

DE MEST EFFEKTIVA

MILJÖÅTGÄRDERNA

Energi



DE MEST EFFEKTIVA

MILJÖÅTGÄRDERNA

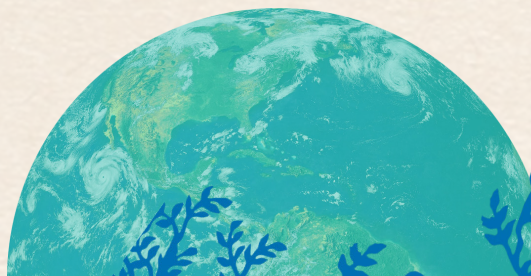
Energi

Här hittar du en lista över de mest effektiva miljöåtgärderna relaterade till **energi**. 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 numrerade 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 **ENERGI**, 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. Värme och elektricitet i vardagen på ett hållbart sätt

Energiförbrukningen syns i vår vardag på många sätt. Direkt energianvändning avser all den energi som vi använder direkt till boende och vardagliga aktiviteter, t.ex. för uppvärmning av inomhusluft och bruksvatten, belysning och elapparater. Ungefär fyra femtedelar av den totala energiförbrukningen förorsakas av uppvärmningen av bostäder och bruksvatten, vilket innebär att också de resulterande utsläppen är betydande.

2. Fossilfri mobilitet och turism

Direkt energianvändning omfattar även mobilitet och turism. För mobilitet och turism används fortfarande huvudsakligen fossila bränslen, och utsläppen motsvarar nästan en tredjedel av en genomsnittsfinländares koldioxidavtryck. Särskilt i tätorter och städer förorsakar trafiken dessutom också luftföroreningar, som är skadliga för hälsan. Då man rör sig med hjälp av muskelkraft och fordon som utnyttjar förnybar energi minskar man utsläppen samt upprätthåller både sin egen och andras hälsa.

3. Från energislukande överkonsumtion till återvinning och samägande

Energi används också indirekt. Med detta menas den energimängd och de utsläpp som förorsakas av produkterna och servicen vi köper, under hela deras livscykel. Indirekt energianvändning är svårare

att identifiera och beräkna än direkt energianvändning, bl.a. för att en betydande andel av energiförbrukningen då produkter och service produceras sker utanför Finland. Det betyder också att de utsläpp som processen förorsakar uppstår utomlands. Indirekt energianvändning kan obemärkt förorsaka en stor del av vår energiförbrukning. Ju mer vi konsumerar, desto högre är vår energiförbrukning och de utsläpp den förorsakar. Även internet och strömningstjänster räknas som service vars produktion i stora serverhallar förbrukar rikligt med energi och har förorsakar betydande utsläpp. För att spara energi och minska utsläppen borde tyngdpunkten för konsumtionen flyttas mer mot hållbart producerade tjänster, återvinning av saker samt samägande.

4. Påverka genom kostval

Då det gäller livsmedel innebär indirekt energianvändning den förbrukning och de utsläpp som förorsakas av bl.a. primärproduktionen samt av produkternas tillverkning, förpackning, transport, lagring och avfallshantering. När du köper livsmedelsprodukter lönar det sig att se på helheten snarare än bara på en egenskap. Livsmedel står för ungefär en femtedel av den totala energiförbrukningen i finländska hushåll. Genom att välja livsmedel som förbrukar lite energi och har låga utsläpp (särskilt de flesta växtbaserade produkter) kan vi drastiskt minska på miljöbelastningen.



MINA MILJÖHANDLINGAR

– de mest effektiva miljöåtgärderna i var och ens vardag

1. Jag värmer upp inomhusluft och vatten sparsamt. Jag stänger av apparater och släcker lampor efter användning.

- Jag värmer mig genom att röra på mig, inte i en het dusch.
- Jag tappar bara den mängd varmvatten jag behöver.
- Jag klär mig varmare och uppmuntrar andra att sänka inomhustemperaturen.
- Jag stänger av elektriska apparater och släcker lamporna när jag inte behöver dem.

2. Jag rör mig på hållbart sätt och undviker att flyga.

- När det är möjligt färdas jag kortare sträckor med egen muskelkraft, och längre sträckor med kollektivtrafik eller samåkning.
- Jag reser mer sällan och föredrar landsvägs- eller båtresor och lokala destinationer framför flygresor och fjärran länder.

3. Jag värdesätter mina ägodelar och köper nytt med eftertanke.

Jag använder strömningstjänster mindre.

- Jag värdesätter mina ägodelar och förlänger deras livslängd genom att underhålla och reparera dem.
- Jag slänger inte användbara saker i soporna.
- Jag sorterar mitt avfall.
- Jag köper begagnat, lånar och hyr.
- Jag köper nytt med eftertanke, och då hållbara produkter av hög kvalitet.
- Jag undviker engångsprodukter.
- Jag föredrar produkter och tjänster som kräver lite energi att producera.
- Jag använder strömningstjänster måttligt eller gör det till en vana att låta bli dem en dag i veckan.

