



Euroopa  
Komisjon



TEIE VALIKUD  
MUUDAVAD MAAILMA

# Tarbimisjuhend



THE  
**AWAKENERS**

Keskkond



# TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHE

## Sisukord

<b>Kampaania</b>	<b>3</b>
<b>Tõhus ressursikasutus</b>	<b>4</b>
Mis see on?	4
Miks me seda vajame?	4
Jäätmete muutmine ressursiks	4
Vesi, eluliselt oluline ressurss	6
<b>Muudame EL-i majanduse roheliseks</b>	<b>7</b>
Mis on roheline majandus?	7
Euroopa kujundamine roheliseks majanduseks	7
Loodusvarasid kaitsvad säästvad poliitikad	8
Roheline majandus ja töökohad	11
<b>Nõuanded</b>	<b>12</b>
Õhk	13
Vesi	16
Pinnas	24
Mineraalid	26
Puit	28
Bioloogiline mitmekesisus	30
Jäätmed	35
Korduskasutamine	44
Ringlussevõtt	46
Transport/reisimine	49
Energiatõhusus	51
Ületarbimine	55
Roheline majandus	58



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

# Kampaania

Teie valikud muudavad palju.

Kas soovite elada maksimaalselt, respektides samal ajal loodust? Sel juhul on Generation Awake mõeldud teile. Oluline on vaadata lahtiste silmadega oma tarbimisvalikuid ja nende mõju maakera loodusressursidele. Kui olete osa Generation Awake'ist, olete teadlik sellest, et teie valikud ei muuda mitte üksnes teie maailma, vaid ka planeeti.

Kuidas? Kuna elu koosneb valikutest, muudavad igapäevased arukad ja keskkonnaga arvestavad otsused tohutul määral nii teie kui ka teie pere ja sõprade elu. Esmalt aitab see teil säästa raha ja parandab elustiili, peale selle toetab ka majandust. Peale selle muudavad intelligentsemad tarbijavalikud teie linna, riigi, Euroopa ja planeedi praeguste ja tulevaste põlvete jaoks tervemaks ning veelgi jätkusuutlikumaks.

Koos saame teha tööd ühiskonna nimel, kus oskame saada vähemast rohkem, äraviskamine on vaid mineviku jäänus, jäätmete tekkimine on viidud nullini ja kõikide esemetel on väärtus ning neid saab taaskasutada või uueks töödelda.

Generation Awake on Euroopa Komisjoni loodud kampaania, et rõhutada seda, mida igaüks meist saab igapäevases elus teha vee, energia ja muude loodusvarade säästmiseks ning jäätmete vähendamiseks. Kui teile meeldib see, mida näete, jagage sõnumit oma perekonna ja sõpradega ning ühinege meiega Facebookis. Aitäh! Tore, et olete meiega.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

# Tõhus ressursikasutus

### Mis see on?

Me vajame loodusressursse, näiteks metalle, mineraale, metsasid, maad, toitu, õhku ja vett enda healuks, aga kulutame neid kiiremini, kui neid on võimalik taastada. Kui hävitame loomi ja taimi, mis hoiavad meie ökosüsteemi tasakaalus, kuhjame tulevikku probleeme.

Selleks et meid (ja meie lapsi) ootaks kvaliteetne elu, tervislik keskkond ja elujõuline majandus, peame nii üksikisikute kui ka ühiskonnana muutma seda, kuidas oma ressursse kasutame. Tõhus ressursikasutus tähendab vähemate vahenditega rohkema tegemist, ressursside kasutamist jätkusuutlikult ja keskkonnamõju minimeerimist.

### Miks me seda vajame?

Kui jätkame vanaviisi, kasutame 2050. aastaks rohkem ressursse kui tänapäeval. Ilmselt ei ole see võimalik. Enam kui 60% meie ökosüsteemist on juba ülekasutatud, globaalsed kalavarud seisavad silmitsi surmaahvardusega ja me ohustame vee ja õhu kvaliteeti, võttes maha liiga palju puid.

Maailma rahvastiku arv on jõudmas 9 miljardini ja seetõttu peab meist saama ühiskond, mis kasutab ressursse tõhusamalt, ühiskonnaks, mis teeb tööd keskkonna parandamise, mitte selle hävitamise nimel.

Seetõttu teeb EL tööd tõhusa ressursikasutuse nimel, mis tähendab ressursside kasutamist säästlikumalt. Toormaterjale (nagu vesi, mineraalid ja puud) tuleb kohelda tõhusamalt terve nende elutsükli jooksul, sellest ajast, kui nad kasutusele võetakse kuni hetkeni, mil nad kasutuselt kõrvaldatakse.

Kõige rohkem avaldame keskkonnale mõju toidu, hoonete ja transpordiga, järelkult tuleb neid valdkondi kõige rohkem muuta. Tarbijana saame anda oma osa, hinnates ostetavate toodete eluiga ja mõju, seda, kuidas me kasutame kodus energiat ja vett ning rääkides sõprade ja perekonnaga meie ostuvalikutest.

### Jäätmete muutmine ressursiks

Tavaliselt on jäätmeid nähtud saasteallikana. Kuid osavalt käideldud jäätmetest saab väärtusliku allika materjalide saamiseks, eriti siis, kui paljude toorainete varud on otsakorral.

Parim variant on lõpetada jäätmete tekitamine. Kui see ei ole võimalik, on head alternatiivid taaskasutus ja ringlussevõtt.

## Vähendamine



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

Mõelge, millist mõju avaldavad keskkonnale ostetud asjad, ka nende pakendid. Kasutage alati ringlusse võetavaid kotte, vähendage toidu raiskamist ja võimaluse korral valige taastäidetavad tooted, et vältida ühekordselt kasutatavaid anumaid. Miks ei võiks panna postkastile silti, et te ei soovi saada rämpsposti, ja loobuda paberil lehtede, reklaamlehtede, puhkusepakkumiste ja kataloogide tellimisest veebiversioonide kasuks? Arvete maksmiseks ja pangateadete saamiseks võite kasutada internetti või alustada koduse komposti loomisega puu- ja juurviljade jäätmetest. Kallitele inimestele kingitusi tehes mõelge parem teenuse, näiteks ürituste piletite või lemmikharrastuse kursuse kinkimisele. Kui vajate toodet, mida kasutate ainult korra (näiteks raamat või mõni tööriist), kaaluge ostmise asemel selle laenamist. Kui teil on laps, mõelge taaskasutatavate mähkmete kasutamisele. Kahe ja poole aastane laps on ära kasutanud umbes 6500 ühekordselt kasutatavat mähket, mis võrdub 1,5 tonni jäätmetega.

### Korduskasutamine

Esemete taaskasutamisel on mitu eelist. See vähendab nõudlust loodusressursside järele, säästab energiat, vähendab jäätmeid ja säästab raha.

Võib-olla ei ole teil vaja oma vanu riideid, raamatuid, kotte, mööblit või mobiiltelefoni, aga kellelgi teisel on. Kas olete mõelnud soovimatute esemete müümisele või annetamisele veebipoodides või heategevuskauplustes või asjade vahetamisele sõpradega? Peale selle saate anda oma panuse, kui ostate kasutatud riideid ja muid asju.

Võimaluse korral kaaluge taaskasutatavate asjade ostmist ühekordselt kasutatavate asemel (nt laetavad patareid) ja taaskasutage esemeid mõnel muul otstarbel. Plastist toidukarbid sobivad ideaalselt saaduste säilitamiseks külmikus, moosipurgid maitseainete hoidmiseks ja vanad õnnitluskaardid kinkidele nimesiltide või kollaaži tegemiseks.

Enne katkiste või kulunud esemete ära viskamist uurige, kas neid saab parandada, ja enne uute toodete ostmist mõelge, kas neid on võimalik tulevikus paranda.

Kohalikud n-ö vabakäitluse veebisaidid on sobivad kohad, et viia kokku inimesi, kellel on midagi ära anda teistega, kes midagi tasuta vajavad, näiteks lasteriideid, vanu telereid või isegi ehitusest üle jäänud kive. Paljud disainerid ja ettevõtjad on hakanud tegelema toodete taaskasutusega, luues vanadest ja kasutatut-est esemetest ainulaadseid tooteid, mille eest saab küsida head hinda. Katkised ehted, kangajäägid ja mööbel (eriti vanad esemed) on loovale mõistusele suurepäraseks vahendiks. Otsige veebist käsitöölehti ja proovige isegi.





## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Ringlussevõtt

Ringlussevõtt on pärast taaskasutamist parim valik. Sellega muudetakse kasutatud esemed uuteks toodeteks, mis aitab säästa piiratud ressursse ja kaitsta looduslikke elupaiksid. Ringlussevõtt aitab vältida vee ja õhu saastumist, mida põhjustavad toormaterjalide kaevandamine ja metsaraie, ning kasutab võrreldes toormaterjalidega uute toodete valmistamiseks vähem energiat. Peale selle vähendab see põletamise ja prügilasse minevate jäätmete hulka, mis on peamised metaani, kliimamuutust süsinikdioksiidist enam kui 20 korda rohkem mõjutava kasvuhooonegaasi tekitajad.

Omavalitsuste jäätmete ringlussevõtu määrad on EL-is oluliselt kasvanud (23%-lt 2001. aastal 35%-ni 2010. aastal), aga arenguruumi on veel küllaga, sest praegu vastavad ainult 4 riiki 28-st seadusandlikule eesmärgile võtta 2020. aastaks ringlusse 50% majapidamise ja sarnastest jäätmetest. Väga suurt osa majapidamisjäätmetest saab võtta ringlusse: orgaanilised jäätmed, sh toores ja küpsetatud toit, paber ja kartong, tekstiilid, metall, klaas ja teatud sorti plastid. Paljud omavalitsused pakuvad uksest ukseni teenust, et koguda kokku osa või kõik sellised ringlusse võetavad jäätmed. Kui teie omavalitsus seda võimalust ei paku, on teil ehk kohalik jäätmekäitluskeskus, kuhu saate need asjad ise viia.

### Vesi, eluliselt oluline ressurss

Mõnes Euroopa osas on vett küllaga ja mõnes seda napid, aga kus iganes te elate, kasulik on endale teadvustada veekasutust ja võimaluse korral vältida selle raiskamist. Vesi on piiratud ressurss. Selle joomiskõlblikuks tegemiseks tuleb seda töödelda ja enne heitvee suunamist keskkonda tuleb ka seda töödelda. Mõlemad tegevused tarbivad energiat ja muid ressursse. Seistes silmitsi tulevikuga, kus veepuudus on suurem, ilmaolud on ettenägematumad ja puhta vee järele on suurem globaalne nõudlus, on oluline, et me kõik kasutaksime vett tõhusamalt, nii otseselt kui ka kaudselt.

Lihtne on näha, kus raiskate vett otseselt, ja teha samme oma käitumise muutmiseks. Vanniminemise asemel käige duši all, paigaldage vett säästev dušiotsik, vett säästev tualettpott ja muud majapidamis-seadmed, parandage lekkivad kraanid ja tualettpotid kiiresti, hambaid pestes keerake kraan kinni ja taimede kastmiseks koguge vihmavett. On ka ilmselged keelud. Ärge kasutage tualettpotti prügikastina ja ärge valage värvi ega muid keskkonnale kahjulikke ained kraanikausist alla.

Kaudne veetarbimine on enamasti märkamatu ja ilmselt tähendab seda, et kasutate palju rohkem vett, kui arvate. Seda seetõttu, et vett kasutatakse peaaegu kõige tegemiseks. Kui ostate näiteks kohalikust poest koti kartuleid, on otsene veetarbimine see kogus vett, mida kasutate kartulite ettevalmistamiseks, pesemiseks ja keetmiseks. Aga kaudne tarbimine on kogu vesi, mida on kasutatud terves kartulite tootetsükli: kuid niisutamist, transport, seadmete küte ja nii edasi. Paljud ettevõtted on hakanud arvutama ja avaldama oma toodete vee jalajälge, nii et kui valite väiksema jalajäljega toote, teete ilmselt keskkonnale teene. Otsese ja kaudse veetarbimise kohta vaadake teavet meie veejuhendist (<http://www.imagine-allthewater.eu>).



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

# Muudame EL-i majanduse roheliseks

## Mis on roheline majandus?

Tänapäevaste väljakutsetega silmitsi seismiseks peame muutma seda, kuidas tooteid toodame ja tarbime. Peame vähemate vahenditega looma rohkem, vähendama kulusid ja minimeerima mõju keskkonnale. Vähemaga tuleb saavutada rohkem.

Tõhusamad tootmisprotsessid ja paremad keskkonnahaldussüsteemid võivad oluliselt vähendada saastumist ja jäätmeid ning säästa vett ja muid ressursse. See on hea ka ettevõtjatele, kuna suudab vähendada tootmiskulusid ja sõltuvust toormaterjalidest.

Selline on mõtlemine rohelise majanduse (ehk ringmajanduse), süsteemi taga, mis optimeerib kaupade ja teenuste voolu, et lõigata toormaterjalidest maksimaalset kasu ja vähendada jäätmete hulka absoluutse miinimumini.

Rohelises majanduses jagatakse materjale tüübi kaupa. Bioloogilisi materjale (toit, taimsed jäätmed, puit ja tekstiilkiud) tarbitakse ja suunatakse tagasi keskkonda komposti või väetisena, et taastada pinnase toitaineid, ja/või töödeldakse, et toota taastuvenergiat. Tehnilisi materjale säilitatakse, taaskasutatakse, remonditakse või võetakse suletud süsteemis korduvalt ringlusse. Süsteem on energiatõhus ja kasutab taastuvenergiat nii palju kui võimalik, vähendades kasvuhoonegaaside emissioone.

Roheliseks majanduseks on vaja muuta tootmise hoiakut „võta-kasuta-kõrvalda”.

See loob uue dünaamika kõikides sektorites. Tootedisainis ja tootmises tekib nõudlus uuenduste järele, kuna soovime arendada uue põlvkonna tooteid, mille kasutusaeg on pikem ja mida saab taaskasutada, parandada, osadeks võtta ning nende osad taaskasutada või ringlusse võtta.

Valitsused ja ettevõtted peavad aitama töötaval rahvastikul arendada uusi oskusi, et olla vastavuses rohelise majanduse nõudmistega.

## Euroopa kujundamine roheliseks majanduseks

Enamik eurooplasi naudib head elukvaliteeti ning neile on kättesaadav lai valik tooteid ja tarbekaupu. Paljude jaoks on see iseenesestmõistetav, aga tegelikult kasutame loodusvarasid kiiremini, kui need taastuvad. Jõukuse kasvades maailmas eeldavad teistegi piirkondade inimesed põhjendatult, et saavad nautida sama kvaliteetset elu.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

Seetõttu vajabki Euroopa rohelist majandust. Väiksema hulga toormaterjalidega on võimalik teha rohkem ja vähendada meie mõju keskkonnale innovaatilisemate ja tõhusama ressursikasutusega ettevõtetega ning jäätmete kasutamisega ressursina. Teel rohelse majanduseni sellistes valdkondades nagu jäätmekäitlus ja jäätmete ringlussevõtt, veekäitlus ja -varustus ning taastuenergiad peame õppust võtma Euroopa keskkonnasäästlikest tööstustest ja neile tuginema. Viimastel aastatel ja majanduskriisi ajal on need valdkonnad olnud kõige paindlikumad ja kiiremini arenevad.

Üleminek rohelsele majandusele aitab juhtida globaalset majandust, mis vajab hädasti lahendusi suurenevast populatsioonist, vähenevatest ressurssidest ja allakäinud looduskeskkonnast tingitud probleemidele.

### Loodusvarasid kaitsvad säästvad poliitikad

Hea uudis on, et on saavutatud teatavat edu. Meie vesi ja õhk on märgatavalt puhtamad kui mõnikümme aastat tagasi ning Euroopa loodusest on kaitstud palju suurem osa kui kunagi varem. EL pöörab nüüd tähelepanu ressursside tõhusamale kasutamisele Euroopa majanduses ning uus poliitika aitab mobiliseerida ettevõtteid, tööstus- ja eratarbijaid.

Palju ideid võite leida dokumendist „Roadmap to a Resource-Efficient Europe” („Ressursitõhusa Euroopa tegevuskava”). Dokumendis tõstetakse esile samme, mida poliitika kujundajad peavad ette võtma, et maailma ressursside kasutust tõhusamaks muuta, ja seatakse teetähiseid, mis näitavad, kuidas meil seni on läinud.

Sarnaselt kujundab EL-i keskkonnaalane tegevusprogramm – hea elu meie planeedi võimaluste piires – ettekujutuse rohelisest, kaasavast majandusest, mis tuleks saavutada selle sajandi keskpaigaks. Selles jätkusuutlikus tulevikus on innovaatilise ringleva majanduse, kus midagi ei raisata ja loodusressursse haldatakse viisil, mis suurendab ühiskonna elastsust, tulemuseks õitsev ja terve keskkond.

<http://ec.europa.eu/environment/newprg/index.htm>

Tõhus ressursikasutus on ka oluline osa programmist Euroopa 2020, mis on EL-i strateegia, et saada targaks, säästvaks ja kaasavaks majanduseks. Algatatud on palju Euroopa Liidu tasandil algatusi (muuhulgas sellistes valdkondades nagu transport ja energia), mis selle poliitika eesmärgile kaasa aitavad ja suurendavad teadlikkust nappide ressursside tõhusamast kasutamisest ja säästlikuma tarbimise vajadusest.

