

DE MEST EFFEKTIVA

MILJÖÅTGÄRDERNA

Vatten



DE MEST EFFEKTIVA

MILJÖÅTGÄRDERNA

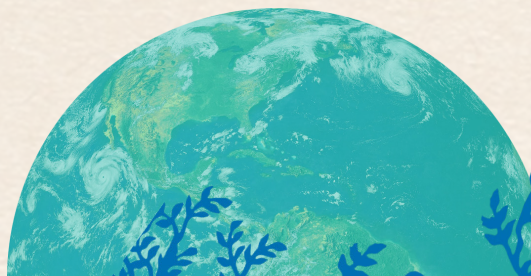
Vatten

Här hittar du en lista över de mest effektiva miljöåtgärderna relaterade till **vatten**. På den första sidan förklaras åtgärdernas kontexter mer i detalj. På de följande sidorna listas miljörelaterade åtgärder i form av handlingar som kan göras på individ-, daghems- och skolnivå samt i de omgivande verksamhetsmiljöerna. De nummerade punkterna kan kopplas till varandra parallellt så att punkt 1 i bakgrundsinformationen om miljöåtgärderna relaterar till punkt 1 i listan av handlingar som individer och organisationer kan göra.

Dessa handlingar har ett positivt avtryck, eftersom de direkt eller indirekt inverkar på individens men också miljöns välbefinnande, samt även minskar miljöbelastningen! Tillsammans kan ni välja de miljöhandlingar som passar er. Listan innehåller också en reflektionsövning som bjuder in deltagarna att iaktta sina vardagliga kontakter, värderingar och attityder samt sina känslor och vanor.

Grön Flagg: Som en del av temat VATTEN, välj minst tre åtgärder från listan.

Välj åtgärderna från avsnitten Våra miljöhandlingar och/eller Vi kan påverka ännu mer. Vi rekommenderar att ni väljer ett brett spektrum av handlingar snarare än t.ex. tre stycken som har med dricksvattenförbrukning att göra.





VAD ÄR VÅRA HANDLINGAR KOPPLADE TILL?

1. Gör virtuellt vatten konkret

Virtuellt vatten, även kallat dolt vatten, är den mängd vatten som används för att producera en viss vara eller service under hela dess produktionskedja. Varje livsmedel eller produkt som har odlats, uppfötts eller tillverkats industriellt har krävt vatten vid något tillfälle. **I genomsnitt består över 95 % av den finländska konsumentens vattenfotavtryck av virtuellt vatten, varav matproduktionens (i synnerhet animaliska produkter) andel är 70-90 %.** En stor del av det virtuella vattnet i de utländska livsmedel, produkter och service vi köper är bruksvatten från torra regioner som lider av vattenbrist. Genom våra vardagliga konsumtionsval kan vi tillsammans bidra till att även andra regioner har tillräckligt med vatten.

2. Ha koll på kranvattnet

Det synliga vattnet, dvs. det så kallade kranvattnet kommer direkt från kranen eller en brunn, och att använda det känns mer konkret. **I genomsnitt är under 5 % av den finländska konsumentens vattenfotavtryck direkt förbrukat vatten.** I Finland produceras bruksvattnet både från ytvatten och grundvatten. Det viktigaste att beakta från en miljöbelastningssynvinkel då vi använder vatten är att vara sparsam med varmvattnet, eftersom uppvärmningen av vatten förbrukar stora mängder energi.

3. Stoppa övergödningen av vattendrag

Eutrofiering eller övergödning har att göra med vattenkvaliteten och vattenorganismernas livsvillkor. Eutrofiering innebär att ett vattenecosystem som varit i balans förändras då en högre näringsmängd ökar tillväxten av alger och andra vattenväxter. Då primärproduktionen accelererar blir vattnet grumligare, fiskbestånden förändras, bottenvattnen lider av syrebrist vintertid, mass-

förekomster av blågröna alger blir allt vanligare och vattenorganismernas mångfald hotas. Det mest kända exemplet är den allvarligt eutrofierade Östersjön. Eutrofiering förorsakas av människans verksamhet (särskilt jord- och skogsbrukens samt hushållens avloppsvatten), som leder till en ökad näringsbelastning i vattendragen. En enskild näringsbelastningstopp i hushållens avloppsvatten förorsakas av den överflödiga proteinkonsumtionen.

