

Így csináltuk mi: tippek a KaméLEON közösségtől

Az alábbiakban a 2014-2015-ös EnergiaKözösségek verseny előkelő 2. helyén végzett KaméLEON csapatának beszámolóját olvashatjuk a versenyben szerzett tapasztalataikról, élményeiről, a hétköznapijainkban bevezetett energiatudatos ötletekről.

„Az EnergiaKözösségek versenyben való részvételünk célja, hogy tegyünk jobb, élhetőbb jövőnkért és több pénz maradjon a családi kasszában.

Az életformánk környezettudatosabb és energiahatékonyabb átalakítása tapasztalataink szerint nem volt olyan hosszú és nehéz, mint gondoltuk a versenyhez csatlakozáskor. Megszerzett tudásunkat és tapasztalatainkat az alábbiakban szeretnénk megosztani Veletek.

Egészen egyszerű cselekedetekkel is jobbá és fenntarthatóbbá változtathatjuk a körülöttünk lévő világot. Elég, ha „csak” odafigyelünk cselekedeteinkre és azok következményeire. Ha minden nap teszünk valami apróságot, tudatosan választunk, vásárolunk, közlekedünk, döntünk ... stb., máris tettünk valamit környezetünk fenntarthatósága érdekében.

Első lépés, hogy felmérjük, hogy a háztartásunk és az életmódunk mennyire környezetkímélő, milyen tudatosan döntünk. A háztartási audit elvégzésével az adottságok és szokások kerültek feltérképezésre, majd a lehetőségeinket vizsgáltuk meg - milyen fenntartható megoldások léteznek és valósíthatók meg a háztartásunkban, az életvitelünkben és aztán elkezdtünk ezen munkálkodni és egyszer csak azt vettük észre, hogy „már az életünk része”.

Jó tanácsok:

- Tartsd észben, hogy nem vagy egyedül. A változásokban fontos szerepet játszik a közösség - családod, munkatársaid, barátaid, ismerőseid.
- Mérd a fogyasztásod, mert ha tudod mekkora, csökkenteni is könnyebb lesz.
- Cselekedj tudatosan, következetesen.
- Kezdd az egyszerűen, gyorsan megvalósíthatóval.

Az általunk megvalósított ötletek a környezet- és energiatudatos mindennapok kialakításához:

- lekapcsoljuk a világítást, ha nem vagyunk a helységben;
- stand-by üzemmódot is lekapcsoljuk, áramtalanítunk;
- az izzókat energiatakarékos, LED égőkre cseréljük;
- a hűtő és fagyasztó hőmérsékletét +5 ill. -18 Celsius fokra állítottuk;
- „A” vagy ennél jobb energia kategóriájú készülékeket vásárolunk;
- gyalog megyünk, tömegközlekedést használunk;
- olyan életmód kialakítására törekszünk, ami nem igényel napi autóhasználatot;
- lift helyett lépcsőn megyünk;
- zuhanyozunk kádfürdő helyett, szappanozáskor elzárjuk a vizet;
- fogmosás, borotválkozás közben nem folytatjuk a vizet;
- hideg ételeket készítünk heti több alkalommal, kerülve a főzést;
- húsmentes napokat iktatunk a heti étrendbe;
- ételmaradékokat felhasználjuk, átalakítjuk más étellé;
- hőtárolós edényekben főzünk;
- befőzünk zöldséget, gyümölcsöt;
- a mosógépet, mosogatógépet tele pakolva indítjuk el;
- a ruhákat a szabad levegőre teregetjük;
- bevásárláshoz viszünk magunkkal szatyrot, kosarat;
- vásárlásnál ügyelünk rá, hogy hazai terméket vásároljunk;
- előnyben részesítjük a friss termékeket;
- annyi élelmiszert vásárolunk és készítünk el, amennyit elfogyasztunk (ételhulladék ne keletkezzen);



Rövid távon nem használunk autót



Kertészkedünk

- az időjárást kihasználva sokat vagyunk a szabadban, alig kapcsoljuk be a TV-t, számítógépet, DVD lejátszót, olvasunk, beszélgetünk, társasozunk, kártyázunk, családi és baráti programokat valósítunk meg;
- kertészkedünk – virágot ültetünk, konyhakertet nevelünk;
- szelektíven gyűjtjük a háztartási hulladékot (szemetünk nagy része újrahasznosítható);
- esővizet gyűjtünk a kerti locsoláshoz;
- komposztálunk;
- madárbarát kertet alakítottunk ki;
- leeresztjük a redőnyöket, vastag sötétítőfüggönyökkel kizárjuk a meleget/hideget;
- a nappaliban 20, a gyerekszobában 22, a hálóban 18 Celsius-fok körülre állítjuk be a hőmérsékletet;
- párasítjuk a levegőt növényekkel, párologtatóval;
- feleslegessé vált, de még használható ruháinkat, tárgyainkat, eszközeinket, berendezéseinket családtagjainknak, barátainknak, ismerőseinknek vagy szeretetszolgálatnak adjuk;
- eldobható helyett elmosható használatot használunk (pl. konyharuha papírtörölő helyett);
- igyekszünk kevés vegyszert használni a háztartásunkban (ecet, citromsav, szójababkarbóna);
- saját készítésű ajándékokkal lepjük meg szeretteinket vagy tárgyak helyett élményekkel.”

Béla Petra, a KaméIEON közösség klíma-koordinátora



Teregetés a szabadban



Megújuló energiát is használunk a fűtésre és melegvíz előállításra



Kirándulás



Szelektív hulladékgyűjtés



Szalonnasütés



Termosztát beállítás



Izzócsere



Szemétszedés egy Debrecen közeli erdőben

Hasznos információk, kapcsolat, támogatók

Szerkeszti: Vadovics Edina
Közreműködött: Antal Orsolya és Vadovics Kristóf

Design: Iconica Bt.

Információk az E.ON EnergiaKözösségek programról:

GreenDependent Intézet

2100 Gödöllő, Éva u. 4.

Tel.: 06-28-412-855

E-mail: info@energiakozossegek.hu

Honlap: www.energiakozossegek.hu

www.greendependent.org



Az E.ON EnergiaKözösségek program partnere:



A verseny védnöke Dr. Szabó Marcel, a jövő nemzedékek érdekeinek védelmét ellátó biztoshelyettes.



Az EnergiaKözösségek programot 2011-2013-ban az Európai Unió Intelligens Energia Európa programja támogatta.

Ezen információs hírlevél tartalmáért a kizárólagos felelősség a szerzőket terheli, nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió véleményét. Sem az EACI, sem az Európai Bizottság nem felelős az abban foglalt információk bármilyen jellegű felhasználásáért.