4. Jag väljer mer växtbaserad mat. Jag minskar på matsvinnet.

- Jag väljer växtbaserade alternativ vid måltider och mellanmål så ofta som möjligt och äter animaliska livsmedel mer sällan (särskilt kött och animaliska mejeriprodukter).
- Jag lägger bara upp så mycket mat på tallriken som jag orkar äta och tar sedan mer vid behov.

VÅRA MILJÖHANDLINGAR

– de mest effektiva miljöåtgärderna i skolan eller på daghemmet

1. Vi reglerar inomhustemperaturen och belysningen samt använder elektriska apparater med eftertanke.

Varje punkt är en åtgärd du kan välja.

- Vi undersöker möjligheten att övergå till förnybar och miljöcertifierad energi för uppvärmning och el.
- Vi värmer endast de utrymmen vi använder och ställer in den rekommenderade temperaturen (+21°C).
- Vi vädrar snabbt och effektivt.
- Vi gynnar naturligt ljus och använder energisnåla glödlampor.
- Vi använder elektriska apparater med eftertanke och stänger av dem då de inte används.
- Vi gör affischer eller kampanjer för att påminna människor om att vara sparsamma med el och varmvatten.
- Tillsammans med fastighetsförvaltningen följer vi med energiförbrukningen och hur våra åtgärder påverkar den.

2. Vi uppmuntrar till hållbar mobilitet under skolresor och fritiden.

- Vi utmanar barnen och föräldrarna att färdas till daghemmet och skolan med muskelkraft eller genom samåkning.
- Vi anordnar en tävling för att se vilken grupp eller klass som inom en viss tidsram har färdats till skolan/daghemmet mest hållbart.
- Vi ordnar de gemensamma utflykterna till lokala resmål.
- Vi delar med oss av tips och erfarenheter om hållbart resande under morgonsamlingarna.

3. Vi använder saker under en lång tid, vi köper med eftertanke och begagnat.

- Vi använder saker under en lång tid.
- Vi utnyttjar befintliga lager genom inventering.
- Vi omvandlar avfallsmaterial till nytt genom hantverk.
- Vi synliggör temat i daghemmets eller skolans upphandlingsanvisningar.
- Vi köper begagnat samt byter och lånar saker.
- Vi köper nytt med eftertanke.
- Vi undviker engångsprodukter och onödiga utskrifter.

4. Vi väljer säsongsmat som är växtbaserad och lokalt producerad. Vi minskar på matsvinnet.

- Vi kontakter kökspersonalen och försöker öka andelen växtbaserad och lokalt producerad säsongsmat i måltiderna.
- I matsalen placerar vi de vegetariska alternativen först på linjen.
- Vi hittar sätt att minska matsvinnet och ta tillvara överbliven mat.

+ Reflektionsövning: Hur kan vi spara energi?

Tillsammans diskuterar vi vad det är nödvändigt att använda energi på i vardagen och vad inte. Vi studerar energiförbrukningen i produktionskedjan för en vardagsprodukt (t.ex. kläder eller elektronik). Vi diskuterar var i världen utsläppen från produktionen av våra vardagliga livsmedel, varor och tjänster sprids och vad detta innebär för livsmiljöerna och organismerna i de områdena.

VI KAN PÅVERKA ÄNNU MER

– mer effektiva miljöhandlingar genom samarbete

Andra daghem eller skolor

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

Varje punkt är en åtgärd du kan välja.

Hem, lokalsamhälle och närområde

- Organisera en öppen bytar- och second hand-dag eller lagningsverkstad med information om produkternas energiförbrukning och utsläpp
- Förespråka vegetarisk mat och påverka köpbeslut
- Skapa och dela ut tips om hur man kan spara energi

Företag, föreningar och samfund

- Bjuda in en energirådgivare på besök till skolan eller daghemmet
- Kontakta den kommunala matservicen för att öka utbudet av vegetarisk mat

Beslutsfattare och myndigheter

- Ordna en frågestund för beslutsfattare om de största användarna av värme och el i den egna kommunen eller staden
- Skicka postkort, e-post eller Twittermeddelanden till lokala beslutsfattare för att främja energisparåtgärder

Media och det offentliga rummet

- Skriva en insändare om temat 'energi'
- Delta i Earth Hour-evenemanget och skapa synlighet i media
- Ordna en kampanj för kollektivtrafik eller hållbar turism
- Skriva en artikel om framgångsrika åtgärder till lokaltidningen eller en tidskrift

Experterna Marikka Sand (Helsingforsregionens miljötjänster HRM), Jani Sillanpää (HRM), Sanna Tiainen-Erkkilä (HRM), Nina Teirasvuoto (Motiva) och Minna Tolvanen (Motiva) har kommenterat listan för att säkra att de mest effektiva och centrala energirelaterade miljöåtgärderna för en skol- och daghemsmiljö finns med.