<http://ec.europa.eu/resource-efficient-europe/>





## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

Püüdlused edendada üksikturgude rohelisemaks muutumist oli ELi üleste meetodite käivitamine toodete ja organisatsioonide keskkonnatõhususe mõõtmiseks, et luua usaldust tootjate ja tarbijate vahel. Pakutud meetodid peaks aitama tagada turu kõige ressursitõhusamate ja keskkonnahoidlikumate toodete tunnetuse ja tunnustatuse.

<http://ec.europa.eu/environment/eussd/smgp/index.htm>

EL jätkab tõhusa ressursikasutusega tootmismeetodite ja kaupade edendamist ja soodustamist. Üks näide sellest on keskkonnahoidlike autode algatus. Praegu kasutatakse 73% kogu Euroopas tarbitavast õlist transpordis ja praegused prognoosid näitavad järgmise 20 aasta jooksul sõiduautode arvu kahekordistumist. Keskkonnahoidlike autode algatuse siht on anda hoogu keskkonnahoidlike sõidukite uuringutele ja uuendustele.

[http://www.green-cars-initiative.eu/funding/open-fp7-calls/2013-call-texts/FP7-2013-MATERIALS\\_FOR\\_GREEN\\_CARS.pdf/view](http://www.green-cars-initiative.eu/funding/open-fp7-calls/2013-call-texts/FP7-2013-MATERIALS_FOR_GREEN_CARS.pdf/view)

[http://ec.europa.eu/research/transport/road/green\\_cars/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/research/transport/road/green_cars/index_en.htm)

Lugege Komisjoni tegevuskavast madala süsinikusaldusega majanduse arendamiseks 2050. aastaks ka sellest, kuidas Euroopas enamiku kasvuhooonegaasi heitkoguste eest vastutavad sektorid (elektritootmine, tööstus, transport, rajatised, ehitamine ja põllumajandus) peaksid järgmistel aastakümnetel minema üle madala süsinikusaldusega majandusele.

[http://ec.europa.eu/clima/policies/roadmap/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/clima/policies/roadmap/index_en.htm)

Pärast madala süsinikusalduse tegevuskava vaadake, kuidas energia tegevuskava 2050 panustab kasvuhooonegaasi emissiooni vähendamisse Euroopa Liidus; eesmärk on 2050. aastaks vähendada EL-i emissioone 80–95%.

[http://ec.europa.eu/energy/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/energy/index_en.htm)

Kas olete mõelnud, kui tähtis on bioloogiline mitmekesisus meie ellujäämisele? Ja kas olete mõelnud selle mitmekesisuse kadumisele? Bioloogilise mitmekesisuse strateegia proovib seda suundumust muuta. aastaks peaksid ELi bioloogiline mitmekesisus ja pakutavad ökosüsteemiteenused - ELi looduslik kapital - olema kaitstud, väärtustatud ja õigesti taastatud.

[http://ec.europa.eu/environment/nature/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/nature/index_en.htm)

Lindudetemaline direktiiv hoolitseb Euroopa looduse linnupopulatsioonide eest ja kaitseb rahvusvahelise tähtsusega märgalasid.

[http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/birdsdirective/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/birdsdirective/index_en.htm)

Looduskaitsealade võrgustik Natura 2000 rajati Euroopa kõige väärtuslikemate ja ohustatumate liikide ja elupaikade pikaajaliseks säilimiseks.

[http://ec.europa.eu/environment/nature/natura2000/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/nature/natura2000/index_en.htm)



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

Elupaikadeteemaline direktiiv taastab Euroopa kaitstud elukohti ja liike ning aitab luua ühtset Euroopa kaitsealade ökoloogilist võrgustikku.

[http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/habitatsdirective/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/habitatsdirective/index_en.htm)

Vee raamdirektiiv (WFD) ja Euroopa veeteabesüsteem (WISE) panustavad veesüsteemide kaitsmisse keskkonnakahju eest. WISE on Euroopa veeteemaline infoportaal.

[http://ec.europa.eu/environment/water/water-framework/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/environment/water/water-framework/index_en.html)

<http://www.water.europa.eu/>

2012. aasta veevarude kaitseplaan määrab olemasolevate veemajanduse õigusaktide parema rakendamise ja strateegiate jätkuva lõimimise korra.

[http://ec.europa.eu/environment/water/blueprint/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/water/blueprint/index_en.htm)

2013. aastal hakkas kehtima uus puidu turustamise seadus, mis võitleb puidu illegaalse importimise vastu Euroopa Liidus.

[http://ec.europa.eu/environment/forests/timber\\_regulation.htm](http://ec.europa.eu/environment/forests/timber_regulation.htm)

Praegu redigeeritakse EL-i jäätmekäitluse õigusakti eesmärgiga tagada see, et vältimatuid jäätmeid kasutataks ressursina. Prognoositavate tegevuste hulka kuuluvad jäätmete tekkimise vähendamine, taaskasutuse ja ringlussevõtu suurendamine, prügilate kõrvaldamine ja taastuenergia tootmine ringlusesse mittevõetavatest jäätmetest, plastjäätmete vähendamine (sh ELis kasutatavate plastkottide kasutamise vähendamine), merre sattuva prügi vähendamine ja jäätmete õigusaktide rakendamise edendamine.

<http://ec.europa.eu/environment/waste/index.htm>

Euroopa sõltub laialdaselt imporditud toormaterjalist ja energiast. Saate teada, kuidas soovitab ressursitõhus Euroopa tegevuskava suurendada ressurside tootlikkust ja lahutada majanduskasvu ressursikasutusest, et parandada Euroopa konkurentsivõimet ja vähendada meie sõltuvust impordist, kaitstes samal ajal paremini meie looduslikku kapitali.

[http://ec.europa.eu/environment/resource\\_efficiency/](http://ec.europa.eu/environment/resource_efficiency/)

aasta alguses astuti oluline samm, käivitades tooraineid käsitleva Euroopa innovatsioonipartnerluse. Innovatsioonipartnerlus viib kokku avalikud ja era-huvirühmad eri riikidest ja sektoritest, et kiirendada innovatsiooni, mis aitab vähendada ELi sõltuvust toormaterjalidest ja edendab materjalide kasutamise ja jäätmevähenduse tõhusust 2020. aastaks.

[http://ec.europa.eu/enterprise/policies/raw-materials/innovation-partnership/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/enterprise/policies/raw-materials/innovation-partnership/index_en.htm)



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

Kas teadsite, et Euroopa ametiasutused on suurtarbijad? Igal aastal kulutavad nad umbes 2 triljonit eurot, mis on võrdne umbes 17%-ga EL-i sisemajanduse kogutoodangust. Kasutades oma ostujõudu keskkonda vähem mõjutavate kaupade ja teenuste valimiseks, saavad nad panustada jätkusuutlikku tarbimisse ja tootmisse. Tutvuge meie dokumendiga „Roheline avalik hange” (GPP, Green Public Procurement):

[http://ec.europa.eu/environment/gpp/what\\_en.htm](http://ec.europa.eu/environment/gpp/what_en.htm)

### Roheline majandus ja töökohad

Roheline majandus pakub tulevikus võimalusi arenguks ja töökohtade loomiseks Euroopas. Sellised valdkonnad nagu veekäitlus, loodusvarade haldus, säästev metsa- ja põllumajandus ning keskkonnasäästlikud tooted ja teenused (ehk keskkonnasäästlik tööstus) moodustavad umbes 2,5% EL-i SKT-st ning on näidanud paindlikkust majanduskriiside suhtes, kasvades viimase 10 aasta jooksul umbes 8% aastas.

Euroopal on mõnes sektoris tugev globaalne turuosa, näiteks hinnanguliselt 50% globaalsest jäätme-käitlustööstuse turuosast. Orgaaniline põllumajandus on teine kasvav ala.

Keskkonnatoodete- ja teenuste eksport kasvas vahemikus 1999 kuni 2010 peaaegu kolm kord enam kui 24 miljardi euroni. Keskkonnasäästlik tööstus palkab juba rohkem inimesi kui terase-, ravimi- või autotööstus.

Hiljutine Harvard Business Review' uuring näitas, et ettevõtted, mis investeerivad säästlikkusesse, on rahaliselt paremas seisus. Peale selle näitas see, et tõhusa ressursikasutusega ettevõtted, mis kasutavad vähem energiat ja vett ning tekitavad RGU kohta vähem jäätmeid, tekitavad enamasti rohkem investeerimistulu kui nende rivaalid. Vaadake:

<http://blogs.hbr.org/2012/09/sustainable-investing-time-to/>

Jäätmete kasutamiseks uute lahenduste loomine, võttes neid kui ressursse, mitte kui koormat, pakub märkimisväärset võimalust luua uusi töökohti ja säästa loodusvarasid. Järgmise paari aasta jooksul luuakse uusi ELi algatusi, et parandada viise, kuidas tegeleme eri tüüpi jäätmetega. 2012. aasta uuringu andmetel säästaks Euroopa 72 miljardit eurot aastas, jäätme käitlussektori käive kasvaks 42 miljardi euro võrra ja 2020. aastaks loodaks 400 000 uut töökohta, kui EL-i jäätmetevalased õigusaktid täielikult kasutusele võetaks.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

# Nõuanded

Oleme siia kogunud kõik nõuanded, mis on saadaval meie veebisaidil, ja palju rohkemgi.

Nõuanded on rühmitatud teemade järgi (õhk, vesi, pinnas, mineraalid, jäätmed jne), et aidata paremini mõista mitmesuguste objektide ja igapäevaste harjumuste mõju loodusvaradele ja keskkonnale ning esitleda säästvaid alternatiive, et saaksite iga päev teha arukaid tarbimisotsuseid enda ja planeedi heaks.

Peale selle on meil erijuhend vee jaoks [link PDF-ile], kus paljastatakse mõned üllatavad faktid nähtavate veekoguste kohta, mida otseselt tarbime.

Head lugemist! Ja pidage meeles – teie valikud muudavad palju.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Õhk

Õhu olemasolu on üks meie põhivajadusi. Paraku ohustavad õhu kvaliteeti sellised tegevused nagu autosõit, fossiilkütuste põletamine ja karjakasvatus, mis saastavad atmosfääri selliste kahjulike kasvuhoonegaasidega nagu CO<sub>2</sub> ja metaan. Kui teeksime mõnda lihtsat asja, näiteks kõnniksime rohkem jala, kasutaksime taastuvaid energiaallikaid ja sööksime vähem liha, võiksime kaasa aidata atmosfääri saastatuse vähenemisele.



### Maalrivärv

*Kas teie värv on roheline?*

Miljonid eurooplased armastavad igasuguseid asju ise teha. Igal aastal kulutavad koduomanikud miljardeid eurosid tööde ise tegemiseks puitu, värvi, lakke ja muid materjale ostes. Keskkonnamõju vähendamiseks korduskasutage materjale, veenduge puidu säästlikkuses ja ostke rohelisemaid värve. Konkreetselt värvi puhul saab rääkida suurtest eelistest keskkonnale, kui järgite paari lihtsat reeglit. Värv või puidu viimistlus- või säilitusvahendite valimisel otsige selliseid, mille keskkonnamõju on väikseim. Arvestage välja vajaminev kogus ja püüdke mitte liiga palju osta - suur osa ostetud värvist jääb kasutamata ning lõpetab probleemse jäätmena. Valiku korral ostke toode, mille etiketil puudub ohuhoiatuse märk (enamikus riikides on see must sümbol kollasel taustal või kollane ruut ohu kirjeldusega). Looduslikud või täiesti looduslikud värvid, piimavärvid ja lubjapiim sisaldavad tavaliselt vähem kahjulikke aineid kui tavaline värv. Nendega on parem töötada ja need on ka siseõhu kvaliteedile kasulikud. Mõni tootja pakub isegi ümbertöödeldud värvi. Lõpetuseks vaadake, et sisevärvil oleks Euroopa ökomärgis. See tähendab väiksemat keskkonnamõju.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Jalgratas

*Kui palju CO<sub>2</sub> heitmeid te jalgrattaga sõites säästaksite?*

Kui piisav arv inimesi vahetaks neli ratast kahe vastu, oleks sel ääretult suur mõju CO<sub>2</sub> heitmetele. Selles suunas liikumine on ka trendikas. Olete kindlasti märganud, et järjest enam inimesi teie linnas või alevis sõidab jalgrattaga. Eelmisel aastal oli Suurbritannias 1,3 miljonit jalgratturit rohkem, see tõstis jalgratturite arvu 13 miljonile (mis moodustab 27% elanikkonnast). 500 000 nendest uutest jalgratturitest kasutasid jalgratast sageli või regulaarselt.

Jalgrattaga tööle või lihtsalt oma lõbuks sõitmisel on arvukaid kasutegureid. Kõigepealt on see suurepärase võimalus vormis püsimiseks. Samal ajal panustate väiksema õhusaaste ja maanteeummikute vähendamisele paremas seisukorras ja puhtamasse keskkonda. Niimoodi on palju hõlpsam ringi liikuda ning te saate vältida liiklusummikuid ja kütusekulu. Kahtlemata on jalgrattaga sõitmine tõhus ressursside kasutamise seisukohalt. Kas tahaksite olla veelgi ökotrendikam? Kui teil ei ole veel jalgratast, miks mitte osta pruugitud ratast? Kuigi jalgrataste populaarsus on vähendanud CO<sub>2</sub> heitkoguseid ning aidanud kaasa keskkonnahoidlikuma ühiskonna tekkele, on see ka suurendanud ka soovimatute jalgrataste arvu. Vanad jalgrattad saadetakse tihti prügilasse, ent kuna nende valmistamisel on kasutatud palju taaskasutatavaid materjale nagu alumiinium ja kummi, on neil ka prügina väärtus. Uue jalgratta ostmisel valige vastupidav ja kandke selle eest hoolt. Paljud jalgrattad ostetakse heade kavatsustega hakata sellega tööle käima, ent paraku jäävad need lihtsalt roostetama. See ei ole otstarbekas ressursside kasutamine. Üks võimalus oleks laenutada paariks nädalaks ratas ja asja uurida. Kui te sellega ära harjute, ostke endale uus või kasutatud jalgratas.

### Arvuti

*Miks peaks teie ülemus soovitama teil rohkem kodus töötada?*

Sest see on keskkonna jaoks kasulik. Töölkäimine ei põhjusta ainult reostust, aga see tarbib ka ressursse. Mõelge näiteks maanteed kulumisele ning nende parandamiseks vajalikele uutele materjalidele ja ressurssidele. Loomulikult peavad paljud meist tööle sõitma, aga kui paljud meist ei pea? Ning parema meelega me väldiksime hommikust või õhtust tipptundi. Kas teadsite, et liikluses vähehaaval edasilikumine kahekordistab kütusekulu? Rääkimata CO<sub>2</sub> lisaheitkogusest, mida te põhjustate. Jala või jalgrattaga tööle minek on suurepärase viis ressursside tarbimise vähendamiseks ja samal ajal enda vormis hoidmiseks. Miks mitte kasutada ühistransporti või jagada autot töökaaslase või kellegi teisega, kes samasse kohta sõidab? See vähendab nii kulusid kui ka CO<sub>2</sub> heitkogust. Võite hoopiski oma autost vabaneda ja ühineda autoklubiga, mille liikmed saavad sõidukeid kasutada tunni, päeva või nädala kaupa. Aga miks mitte küsida oma juhilt, kas te ei saaks kodus töötada?





## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### **Autovõtmed**

*Autota on raske elada, aga kas see on ka põhjus seda mitte proovida?*

Mõni asi, mida saame teha oma elu rohelisemaks muutmisel, nõuab meilt suurt pingutust. Teised jälle võivad olla lihtsad nagu lapsemäng. Käige autoga sõitmise asemel hoopis jalgsi. See on lihtne tegevus ning tähendab arvukalt eeliseid keskkonnale: väiksem õhu- ja mürareostus, auto valmistamiseks, sõidus hoidmiseks ja hooldamiseks vajalike ressursside vähem kasutamine, rääkimata eelistest tervisele, mida annab regulaarne füüsiline pingutus. Loomulikult ei saa autoga sõitmist alati vältida, aga lühikeste käikude puhul nagu poodi minek või sõbraga kohvikus käik kaaluge, kas peaksite tingimata autoga sõitma või võiksite vabalt jala minna. Kas kellelegi tõesti meeldib toidupoes käimine? Järjekorrad, rahvahulgad ning parklast väljasaamise vaev võivad olla tõeline tüütus. Järgmine kord, kui seisate kassas, mõelge, kui vajalik see käik oli? Kas poleks olnud võimalik toitu koju tellida? Internetis toiduainete ostmine on palju tõhusam viis toidu koju saamiseks. Siinkohal siiski üks näpunäide: toidu saabumisel kontrollige toidu kõlblikkusaega, et teaksite, millal ja mida peaksite sööma, sest toidu raiskamine on ressursside raiskamine. Kui eelistate ise poes käia, mõelge, mida saate kohapealt osta, ning minge pigem jala või sõitke jalgrattaga. Ja ärge unustage ostunimekirja.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Vesi

Euroopas elades on lihtne unustada, et vesi on piiratud ressurss ja et paljudele inimestele teisel pool maakera ei ole see alati kättesaadav. Kuna meie veetarbimine mõjutab ka teisi, on meie kohustuseks kasutada seda otstarbekalt, näiteks eelistades vannile dušši, ja mitte raisata tooteid, mille valmistamisel on vett kasutatud. Kliimamuutuse tõttu ja mitte nii kauges tulevikus seisavad Euroopa suuremad osad ilmselt silmitsi veepuuduse ja kvaliteetse joogivee leidmise probleemiga.