4. Minska vattendragens avfallsbelastning

Kontaminering eller förorening av vattendragen är också kopplat till vattenkvaliteten och vattenorganismernas livsvillkor. Förutom övergödning bidrar även utsläpp av olja, kemikalier och avloppsvatten till att vattendragen förorenas. Diffus belastning, dvs. miljöbelastning från flera olika utsläppskällor är ett stort problem, som inte har minskat under de senaste årtionden. Särskilt jord- och skogsbruk samt glesbebyggelse förorsakar diffus belastning. Lokala punktbelastningar ökar också vattendragens avfallsbelastning, men de är lättare att lokalisera och åtgärda. Skräp och mikroplast som hamnar i vattendrag är en del av avfallsproblemet.

5. Bekanta dig med närvattens ekosystem

Det finns vattendrag i var och ens närmiljö. Största delen av vattendragen i Finland är små och grunda inlandsvatten, vars ekosystem och organismsamhällen är särskilt känsliga för de förändringar som människans verksamhet förorsakar. Vattendragen och deras organismer hotas förutom av övergödning och avfallsbelastning även av bl.a. markanvändning och uppdämning av strömmande vatten, vilket skapar vandringshinder för fiskar, samt andra vattenbyggnadsprojekt. Möjligheten att njuta av närvattnen för med sig ett ansvar för att ta hand om dem.



MINA MILJÖHANDLINGAR

– de mest effektiva miljöåtgärderna i var och ens vardag

1. Jag äter mer vegetariskt. Jag värdesätter mina ägodelar och köper nytt med eftertanke.

- Till måltider och mellanmål väljer jag vegetarisk mat så ofta det går, och jag äter animaliska produkter (särskilt kött och mjölkprodukter) mer sällan.
- Jag undviker matsvinn.
- Jag värdesätter mina ägodelar och förlänger deras livslängd genom att underhålla och reparera dem.
- Jag köper begagnat samt lånar och hyr det jag behöver.
- Då jag köper nytt gör jag det med eftertanke.
- Jag väljer hållbara produkter av hög kvalitet och undviker engångsprodukter.
- Jag ger immateriella gåvor.

2. Jag är sparsam med vatten.

- Om jag har kallt får jag upp värmen genom att röra på mig, inte ta en varm dusch.
- Jag använder sparsamt med vatten, t.ex. genom att minska på vattentrycket.
- Jag stänger av kranen medan jag tvålar in händerna.
- Jag väljer hel eller halv spolning i toaletten enligt behov.

3. Jag föredrar Östersjövänlig mat. Jag slänger ingenting i toaletten som inte hör dit.

- Jag äter mer vegetarisk mat och hållbart fiskad vildfisk.
- Jag undviker att äta mer protein än jag behöver.
- Förutom toalettpapper slänger jag ingenting i toaletten som inte gått via min mage.

4. Jag ser till att skräpet hamnar i soporna. Jag använder miljövänliga tvättmedel och kosmetika.

- Jag tar hand om miljön genom att alltid slänga skräpet i soptunnan.
- Då det är möjligt väljer jag miljövänliga, biologiskt nedbrytbara tvättmedel och naturkosmetika.

5. Jag tar hand om närvattnen och stugstranden.

- Jag sköter om närvattnen genom att städa stränderna.
- Jag kommer ihåg att urin och avföring inte hör hemma i vattendragen.
- På stugan påminner jag de andra om att mattor bör tvättas på torra land och med biologiskt nedbrytbara tvättmedel.
- Jag vet att vattendragen och deras närmiljöer är hem till många djur, så när jag rör mig där strävar jag till att förorsaka så lite störningar och utsläpp som möjligt.

VÅRA MILJÖHANDLINGAR

– de mest effektiva miljöåtgärderna i skolan eller på daghemmet

Varje punkt är en åtgärd du kan välja.

1. Mer grönsaker, mindre matsvinn. Begagnade och hållbara saker.

- Tillsammans med kökspersonalen främjar vi vegetarisk mat, mindre matsvinn och utnyttjandet av överlopsmat.
- I matsalen placerar vi de vegetariska alternativen först på linjen.
- Vi införskaffar begagnat och hållbart, mer sällan nya saker och engångsprodukter.
- Vi lägger till temat i skolans eller daghemmets upphandlingsriktlinjer.
- Vi skriver infolappar om det virtuella vatten som vardagliga produkter innehåller och placerar lapparna på en synlig plats.

