranu.

10.

Gotując wodę w czajniku, przygotuj tylko tyle, ile potrzebujesz – to oszczędność nie tylko wody, ale i energii!

9.

Zbieraj deszczówkę – nie będziesz musiał używać wody bieżącej do podlewania ogrodu.

8.

Wystudzoną wodę po gotowaniu można podlać kwiaty, podobnie można robić m.in. ze skroplinami z ekspresu do kawy.

7.

Napraw wycieki – każda perforacja rury o średnicy 3 mm powoduje, że tracisz nawet 850 l wody dziennie.

6.

Korzystaj z obu przycisków w spłuczce, staraj się spłuczkę lepiej wymieścić na nową – bardziej oszczędną.

5.

Zakręcaj wodę, gdy myjesz zęby, namydlasz się w czasie prysznicowania lub myjesz ręce.

3.

Zmywarkę lub pralkę włączaj tylko przy pełnym wsadzie.

4.

Przed wejściem pod prysznic zlej zimną wodę (zanim polecie ciepła) do wiadra lub konewki, by później np. podlać nią kwiaty.

KILKA RAD JAK OSZCZĘDZAĆ WODĘ



04 Segregacja śmieci

Segregacja odpadów jest obowiązkowa dla wszystkich, a za niestosowanie się do przepisów można się spodziewać kary finansowej. Warto jednak postarać się o odpowiednią selekcję śmieci nie tylko ze względów finansowych.

Wysegregowane odpady stanowią surowiec z odzysku, czyli recykling. Ten z kolei powoduje mniejszą produkcję plastiku, papieru czy szkła. W efekcie zmniejszamy zużycie surowców naturalnych, to poprawia warunki życia ludzi, roślin i zwierząt.

Dlatego nie ma wątpliwości, że segregacja odpadów ma sens, a zasady są proste. Odpady segregujemy do 5 kubłów, według 5 frakcji: szkło, papier, plastik i metale, odpady bio oraz zmieszane. Na osiedlach domków jednorodzinnych sezonowo zbierana jest także frakcja zielona, czyli: skoszona trawa, liście, gałęzie itp.



CZY WIESZ, ŻE...

Do żadnego z pojemników nie można wrzucać baterii, zepsutych sprzętów elektrycznych (to elektrośmieci), leków, świetlówek, opakowań po środkach ochrony roślin itp. oraz odpadów gabarytowych. Tego typu odpady należy zawieźć do PSZOK (Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych), punktów zbiórki elektrośmieci lub pojemników na odpady wielkogabarytowe.



WRZUCAMY:

- butelki po napojach i żywności,
- stoiki, szklane opakowania po kosmetykach.

NIE WRZUCAMY:

- ceramiki, doniczek, porcelany, fajansu, kryształów,
- szkła okularowego,
- szkła żaroodpornego,
- zniczy z zawartością wosku,
- żarówek i świetlówek,
- reflektorów, luster,
- opakowań po lekach, rozpuszczalnikach, olejach silnikowych, szyb okiennych i zbrojonych,
- monitorów i lamp telewizyjnych,
- termometrów i strzykawek.



WRZUCAMY:

- opakowania z papieru, karton, tektura falista,
- katalogi, ulotki, prospekty,
- gazety i czasopisma,
- papier szkolny i biurowy, zadrukowane kartki,
- zeszyty i książki,
- papier pakowy, torby i worki papierowe.

NIE WRZUCAMY:

- ręczników papierowych i zużytych chustek higienicznych,
- papieru lakierowanego i powleczonego folią,
- papieru zatszczonego lub zabrudzonego, tapet,
- kartonów po mleku i napojach,
- papierowych worków po nawozach, cementie i innych materiałach budowlanych,
- pieluch jednorazowych i podpasek,
- zatuszczonych jednorazowych opakowań z papieru i naczyń jednorazowych.



WRZUCAMY:

- odkręcone i zgniecione plastikowe butelki po napojach,
- plastikowe opakowania po prod. spożywczych,
- opakowania wielomateriałowe (np. kartony po mleku i sokach),
- opakowania po środkach czystości (np. proszkach do prania),
- plastikowe torby, worki, reklamówki, folie,
- aluminiowe puszki po napojach i sokach,
- puszki po konserwach, folię aluminiową,
- kapsle, zakrętki od stoików, metale kolorowe, nakrętki.

NIE WRZUCAMY:

- butelek i pojemników z zawartością,
- plastikowych zabawek,
- opakowań po lekach i zużytych artykułów medycznych,
- opakowań po olejach silnikowych,
- części samochodowych,
- baterii i pojemników po farbach i lakierach,
- sprzętu RTV i AGD.



WRZUCAMY ODPADY BIODEGRADOWALNE:

- odpadki warzywne i owocowe,
- pozostałości z warzyw i owoców,
- gałęzie drzew i krzewów,
- skoszoną trawę, liście, kwiaty,
- trociny i korę drzew.