### Vann

*Miks mitte kasutada vanni asemel dušši?*

Peame harjuma mõttega, et vesi on piiratud ressurss. Peaaegu viiendik maailma rahvastikust elab veepuuduses ja veel poolt miljardit on ähvardamas tõsine veepuudus. Planeedi mageveevarudest piisab praeguse seitsmemiljardilise rahvastiku jaoks, kelle arv on küll tõusmas. Paraku on need varud ebaühtlaselt jaotunud ja liiga palju veest läheb lihtsalt raisku. Euroopas on üha rohkem piirkondi, mis kannatavad veepuuduse ja põua all. Seega on meie kohuseks kasutada vett oma kodus otstarbekamalt. Saame teha seda väikeste muudatustega oma harjumustes, näiteks eelistada vannile dušši. Vanni täitmine nõuab palju rohkem vett kui dušš. Igapäevane viieminutiline dušš vanni asemel säästab nädalas 400 liitrit vett ja kulutab palju vähem energiat. Kui peate vannis käima, ärge täitke seda üleliia, ja kui vesi on nii kuum, et peate seda külma veega parajaks tegema, raiskate nii vett kui ka energiat!



### Vannivesi

*Kas saaksite vannivett kellegagi jagada?*

Kui otsustate vanni kasuks, siis arvatavasti sooviga nii ennast pesta kui ka lõõgastuda. Miks aga mitte lasta kellelgi teisel pärast teid vett kasutada? Täitke vann vaid poolenisti ja kontrollige vee temperatuuri, et te ei peaks hiljem kuuma või külma vett lisama.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Šampoon

*Olete te kunagi kaalunud rohelse šampooni ostmist?*

Parima tulemuse nimel tuleb mõned šampoonid ja palsamid mitmeks minutiks juustesse jätta - ajaks, mil vesi lihtsalt niisama alla voolab. Püüdke osta juuksehooldusvahendeid, mida ei pea kuigi kauaks juustesse jätma. Alternatiivina võiksite osta orgaanilisi šampoone ja palsameid. Nende valmistamisel on kasutatud looduslikke koostisosi, mis kahjustavad palju vähem vee ökosüsteeme, kuhu need lõpuks välja jõuavad.



### Kraan

*Kas teie kraan tilgub?*

Tilkuv kraan võib kulutada rohkem kui 100 liitrit vett kuus. Mõnikord ei ole vaja muud, kui veenduda, et kraan on korralikult kinni keeratud, aga kui tilkumine ei lakka, parandage kraan esimesel võimalusel.



### Kraanivee hulk

*Kas te ei avalda oma kraaniveele liiga suurt survet?*

Kraanivee vooluhulk on 2–25 liitrit minutis, ent tavaliselt piisab vaid 10 liitrist minutis. Seda saab reguleerida, kui keerate kraani vähem lahti või ei jäta seda liiga kauaks voolama. Voolukiirust saab vähendada, kui kasutate säästunupuga segisteid ja dušipihusteid, paigaldate kraanile või dušile vooluvähendaja või kogu veesüsteemile surveventiili. Kraani lahti keerates mõelge sellele, kui palju energiat kulub, et heitvesi joomiskõlblikuks teha - seetõttu on parem kasutada ainult nii palju vett, kui vaja.



### Vee temperatuur

*Kas teie vesi on kasutamiseks liiga kuum?*

Kui vesi on liiga kuum, tuleb selle parajaks tegemiseks külma vett juurde lisada. Aga veetemperatuuri saab vähendada ka boileri termostaadi abil. Ja kui peate veel kuumenemiseks voolata laskma, koguge kasutamata külm vesi kannu ning kasutage seda joomiseks või taimede kastmiseks. Isegi kui vee temperatuur on rahuldav, on siiski mõttekas kasutada kuumat vett võimalikult säästlikult, et hoida kokku kuumutamisele kuluvat energiat.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Riided

*Kas teie riietel oleks midagi selle vastu, kui te neid uuesti kannaksite?*

Hügieeni eesmärgil on mõttekas pesta sokke ja aluspesu pärast igat kandmist. Aga džempreid või pikki pükse võib kanda mitu korda, enne kui neid pesta tuleks. Mida rohkem te riideid pesukordade vahel kannate, seda suurem on säästetud vee kogus.



### pesupulber

*Mida arvavad pesupulbrist jõed?*

Riietepesul kasutatav pulber jõuab lõpuks jõgedesse ja merre. Mõned pesuvahendid sisaldavad anorgaanilisi toitaineid, näiteks fosfaate, mis võivad põhjustada vett reostavate vetikate kasvu. Kasutades vähem pesuvahendit, võite vähendada veevärgist ökosüsteemi sattuvate fosfaatide hulka. Kaaluge ka orgaaniliste pesuvahendite kasutamist, kuna nende looduslikud koostisained kahjustavad palju vähem vee ökosüsteeme, kuhu need lõpuks jõuavad.



### Köögikraan

*Miks mitte kosutada taimi klaasi veega?*

Kui valate endale klaasi vett, aga ei joo kõike ära, ärge visake seda minema. Kasutage seda oma toataimede jaoks. Nad tänavad teid selle eest.



### Kohvitass

*Kas peate kannu uuesti täitma?*

Ärge tühjendage ega täitke veekannu iga kord, kui vett keedate. Olemasolev vesi on taaskasutamiseks täiesti kõlblik. Kui kasutate kannus või potis ainult vajalikul hulgal vett, peate seda vähem keetma ning säästate energiat.



## TEIE VALIKUD MUUDA VAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Kraanikauss

*Puhastage neid, aga hoidke neid rohelisena!*

Kui tahate vee raiskamise lõpetada, on teil kasu väikestest nipidest. Näiteks ärge peske nõusid voolava vee all. Samuti pidage meeles, et kraanist voolava vee kogus võib olla väga erinev (2–25 liitrit minutis). Seega mõjutab teie veetarbimise hulka see, kui tihti te kraani lahti keerate ja kui kaua veel voolata lasete.

Kasutades pesukaussi või sulgedes kraanikaussi korgiga, võite vähendada veekulu üle 50%. Samuti tuleb silmas pidada ka seda, et kuuma vee puhul läheb tarvis enam kui vett – olete kindlasti üllatunud, kui palju läheb maksma vee kuumutamiseks vajaminev energia. Kui teie vesi on liiga kuum, vaadake oma boileri termostaat üle. Täiesti võimalik, et piisab vaid selle reguleerimisest.



### Nõudepesumasin

*Kas teie nõudepesumasin on ikka tõhus?*

Kui eelistate käsitsipesemisele nõudepesumasinat, ostke võimalikult energiasäästlik masin ning kasutage võimaluse korral säästurežiimi. See kasutab märkimisväärselt vähem vett kui tavaline režiim. Pange toidujäätmed kaussi (ja kasutage ära või kompostige!), aga ärge loputage nõusid enne nõudepesumasinasse panekut. Enamik nõudepesumasinaid on nii võimsad, et eelpesu ei ole vajalik. Samuti pidage meeles, et nõudepesumasinat ei tohiks pooltühjana kasutada. Oodake, kuni see on täidetud, ning ärge kasutage liiga palju pesupulbrit või -tablette. Mõelge fosfaatide kahjustavale toimele ning vetikate vohamisele jõgedes ja meredes.



### Autovõtmed

*Kas olete huvitatud oma veekasutuse vähendamisest?*

Võite küll mõelda, et autot kodus pestes kulub vähem vett kui pesulas, tegelikkuses on aga asi hoopis vastupidi. Säästlik automatiseeritud autopesu kulutab tavaliselt vähem vett kui sama auto kodus pesemine. Kui aga siiski eelistate oma autot kodus pesta, ärge kasutage voolikut, sest see purskab minutis välja umbes 18 liitrit vett. Kasutage parem ämbrisse kogutud vihmavett. See on tõhus mis tahes auto puhul. Pidage ka meeles, autot ei pea iga nädal pesema – mõne auto puhul piisab vaid korrast aastas!



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### puuviljad

*Kas orgaanilised puu- ja köögiviljad on palju rohelisemad?*

Orgaanilised puu- ja köögiviljad on kasvatatud jätkusuutlikult ning ilma putukamürkide ja muude kemikaalideta. Need on kasvanud pinnases, milles ei leidu kunstlikke putukamürke ega tehismulda. Salatilehe vahelt võite küll näkja leida, aga see on rohkem tõestuseks selle looduslikkusest. Eelistades orgaanilisi puu- ja köögivilju, hoiate kokku ka vett, kuna neid ei tule nii põhjalikult pesta kui keemiliselt töödelduid. Ning teie hoolikalt riivitud sidrunikoores ei leidu kübekestki vaha!



### Aken

*Pigistage vihmastest päevadest viimanegi tilk välja!*

Taimede kastmine kraaniveega on sulaselge raiskamine, kui meil on aastaringselt kasutada tasuta vesi. Hoidke taimed seal, kus need saavad vihmavett, või jätke panged sinna, kuhu vesi katuselt või vihmaveetorudest voolab. Veel parem mõte on mahutada veetünn vihmaveetoru alla ja koguda piisavalt vett, et kasta aeda ja pesta ka terrass puhtaks. Taimed eelistavad juua vihmavett ja tänavad teid selle eest.



### Lamp

*Kuidas on vesi ja energia omavahel seotud?*

Energia tootmisel on vaja ülisuurtes kogustes vett jõujaamade mahajahutamiseks. Kuigi vesi suunatakse pärast kasutamist jõgedesse tagasi, võib temperatuurivahe ja suur kogus negatiivselt ökosüsteeme mõjutada. Isegi kui elektrit toodetakse vee-energiast, sulgevad tammid jõed ning kalad ei jõua oma kudemisaladele. Aja jooksul võivad taolised takistused jõed välja suretada.





## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Dušš

*Kas teie dušš kestab kauem kui teie lemmiklaul?*

Kasutame kodus iga päev palju vett, aga kui palju sellest on tõesti hädavajalik? Vesi on piiratud ressurss ja veepuudus kimbutab paljusid maailma paikkondi, sh mõnda Euroopa piirkonda. Teie saate omalt poolt kaasa aidata selle väärtusliku vara säilimisele. Euroopas kulub palju vett hommikudušile, mis aga ei ole alati nii tõhus, kui arvata võiks. Näiteks survedušid võivad viie minutiga kulutada rohkem vett kui ääreni täis vann. Duši tõhusamaks kasutamiseks on mitu viisi. Šampooni või dušigeeli kasutamise ajaks võib vee kinni keerata. Teiseks võib vähendada duši all oleku aega. Kaaluda võib dušitaimeri soetamist ja surveduši asendamist säästlikuma variandiga.



### WC

*Kas teie WC on nutikam, kui te arvate?*

Kahesüsteemse loputusmehhanismiga saab vedelikku ja paberit alla lasta kiirloputusega, mis kasutab 70% vähem vett kui tavapärase loputusmehhanism. Kui teil seda veel ei ole, teadke, et selle paigaldamine on lihtne ja odav ning see töötab peaaegu kõigi tualettpottidega.



### Kraanikauss

*Kas voolav vesi on lihtsalt raiskamine?*

Hammaste pesemine võtab aega umbes kaks minutit, aga kui lasete sel ajal veel voolata, raiskate sellega vett. Laske veel voolata vaid siis, kui peate oma hambaharja loputama. Sama kehtib ka raseerimise kohta. Täitke parem kraanikauss poolenisti veega selle asemel, et veel kogu aeg voolata lasta.



### pesumasin

*Kui mustus pole väga suur, sobib madal temperatuur*

Pesumasinad tarbivad kodus majapidamises suurel hulgal vett, aga riideid saab ka tõhusamalt pesta. Enamikul moodsatest pesumasinatelt on säästurežiim, mis kulutab tavalise režiimiga võrreldes vähem vett. Enamik tõhusatest pesumasinatelt kasutab praegusel ajal ühe pesu kohta koguni vähem kui 50 liitrit vett. Samuti on mõttekas pesta pesu madalamal temperatuuril, sest nii kulub vähem elektrit kui kuumemal temperatuuril (50 °C ja rohkem). Aga kui kasutate alati madalat temperatuuri, tehke aeg-ajalt ka kuumpesu, et masinat ja voolikuid puhtana hoida.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Must pesu

*Kas teie musta pesu hulka ei võiks veidi suurendada?*

See on üsna selge, aga kui täidate kahe pesukorra ajal masina ainult poolikult, kasutate kaks korda rohkem vett, kui kasutaksite siis, kui oleksite sama pesukoguse mahutanud ühte pesemiskorda. Kui mõtlete ette, millal konkreetset riideeset vajate, ei ole vaja seda pesta siis, kui rohkem musta pesu pole.



### rohukapp

*Kuhu teie ravimid lõpuks välja jõuavad?*

Ravimid on eluliselt olulised, aga tänapäeval kaldutakse neid üle kasutama. Probleem on selles, et pärast keha läbimist reostavad neis sisalduvad kemikaalid vett, millesse nad lõpuks satuvad. Seega püüdke neid võimalikult vähe kasutada. Kõrvaldage kasutamata ravimid alati vastutustundlikult, viies need tagasi apteeki. Ärge loputage neid WC-potist alla ega visake prügi sekka, sest nii satuvad nad ikkagi vette.



### Rätikud

*Kui puhas on teie rätik?*

Rätik on puhta naha kuivatamiseks ja see ei määrdi, vaid saab märjaks. Seetõttu saate rätikuid kasutada mitu korda, enne kui neid pesta tuleks. Kuna tänapäeval on paljudes hotellides võimalus kasutada oma rätikuid korduvalt, ei maksa neid vannitoa põrandale vedelema jätta, sest see on märk sellest, et tahate uusi saada.



### Mänguauto

*Kas olete huvitatud oma veekasutuse vähendamisest?*

Mänguautot on lihtne pesta, aga mida te teate oma päris auto pesemise parimatest võimalustest? Võite küll mõelda, et autot kodus pestes kulub vähem vett kui pesulas, tegelikkuses on aga asi hoopis vastupidi. Säästlik automatiseeritud autopesu kulutab tavaliselt vähem vett kui sama auto kodus pesemine. Kui eelistate oma autot kodus pesta, ärge kasutage voolikut, sest see purskab minutis välja umbes 18 liitrit vett. Kasutage parem ämbrisse kogutud vihmavett. See on tõhus mis tahes auto puhul. Pidage ka meeles, autot ei pea iga nädal pesema - mõne auto puhul piisab vaid korrast aastas!



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Nõudepesuvahend

*Miks ei võiks puhastusvahendid eemaldada vaid rasva ja mustust?*

Kõik pesu-, puhastus- ja desinfektsioonivahendid jõuavad heitveega jõgedesse, järvedesse ja ookeanidesse. Mõned neist sisaldavad anorgaanilisi toitaineid, mis rikastavad veekogusid ja panevad vetikad vohama. Kui need lõpuks lagunevad, võtavad nad veest hapnikku, mille tulemusena surevad merepõhjas paljud elusorganismid. Saate vältida olemast osa probleemist, kasutades orgaanilisi pesuvahendeid. Otsige teisigi rohelise koristamise nippe – vanemad inimesed võivad nõu anda selle kohta, kuidas säästa raha JA loodust. Tööpinna, kangad ja põrandad tänavad teid õrnema hoolduse eest ja tualettpoti, kraanikausi või äravoolutoru ummistuse kõrvaldamiseks kasutage parem vaakumpumpa. See toimib sama hästi kui söövitav puhasti ning samuti on teil väiksem risk kahjustada ennast - ning ka keskkonda.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Pinnas

Me võtame pinnast liigagi enesestmõistetavalt: see on esmatähtis ürgloodusele ja annab toitaineid, mida on meie tarvis eluliselt vajaliku toidu kasvatamiseks. Pinnase eest hoolt kandmine on seega äärmiselt oluline meie tuleviku kindlustamise seisukohalt, aga pinnase hävitamine ülekarjatamise, raadamise ja halbade põllumajandustavadega mõjutab miljoneid inimesi, eelkõige alatoitluse kaudu. Meie saame kaasa aidata paaril lihtsal viisil, nt süües vähem liha, valides puitmaterjali säästlikult majandatud metsadest ja tarbides mahetoitu.



### põrand

*Kas pinnas teie kodu all on janusse suremas?*

Igal aastal jääb üha enam haljasalasiid uute elamurajoonide, maanteed, hoonete ja taristu alla. Loomulikult on taoline arendus tarvilik kohalikule elanikkonnale elamute, transpordisõlmede ja töökohtade võimaldamiseks, aga kord kasutusse võetuna ei täida pinnas enam oma põhiülesandeid. Siiski saavad majaomanikud siin aidata, suurendades kaetud pinnase võimet vett imada ja talletada ning nii pinnast minimaalsel määral elus hoida. Näiteks tee või aia rajamisel kaaluge sellise läbilaskva materjali nagu poorse asfaldi, murukamaraga kruusa või muru kasutamist, mis võimaldaks pinnase kontakti atmosfääriga ja vee läbiimbumist. Kui vesi ei saa loomulikult viisil pinnasest läbi tungida, tekib üleujutuse oht. Seega püüdke see kinni ja kasutage seda otstarbekalt. Võite katuselt alla voolava vee vaati koguda ja kasutada seda oma aias kraanivee asemel. Ja kui tahate midagi erilist teha, miks mitte muuta oma katus roheliseks? Katuseaedade rajamiseks piisab tavaliselt väga õhukesest pinnasekihist. Need imavad endasse vihmavett, toetavad bioloogilist mitmekesisust ja võimaldavad isolatsiooni. Te võite isegi kohapealsele faunale ja floorale uue kodu luua!



