



Miten voisinkin pienentää omaa hiilijalanjälkeäni?



Hiilijalanjäljen pienentäminen auttaa maapalloamme, mutta sillä on myös paljon vaikutusta jokaisen ihmisen elämään. Sen myötä saatat viettää terveellisempää ja hallitumpaa elämää, vapaa- aikasi voi lisääntyä sekä rahaa voi säästyä. Eikö kuulostakin hyvältä??

Kotitalouksien osuus Suomen kulutusperäisistä päästöistä on 66%. Eli suurin osa! Siksi jokaisen meidän tekemisillä on väliä. Yleensä kulutus jaetaan neljään, jokseenkin samansuuruiseen osaan:

Asuminen



Asumisessa yli 80 prosenttia kotitalouksien päästöistä syntyy lämmityksestä ja sähkön kulutuksesta. Muista, että myös veden lämmittäminen kuluttaa sähköä. Ison asunnon lämmittäminen kuluttaa sekä rahaa että luonnonvaroja pienempää enemmän.

Syksyn tullen myös ikkunoiden ja ovien tiivisteet kannattaa tarkistaa, jotta lämpö ei karkaa harakoille. Lämmitysmuodolla on paljon väliä.

Sähkösopimuksiakin saa nykyisin myös mm. ekologisina tuulisähkösopimuksina. Miten olisi aurinkopaneelit?

Keksitkö lisää vinkkejä asumisen hiilijalanjäljen pienentämiseksi?

Liikkuminen/ matkustaminen



Miksipä et siis matkailisi lähellä ja kotimaassa. Matkustustavoissa voi valita. Junalla tai bussilla matkustaessa voi lepäillä matkalla ja saapua perille virkeänä!

Aina ei tarvitse mennä merta edemmäs kalaan. Eväsretki kävellen lähimetsään piristää mieltä.

Liikenteessä kotitalouden päästöjä aiheuttavat etenkin yksityisautoilu ja lentäminen.

Jos työmatka ja työvuorot sallivat, miksipä sitä ei vaihtaisi polkupyörään tai kävelyyn ainakin hyvällä kelillä. Pyöräily on päästötöntä, sähköpyöräilykin lähes. Lisäksi kunto kasvaa ja rahaa säästyy. Jos matka on pitkä, olisiko kimppa- tai bussikyty mahdollista?

Entä lomalla? Vertailun vuoksi:

Matka Leville autolla tuottaa päästöjä 146 CO₂e/Sama Levin matka junalla 97 CO₂e. Jos lomareissu suuntautuu vaikkapa Kanarian saarille lentokoneella, päästöjä syntyy 1079 CO₂e/hlö!

Mitä muita tapoja on vähentää liikkumisen päästöjä?

Liha- ja maitotuotteet aiheuttavat ravitsemuksen keskimääräisestä ilmastovaikutuksesta 50–80 prosenttia. Keski-ikäinen suomalainen syö 80kg lihaa vuodessa ja lähes joka päivä. Sen hiilikuorma on 560 kg CO₂e. Myös juuston kuorma on suuri, 320 kg/hlö/v.

Muutaman kerran viikossa pidetty kasvisruokapäivä on helppo tapa jopa puolittaa oma hiilikuorma varsinkin, jos kaupasta nappaa mukaansa satokauden kotimaiset kasvikset.



Nykyisin on saatavilla monenlaisia kasvisperäisiä tuotteita, jotka sisältävät paljon proteiinia. Miksipä niitä ei kokeilisi? Kotimainen villikala on myös ravintoarvoiltaan hyvä, pienipäästöinen ja eettinen. Kaupassa kannattaa muutenkin kiinnittää huomiota tuotteiden alkuperään, tuotantopaikkaan ja -tapaan.

Ruoka



Onko Sinullakin tapa vähentää ruokailun hiilijalanjälkeä?

Suurimmat päästöt syntyvät sisustuksesta, huonekaluista ja kodinkoneista, vaateuksesta, AV- ja tietojenkäsittelylaitteista sekä vapaa-ajan harrastusvälineistä ja palveluista.

Nykypäivänä monet hyödykkeet on valmistettu kestävänsä vain lyhyen aikaa. Pikamuoti on todellinen ongelma. Tekstiiliteollisuus kuluttaa paljon luonnonvaroja ja halvat vaatteet tuotetaan usein köyhimmissä maissa, joissa myös luonnonvaroja on rajallisesti eikä toiminta ole eettisesti kestävä.

Kaikesta kertakäyttökulttuurista syntyy myös suuri määrä jätettä. Jokainen tavara, joka tuotetaan, muuttuu joskus jonkun jätteeksi!



Onko kaikkea sitten pakko hankkia? Ennen tavaran hankintaa voi kysyä itseltään: tarvitsenko vai haluanko?

Jos päädyt ostamaan, huomioi, että usein kestävä, laadukas tuote on se kalliimpi, mutta maksaa käytössä itsensä takaisin. Hyvän tuotteen voi yleensä myös korjata tai tuunata.

Kannattaa muistaa myös lainaaminen, vuokraaminen tai kimppa-omistaminen. Samalla saatat hyvinkin säästää rahaa!!



Muu kuluttaminen

Miten voimme hillitä kulutustamme?

Lisätietoa kestävästä elämäntavoista löydän mm. näiltä sivustoilta:
(sivustot toimivat myös lähteinä näille tauluille)

[Etusivu - Ympäristöministeriö](https://ym.fi/etusivu)

<https://ym.fi/etusivu>

[Ruokatieto Yhdistys](https://www.ruokatieto.fi/)

<https://www.ruokatieto.fi/>

[Keskivertosuomalaisen hiilijalanjalki - Sitra](https://www.sitra.fi/artikkelit/keskivertosuomalaisen-hiilijalanjalki/)

<https://www.sitra.fi/artikkelit/keskivertosuomalaisen-hiilijalanjalki/>

[Suomalaisten kotitalouksien hiilijalanjaljen pienennyttävä 70 prosenttia – vähähiilisiä vaihtoehtoja voidaan tukea myös ohjauskeinoin - Ilmastopaneeli.fi](https://www.ilmastopaneeli.fi/tiedotteet/suomalaisten-kotitalouksien-hiilijalanjaljen-pienennyttava/)

<https://www.ilmastopaneeli.fi/tiedotteet/suomalaisten-kotitalouksien-hiilijalanjaljen-pienennyttava/>

Kiitos mielenkiinnostasi!