2. Vi fäster uppmärksamhet på förbrukningen av bruksvatten.

- Tillsammans med fastighetens servicepersonal kontrollerar vi möjliga läckande kranar och toaletter.
- Vi minskar vattenförbrukningen genom att sänka vattentrycket eller installera flödesbegränsare.
- Vi följer upp förbrukningen med vattenmätare.
- Vi lägger upp lappar vid vattenpunkterna som uppmuntrar till sparsam användning av vatten.

3. Vi uppmuntrar till att följa en Östersjövänlig kost.

- Vi organiserar måltider med Östersjötema, där vi prioriterar grönsaker och inhemsk vildfisk.
- Vi ordnar också informationsinslag om proteinets miljöpåverkan och hur vi kan konsumera mer måttligt med protein.

4. Vi prefererar miljömärkta kemikalier. Vi återvinner farligt avfall.

- Vi utreder miljövänligheten av de medel som används för städning i daghemmet eller skolan, i köket och på gården, och vi främjar de nödvändiga förändringarna.
- Vi återvinner miljöfarligt avfall (t.ex. målfärger) genom att föra dem till de korrekta insamlingsplatserna.

5. Vi följer med och främjar närvattens tillstånd.

- Vi städar upp skräp från stränderna vid närliggande vattendrag.
- Vi övervakar regelbundet närvattens tillstånd och rapporterar våra resultat till myndigheter och forskare (t.ex. www.vatten.fi).

+ Reflektionsövning: Hur påverkar människan vattendragen?

Vi tar reda på hur ett vattendrag ser ut i naturligt tillstånd, med klart vatten och av god kvalitet, och jämför det med ett vattendrag av dålig kvalitet, som är övergött av avloppsvatten, diffus belastning eller annan mänsklig aktivitet. Vi för diskussioner baserade på våra resultat. Vi gör en utflykt till ett närvatten och observerar vilken typ av organismer som lever och rör sig där. Vi funderar över vilka effekter skräp som kastas i närvattnen kan ha på de organismer som lever i dem.

VI KAN PÅVERKA ÄNNU MER

– mer effektiva miljöhandlingar genom samarbete

Varje punkt är en åtgärd du kan välja.

Andra daghem eller skolor

- Göra daghems- eller skolbesök med en funktionell lektion på temat vatten
- Skapa och dela ut informationsinslag eller material om hur man kan spara vatten

Hem, lokalsamhälle och närområde

- Organisera en öppen bytar- och second hand-dag eller lagningsverkstad med information om det dolda vattnet vi konsumerar
- Förespråka vegetarisk mat och påverka köpbeslut
- Skapa och dela ut tips om hur man kan spara vatten

Företag, föreningar och samfund

- Kontakta den kommunala matservicen för att öka utbudet av vegetarisk mat
- Besöka ett avloppsreningsverk eller bjuda in experter till daghemmet eller skolan
- Kontakta närbutiken och föreslå att de ställer fram miljömärkta produkter på en synlig plats
- Delta i ett miljöprojekt som drivs av en vattenskyddsförening eller någon annan aktör som restaurerar vattendrag

Beslutsfattare och myndigheter

- Kontakta lokala beslutsfattare för att få fler soptunnor till allmänna badstränder
- Skicka postkort, e-post eller Twittermeddelanden till lokala beslutsfattare för att stödja skyddandet eller restaureringen av närvatten
- Kontakta beslutsfattare eller myndigheter för att stödja utdelandet av matsvinn till behövande

Media och det offentliga rummet

- Skriva en insändare om temat 'vatten'
- Organisera en Östersjörunda och skapa synlighet i media
- Ordna strandstädnings- och -restaureringstalko eller ploggingevenemang (plocka skräp och jogga)
- Skriva en artikel om framgångsrika åtgärder till lokaltidningen eller en tidskrift

Experterna Venla Niva (Aalto-universitetet), Maaria Parry (Helsingforsregionens miljötjänster HRM) och Essi Huotari (Kudelman-forskarnätverket) har kommenterat listan för att säkra att de mest effektiva och centrala vattenrelaterade miljöåtgärderna för en skol- och daghemsmiljö finns med.