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Taimed

*Kuidas saab koduaed planeeti kahjustada?*

Kui teile meeldib aiatöö ja armastate meie planeeti, olge komposti ostes ettevaatlik. Turbaalad võivad näida lõputu vesise jäätmaana, aga nende pinnas on äärmiselt oluline, toetades haruldast loomastikku ja bioloogilist mitmekesisust, andes toitu ning mängides olulist rolli veeringluses. Samuti talletavad need süsinikku, mis paiskub nende kaevandamisel atmosfääri tagasi. Ainuüksi Ühendkuningriigis vabastatakse aianuduses kasutatavat turvast kaevandades hinnangu järgi pool miljonit tonni süsinikdioksiidi aastas. Mõnedes riikides kaalutakse turbal põhineva komposti maksustamist. Praegu on mõttekas võimaluse korral kasutada komposti märgisega „turbavaba”, sest isegi mitmeotstarbeline kompost võib sisaldada 70–100% turvast. Veelgi parem – valmistage kompost ise. Pole kindlamat viisi ressursside tõhusaks kasutamiseks kui see, et komposteerite nii toidu- kui ka aiajätmeid ja kasutate saadud komposti uute taimede kasvatamiseks.



### Vorstid

*Kui sageli te liha sööte?*

Süües vähem liha, vähendate oma toidusedeli mõju keskkonnale. Kuid kas teate, miks see nii on? Karjakasvatuseks ei ole tarvis ainult karjamaad, vaid ka põllumaad karjale söödavilja kasvatamiseks. Soja on just selline teravili, mille tootmine on viimase 15 aasta jooksul kahekordistunud peamiselt tänu selle üha suuremale kasutusele loomasöödana. See aga toimub sageli looduslike elupaikade, näiteks Brasiilia rohumaade, suure troopilise savanni arvelt, mille leidub 5% maailma looduslikust mitmekesisusest. Kariloomad tekitavad ka märkimisväärse koguses kasvuhoonegaase, seda eelkõige metaani tõttu, ning hinnangu järgi on nende osakaal maailma veekasutuses 8%. Kogu see surve kasvab, sest rahvastik ja lihanõudlus suurenevad, eriti arengumaades. Seega, mida me saaksime selles suhtes ette võtta? Olukord ei ole nii dramaatiline, et peaksime kõik taimetoitlasteks hakkama, aga võiksime kaaluda liha söömise piiramist, muutes aeg-ajalt oma toidusedelit nii, et see ei sisaldaks liha. Näiteks võiks spagetikastmele lisada värskaid tomateid ja seeni paki hakkliha asemel. Eelkõige ärge raisake liha. Liha äraviskamine tähendab, et kogu tootmiseks kasutatud väärtuslik energia ja vesi on raisku läinud.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Mineraalid

Mineraale on kõikjal meie ümber. Neid on ehetes, mida kanname, voodis, kus magame, ja mobiiltelefonis, mida oma taskus kanname. Ent mineraalide kaevandamise eest tuleb hinda maksta nii inimestel tööjõu kasutamise kaudu kui ka keskkonnal veevarude reostatuse kaudu. Meie saame omalt poolt vähendada mineraalide kaevandamise mõju, ostes eetiliselt toodetud kaupu ja vahetades tooteid välja vaid vajaduse korral.

### **Mobiiltelefon**

*Kas teate, et teie vana mobiiltelefon on väärtuslik?*

Mobiiltelefonide tehnoloogia muutub äärmiselt kiiresti. Jõuludeks saadud uus mobiiltelefon võib suveks juba vanamoodne olla. Ja nii paljude uute väljalasetega tekib kiustatus iga paari aasta tagant telefon välja vahetada. Ja paljud inimesed seda teevadki: ligikaudu kolmveerand miljardit mobiilikasutajat üle Euroopa vahetavad keskmiselt iga 18 kuu tagant oma mobiiltelefoni välja. See muudab mobiiltelefoni ainukordseks: mitte ühtki elektroonilist seadet ei vahetata nii kiiresti välja. Miks neid nii tihti välja vahetatakse ja kas see on säästev? Mõnikord on meil vaja uut telefoni, sest vana läheb katki või ei tööta enam, aga väga sageli on meie sooviks lihtsalt uusimat mudelit saada. Enne uusima mudeli soetamist mõelge ressursidele, mida selle valmistamiseks on kasutatud, ja küsige endalt, kas saaksite vanaga veel ühe aasta läbi ajada. Uued telefonid sisaldavad väärismetalle: kulda, vaske, hõbedat ja plaatina, ja mitmeid haruldasi mullamineraale. Telefoni välja vahetades kõrvaldage vana vastutustundlikult kasutuselt - andke see sõbrale, müüge või andke ringlusse. Ärge jätke seda lihtsalt sahtlisse vedelema.





## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Äratuskell

*Kas kasutatud patareide arv ei mõju alarmina?*

Patareid on muutunud tänapäeva elu oluliseks osaks. Nende tootmine, kasutamine ja kasutuselt kõrvaldamine aga mõjutavad keskkonda ja seetõttu peame leidma viise, kuidas neid otstarbekalt kasutada. Patareides kasutatud elavhõbe, plii ja kaadmium võivad olmeprügi seas pinnasesse sattuda ja nende põletamine suurendab kasvuhoonegaaside heitmeid. Kõiki patareid saab ringlusse võtta - see kehtib nii tavaliste äratuskellades kasutatavate kui ka spetsiaalsete mobiiltelefonides, kaamerates ja käekellades kasutatavate patareide kohta. Töötlemise käigus saadud tuhanded metallitonnid võib suunata uute patareide tootmise. Hiljuti vastuvõetud Euroopa direktiivi tulemusena, millega soodustatakse patareide laialdasemat ringlussevõttu, peaksite leidma oma kodupoestki spetsiaalse kasti, kuhu vanad patareid ohutult ja vastutustundlikult visata. Laetavate akude soetamine aitab teil pikema aja jooksul ka raha kokku hoida.

### Konservid külmikus

*Kuhu läheb kogu alumiinium?*

On täiesti arusaadav põhjus, miks paljud igapäevased asjad alates joogipurkidest ning lõpetades laserplaadide, jalgrattaraamide ja kelladega sisaldavad alumiiniumi. Alumiinium ei ole mitte ainult maailma levinuim metall, vaid ka üks kõige efektiivsematest metallidest. See on kerge, vastupidav ja kergesti taaskasutatav. Alumiiniumijäätmetest uue toote valmistamine on 95% energiasäästlikum kui toormaterjalidest. Kuna alumiinium on üks Euroopa laialdasemalt taastöödeldavatest materjalidest, peaksime selle võimaluse korral alati ringlusse saatma - mitte ainult sellised iseenesestmõistetavad asjad nagu konservipurgid, vaid ka arvutid, pesumasinad ja mobiiltelefonid, mis sisaldavad peaaegu alati alumiiniumit.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Puit

Alates vooditest ja lõpetades pargipinkidega, kasutatakse puitu paljude toodete põhimaterjalina ja me kipume seda enesestmõistetavaks pidama. Ent metsade raadamisel on tõsised keskkondlikud ja ühiskondlikud tagajärjed, ning kui valime ainult säästlikest allikatest pärinevat puitmaterjali, võime seda puhta südametunnistusega osta.



### Diivan

*Kas teie lemmiktooli kvaliteet mõjutab planeeti?*

Jah, mõjutab küll. Paljud tooted näivad soodsad, seega ostame neid ega muretse selle pärast, kui peame need paar aastat hiljem ära viskama, kui need katki lähevad või kui me neist tüdineme. See ei ole otstarbekas ressurside kasutamine. Paljud ressursid on olnud pikka aega nii odavad, et me eeldame, et neid on küllaldaselt või vähemalt ei ole nende varud ohus. Kuid nende hind ei kajasta nende tegelikku väärtust ega nappust tulevikus. Mööbli valmistamisel kasutatakse palju ressursse. Seega, kui ostate midagi uut, mõelge sellele, kui kaua see vastu peab. Kaaluge, kas teie tool on kvaliteetselt valmistatud ja kas ta meeldib teile ka kahe aasta pärast, kui mood muutub. Ilmselt tahaksite tootest vähem vabaneda, kui ostate sellise, mis on pika kasutusea tagamiseks kvaliteetselt toodetud. Kui asjad lähevad katki, miks ei võiks neid parandada, selle asemel et need lihtsalt uute ostudega vahetada? Seda seetõttu, et oleme kinnistunud harjumustesse, mis kujunesid välja siis, kui ressursid ja ökosüsteemid ei olnud nii ohustatud ning meid innustati tarbima. Katkise mööbli parandamine võib olla lihtsam, kui arvate. Võtke arvesse ka seda, kas materjale saab korduskasutada ja ringlusse võtta. Täispuitu saab täielikult korduskasutada, ringlusse anda või põletada ja isegi kui see visatakse ära, on see täielikult biolagundatav.



### pabertaskurätikud

*Mis juhtuks siis, kui metsad kaoksid sama kiiresti kui teie pabertaskurätikud?*

Kuigi ühe korra kasutatavaid pabertooteid saab toota ringlusse võetud paberist, toodetakse paljusid siiski uuest kiust, s.t paberi tootmiseks raiatud puidust. Võimaluse korral üritage osta taastöödeldud kiust tooteid, kuna nende tootmisel on kulutatud vähem energiat ja säästetud puid. Kui täielikult ringlusse võetud materjalist tooteid ei ole saadaval, saate otsida logosid FSC (Forest Stewardship Council - Metsahoolekogu) või PEFC (Programme for the Endorsement of Forest Certification - metsade sertifitseerimise kinnitamise programm). Need logod garanteerivad, et teatud protsent tootes sisalduvatest uutest kiududest pärineb õigesti majandatud metsadest. Teiseks usaldusväärseks õige toote ostmise garantiiks on Euroopa ökomärgis, mille tunnete ära lillega logo järgi.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### **Voodi**

*Te veedate kolmandiku oma elust voodis, kuid kas te ka teate, kust selle puit pärit on?*

Loomulikult ei ole kõik voodid valmistatud puidust. Need võivad olla toodetud metallidest või sünteetilisest materjalidest (otsige näiteks taastöödeldud terast). Kuid puidul on kaks peamist eelist - see on vastupidavam, taastuv ja biolagundatav ressurss ning selle tootmisel tekib vähem kasvuhoonegaaside heitmeid kui alternatiivsete materjalide korral. Kuid see ei muuda puidust voodit tingimata oma olemuselt säästvaks tooteks. Kõik puit- ja pabertooted, mida ostame, saavad alguse metsast. Kuigi suur osa puidust pärineb õigesti hallatavatest metsadest, ei ole see alati nii. Ebaseaduslik metsaraie on juba pikemat aega suur probleem ja see on oluline süsinikuheitmete tekitaja ning kogukondade väljatõrjuja ja looduslike elupaikade hävitaja. Seega, kuidas saate olla kindel, et olete valinud toote, mis on toodetud säästvalt ning inimesi või loomi kahjustamata? Kui ostate puittooteid, otsige logosid FSC (Metsahoolekogu) või PEFC (Metsade Sertifitseerimise Kinnitamise Programm). Mõlemad logod kinnitavad, et puit pärineb õigesti majandatud metsadest. Alternatiivina võiksite osta kasutatud mööblit. Sel moel saate hoida kokku ka raha ja vältida neid õudusunenägusid keskkonnast!

### **Köögipaber (rull)**

*Kas puhastamine peab alati tähendama ärakasutamist?*

Köögipaberirull on kasulik ja universaalne toode, aga üritage seda kasutada otstarbekalt. Tugevam köögipaber võib maksta veidi rohkem, kuid te vajate seda väiksemates kogustes. Mõelge sellele, kuidas toode on valmistatud. Osal toodetel on tänapäeval Euroopa Liidu ökomärgis, mis tähendab, et see on valmistatud minimaalse keskkonnamõjuga. Kui selle ära viskate, pidage meeles, et saate selle lisada komposti hulka, kui see ei ole puutunud kokku kemikaalidega.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Bioloogiline mitmekesisus

Eluvormide varieeruvus ehk bioloogiline mitmekesisus on eluliselt oluline ökosüsteemide hea seisukorra ja liikide säilimiseks. Bioloogilisest mitmekesisusest sõltub meie toit, küte, vaba aeg, pinnase viljakus ja süsiniku säilitamine. Lühiajaline tulu looduse kurnamisest, nt metsade langetamisest või kalade ülepüügist, tähendab pikaajalist kahju ühiskonnale, sest nii satuvad ohtu ökosüsteemid, millest saame oma tooted ja teenused. Bioloogilise mitmekesisuse säilimise nimel peaksime püüdma tooteid mitu korda kasutada, võimalikult palju ringlusse võtta ning üldiselt vähem tarbida.



### Ürdid

*Kas ürte saab kasvatada ka aeda omamata?*

Sobiva ürdi kasutamine võib olla just see, mis teeb heast söögist suurepärase söögi. Ent pakendatud ürdid on poes kallid ning tavaliselt läheb meil tarvis vaid näpuotsatäis ning me viskame ülejäänud minema. Kui olete selle probleemiga tuttav, miks mitte kaaluda omaenda ürdiaia loomist? Ürtide kasvatamine on suurepärase viis ressurside säästmiseks. Mõelge vaid, kui palju energiat kulub taimede kuivatamisele, pakendamisele ja transportimisele - energia, mida säästaksite ürte ise kasvatades. Selleks et ise maitsetaimi kasvatada, ei pea teil aeda olema. Päikesepaistega aknalauad sobivad ideaalselt murulaugu, piparmündi, basiiliku, peterselli, salvei ja tüümiani kasvatamiseks (rääkimata pipardest, pisitomatitest ja tšillipipardest). Ainus, mida te tegema peate, on nende eest hoolitseda. Tiheda kasvu soodustamiseks kärpige ja kasutage ürte tihti ja võimaluse korral kasutage istutamiseks turbavaba komposti. Varsti saate kasutada kodus kasvatatud ürte, et teha omaenda tomatikastet!



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Aedviljakasti koju tellimine

*Kas mul on võimalik saada tervislikku ja säästvat toitu oma ukse ette?*

Kui teie arvates on toidukaupade ostmine tüütu kohustus, võib teile olla meeldivaks uudiseks, et palju „rohelistem” viis oma külmikut täita on toiduainete koju tellimine. Mitte ainult supermarketid ei paku kohaletoimetamise teenust, vaid ka üha enam kohalikke ettevõtjaid toob teile aed- ja puuvilja koju kätte. Sellel teenusel on mitmeid eeliseid. Te saate toetada kohalikke talunikke ning vähendada toidu transpordile kuluvat vahemaad: koju jäädes vähendate CO2 heitkoguseid ja garanteeritud on ka teie toidu värskus. Kõige keskkonnasõbralikumana teenuse leidmiseks vaadake, et kasutataks kohalikku hooajalist puu- ja aedvilja, samuti leidke aus süsteem, mis informeerib, milliseid tooteid on oodata ja millal. Püüdke leida teenus, mis pakub maheaedvilju, kuna mahetoodangu puhul kasutatakse vähem kemikaale ning väetisi. Teile antakse ka ideid, millist toitu saadetakse aedviljast valmistada, ning süües rohkem aedvilju kui liha, võidate nii ressurside tõhusa kasutamise kui ka omaenda tervise seisukohalt. Aedviljakasti esimest korda tellides alustage väiksema kastiga, et vältida toidu raiskamist.



### Taimed

*Kas taimed aitavad halbadest lõhnadest lahti saada?*

Toataimed on suurepärase viisi loodust oma koju tuua, aga kas teate, et need toimivad looduslike õhufiltritena ja võivad ka külmetushaiguste eest kaitsta? NASA uuringu andmetel eemaldavad taimed 24 tunniga kuni 87% lenduvatest orgaanilistest ühenditest, mida leidub kunstkiududes, plastkottides, värvis, tindis ja sigaretsuitsus. Taimed tõmbavad toksiine pinnasesse, kus organismid muudavad neid taimeliseks toidaineteks. Seega kodus saastatuse suurendamise asemel, kasutades keemilisi õhuvärskendajaid, mis mitte ei hajuta, vaid kõigest maskeerivad ebameeldivaid lõhnu, valige õhku puhastavad toataimed. Samal ajal neelavad need päeva jooksul süsinikdioksiidi ja vabastavad hapnikku, vastupidiselt sellele, mis juhtub hingamise ajal. See tähendab, et taimed suurendavad hapniku taset toas. Kuna taimed vabastavad suurema osa veest, mida need õhust neelavad, tekitavad need ka niiskust, mis aitab tubastes tingimustes vähendada kõha, külmetuse, valusa kurgu ja nahakuivuse esinemist. Toataimede valimisel arvestage valgus- ja muude kasvutingimustega ning kastke neid vaid siis, kui mulla pind on kuiv ja kuni vee äravooluavade niiskumiseni.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Lilled

*Kui pika maa peavad lilled siiasaamiseks läbima?*

Lilled on suurepärase looduslik viis kodu kaunistamiseks ja värskendamiseks, ent samas on neil märkimisväärne mõju keskkonnale. Paljud Euroopas aasta ringi müüdavad lilled on toodud veepuuduses riikidest ning seega on nende jaoks kasutatud väärtuslikku ressursi. Loomulikult võib lillekasvatuse anda arengumaadele ülivajaliku sissetuleku, aga sellest hoolimata jääb aktuaalseks küsimus, kas maailma veevaestes piirkondades ei peaks lillede asemel toitu kasvatama. Lisaks läbivad Aafrikast imporditud lilled ja taimed pika õhutee ning nende kasvatamisel kasutatakse kahjulikke väetisi ja putukatõrjevahendeid. Üldiselt katsuge võimaluse korral osta mahetoodanguna või kohalikult kasvatatud lilli. Imporditud lillede ostmisel valige need, millel on Fairtrade'i märk, mis tähendab, et kasvataja on kohelnud oma töötajaid õiglaselt ning teinud investeeringuid ühiskondlikesse või keskkonnaprojektidesse. Ostke hooajalisi lilli, sest nii võite olla kindel, et neid ei ole kasvatatud kunstlikes tingimustes kasvuhooones, milleks kulub palju vett ja elektrit. Veelgi parem idee: miks mitte ise lilli kasvatada? Need ei too mitte ainult sära teie aeda, vaid meelitavad kohale ka mesilasi ja liblikaid.



