Možná jsme přesvědčeni, že naše každodenní zvyky nemají vliv na životní prostředí. Jeden nevytříděný odpad, jednorázové zapnutí žárovky v garáži nebo usínání u televize. Jsou to přece maličkosti, na kterých nezáleží. Nebo snad ano? V následujícím článku se autor zaměřuje na představení každodenních návyků a příkladů z běžného života, které nesníží komfort našeho života a mohou mít pozitivní vliv na prostředí, ve kterém žijeme.

1. Nakupujeme lokálně.

Svými každodenními nákupními rozhodnutími ovlivňujeme globální emise skleníkových plynů. Čím kratší je cesta výrobku od výrobce do obchodu, po kterém sáhneme, tím méně vypouštěných škodlivin se během jeho přepravy dostalo do atmosféry. Zkusme se při každodenních nákupech vzdát výrobků z druhého konce světa a vybírejme si místní výrobky z našeho kraje nebo země. Je známo, že některé plody v našem podnebí nerostou, takže pokud se bez nich neobejdeme, měli bychom se alespoň snažit omezit jejich spotřebu.

2. Kupujme jen tolik, kolik sníme.

Produkce potravin je spojena s uvolňováním ochranných látek a hnojiv škodlivých pro ekosystémy do životního prostředí. Přesto se v polských domácnostech ročně vyhodí asi 4,5 milionu tun potravin. Když sáhneme po čerstvých produktech, neměli bychom jich kupovat více, než jsme schopni sníst. Hlídejme si data spotřeby, připravujme jídla z otevřených produktů, potraviny správně skladujme a dbejme na to, aby se zbytky od oběda snědly například k večeři nebo druhý den.

3. Kupujme méně.

Autor představuje názor, který může být kontroverzní. Přestaňme kupovat zbytečné věci. Další košile/boty, větší televize a šaty v módní barvě v daném ročním období nás šťastnějšími neudělají. Vše, co vidíme na pultech obchodů, bylo vyrobeno za použití surovin a energie. Než si něco koupíme, zamysleme se, zda to opravdu potřebujeme. Možná je lepší opravit to, co už máme, nebo si půjčit od souseda to, co potřebujeme jen na chvíli? Nejde o minimalismus, ale omezením nakupování pod vlivem emocí pozitivně ovlivníme životní prostředí i svou peněženku.

4. Uvařme jen tolik vody, kolik opravdu potřebujeme.

Při přípravě relaxačního čaje nebo energetického espressa doppio často zapomínáme na správné návyky při vaření vody. Každému se stane, že do konvice nalije velké množství vody, které po uvaření spotřebuje jen malou část. Zbytečně tak vaříme přebytečné množství vody, spotřebováváme elektřinu/plyn a vytápíme místnost. Pamatujte si, kolik vody v konvici je potřeba na jeden čaj a kolik na čaj pro všechny členy domácnosti, a vařte vždy tolik vody, kolik potřebujete. Vařením správného množství vody šetříte čas, energii, peníze i CO2.

5. Omezme spotřebu masa.

Autor není vegetarián ani vegan, ale údaje hovoří jasně, že používání surovin pro chov jatečních zvířat má velmi velký dopad na životní prostředí. Většina obilí vyprodukovaného na světě se používá jako krmivo pro hospodářská zvířata. Velmi vysoká spotřeba pitné vody také není argumentem pro zvýšení spotřeby masa. Autor vás nenabádá, abyste se zcela vzdali masných výrobků, ale pouze navrhuje omezit množství a četnost jejich konzumace.

6. Noste si vlastní nákupní tašku.

Jednorázová nákupní taška se používá několik minut a rozkládá se i několik set let. Opakovaně použitelné tašky se zdají být řešením, ale mnohonásobně vyšší náklady na jejich výrobu (z hlediska materiálu/energie) naznačují jejich používání několik desítek krát déle než u jednorázových tašek. Autor používá stejnou sadu tří opakovaně použitelných plastových tašek již více než 8 let, což umožnilo jejich více než 400násobné použití při týdenních nákupech. Kromě částečného otření vnější vrstvy potisku tašky stále plní svou funkci.

7. Vypněte pohotovostní režim.

Jednoduchým způsobem, jak snížit negativní dopad na životní prostředí a bez námahy snížit účty, je snížit spotřebu elektřiny. Stačí najít a odstranit pohotovostní zařízení, která neustále spotřebovávají elektřinu, zatímco jsou připravena k práci. Pohotovostní režim tiskárny v režimu připravenosti k tisku, pohotovostní LED diody v audiosystémech a televizorech a další zařízení, která se používají příležitostně, zvyšují spotřebu energie v našich domácnostech. Většina dnes vyráběné elektroniky má pro pohodlí uživatele pohotovostní režim, který má urychlit spuštění zařízení. Položme si však otázku, zda je pro nás takový režim u televizoru, monitoru, tiskárny, věže a napájecího zdroje opravdu tak nezbytný a zda můžeme na spuštění počkat o několik/několik sekund déle. Neměli bychom také zapomínat na to, že po nabití telefonu nebo notebooku musíme odpojit nabíječku ze zásuvky. Při cenách elektřiny v Polsku ke dni napsání článku stojí zařízení, které spotřebovává 1 W 24/7/365, uživatele 5,63 PLN ročně. Není to mnoho, ale spočítejme si, kolik takových zařízení máme doma. Dodejme také, že některá zařízení v pohotovostním režimu spotřebovávají mnohem více než 1 W.

8. Pijme bez brčka.

Zřeknutí se plastových brček se již stalo standardem v mnoha restauracích a je jakýmsi symbolem péče o životní prostředí. Neberme v potaz požadavky Evropské unie. Zde můžete jít ještě o krok dál. I když dostaneme papírové brčko jako náhradu za plastové, životní prostředí tím trpí. I papírové brčko se muselo vyrobit ze surovin, dopravit na místo použití a poté buď recyklovat, nebo nechat přirozeně rozložit. Co kdybychom místo papírových brček používali nástroj, kterým je vybaven každý člověk? Mluvíme o rtech. Nepoužívat žádné suroviny, dokonce ani 100% přírodní/recyklované/vyrobené s využitím energie z obnovitelných zdrojů, je pro životní prostředí lepší.