

# Környezettudatosság otthon

Cselószki Tamás

E-misszió Természet- és Környezetvédelmi Egyesület

# Fenntarthatóság – hol tartunk ma?

- 1990 –es évek környezetvédelem: növekvő fontosság;
- napjainkra csökkenő érdeklődés, kifáradás;
- Eredmény: közvetlen környezetszennyezés csökkent
- A fogyasztói társadalom „eldübürgött” mellettünk;
- Messzebb a fenntarthatóságtól

Fordulópontok – mi okozza?;  
Csomóponti emberek;



# Mi lehet a cél?

- Olyan életmód minták, melyek jók a környezetnek és jók az embereknek;
- **A környezet szempontjai:** több élőhely, változatos táj, víz, mikroklíma, kevesebb kibocsátás, ártalmatlan anyagok nem;
- **Az ember szempontjai:** tiszta táplálék, tiszta levegő, alacsony zaj, alacsony stressz, harmónia.

# Fenntarthatóság - egészség

- Csak környezeti hatások?
- Társadalmi igazságtalanság, egyenlőtlen elosztás;
- Növekvő jövedelem olló, szűkülő lehetőségek;

Mit találtak a kutatók?

Minél nagyobb a különbség a gazdagok és a szegények között egy országban, annál nagyobb a különbség a megbetegedési és halálozási arányokban.

# Közép-kelet-európai egészség paradoxon (Kopp Mária)

- Azonos életmódok esetén mi nem magyarázza?;
- Nem a szociális helyzet önmagában, hanem a viszonylagos lemaradás szubjektív érzése;
- Depressziós tünet együttes kialakulása;
- Elsősorban férfiak esetében;
- A nők érzékelt anyagi helyzete meghatározó a férfiak számára (stressz forrás);

A társadalmon belüli gazdasági különbségek az egészségi állapot legjobb előrejelzői;

# Anómia, céltalanság, értékvesztés

Anómia: a meggyőződés, hogy egy adott társadalomban csak a szabályok és törvények megszegésével lehet eredményeket elérni

*„Minden olyan gyorsan változik, hogy az ember azt sem tudja már miben higgyen”*

*„Az ember egyik napról a másikra él, nincs értelme előre terveket szőni”*

*„Manapság alig tudok eligazodni az élet dolgaiban”.*

# Koherencia

- Az embernek van helye és szerepe a világban,
- a velünk történő események értelmes kihívások,
- amelyeknek megoldására képesek vagyunk.

## Fenntarthatóság

összetartó közösségek, a javakhoz való egyenlő hozzáférés, megértés, kölcsönös nagylelkűség  
– újfajta értékrend.