### Voodipesu

*Kas teie puuvillalinade valmistamisel kasutati putukamürke?*

Puuvill tähendab suurt äri. Maailmas on 30 miljonit puuvillakasvatajat ja puuvill katab 2,4% maailma põllumajandusmaast. Aga kas teadsite, et puuvilla kasvatamisel kasutatakse ligikaudu 50% kogu põllumajanduses kasutatavast putukamürgist? Me ei saa olla ilma voodipesuta, aga samas on võimalik ka osta pesu, millel on minimaalne mõju keskkonnale. Mahepõllumajandus mitte ainult ei säilita, vaid ka parandab pinnase viljakust ning hoiab põhjavee ja jõed puhtana sünteetilistest kemikaalidest. Puuvilla saamiseks kasutatakse palju vett. Kui ühe T-särgi valmistamiseks kulub 2700 liitrit vett, siis mõelge, kui palju kulus teie voodipesule. Kasutage oma voodipesu võimalikult kaua ning kui te seda enam ei kasuta, andke see ringlusse. Kui peate pesu välja vahetama, vaadake, et uus oleks vastupidav – odavad tekstiiltooted ei pea kaua vastu ning need tuleb väga ruttu minema visata. Samuti võiksite kaaluda ostetava puuvilla mõju ühiskonnale. Fairtrade'i märk tagab, et puuvilla kasvatamisel on järgitud kõrgeid eetilisi ja keskkonnanorme.





## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### ihupiim

*Mida orangutan teie ihupiimast arvaks?*

Mitte ainult teie seepides ja dušitoodetes olevad kemikaalid ei avalda mõju keskkonnale. Kas teate näiteks, et teie dušigeeli või ihupiima valikul on otsene mõju metsade langetamisele teisel pool maakera? Alates kosmeetikast ja lõpetades toiduga kasutatakse erinevate toodete kreemjama konsistentsi saavutamiseks palmiõli, aga õlipalmid kasvavad ainult sellistes troopikavöötme riikides nagu Malaisia ja Indoneesia.

Suurenev vajadus palmiõli järele tähendab, et tuleb langetada suuri vihmametsalaamu ja uute palmiistanduste tarbeks tuleb kuivendada suuri turbamaid. See ei soodusta mitte ainult kliimamuutust, vaid kiirendab ka selliste ohustatud liikide nagu orangutani ja Sumatra tiigri loodusliku elupaiga hävingut ning inimeste ümberasustamist, kelle toit ja peavari sõltuvad metsast. Kehtiv märgistus lubab tootjal näidata palmiõli pakendil kui taimset õli, täpsustamata palmiõli sisaldust. Toodete ostmisel vaadake, et palmiõli oleks sertifitseeritud keskkonnasäästlikuna. Niimoodi toimides saate kaotada palmiõli ja metsade langetamise vahelise seose ning avaldada survet ettevõtetele, et need hakkaksid tootma keskkonnasäästlikku palmiõli.



### Kohv

*Kas teil on tunne, et jootes hommikusöögi kõrvale 140 liitrit vett?*

Enamikule meist on hommikune kohvi- või teetass igapäevaseks harjumuseks, aga need mõlemad tooted sõltuvad paljudest ressurssidest. Tootetsükli igas järgus alates tootmisest ja transpordist ning lõpetades töötlemise ja tarbimisega on vajalik energia ja vee olemasolu ning siis võivad võrrandisse lisanduda ka piim ja suhkur. Kohvi- ja teetootjad on järjest hoolikamad selles suhtes, et neil oleks võimalik kohvi ja teed veel palju aastaid toota, ning nad kasutavad erinevaid keskkonnanahoidlikkuse märgistamise süsteeme (nt Rainforest Alliance, Fairtrade ja Utz), mis tõendavad tarbijatele heade tavade kasutamist. Kuigi süsteemid on erinevad, põhinevad need samal printsiibil: sätestada kohvi ja tee tootmise ühiskondlikud, majandusliku jätkusuutlikkuse ja keskkonnasäästlikkuse normid. Võimaluse korral ostke eelnimetatud märgistusega tooteid, sest siis võite olla kindlad, et need toodeti vastavuses nimetatud normidega. Veel üks asi: kui ostate tihti valmiskohvi kaasa, miks mitte võtta kaasa oma tass?



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### puhastusvahendid

*Kui puhtad on teie puhastusvahendid?*

Toote keskkonnasõbralikkuse peamiseks näitajaks on, kui tihti seda välja vahetada tuleb. Puhastusvahendid on heaks näiteks selle kohta, kuidas ressursside kasutamist optimaalseks muuta. Paljud puhastusvahendid alates pesuvahenditest ja lõpetades klaasipuhastitega on nüüd saadaval kontsentreeritud, mis tähendab, et nüüd saab sama tulemuse väiksema kogusega kui mittekontsentreeritud variandi puhul. Väiksemate pudelite peale kulub vähem plasti, mis tähendab, et toodete transpordile kulub vähem kütust ja nende kasutuselt kõrvaldamisel läheb ringlusse vähem pakendit. Kontsentreeritud toodete puhul on oluline vajaliku koguse kasutamine. Lugege hoolikalt tooteetiketti, sest muidu muudate mõttetuks tootja pingutuse ressursside otstarbekamal kasutamisel.



### Kala

*Kas keskkonnasäästlik kalandus tähendab seda, et võite kalu elu lõpuni süüa?*

Vana ütlus, et meres on kalu küllalt, on tänapäeval vaieldavaks muutunud. Kala on tõepoolest ühisvara, aga see on ka vara, mida me ei ole suutnud säästlikult kasutada. Suurtes Euroopa veekogudes on 70% teadaolevatest kalavarudest üle püütud. Euroopa Liit tegi hiljuti kalanduspoliitikas ümberkorralduse eesmärgiga ennistada kalavarude säästlik tase. Kuid saame ka tarbijatena varude taastamise nimel midagi omalt poolt ette võtta. Kala ostes vaadake MSC (Merehoolduse Nõukogu) tähise olemasolu, sest see viitab kala pärinemisele säästlikust kalapüügi piirkonnast. Aga miks mitte proovida ka aeg-ajalt uusi kalasorte? Kõige populaarsemad liigid, nagu tursk, kilttursk, krevetid ja tuunid (eriti harilik tuun), on kõige ülepüütumate liikide seas ning nende varude taastamine võtab aega. Muu valge kala, nagu saida ja mintai, võib olla sama maitsev kui tursk ja kilttursk ning tavaliselt on need traditsioonilistest liikidest odavamadki. Võite proovida ka mahekala sertifitseeritud kalakasvandustest: praegu kasvatatakse neis vaid lõhet ja forelli, aga varsti hakatakse pakkuma ka teisi liike nagu turska, hiidlesta ja huntahvenat.



### Mesi

*Kas teadsite, et meie elu on mesilaste kätes (jalgades)?*

Meie iga nädal ostetava toidu valmistamiseks kulub palju tööd, energiat ja aega. Selle töö eest peame olema suures osas tänulikud mesilastele. Mesilased ei valmista ainult mett – palju olulisem on see, et nad on tolmeldajad. Putukad tolmeldavad isegi 80% meie toidukultuuridest. Paljudes maades on aga mesilaste arvukus vähenemas keskkonna saastatuse, põllumajanduslike putukamürkide, haiguste ja elupaikade muutumise tõttu. Teie saate kaasa aidata mesilaste arvukuse taastamisele, kui loote oma aias tolmeldajatele soodsa keskkonna. Selleks sobivad enamik roosi-, piparmündi, herne- ja astrisorte. Ja kui tahate tõesti asju mõjutada, miks mitte kaaluda mesinikuks hakkamist? See on lihtsam, kui teile tundub, ja selleks ei ole tarvis kalleid seadmeid – enamik asjadest on sellised, mida saate ise valmistada.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Jäätmed

Kui laseme midagi raisku minna, raiskame kõiki ressursse, mida selle elutsükli jooksul kasutati - selle valmistamisest kuni äraviskamiseni. Mõelge kaotsiläinud ressursside kahjust keskkonnale ja mõelge veel kord, enne kui midagi prügikasti lennutate.



### Joogid

*Kui toidujäätmed on halvad, siis kuidas on lugu joogijäätmetega?*

Me ei viska ära üksnes toitu - mõelge jookidele, mis valatakse iga päev kraanikausist alla. Iga kord, kui te joogi ära valate, ei ole see lihtsalt vedeliku enda raiskamine: see on vesi ja energia, mida kasutatakse saagi kasvatamiseks, joogi valmistamiseks, tehase puhastamiseks ning ära visatud joogi töötlemiseks reovee puhastusjaamas. Nagu toidugi puhul, on mitmeid lihtsaid viise vähendada raisatavate jookide kogust. Valmistage ainult nii palju jooki, kui te tõenäoliselt ära joote, eriti näiteks tee ja kohvi puhul, mille tootmiseks kasutatakse palju ressursse. Ostke kontsentreeritud jooke, milles kasutatakse sama pakendit, kuid mis kestavad kauem kui kontsentreerimata tooted. Ja püüdke kasutada ära tooteid, mille ettenähtud kõlblikusaeg on möödumas - võiksite näiteks lisada järele jäänud punase veini üleküpsenud tomatitest ja kodus kasvatatud ürtidest valmistatud kastmele.



### puuviljavaagen

*Kui kaugelt pidi ananass tulema, et jõuda teie puuviljavaagnale?*

Meil soovitatakse süüa viis portsjonit puuvilja ja aedvilja päevas, aga nende ostuvalik tekitab palju erinevaid eetilisi probleeme. Paljud organisatsioonidki ei ole päris kindlad, millist nõu anda. Siiski ei ole teekonna pikkus lõppkokkuvõttes nii oluline, kui arvata võiks. Toidukilomeetreid peetakse peamiseks keskkonnamõju tekitajaks. Ja kui puu- ja aedvilju transporditakse lennukiga, lisandub nende teekonnale ka CO2 heitkogus. Ent teatud aastaegadel on imporditud puuviljal väiksem mõju kui kodus kasvatatud puuviljal (näiteks kasvuhuones). Lõppkokkuvõttes peaksime rohkem puu- ja aedvilju sööma - üldiselt on puuviljadel väiksem keskkonnamõju kui muudel toitudel, nagu piima-, makaroni- ja lihatooted. Seega ei pea puuvilja pärast liiga palju muretsema, aga võimaluse korral valige puuviljad, mis on hooajalised ja ideaaljuhul mahedalt kasvatatud. Otsige ka Fairtrade'i või Rainforest Alliance'i tähist, mis tagab, et tooted on kasvatatud kooskõlas kõrgete eetiliste ja keskkonnanormidega.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Mädanenud tomatid

*Kas peate viskama vanaksläinud tomatid prügikasti?*

Toidu prügikasti viskamine ei ole säästev. Mõelge ressurssidele, mis on vajalikud teie külmkappi jõudva toidu kasvatamiseks, pakendamiseks, transportimiseks ja säilitamiseks; mõelge energiale ja veele, mis on raisatud siis, kui selle ära viskate. Igal aastal viskavad eurooplased ära miljoneid tonne toitu, millest suur osa sobib suurepäraselt söömiseks. Rootsis ja Ühendkuningriigis tehtud uuringute hinnangul viskavad majapidamised ära ligikaudu neljandiku ostetud toidust ja tõenäoliselt palju rohkemgi. Palju sellest toidust on siiski söömiseks sobiv. Kui see toit oleks ära söödud, oleks süsiniku kokkuhoid võrdunud sellega, kui teedel oleks iga neljas auto vähem! Te saate anda oma panuse toidujäätmete raiskamise vältimiseks äärmiselt lihtsalt. Kui tomatid on liialt üleküpsed selleks, et neid toorelt süüa, võiksite neid kasutada kastmes või supis. Siis ei oleks teil vaja osta töödeldud valmiskastet ning säästaksite seeläbi nii raha kui ka aitaksite keskkonda. Ainus erinevus purgikastmega on, et isevalmistatud kaste on maitsvam ja tervislikum.



### Koored/munakoored

*Kus leiate koha köögiviljakoortele?*

Koored ja munakoored saab ideaalselt panna kodusse kompostikasti ning neid saab kasutada kompostina, mis parandab teie aia mulla kvaliteeti. Sama „roheline” viis vältimatute köögijäätmete kasutamiseks on komposter. Te saate valmistada endale kompostri, kasutades vana prügikasti või pappkasti. Teatud piirkondades koguvad omavalitsusasutused köögijäätmeid ja kasutavad neid komposti valmistamiseks suurtes kogustes või saadavad need anaeroobsele kääritamisele, kus putukad lagundavad toidu, et toota biogaase, mida saab kasutada kütteks ja elektri tootmiseks. Olge hoolikas ja kasutage kompostimisel ainult õiget tüüpi jäätmeid, vastasel juhul võite oma kompostikasti saastada pakendijäätmetega.



### Nädalamenüü külmkapil

*Kas teate, kuidas sisseostude tegemisel raha säästa?*

Igal aastal viskame ära suure koguse ostetud toitu, millest suur osa sobib siiski suurepäraselt söömiseks. Üks parimaid viise ära visatava toidu hulga vähendamiseks on planeerida seda, mida kavatsete süüa. Esmalt kontrollige enne poodi minemist, mis toiduained teil juba olemas on, sel moel väldite toiduainete topelt ostmist. Seejärel tehke nimekiri toitudest, mida kavatsete nädala vältel valmistada, ja koostisainetest, mis on iga roa valmistamiseks vajalikud; sellega tagate, et ostate täpselt seda, mida vaja. Kui valmistate toitu perekonnale, võiksite nimekirja koostamisse kaasata kõik pereliikmed. Sel moel saavad nad öelda oma arvamuse menüü kohta ning kogu perekond mõtleb toidujäätmetega seotud olulisele küsimusele.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### **pakendatud õunad**

*Kui palju pakendeid vajavad õunad?*

Suurem osa puuviljadest on juba oma looduslikus pakendis, seega on muu lisamine harva vajalik. Kui teil on valida pakendatud või lahtiste õunte ostmise vahel, mõelge lisaressurssidele, mida kasutatakse pakendi tootmiseks, transportimiseks ja käitlemiseks. Eelpakendatud puuviljade korral võite olla sunnitud ostma rohkem, kui vajate, mistõttu peate viimaks ülejäänud puuviljad prügikasti viskama, suurendades märkimisväärselt õuna mõju keskkonnale. Sellegipoolest on hea mõte süüa rohkem puuvilju: need ei ole mitte üksnes tervislikud, vaid üldjuhul mõjutavad nad keskkonda vähem kui teised toiduained, näiteks piimatooted ja liha.



### **Kompostikast**

*Muutke toidujäätmed mustaks kullaks.*

Uuringute kohaselt raisatakse Euroopas 90 miljonit tonni toitu aastas, arvestamata põllu- ja kalamajandust. Mõelge selle mõjule – kogu energia ja ressursid, mis kuluvad lõpuks prügikasti jõudva toidu kasvatamisele, säilitamisele, transportimisele ja kõrvaldamisele. Toidujäätmete kompostimine aitab leevendada seda kahju.

Toidujäätmed lagunevad õhu käes, tekitades rikkalikku komposti, mis aitab taimedel hästi kasvada ja vähendab vajadust vee, väetiste ja taimekaitsevahendite järele. Kompost parandab mulla struktuuri ja toitainesisaldust, võimaldades sel säilitada rohkem vett. Viljakas muld tõrjub paremini eemale taimekahjureid ja -haigusi keeruka toitumishelate võrgustiku tõttu, mida see toetab. Prügilasse saadetud toidujäätmed aga ei saa õhku ja tekib metaan, tugev kasvuhoonegaas. Samade jäätmete kompostimisel ei teki peaaegu üldse metaani.

