Jednoduché kroky,

JAK SNÍŽIT SVOU UHLÍKOVOU STOPU

Uhlíková stopa udává míru dopadu vašich aktivit na množství oxidu uhličitého a dalších skleníkových plynů vyprodukovaných spalováním fosilních paliv a je vyjádřena jako hmotnost emisí CO_2 v tunách.

Níže je pár návrhů, pomocí kterých může každý jednotlivec snížit emise uhlíku související s dopravou, potravinami, používáním energie v domácnosti, využíváním vody a nakládáním s odpady.

DOPRAVA

- Zkuste jeden z následujících způsobů, jak se dostat do práce nebo do školy: na kole, pěšky, spolujízdou nebo veřejnou dopravou.
- Cestujte vlakem, pokud můžete.
- Vyhněte se krátkým cestám autem. Pokud je motor chladný, jsou emise CO_2 a spotřeba paliva mnohem vyšší.
- Nespěchejte – rychlá jízda spotřebovává více paliva a uvolňuje více CO_2.
- Objevujte alternativy k létání.
- Zapojte se do iniciativ, které podporují veřejnou dopravu.

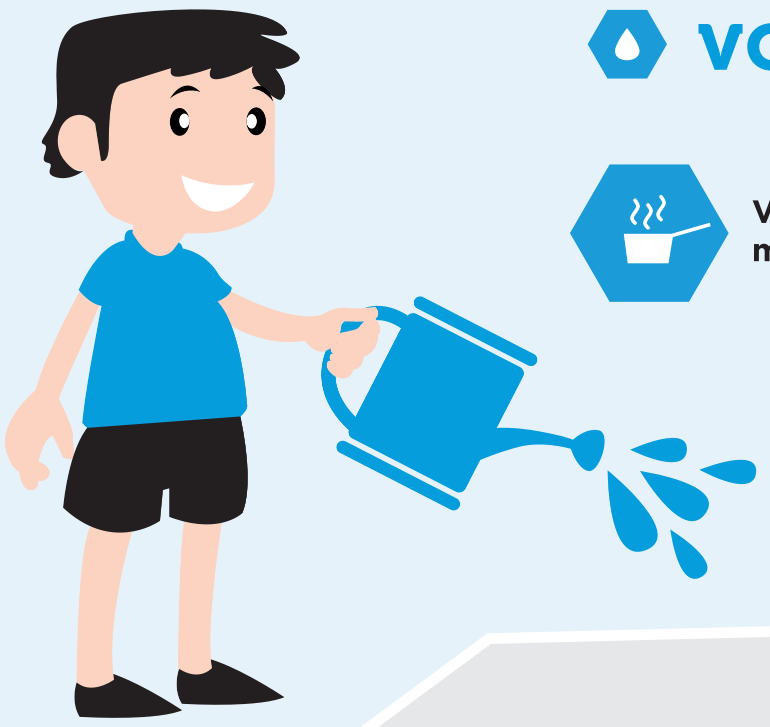
JÍDLO

- Omezte příjem živočišných produktů.
- Jezte místní a sezónní produkty.
- Neplýtvejte jídlem.
- Recyklujte či kompostujte organický odpad.

ENERGIE

- Ztlumte topení. Snížením teploty o 1 °C můžete zmenšit náklady za energie o 5–10 % a zamezit 300 kg emisím CO_2 za rok.
- Příliš nechlaďte. Klimatizace jsou skuteční žrouti energie. Větráky mohou být alternativa, přesto používejte chlazení střídmě a hledejte energeticky nejúčinnější model.
- Odebírejte elektřinu z obnovitelných zdrojů.
- Naprogramujte svůj termostat tak, abyste v noci nebo v době, kdy jste mimo dům, minimalizovali spotřebu energie pro vytápění a chlazení.
- Odmrazujte pravidelně ledničku a mrazák.
- Pokud telefon nenabíjíte, vytáhněte nabíječku ze zásuvky.
- Používejte úsporné žárovky.

VODA



- Vařte odpovídající množství vody.
- Při vaření přikrývejte hrnec poklicí.
- Zdržte se pití balené vody.
- Dejte přednost sprše před koupelí.
- Utahujte kohoutek.
- Používejte pračku a myčku nádobí jen v případě, že jsou plné.
- Sušičku používejte pouze v nezbytně nutných případech. Přirozené sušení oblečení je ten nejlepší způsob, jak dosáhnout cíle: vaše oblečení vydrží déle a energie na něj je zdarma a čistá.

ODPADY

- Minimalizujte odpad.
- Třiďte co nejvíce.
- Nákupní tašky používejte opakovaně.
- Vybírejte takové výrobky, které nejsou příliš balené.
- Nakupujte inteligentně.
- Zamezte pálení odpadků ve své domácnosti.

ci2

www.ci2.co.cz

Zdrojem pro infografiku je materiál organizace WHO s názvem:
REDUCING YOUR CARBON FOOTPRINT CAN BE GOOD FOR YOUR HEALTH.