NIE WRZUCAMY:

- kości zwierząt,
- oleju jadalnego,
- odchodów,
- popiołu z węgla kamiennego,
- leków,
- drewna impregowanego,
- płyt wiórowych i MDF,
- ziemi i kamieni.




WRZUCAMY:

- wszystko, czego nie można wrzucić do pojemników na odpady segregowane oraz przekazać do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, a co nie jest odpadem niebezpiecznym.

NIE WRZUCAMY:

- przeteminowanych leków i chemikaliów,
- zużytych baterii i akumulatorów,
- mebli i innych odpadów wielkoformatowych i rozbiórkowych,
- zużytych opon.

05 Zero waste



Mamy za dużo rzeczy – uważa wielu z nas. Część planuje też w najbliższym czasie oszczędności. W te postanowienia świetnie wpisuje się modny obecnie trend ZERO WASTE.

Termin ZERO WASTE z języka angielskiego znaczy BRAK MARNOWANIA. To proekologiczny ruch, który zachęca, by ponownie wykorzystywać wszystko, co tylko da się wykorzystać, aby produkować jak najmniejszą ilość odpadów i odzyskiwać wszystkie możliwe surowce.

Polega to przede wszystkim na zwiększeniu świadomości ekologicznej oraz kierowaniu się tą zasadą nie tylko podczas zakupów, ale w codziennym życiu.

05 Zero waste

Dążenie do „zero waste” można zacząć od „less waste”, czyli „marnuj mniej”. O tym, że na zakupy powinno się chodzić z własną wielorazową torbą (najlepiej płócienną), wiemy wszyscy. Jednak często do tej płóciennej torby wkładamy owoce lub warzywa zapakowane osobno w jednorazowe woreczki (a to przecież zbędny plastik!). Kanapki do pracy można zabrać w opakowaniu wielorazowym lub w papierze zamiast w folii. Wybierając kosmetyki, powinniśmy zwrócić uwagę, czy można je uzupełnić do tego samego opakowania.

Stoiki można wykorzystać w domu do przechowywania artykułów sypkich lub do robienia przetworów. Żywność, która najszybciej traci ważność, powinna leżeć w lodówce „na widoku”, by ją jak najszybciej zjeść. Ubrania, które już nam się nie podobają można oddać na zbiórki charytatywne, wystawić na popularnych portalach z używaną odzieżą lub znaleźć dla nich nowego właściciela. Buty lepiej oddać do szewca zamiast kupować nowe.

Taki sposób działania ma wiele plusów dla środowiska, ale może także być korzystny dla naszego portfela.

resztki z warzyw odkładaj na kompost – użyżnisz nim glebę

opakowania plastikowe po różnych produktach nie muszą trafić do kosza, można ich użyć ponownie np. jako lunch box



odmawiaj kupowania kolejnych ubrań „na okazję” lub „na przyszłość”, odmawiaj wyrzucania rzeczy, które możesz naprawić