Kodus kompostimisel toodate pidevalt suurepärase mullaparandusainet oma aia ja toataimede jaoks. Omavalitsuslikud toidujäätmete kogumiskohad võivad lisaks ohutult käidelda toidujäätmeid tsentraliseeritud ringlussevõtu süsteemide jaoks, nagu kompostimine või anaeroobne lagundamine.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Klaaspudelid ja -purgid

*Kas teate, miks klaas on esmaklassiline materjal?*

See on küll 5000 aastat kasutusel olnud, aga pole ühtki märki, et see moest välja läheks, ning seda väga heal põhjusel. See on 100% korduvkasutatav ja seda saab piiramatult ringlusse võtta. Võimaluse korral ostke jooke, mis on korduskasutatavates pudelites: klaaspudeleid saab ohutult uuesti kasutada, sest nende omadused ei kao ning neid on lihtne puhastada. Kui teie piirkonnas on neid, kasutage taara vastuvõtukohti, kus saate jaemüüjale teatud tühjade klaaspudelite tagastamise eest väikese summa tagasi. Pudelid tagastatakse tootjale, kes saab neid uuesti kasutada. Sellisel juhul maksate vaid joogi, mitte pakendi eest. Teise võimalusena saate kasutada klaaspudeleid ja -purke veeanuma või küünla- ja pliitsitopsidena või kui olete eriti loominguiline, tehke neist stiilne riidenagi, lamp või klaaspudelilühter. Peale selle võite vanad purgid ja pudelid anda kellelegi, kes neid kasutada saaks. Klaasi ringlusse andmisel mõelge kasvuhoonegaaside heitmetele, mida aitab vähendada: ühe pudeli ringlussevõtuga säästetud energiaga saaks telerit 20 minutiks vooluga varustada.



### Katkine arvuti

*Peidetud aare teie kodus*

Kas teadsite, et arvutite trükkplaadid ja mobiiltelefonid sisaldavad väärismetalle, sh hõbedat ja kulda? Või seda, et kaevandusettevõtted peavad liigutama tonni jagu maaki, et saada üks gramm kulda, mis on sama kogus, mida saaks koguda 41 vanast mobiiltelefonist? Samas kasutatakse aastas 7500 tonni hõbedat, et valmistada arvuteid, mobiiltelefone ja muid elektroonikaseadmeid. Ka teisi elektroonikakaupades leiduvaid metalle saab ringlusse võtta. Alumiiniumi saab lihtsalt ümber sulatada, kasutades vaid 5% energiast, mida on vaja selle tootmiseks toormaterjalist, boksiidist. Terast saab ringlusse võtta ja kasutada sildade, rongirööbaste, autode, jalgrataste ja ka kirjaklambrite ning konservikarpide valmistamiseks. Väärismetallide varud on väikesed ja nende kaevandamine kahjustab keskkonda, kuid ikkagi viskame vanu seadmeid mõtlematult ära. Sellised elektri- ja elektroonikajäätmed (e-jäätmed) on üks Euroopa kiiremini kasvavaid jäätmetüüpe, suurenedes aastas 3–5%. Kui teil on endiselt töökorrast olev vana teler, telefon või arvuti, võiksite selle kellelegi kinkida, annetada või müüa, et pikendada selle kasulikku tööiga. See aitab vähendada toormaterjalide kaevandamise nõudlust, säästes loodusressursse. Kui see enam ei tööta, leidke kohalik ettevõtte, mis vanu seadmeid remondib. See aitab ringmajanduses töökohti luua ja tagab taskukohasemate seadmete saadavuse. Hoolimata ELi püüetest parandada kogumise ja ringlussevõtu määra, saadetakse suurtes kogustes e-jäätmeid endiselt (ebaseaduslikult) välismaale Aafrikasse või Aiasse, kus kohalikud, sh lapsed, võtavad osad käsitsi lahti, et saada kätte vanametall ja ülejäänud põletada, vabastades niimoodi õhku mürgiseid aineid ning saastades toitu, mulda ja pinnavett. Kui teil järgmine kord tekib tarbetuid e-jäätmeid, viige need kindlasti sobivasse kogumispunkti. Ja miks mitte uurida kohalikul omavalitsusel, kuidas nad täpsemalt kogutud e-jäätmeid käitlevad?



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Avatud värvipurk

*Nii ei saa linna punaseks värvida*

Vana värv, lakk, patareid ja suur osa kodus isevalmistamisest tekkinud jäätmetest on ohtlikud ning tuleb kasutusest kõrvalda ettevaatlikult, et vältida saastamist. Värvide ja lakke ostmisel otsige Euroopa ökomärgist ja vältige tooteid, mille etiketil on ohuhoiatuse märk (enamikus riikides on see must sümbol kollasel taustal või kollane ruut ohu kirjeldusega). Peale selle ärge ostke liiga palju – suur osa ostetud värvist jääb kasutamata ja lõpetab probleemse jäätmena. Looduslikud või täiesti looduslikud värvid, piimavärvid ja lubjapiim sisaldavad tavaliselt vähem kahjulikke aineid kui tavaline värv ning mõni tootja pakub isegi ümbertöödeldud värvi. Kui teil on jäänud üle värvi, mida te ei vaja, viige see kohalikku kogumisjaama. Kõiki patareid saab taas-töödelda. Töötlemise käigus saadud tuhanded metallitonnid võivad suunata uute patareide tootmisse. Selleta võivad patareides leiduv elavhõbe, plii ja kaadmium jõuda pinnasesse. Euroopa direktiiv soodustab patareide laialdasemat ringlussevõttu, nii et peaksid leidma oma kodupoestki spetsiaalse kasti, kuhu vanad patareid ohutult ja vastutustundlikult visata. Laetavate akude soetamine aga aitab teil pikema aja jooksul raha kokku hoida.



### Katkine triikraud

*Ärge visake ära, parandage!*

Katkise või kahjustatud eseme parandamine võib olla lihtsam, kui arvate. Interneti-foorumitest ja -õpetustest leiate tohutult teavet ja videoõpetusi, kuidas asju parandada. Ka sõpradelt või perelt võite abi leida. Või otsige kohalikke remonditöökodasid: neid on palju, kuid need ei asu parimates asukohtades või kaubanduskeskustes. Need võivad olla ka ühiskondliku algatusena loodud kohad, pakkudes ühiskonnas hädavajalikke töökohti ja väljaõpet. Palju parem on toetada kohalikke ettevõtteid ja aidata kaitsta keskkonda, selle asemel et peaaegu uus asi minema visata.

Kui peate ostma uue toote, küsige müüjalt, mida nad saavad selle katkimineku korral teha. Lugege ka tootearuustusi, et valida mudel, mis peaks tõenäoliselt kauem vastu.

Kui toodet pole võimalik selleks ettenähtud viisil kasutada, võib olla võimalik seda kasutada muul eesmärgil. Tehke vanast kohvrast nukumaja; lõigake bambuskepid tükkideks ja siduge need kokku, et teha mesilastaru; kasutage vanu diivani- ja voodipatju ning suletekke, et täita vana vaibaga kaetud tumba või sohva. Kasutage oma käsitöömeisterlikkust ja loominguilistust – ja kui avastate, et olete selles andekas, võite isegi oma veebi-poe avada.





## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Vanad riided

*Ressursside raiskamine ei ole moes!*

Kas olete kunagi ostnud tööintervjuu jaoks kostüümi ning avastanud seda teist korda selga pannes, et see ei istu teile enam? Või ostnud eriliseks puhuks kleidi ja seda rohkem mitte kandnud? Nende riiete valmistamiseks, mis seisavad teie kapi tagumises osas ja mida te kunagi ei kasuta, on kulunud palju materjali ja energiaressusse. Seega, kui te järgmine kord uusi riideid ostma lähete, mõelge, mida on nende tootmiseks vaja läinud – kasutatud veele ja energiale, võimalikule saastele jne. Ja küsige endalt, kas teil tõesti on seda riideset vaja. Mõelge, kui palju raha te säästaksite, kui kasutaksite olemasolevaid riideid paremini, selle asemel et osta pidevalt uusi.

Või miks mitte osta kasutatud riideid? Lähedalasuvatest kasutatud riiete poodidest või Interneti-oksjoni saitidelt peaksite leidma palju soodsaid peaaegu uusi kaupu. Kui teil on soovimatuid asju, korraldage sõprade või töökaaslastega vahetuspidu ja lõbutsege, vahetades omavahel rõivaesemeid. Või annetage oma asju sell-eks loodud veebiplatvormide kaudu või heategevuseks. Hiljutine Suurbritannia uuring näitas, et kasutaksime ainult 10% uute riiete ostmisele kulutatavast rahast, kui rendiksime tippmoe riidesemeid, näiteks ülikondi ja kleite. Ja seeläbi vähendaksime igal aastal 1,7 miljoni tonni võrra süsinikdioksiidi heitmeid. Miks mitte kaaluda seda võimalust järgmine kord, kui saate kutse mõnele erilisele üritusele?



### Prügikast (jäätmekäitlus)

*Kui kerge on teie koorem?*

Keskmiselt läheb ainult 40% Euroopa majapidamisjätmetest korduvkasutusse või ringlusse ja mõnes riigis saadetakse üle 80% ikkagi prügilasse. See on hullus: me täidame prügikaste materjalidega, mis on endiselt väärtuslikud; raiskame raha, energiat ja loodusressusse – vett, metalle, mineraale, mulda ja taimi –, mida kasutati üldse asja tootmiseks. Kuna iga inimene Euroopas toodab praegu keskmiselt poole tonni jagu majapidamisjätmeid, on tegu väga suure hulga raisatud materjalidega. Roheline majandus seisnebki jäätmete muutmises ressursideks. Kõike saab korduvalt kasutada, ringlusse võtta või kompostida – tuleb vaid hästi sorteerida ja jätmeid õigesti käidelda. Saate kodus algust teha, vähendades prügikasti sisu võimalikult palju, astudes sel moel esimese sammu jäätmevaba ühiskonna poole. Loomulikult on selleni jõudmiseks vaja uuenduslike toodete kujunduses, tootmises ja jätmekäitluses. Me kõik saame aga teha järgmist: osta vaid vajalikke tooteid; osta korduskasutatavaid asju; parandada katkiläinud asju; kasutada toidujääke enne nende riknemist; vältida ebavajalikku pakendamist; müüa või anda ära soovimatuid asju ja aktiivselt sorteerida prügi nii kodus kui ka tööl ning soovitada sama ka perele ja sõpradele.





## TEIE VALIKUD MUUDAVID PALJU. TARBIMISJUHEND



### Prügikast (paber- ja pappjätmed)

*Kas kasutate puud maksimaalselt ära?*

Vähendage paberjätmeid, lastes lemmikkauplustel ja reisifirmadel saata teabelehti ja uuendusi meili teel, selle asemel et saata postiga pakse katalooge ja brošüüre, ja tellige paberarvete asemel e-arved. Uue raamatu ostmise asemel, mida loete vaid korra, külastage kohalikku raamatukogu, vahetage raamatuid sõpradega või kasutage kohalikku vahetuspoodi (mõnes kohvikus on selleks raamaturiidid olemas). Samuti kleepige postkastile silt, et te ei soovi rämpsposti saada.

Ärge kunagi visake paberit ära. Paberit saab teoreetiliselt kuni kuus või seitse korda ringlusse võtta, kuigi Euroopas, mis on paberi ringlussevõtu osas maailmas juhtival kohal, suudame seda siiski teha kolm kuni neli korda. Sellegipoolest kasutab Euroopa paberitööstus praegu toormaterjalina rohkem taaskasutatud paberit kui puidustelluloosi, segades ringlusse võetud ja toorkiudusid võimalikult palju, et säästa loodusressursse ja energiat: paberi ringlussevõtt kulutab 70% vähem energiat kui selle uutest toormaterjalidest tootmine. Isegi toiduga määrduvad paberit saab ringlusse võtta, kuid mitte selles prügikastis. Pange see komposti või kasutage seda toidujätmete kogumisel kotina.



### Prügikast (plastjätmed)

*Sa kannad nii stilset endist jogurtitopsi!*

Plast on odav, kerge ja vastupidav. Seega pole midagi imestada, et maailmas suurenes plasti tootmine 1950. aastast 1,5 miljonilt tonnilt (Mt) aastas 288 miljoni tonnini 2012. aastal, millest 57 Mt toodeti ainuüksi Euroopas. Nüüd seisame silmitsi probleemiga, et plastjätmeid on kõikjal ja nende lagunemiseks võib kuluda kuni 500 aastat. Plastjätmeid saab korduskasutada, kuid siiski läheb Euroopas korduvkasutusse vaid veerand kogutud plastist. Plasti saab sulatada ja teha sellest uusi tooteid, nagu pudelid, pastapliiatsid, aiameöbel või veetünnid, või peeneks hakkida ja muuta riiete valmistamisel kasutatavaks polüestriks: ühe täiskasvanu suuruses fliisjaki valmistamiseks kulub 25 kaheliitrist plastpudelit. Sellegipoolest viiakse ligi pool Euroopa plastjätmetest prügilasse, mis pole ei ringlussevõtt ega taaskasutus. Kindlasti on oluline plastjätmete eraldamine kogumiseks, kuid jätmete hulga vähendamine peaks alati olema esmase tähtsusega.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### plastpudel

*Kui palju kulub naftat plastpudeli tootmiseks?*

Kas teadsite, et plastide tootmiseks kulub tohutu hulk fossiilkütust – enamike hinnangute põhjal umbes 8% maailma naftatoodangust? Mõelge sellele nii: ühe liitrise veepudeli tootmiseks kulub veerand liitrit naftat. See on suur kogus loodusressursse äravisatava asja kohta, arvestamata isegi pudeli transportimiseks, turustamiseks ja kõrvaldamiseks kuluvat energiat. Tegelikult on enamikus Euroopa kohtades täiesti normaalne – ja pealegi hulga odavam – juua kraanivett. Ja kui teile ei meeldi selle maitse, saate seda muuta filterkannuga. Kui peate ostma plastpudeleid, valige üks suur pudel paki väikeste asemel. Ja saatke need kindlasti ringlusse: enamik omavalitsustest kogub plastpudeleid ja isegi kui seda veel ei tehta, muutub see 2015. aastaks kohustuslikuks.



### Hingamistoru ja mask

*Kas soovite ujuda plastisupis?*

Ranna või jõe koristuspäeval osalemine on enamasti kui inetu prügi korjamine. See võib päästa elusid. Igal aastal jõuab ookeani miljoneid tonne prügi. Eriti suur probleem on plast: õhupallide paelad, õllepurkide ümbrised ja äravisatud kalavõrgud püüavad lõksu hülgeid, vaalu ja merekilpkonni ning paljusid merelinde, kes teadmatult söövad plastesemeid, mida on kogemata pidanud toiduks. Lõpuks lagunevad plastjätmed meres mikroskoopiliseks plasttolmuks, mille õline baas tõmbab ligi muid ookeanis leiduvaid kahjulikke kemikaale. Need koonduvad fragmentideks määral, mis on kuni miljon korda kõrgem kui nende tase mujal merevees, moodustades väikeseid mürgiseid graanuleid. Kalad ja merelinnud neelavad neid osakesi alla ja nii satuvad need toiduahelasse ning võivad jõuda teie taldrile. Lisaks Euroopa koristuspäevaga ([www.letsclanupeurope.eu](http://www.letsclanupeurope.eu)) ühinemisele saame aidata vähendada merre sattuva prügi hulka, hoolitsedes väljas olles selle eest, et viskame prügi hoolikalt ära ja vältides ühekordselt kasutatavaid plastkotte ning muid tarbetuid plastpakendeid.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Niisked salvrätid

*Enne viskamist mõelge*

Tualettpotist allalastud asjad võivad jõuda jõgedesse, järvedesse, merre ja pinnasesse, kus need võivad keskkonda kahjustada. Heitvee käitlusjaamad saavad kerge vaevaga hakkama inimjäätmete ja paberiga, aga puhastusvahendeid ja muid saasteaineid on raskem eemaldada ning niisked salvrätid ja muud tahked esemed võivad filtreid blokeerida ning nende eemaldamine on kulukas. Loodusesse lastud saasteained kogunevad ning ohustavad levilaid ja loomariiki. Kas teadsite, et joogivees leidub sageli ravimite, näiteks antibiootikumide ja ibuprofeeni jälgi? Teie saate aidata, veendudes, et tualettpotti ei satu midagi muud peale inimjäätmete ja tualettpaberi. Ravimid, vatipadjad, niisked salvrätid ja hügieenisidemed tuleb visata prügikasti või need õigesti kasutusest kõrvaldada (aegunud või kasutamata ravimid võite näiteks viia apteeki).



### Taldrik

*Kas teie silmad on suuremad kui kõht?*

Proovige toidujäätmete vähendamiseks mitte valmistada rohkem toitu, kui jõuate ära süüa, või serveerige väiksemaid portsjoneid. Ressursid on vajalikud kogu teie ostetava toidu kasvatamiseks, pakendamiseks, transportimiseks ja säilitamiseks; mõelge energiale ja veele, mis on raisatud siis, kui selle ära viskate. Igal aastal viskavad eurooplased ära miljoneid tonne toitu, millest suur osa sobib suurepäraselt söömiseks. Te saate anda oma panuse toidujäätmete raiskamise vältimiseks äärmiselt lihtsalt. Ostke ainult seda, mida vajate, ja kasutage värskaid tooteid, tehes neist suppi või kastmeid. Niimoodi säästate raha ja aitate keskkonda. Ainus erinevus purgikastmega on, et see on maitsvam ja tervislikum. Paljud kohalikud omavalitsusasutused koguvad toidujäätmepüüdluseks andmiseks, aga kui teie omavalitsus sellega ei tegele, alustage ise toidu kompostiks valmistamisega. Kui teil on ruumipuudus, on variant komposter, mille võite paigutada rõdule või tuppa ja kus saate töödelda isegi küpsetatud toitu ja liha.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Korduskasutamine

Ressursitõhusus tähendab olemasolevate asjade maksimaalset ära kasutamist. Ja kui me neid enam ei vaja, tähendab see nende pakkumist teistele, et nad neist kasu saaks. Tooteid korduskasutades säilitame ressursid, mida oleks olnud tarvis kulutada nende väljavahetamiseks.

### 00 Raamatud

*Raamatut VÕIB kaane järgi hinnata!*

On hämmastav, millisel määral me paberit kasutame. Isegi kui raamatutele kulub vaid 2% maailma paberikasutusest, ei tähenda see, et need ei mõjutaks kuidagi keskkonda. Näiteks võiks tuua puud, mida peab langetama, et toota raamatute jaoks vajalikku paberit. Kui ostate raamatu, vaadake selle sisekaant. Paljud juhtivad kirjastused kasutavad nüüd taastöödeldud paberit või metsa sertifitseerimise süsteemide akrediteeritud paberit. Kui raamat on trükitud taastöödeldud paberile või valmistatud taastuvatest allikatest, leiate sealt sellekohase märke. Kui olete raamatu läbi lugenud, ärge visake seda prügikasti, vaid andke sõbrale, viige vanaraamatupoodi ning viimase võimalusena veenduge, et see võetakse taastöötlusse. Ja kui kasutate paberraamatute asemel e-raamatuid, ärge jätke seda laetud akuga enam elektrivõrku, vaid lülitage välja, kui olete lugemise lõpetanud.

### 00 Mängud

*Mäng läbi? Ei, kui mängida õigesti.*

Arvutimängud võivad tundide kaupa meelelahutust pakkuda, aga enamikul mängudel on oma loomulik elutsükkel. Pärast kõrgeima taseme saavutamist ei ole kaugemale võimalik minna. Kõige olulisem on aga mängude vastutustundlik äraviskamine. Ärge pange neid lihtsalt prügikasti. Paljud videomängudes, CD-des ja DVD-des kasutatud materjalid on mürgised ning seetõttu vajavad need spetsiaalset käitlemist. Pärast mängu edukat lõppu võiks ehk selle sõbrale anda, viia heategevuspoodi või vahetada teise mängu vastu. Paljud poed võimaldavad mängu vahetada, tehes hinnaalanduse uue eest või ostes teilt vana mängu.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Lapid

*Miks mitte kasutada paberi asemel riidelappe?*

Kas olete mõnikord avalikus kohas käsi pestes mõelnud, et kumb on ressursitõhusam, kas paberkäterätikute või kätekuivati kasutamine? Aga kuidas on lood kodus? Paberkäterätikud on suurepärased kogemata mahalatatud vedelike ja mustuse eemaldamiseks, aga kindlasti ei ole need keskkonnasäästlikud. Miks mitte kasutada hoopis riidelappe? Paberkäterätt tuleb pärast ühe korra kasutamist minema visata, aga lappe saab pesta ja mitu korda kasutada. Isegi uue lapi ostmine on parem kui suure hulga paberirullide ostmine.



## TEIE VALIKUD MUUDA VAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Ringlussevõtt

Nende toodete prügilasse saatmine ei ole säästlik, sest see kahjustab keskkonda ja raiskab nendes kasutatud väärtuslikke ressursse. Materjalide nagu paber ja plast ringlusse saatmine on lihtsamaid viise vähendada meie igapäevaste tegemiste keskkonnamõju.



#### Lapid

*Kas pole aeg hakata lappe kasutama?*

Olete kindlasti teadlik arutelust, kas ressursside seisukohalt on avalikus kohas käsi pestes säästlikum kasutada paberkäterätte või kätekuivatit. Aga kuidas on lood paberkäterättide kasutamisega kodus? Loomulikult sobivad need mahaläinud vedelike ja rämpsude koristamisel, aga nad on vaevalt kõige keskkonnasäästlikumad puhastusvahendid. Kui peate köögis puhastama või pühkima, miks mitte kaaluda hoopis vanade lappide kasutamist? Erinevalt paberkäterättidest, mis tuleb pärast üht kasutamiskorda minema visata, võib vana lappi pärast pesemist ikka ja jälle kasutada. Isegi uue lapi ostmine on parem kui paljude paberkäterättide rullide ostmine, aga vaadake, et lapp oleks orgaanilised või valmistatud Fair-trade'i puuvillast.



#### prügikast

*Miks mitte suurendada oma prügikastide komplekti?*

Mida jõukamaks muutub Euroopa ühiskond, seda rohkem prügi me toodame. Ainuüksi Euroopa Liidus viskame igal aastal ära 3 miljardit tonni jäätmeid, mis on ligikaudu 6 tonni tahkeid jäätmeid meist igaühe kohta. Loomulikult oleks ressursside tõhusa kasutamise seisukohalt kõige parem, kui me neid jäätmeid ei toodaks, kuid jäätmete tekkimisel peame andma endast parima, et neid korduskasutada või ringlusse võtta. Ringlussevõtt on suurepärane viis energia säästmiseks ja keskkonna hoidmiseks: mida enam me ringlusse võtame, seda vähem uusi materjale peame kasutama. Kas teadsite näiteks, et paberi ringlussevõtt kulutab 70% vähem energiat kui selle uutest toormaterjalidest tootmine? Kontrollige kindlasti, mida saab teie piirkonnas ringlusse võtta – tõenäoliselt ligikaudu 60% kuni 80% kõigist teie jäätmetest. Kui mõnda materjali teie kohalikus omavalitsus eraldi ei koguta, võiksite näiteks osta mõned lisaprügikastid, et saaksite need materjalid alles hoida ja lähimasse kogumispunkti viia.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### plastpudel

*Kui palju vett mahub plastpudelisse?*

Me kõik muretseme plastjätmete kasvava hulga pärast, aga samas saame teha palju, et vältida jäätmete tekkimist juba eos. Plastpudeleid on lihtne ringlusse saata, aga samas saab neid ka ohutult mitu korda kasutada, kui järgite paari lihtsat reeglit. Iga kord, kui pudelit uuesti kasutate, peske see sooja vee ja pesuvahendiga puhtaks ning kuivatage korralikult, et tagada kaitse bakterite vastu. Kui pudel on kulunud, võite selle ringlusse saata. Enamik omaavalitsustest kogub plastpudeleid, kuid kui seda ei tehta, viige plastpudelid kohaliku kogumispunkti. Paljudes Euroopa piirkondades on kraanivesi joomiseks täiesti sobiv, kuid kui peate vett ostma, ostke pigem üks suur pudel kui pakk väikesi pudeleid. See on odavam, samuti kasutate nii ressursse arukamalt!



### Valmistoidu plastpakend

*Kas plastpakendil võiks olla teine elu?*

Kaasaostetav toit on paljude patune nauding, aga see pakub ka viise ressursside tõhusamaks kasutamiseks. Toidu säilitamiseks uute plastpakendite ostmine tähendab uute ressursside kasutamist, aga kaasaostetud Hiina toidu või karriga karbid sobivad suurepäraselt toiduülejääkide, näiteks kastmete või salatite hoidmiseks külmikus või sügavkülmas. Karpide säilimiseks soojendage toitu eraldi nõus. Nii ei pea karp mitte ainult kauem vastu, vaid on ka ohutum, sest plasti kemikaalid võivad mõnikord soojendamise käigus toidu sisse imbuda.



### Kilekotid

*Kas saate ühekorrakottidest lisakasu?*

Kilekottidest on saanud sünonüüm tänapäeva raiskavale ühiskonnale. Me kasutame iga päev miljoneid kilekotte, sageli ainult mõned minutid, enne kui need prügikasti viskame. Igal aastal kasutab keskmine Euroopa Liidu kodanik peaaegu 250 kilekotti ja enamikku neist kasutatakse vaid üks kord. Mitmed neist on nii õhukesed, et neid ei võeta kunagi ringlusse, kuid selle asemel jõuavad need merre või prügilasse, kus nende lagunemisele kulub aastasadu. Parim lahendus on kasutada kodunt kaasavõetud kotti; puuvillased või muust riidest kotid on kerged ning neid on lihtne kaasas kanda – eelistage võimalusel ökomärgisega orgaanilisi kotte. Või miks mitte võtta uuesti kasutusele traditsiooniline turukorv?



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Klaas

#### *Kas teate, miks klaas on esmaklassiline materjal?*

See on küll 5000 aastat kasutusel olnud, aga pole ühtki märki, et see moest läheks, ja seda väga heal põhjusel. Klaas on täielikult taastöödeldav ja seda võib taaskasutusse anda mitu korda. Enne klaaspudelite ja -purkide kogumispunkti viimist mõelge ka sellele, kas saate neid ise uuesti kasutada. Toote korduv kasutamine ringlusse saatmise asemel on ju tõhusam ressurside kasutamine, sest see ei nõua lisaenergiat, vett ega muid ressursse, mida on tarvis ringlusmaterjalist uute toodete valmistamiseks. Klaaspudeleid saab ohutult peaaegu piiramatult uuesti kasutada, sest nende omadused ei kao ning neid on lihtne puhastada. Kasutage neid veeanuma või küünla- ja pliatsitopsidena või kui olete eriti loominguline, tehke neist stiilne riidenagi, lamp või klaaspudelilühter. Peale selle võite vanad purgid ja pudelid anda kellelegi, kes neid kasutada saaks. Paljud poed võtavad pudelid vastu ja maksavad vastutasuks teile nende eest veidi rahagi. Pudelid tagastatakse tootjale, kes saab neid uuesti kasutada. Sellisel juhul maksate vaid joogi, mitte pakendi eest.





## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Transport/reisimine

Koos elamumajanduse ja toiduainetööstusega on transport üks olulisemaid looduslikele ressursidele surve avaldajaid. Asjade ühest kohast teise toimetamine nõuab energiat ja energia saamiseks on vaja ressursse. Mõeldes hoolikalt oma ringiliikumisele, saame oluliselt vähendada oma igapäevaelu mõju keskkonnale.



### puhkusepildid

*Kui palju mõjutavad teie pere puhkused kliimamuutust?*

Teie puhkuse mõju sõltub paljuski sellest, kui kaugele ja kuidas te reisite. Lennukiga reisides on keskkonnamõju suurem kui autoga või rongiga. Loomulikult ei tähenda see, et peaksite puhkusereisidest loobuma! Aga mõelge lihtsalt, kas peate sõitma lennukiga. Lendamisel põletatakse palju kütust ja heidetakse välja suur kogus CO<sub>2</sub>. Lennundus tekitab otseselt ligikaudu 3% ELi kasvuhoonegaaside heitkogusest ja kaudseid mõjusid arvesse võttes on selle üldine mõju kliimamuutusele kaks kuni neli korda suurem. Miks mitte sõita võimaluse korral rongiga? Ka auto jagamisel oleks mõju väiksem. Lennukiga sõites võtke sellest maksimum, minnes pikemaks ajaks ja ehk mitte nii sageli. Kuigi puhkuse ajal reisimine on alati meeldiv, tasub mõelda ressursidest, mida sellega kasutate. Loomulikult aitavad CO<sub>2</sub> hüvitamise skeemid vähendada lendamise ja muude saastetegevuste negatiivset keskkonnamõju. Paljudel veebisaitidel saate saastet hüvitada, investeerides rohelistesse meetmetesse nagu puude istutamine või ühiskondlikele hoonetele päikesepaneelide paigaldamine. Ja reisi sihtkohas kasutage majutuseks sellist, mis austab kohalikku keskkonda, sööge kohalikku toitu ning püüdke vältida auto kasutamist.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### **Autovõtmed**

*Autota on raske elada, aga kas see on ka põhjus seda mitte proovida?*

Mõni asi, mida saame teha oma elu rohelisemaks muutmisel, nõuab meilt suurt pingutust. Teised jälle võivad olla lihtsad nagu lapsemäng. Käige autoga sõitmise asemel hoopis jalgsi. See on lihtne tegevus ning tähendab arvukalt eeliseid keskkonnale: väiksem õhu- ja mürareostus, auto valmistamiseks, sõidus hoidmiseks ja hooldamiseks vajalike ressursside vähem kasutamine, rääkimata eelistest tervisele, mida annab regulaarne füüsiline pingutus. Loomulikult ei saa autoga sõitmist alati vältida, aga lühikeste käikude puhul nagu poodi minek või sõbraga kohvikus käik kaaluge, kas peaksite tingimata autoga sõitma või võiksite vabalt jala minna. Kas kellelegi tõesti meeldib toidupoes käimine? Järjekorrad, rahvahulgad ning parklast väljasaamise vaev võivad olla tõeline tüütus. Järgmine kord, kui seisate kassas, mõelge, kui vajalik see käik oli? Kas poleks olnud võimalik toitu koju tellida? Internetis toiduainete ostmise on palju tõhusam viis toidu koju saamiseks.

Siinkohal siiski üks näpunäide: toidu saabumisel kontrollige toidu kõlblikkusaega, et teaksite, millal ja mida peaksite sööma, sest toidu raiskamine on ressursside raiskamine. Kui eelistate ise poes käia, mõelge, mida saate kohapealt osta, ning minge pigem jala või sõitke jalgrattaga. Ja ärge unustage ostunimekirja.



GENERATION  
AWAKE

## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Energiatõhusus

Meie ühiskond sõltub liiga palju mittetaastuvatest energiaallikatest nagu nafta ja gaas ning me peame otsima viise, kuidas kasutada oma elus taastuvaid energiaallikaid nagu päikese- ja tuuleenergia. Tõhusus tähendab ka juba kasutatava energia maksimaalset ära kasutamist. Raisatud energia on kulukas meile kõigile, sest raiskame mõttetult väärtuslikke ressursse, nagu nafta ja gaas. Tehes midagi nii lihtsat nagu tule kustutamine toast lahkumisel ja topeltklaasidega akendega soojakao vältimine, saame aidata keskkonda ja ka säästa raha.



### Riidepesu

*Kas teie pesumasin kahjustab keskkonda?*

Pesumasinad on tänapäeval palju tõhusamad, aga meil on ikka veel üht-teist teha ressursside tõhusama kasutamise nimel. Vee ja energia maksimaalseks kasutamiseks tuleks järgida paari lihtsat reeglit. Kasutage programmi, mis peseb riided puhtaks, aga see ei pruugi tingimata kasutada väga kõrget temperatuuri. Kuna puuvillase pesu pesemine 40 °C juures on programmeeritud täistruumlile, laadige masin pesu täis. Kui teil on tihti probleem masina täitmisega, võib järgmine kord kaaluda väiksema trumliga masina soetamist. Otsige säästuprogrammidega pesumasinat - paljudel uutel mudelitel on need olemas ja need kasutavad vähem nii vett kui ka energiat. Vaadake ka riietel olevat märgistust: paljudel on märgitud ainsa variandina keemiline puhastus, aga tegelikult võite neid ka käsitsi pesta. Lõpuks kasutage ka võimalikult vähe keskkonda kahjustavat pesuvahendit, millel on ökomärgise lill.



### aknaraamid (elutuba)

*Kas olete kindel, et ei viska raha aknast välja?*

Pidage meeles, et umbes 30% soojakaost on seotud akendega – seega aitavad energiasäästlikud aknad paljuski kaasa soojakao peatamisele. Esialgse kulutuse teete ruttu tagasi rahaga, mille säästate oma soojaarvetelt. Kahe- või kolmekordsete klaasidega akende klaaside vahel olevad vääriskaasid loovad isoleeriva barjääri. Suurim eelis on see, et need on soojapidavad ning pakuvad suurepärase kaitset loodusjõudude eest. Aknaluugid ja paksud kardinad parandavad samuti soojust- ja heliisolatsiooni. Kui sooja ilmaga on raske maja jahedana hoida, aitavad aknaluugid ja valguskindlad aknakatted säästa ventilaatorite ja kliimaseadmete energiakulusid. Aga kui te juba plaanite aknaid välja vahetada, miks mitte kontrollida kogu maja soojapidavust (uksed, seinad, katus, kelder jne)? Laske seda teha asjatundjal, kes annab nõu, mida saaksite parema energiatõhususe saavutamiseks teha.



GENERATION  
AWAKE

## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Elektripirn

*Kas elektripirnide vahetamine muudab teie lastelaste tuleviku säravamaks?*

Muudab küll – ja mida rohkem inimesi seda teeb, seda parem. Säästupirnid võivad kasutada viis korda vähem elektrit kui vanad pirnid, vähendades niimoodi CO2 heitkoguseid. Need on soodsate hindadega kõikjal saadaval, isegi supermarketites. Võite osta säästupirne, mis sarnanevad vanade pirnidega ja tagavad sama valguskvaliteedi. 20 W 12 000-tunnise kasutusajaga säästupirn säästab oma tööea jooksul umbes 70 eurot võrreldes selle eelkäija, 100 W hõõglambiga. EL on kõikides liikmesriikides kõrvaldanud majapidamises kasutatavad vanad pirnid müügit. 2020. aastaks saaks säästetud energiaga varustada 11 miljonit majapidamist aastas. Samal ajal on pirnitootjad hakanud kiiresti arendama säästupirne, nt LED-pirne, ja nende hinnad alanevad pidevalt. Siiski on veel saadaval vähem efektiivseid pirne, seega kontrollige nende tähiseid ja valige kõige energiatõhusam variant. Isegi kui elektripirn on energiasäästlik, ei tähenda see, et võiksite lasta sel ilma vajaduseta põleda.