PIĘĆ ZASAD ZERO WASTE



1. KOMPOSTUJ



2. SEGREGUJ



3. UŻYWAJ PONOWNIE I NAPRAWIAJ



4. OGRANICZAJ



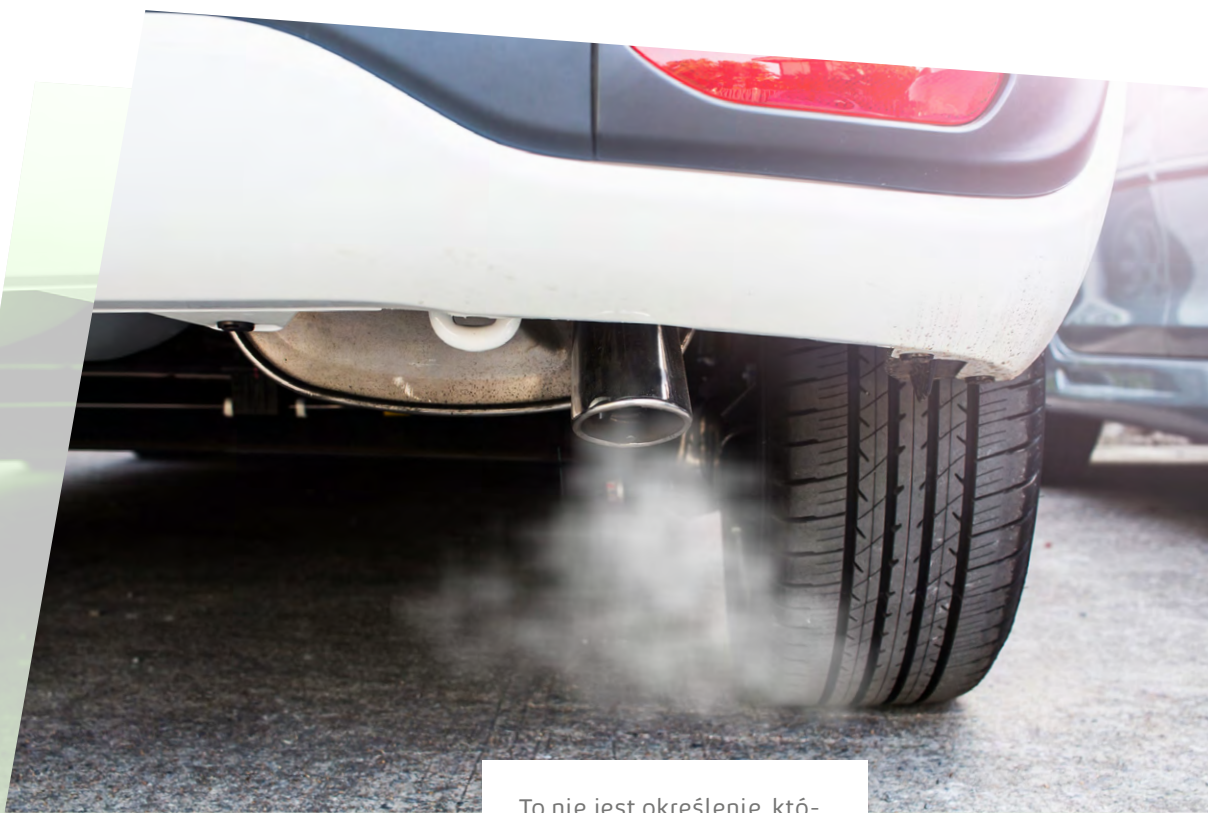
5. ODMAWIAJ



segreguj odpady, by mogły zostać poddane recyklingowi



06 Emisja CO₂ – czyli ślad węglowy



Ślad węglowy to suma wszystkich emisji gazów cieplarnianych, wywołanych działaniem pośrednim lub bezpośrednim osoby, instytucji lub firmy. Ślad węglowy to zatem rodzaj śladu ekologicznego, który każdy zostawia w środowisku. Twój wybór ma znaczenie!

To nie jest określenie, które dotyczy tylko miejsc, w których wydobywa się dym z kominów. Ślad węglowy dotyczy każdego z nas. Każdy z nas może go też ograniczać i warto to robić!

Według ONZ emisja gazów cieplarnianych od początku XX w. spowodowała, że temperatura wzrosła globalnie o ponad 1°C, a poziom wód w morzach i oceanach, z powodu topniejących lodowców, podniósł się o 20 cm.



**KAŻDY POLAK
PRODUKUJE ROCZNIE
11 TON CO₂**

CO WPŁYWA NA ŚLAD WĘGLOWY CZŁOWIEKA?

Niemal wszystko... Środek transportu, którym się porusza, ilość czasu spędzonego przed ekranem laptopa czy telewizora, a nawet... jego dieta.

CZY WIESZ, ŻE...

Możesz policzyć swój ślad węglowy! ONZ opublikowała specjalny kalkulator – odpowiadając na kilka pytań możesz poznać swój wpływ na środowisko: <https://offset.climateutralnow.org/footprintcalc>

Emisja CO₂ – czyli ślad węglowy

Na wielkość śladu węglowego każdego z nas wpływają nasze codzienne wybory. Przykład? Każdy kilometr pokonany samolotem to emisja ok. 280 g CO₂. Gdy wybierzemy pociąg, emisja za każdy kilometr to zaledwie 14 g CO₂. To oczywiście dane szacunkowe i uśrednione, ale – jak podaje CER (Community of European Railways and Infrastructure) – na ich podstawie widać dobrze różnicę.

Transport odpowiada za 20 proc. światowej emisji gazów cieplarnianych. Wybór elektrycznej hulajnoggi, samochodu elektrycznego (głównie w mieście) czy roweru znaczenie obniży ten ślad. Jeśli jednak jesteś zmuszony poruszać się samochodem na konwencjonalne paliwo, przestań „wozić powietrze”. Zastanów się, czy ktoś z bliskiej okolicy nie jeździ do pracy w tym samym kierunku – dwie lub więcej osób w samochodzie zaoszczędzi paliwo i ograniczy ślad węglowy.



PORA NA DIETĘ!

Tylko w Polsce produkcja żywności odpowiada za emisję około 32 mln ton CO₂ rocznie, a co sekundę w naszym kraju marnuje się 150 kg żywności – alarmuje Federacja Polskich Banków Żywności. Na ślad węglowy wpływa głównie spożycie mięsa, a przemysłowa hodowla zwierząt odpowiada za ogromne emisje gazów cieplarnianych. Gdyby z naszej diety wyeliminować mięso i produkty odzwierzęce, ślad węglowy spadłby o 20 proc.! Dlatego na rynku pojawia się coraz więcej produktów „o smaku mięsa”, ale wykonanych z roślin.