### Nõudepesumasin

*Kas energiatarbimise vähendamiseks peaks ostma tõhusama nõudepesumasin?*

Kui ma tahan ressursse tõhusamalt kasutada, kas peaksin valima nõudepesumasin või käsitsipesu? Kõik sõltub sellest, kuidas ja millist tüüpi masinat kasutate ja kui tõhusalt te nõusid pesete. Nõudepesumasin kasutamine ei ole vale: nii kasutate juba kolm kuni neli korda vähem vett kui sama kogust käsitsi pestes. Ouline on aga valida õige nõudepesumasin. Leidke kõrge energiaklassiga masin, kasutage seda võimaluse korral säästurežiimil ning täislaaditult. Kõige parem aeg pesemiseks on öösel: see ei ole mitte ainult odavam, vaid te kasutate ka elektrivõrku ajal, mil väikseima efektiivsusega jõujaamad ei tööta ning energiaühiku süsinikujälg on veidi väiksem. Nõusid käsitsi pestes veenduge, et ostate keskkonnasäästliku pesuvahendi, ning ärge jätke vett voolama ega kasutage liiga kuuma vett.



## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Gaasi-/elektriarve

*Kas poleks parem, kui teie arved oleksid arvutis, mitte laual?*

Võimatu on vältida fakti, et peame tulevikus kasutama rohkem taastuvat ja rohelist energiat. Me peame mõtlema suurtele CO2 heitkogustele, mis on seotud traditsiooniliste energiaallikatega nagu kivisüsi ja nafta. Üks viis taastuva energia soodustamiseks on seda nõuda. Mida rohkem me rohelisi energiaallikaid kasutame, seda odavamaks nad muutuvad. Loomulikult tagab kõige suurema kokkuhoiu väiksem energiatarbimine, aga kõigile kasutoov oleks ka leida võimalusi, kuidas kasutada kodus rohkem taastuvat energiat. Näiteks päikese-paneelide paigaldamine võib maksta algul palju, kuid need varustavad teid tasuta energiaga aastaid, ilma et peaksite muretsema energiahindade kõikumise pärast. Enamikule inimestest aga on kiireim ja lihtsaim viis energiatarbimise vähendamiseks tõhustada energiakasutust. Esimene samm energiakasutuse parandamiseks on tavaliselt nutiarvesti paigaldamine, et jälgida energiatarbimist ja selgitada välja selle raiskamine. Mõned energiapakkujad juba jagavad neid tarbijatele. EL on seadnud eesmärgiks paigaldada 2020. aastaks nutiarvestid 80% majapidamistest.



### Meediapleier

*Kui palju lugusid saaksite osta rahaga, mille kulutate aku laadimise peale?*

Miks jätavad nii paljud inimesed mobiiltelefone ning kaasaskantavaid meedia- ja muusikapleiereid pärast nende täislaadimist elektrivõrku? Paljud arvavad ekslikult, et pidev elektroonikavidinate laadimine tagab nende töökorras oleku. Tegelikult on asi vastupidi: pidev laadimine lühendab pikas perspektiivis aku tööiga, mis tähendab vajadust aku või aparaat kiiremini välja vahetada – see on aga halb keskkonnale ning kulukas teile endale. Liitiumioonakud, mida kasutatakse näiteks nutitelefonides, toimivad kõige paremini, kui neil ei lasta täiesti tühjaks saada ega laadita iga kord täiesti täis. Kõige parem on neid laadida umbes 40% aku laetuse taseme juures ja lõpetada laadimine umbes 80% juures. Lahendus on lihtne: tehke kindlaks, kui palju aega kulub seadme laadimise peale, ning veenduge, et ühendate selle õigel ajal lahti.



## TEIE VALIKUD MUUDA VAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### aknaraamid (magamistoas)

*Välimus? Säätlikkus? Ökoloogiline? Miks mitte valida kõik kolm?*

Parim viis oma kodu energiatõhusaks muutmiseks on vältida soojakadusid. Soojus kaob võimaluse korral läbi iga praou, seetõttu on selle säilitamine rahaliselt ja keskkonna huvides mõttekas. Soojuse majast väljalipsamise üheks peamiseks teeks on aknad. Umbes 30% soojast kaob majast läbi halvasti isoleeritud või ühekordsete klaasidega akende. Miks mitte kaaluda kahe- või isegi kolmekordsete klaasidega aknaid? Loomulikult tähendab see esialgset kulutust, kuid pikemas perspektiivis püsib teie maja soojemana ja teil läheb vähem energiat selle kütmiseks, mis ei ole hea uudis mitte ainult keskkonnale, vaid ka teie rahakotile. Aknaraami valides mõelge selles kasutatud materjalide soojakindlusele ja ka jätkusuutlikkusele: näiteks puitraamid on tehtud taastuvast ressursist ja need on biolagundatavad. Lõpetuseks ärge isoleerige, tagamata piisavat ventilatsiooni: paljudes uutes või hiljuti isoleeritud kodudes on probleeme siseõhu kvaliteediga koguneva niiskuse ja saasteainete tõttu, nagu radoon ja formaldehüüd, ning see kõik võib täiskasvanutel ja lastel tekitada terviseprobleeme.



### Külmik

*Kas on hea oma külmikut täis toppida?*

Levinud eksiarvamuse kohaselt töötab külmik täielikult täidetult tõhusamalt – tegelikult on kolmveerandi ulatuses täitmine optimaalne ja säästab kõige enam energiat. Samas ärge unustage ka muid keskkonnale kasulikke võimalusi. Sulatage sügavkülmikut regulaarselt, et tagada selle maksimaalselt tõhus töö; ärge jätke uksi liiga kauaks lahti, sest nii väljub külm õhk; ja ärge pange sooja toitu külmikappi või sügavkülma, laske sel esmalt jahtuda. Samuti kontrollige toitu pidevalt, sest pole mõtet hoida toitu jahutatuna ja lasta sel siis rikneda. Ringmajandusele üle minnes peaks olema rohkem võimalusi liisida suuri seadmeid, nagu külmikuid ja sügavkülmikuid. Tootjad vastutavad toote tööea lõpus osade hoolduse, remondi ja korduvkasutuse eest, säästes energiat ja ressursse. Koju seadmete muretsemisel otsige soodsaid liisimisvõimalusi.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Ületarbimine

Lääneriikides nähakse tarbimist seoses elukvaliteediga tihti positiivses valguses. Siiski ei ole mitte kõik ressursid, näiteks mineraalid ja toit, piiramatud ja meie ohtra tarbimise korral saab keegi vähem tarbida. Maailma rahvastiku kasvades peame olemasolevatest ressurssidest rohkem välja pigistama ja tarbijatena peame mõtlema vähem sellest, mida tahame, ja rohkem sellest, mida vajame.



### Kingad

*Kas tahate neid ka siis, kui te pole neist enam vaimustuses?*

Kui ostate kingi, püüdke mitte osta kingapaari, mida kannaksite vaid korra või kaks. Kvaliteetse ja vastupidava jalatsipaari eest tasub maksta veidi rohkem. Kui otsustate jalatseid mitte enam kanda, ärge visake neid lihtsalt prügikasti. Mõelge nende ringlusse andmisele või nende kohalikku heategevuskauplusesse viimisele.



### Järelejäänud toiduga taldrik

*Kas teie silmad on suuremad kui kõht?*

Toidu raiskamine on suur probleem. Kui me toitu ära viskame, ei tekita me lihtsalt jäätmeid, mida tuleb käidelda, vaid raiskame ka energiat ja materjale, mis kuluvad toiduainete kasvatamisele, transportimisele, töötlemisele, säilitamisele ja meie kööki jõudmisele. Üheks toidujäätmete vähendamise viisiks on valmistada söögiks vaid seda, mille tõenäoliselt ära sööme. Kui pannile või taldrikule jääb siiski toitu järele, saame ülejäänud toidu järgmisel päeval söömiseks säilitada. Kui sööte restoranis, võiksite näiteks paluda jätta kokal roast välja toiduaine, mida te kindlasti ei söö, või küsida allesjäänud toidu endale koju kaasa. Kui teil tekib siiski toidujäätmeid, mida ei saa uuesti kasutada, tagage, et need lähevad õigesse prügikasti. Kui kohalikud omavalitsusasutused ei kogu toidujäätmeid, miks mitte soetada komposter või aeda kompostikast? Te saate endale soetada isegi sellise, mida saab hoida köögikapis ja mis ei tekita mingit lõhna. Isegi siis, kui teil ei ole eraldiseisvat toidujäätmete kogumissüsteemi, on hea mõte jäätmed ise kompostida, sest see hoiab kokku transpordikulud ja tähendab, et te ei pea oma taimede kasvatamiseks mulda ostma. Kuid parim viis on kasutada ressursse tõhusalt ja jäätmeid mitte tekitada.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Kingitused

*Kas jõuluvana on sel aastal roheline?*

Kõigile meeldib kinkida ja kingitusi saada, kuid kas olete kunagi mõelnud kingitustele, mis arvestaksid ressursside efektiivse kasutamisega? Kellelegi oma aja kinkimine võib olla palju hinnalisem kui soovimatu kingitus, mis võib kappi seisma jääda või lõpetada oma teekonna prügikastis. Pakkuge neile, et viiete nad matkale või linnaekskursioonile, andke neile kinkekaart, mille eest te hoiaks nende last, või õpetage neile keelt, mida teie oskate, aga nemad mitte. Või valmistage neile ise kingitus – moos, küpsised, kootud sokid või ehted. Kuidas oleks teatri- või kontserdipiletiga? Internetipõhised käsitööpoed on viimastel aastatel väga edukaks muutunud ja need on suurepärase kohad originaalsete, käsitsi tehtud ja ümbertöödeldud asjade ostmiseks. Miks mitte osta kallile inimesele puu Amazonase vihmametsas, ökopoe kinkekaart või kinkida köögiviljakasvatuse kursuse osalustasu? Peale selle, et tegu on uudsete ideedega, on selliste ökokingituste lisaboonuseks teadlikkuse suurendamine – näiteks metsade kadumisest ja ressursside tõhusast kasutamisest. Ja viimaks ärge unustage pisiasju – kasutage pakkepaberit uuesti või valmistage ringlusse võetud materjalidest ise kaart.



### Riided

*Ressursside raiskamine ei ole moes!*

Kas olete kunagi ostnud tööintervjuu jaoks kostüümi ning avastanud seda teist korda selga pannes, et see ei istu teile enam? Või ostnud eriliseks puhuks kleidi ja seda rohkem mitte kandnud? Nende riide valmistamiseks, mis seisavad teie kapi tagumises osas ja mida te kunagi ei kasuta, on kulunud palju toormaterjali. Seega, kui te järgmine kord uusi riideid ostma lähete, mõelge, mida on nende tootmiseks vaja läinud – kasutatud veele ja energiale, võimalikule saastele jne. Ja küsige endalt, kas teil tõesti on seda riideset vaja. Mõelge, kui palju raha te säästaksite, kui kasutaksite olemasolevaid riideid paremini, selle asemel et osta pidevalt uusi.

Või miks mitte osta kasutatud riideid? Interneti-oksjoni saitidel on soodsa hinnaga saadaval palju peaaegu uusi asju. Kui teil on soovimatuid asju, korraldage sõpradega vahetuspidu ja lõbutsege, vahetades omavahel rõivaesemeid. Või annetage oma asju taaskasutusgrupi kaudu või heategevuseks. Hiljutine Suurbritannia uuring näitas, et kasutaksime ainult 10% uute riide ostmisele kulutatavast rahast, kui rendiksime tippmoe riidesemeid, näiteks ülikondi ja kleite. Ja seeläbi vähendaksime igal aastal 1,7 miljoni tonni võrra süsinikdioksiidi heitmeid. Miks mitte kaaluda seda võimalust järgmine kord, kui saate kutse mõnele erilisele sündmusele?





## TEIE VALIKUD MUUDAVAD PALJU. TARBIMISJUHEND



### Ehted

*Kas teate, mis sära taga peitub?*

Ehteid ostes pole raske unustada, et nende valmistamine läheb inimestele ja planeedile palju maksma. Selles tööstuses on viimastel aastatel palju ette võetud, et lahendada selliseid probleeme nagu kulla, hõbeda ja vääriskivide kaevandamise kahjulik mõju keskkonnale ning kohaliku tööjõu ja põlisrahva ekspluateerimine. Aga sel on endiselt ulatuslik mõju keskkonnale ja ühiskonnale. Tsüaniid, elavhõbe ja väävelhape on vaid mõned väärismetallide kaevandamiseks kasutatavad kemikaalid, mis tekitavad tõsise reostuse suurtele maa-aladele ja veele. Kulla kaevandamine nõuab näiteks suures koguses vett. Vastavalt sellele, kuidas kasvab kulla nõudlus, kasvab ka surve ressurssidele ja ökosüsteemidele. Mõnesid ehteid tehakse endiselt ohustatud liikidest. Kuidas saate teie aidata? Vältige esemeid, mis sisaldavad koralle, elevantiluud, kilpkonnakilpi või Brasiilia roosipuud. Kui ostate esemeid, mille valmistamisel on kasutatud loomseid tooteid, nt krokodillinahast käekotte, küsige müüjalt ohustatud looduslike looma- ja taimeliikidega rahvusvahelise kauplemiss konventsiooni (CITES) tõendit, veendumaks, et bioloogilist mitmekesisust ei ole kahjustatud. Miks mitte osta pruugitud või taastatud ehteid? Vanad ümbertöödeldud ehted on toredate uut ja vana ühendava stiiliga.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### Roheline majandus

Roheline või ringmajandus seisneb selles, kuidas me toodame, ostame ja tarbime. Eesmärk on lõpetada raiskamine ja kasutada maksimaalselt ära väärtuslikke toormaterjale. Lühikese kasutusajaga asjade kasutamise asemel, mis visatakse minema, kui neid pole enam vaja või need lähevad katki, eelistab roheline majandus tooteid, mida saab hõlpsalt parandada, korduvalt kasutada, osadeks võtta, ringlusse võtta või kompostida, tekitades võimalikult vähe jäätmeid ja koheldes piiratud loodusressursse austusega.

### € Rahakassa

*Ressursside säästmine aitab hoida rahakassat täis.*

Märkate peagi säästude kogunemist, kui hakkate ühekordsete tarbekaupade ja äravisatava moekauba ostmise asemel asju korduvalt kasutama ja ringlusse võtma, teadlikult oste tegema ning vee- ja energiakasutust vähendama. Miks mitte investeerida säästetud raha vastupidavas kvaliteetkaupa, mida kasutate veel aastaid?

### € Saunakaalud

*Kas kaalute ostetavate kaupade keskkonnamõju?*

Kui te seda veel ei tee, hakake pöörama tähelepanu sellele, kas teie ostuvalikud on säästvad. Kas teil on vaja midagi uut või võiksite osta kasutatud või parandatud asja? Kas peate toodet omama või võiksite seda hoopis rentida või jagada, säästes hooldus- ja töökulude pealt. Auto jagamine, tööriistade, varustuse ja majapidamistarvete rentimine ning piduliku kleidi laenutamine on säästvamad valikud kui ostmine. Ja kui teil on kodus laps, kas olete kaalunud pestavaid mähkmeid ja lappe? Need säästavad pikema aja peale raha, neid on saadaval mitmesuguse armsa kujundusega ja neid saab ka edasi müüa. Peale selle uurige, kas teie piirkonnas on ettevõtteid, mis puhastavad, koguvad ja tarnivad korduskasutatavaid kaupu. Olenevalt elukohast, kui väldite ühekordselt kasutatavaid kaupu, võite vältida ka asjatult tonnide kaupa jäätmete saatmist prügilatesse ja kahjulike metaanihehitmete tekitamist. Uurige ringmajanduse kohta rohkem ja arutage probleeme sõprade ja perega.



## TEIE VALIKUD MUUDAVALD PALJU. TARBIMISJUHEND

### **Rahakott**

*Kas raiskate asjatult raha?*

Toidu, energia ja vee raiskamise vältimiseks millegi ettevõtmine aitab teil säästa raha, mida kulutada asjadele, millega tõesti tahate tegeleda. Kui me kõik teeme neid asju, aitab see ka säilitada meie kaunist looduskeskkonda ja vältida jäätmete ning kahjustatud ökosüsteemi puhastamisega seotud kulusid.

### **Mängudinosaurus**

*Kas äraviskamisel põhinev tarbimine kaob kunagi?*

Rohelise või ringmajanduse korral muutume tarbijate asemel kasutajateks, valmistatud tooted kestavad kaua ja neid kasutatakse korduvalt ning tehakse ümber, kasutades ohutult loodusesse tagastatavaid bioloogilisi materjale ja taastuenergiat. Mitte miski ei kao, kõik muudetakse millekski ümber ja jäätmeid vähendatakse, kuni need kaovad üldse. Uurige ringmajanduse kohta rohkem. See on põnev ja dünaamiline mudel, mis austab meie planeedi loodusressursside piiranguid. See nõuab ka uusi oskusi ja ideid kõikides tööstussektorites. Olge osa tulevikust, mitte minevikust.