# Táplálkozás – fogyasztói döntések

Nagyáruházak, tömegtermékek

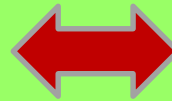
Helyi termékek

Nagyüzemi mezőgazdaság

Kistermelők

Kiáramló pénz

Helyben maradó pénz



Kevesek gazdagodása

Sokak megélhetése

Eltűnő falu szerep

Élő vidék

Talaj és tájszerkezet leromlása

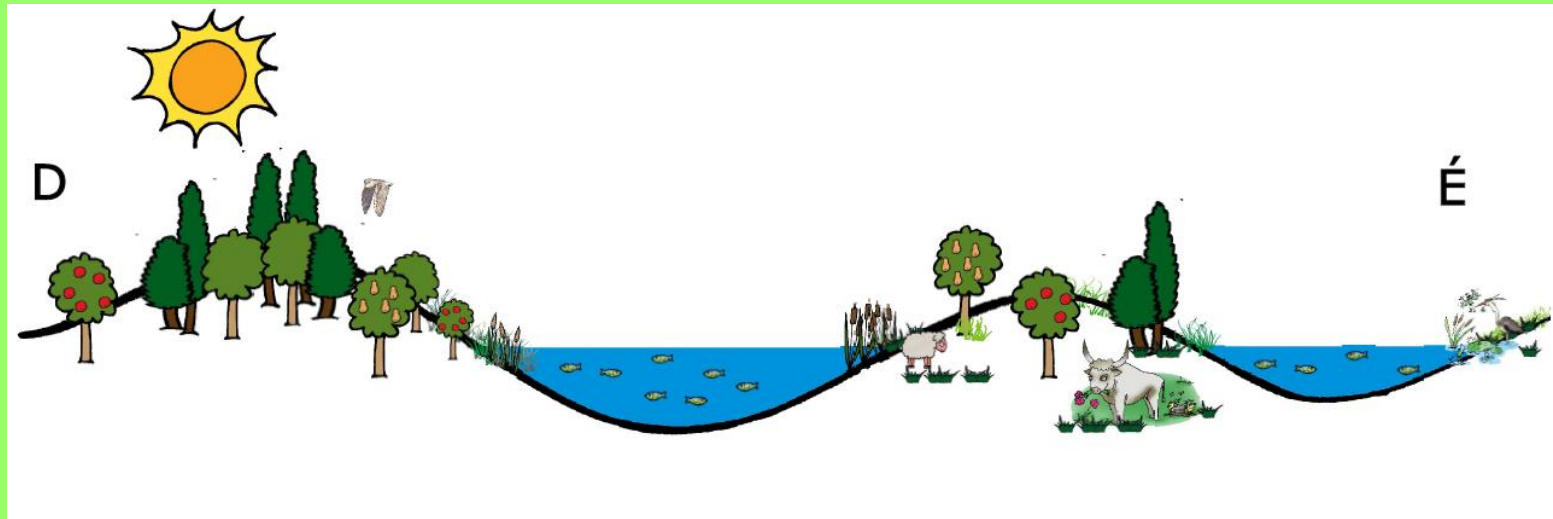
Mozaikos tájszerkezet

Ésszerűtlen vízgazdálkodás

Vizek visszatartása



# Tájszerkezet



# Példa - húsfogyasztás

## Nagyüzemi hústermelés

- 13 000 liter víz/kg;
- Szántóföldi takarmány - táplálék konkurens, táj és talaj lerontása;
- Húsipari termékek – adalékanyagok;
- Hatékonyság, üzemek, kevés munkahely.

## Kistermelői, természetes előállítás

- Legeltetés – nem konkurens, természetes mozaikos táj fenntartása;
- Boldog marhák;
- Természetes beltartalom,
- Vidéki megélhetés, falu arculata, hagyományos tudás.



# Táplálkozás 2.

- Kiszolgáltatva az élelmiszeriparnak;
- Adalékanyagok dzsungele;
- Versenyfutás az ipar és a gyanakvók között;
- Egymásnak ellentmondó tudományos vélemények, cikkek;
- Változó paradigmák (koleszterin, só);

# X Y játék

- Fenntarthatóság? Fogyasztói döntések sorozata;
- X stratégia – kiugró, nagy haszon nekem, veszteség sokaknak;
- Y stratégia – együttműködő, kis haszon mindenkinek;
- X stratégia általános: veszteség mindenkinek;

**Olcsó termékek? Látszólag.**

# Táplálkozás - javaslatok

- Saját élelmiszer előállítás (hulladék megelőzés);
- Háztáji, extenzív gazdálkodásból;
- Helyi termelőktől vásárlás;
- Közösség által támogatott mezőgazdaság;
- Kosár vásárlói közösségek létrehozása, részvétel;
- Élelmiszerek - pozitív lista összeállítása;

**Helyi fogyasztás, helyi gazdaság!**

























# A hulladék

- Nyersanyag;
- Energia;
- Környezetterhelés;
- Pénz.



Reklámok: a „gyógyulás,, első lépése, ha elismerjük a betegséget;

Tervezett elavulás (100 000 km);



# Hulladékgazdálkodás - prioritások

- Megelőzés csökkentés (tudatos vásárlás);
- Újra használat (elajándékozás);
- Újrahasznosítás (szelektív gyűjtés, **szelektív gyűjtő versenyek**);
- Ártalmatlanítás (lerakás, energia visszanyerés).

# Hulladékos tippek

- Bevásárló lista, bevásárló kosár;
- Vásárlás piacon;
- Szűrt víz, csapvíz;
- Szürke víz;
- Szelektív gyűjtés;
- Komposztálás;
- Komposzt toalett.



# Komposzt toalett



# Energia otthon

- Közvetlen és közvetett energia felhasználás;
- Odafigyelés, hatékonyabb eszközök;
- Háztartások energia szegénysége (10%), 'energia csapda';
- **Magyar háztartások 80%-a energiaszegény**



## Javaslatok

- LED világítás – 3 W/h;
- Helyi világítás szobán belül;
- Készletléti állapot lekapcsolása – szivárgó energia;
- Kevesebb elektromos eszköz;
- Fedővel főzés, kukta;
- Hűtőajtó, hűtő elhelyezés;



# Fűtés 1.

- Szabályozás (1 C = 6%);
- A levegőt fűtjük, vagy sugárzó felületeket használunk?
- Hőmérséklet – hőérzet;
- Utólagos szigetelés;



# Fűtés 2. - fatüzelés

- Alacsonyabb költség fűtőértékre számítva;
- Helyi fűtés;
- Sugárzó hő – jobb hőérzet;
- Függetlenség a szolgáltatóktól;
- Fa: CO<sub>2</sub> körforgás, nem jelent plusz kibocsátást;



# Fatüzelés

## Cserépkályhák



# Fatüzelés

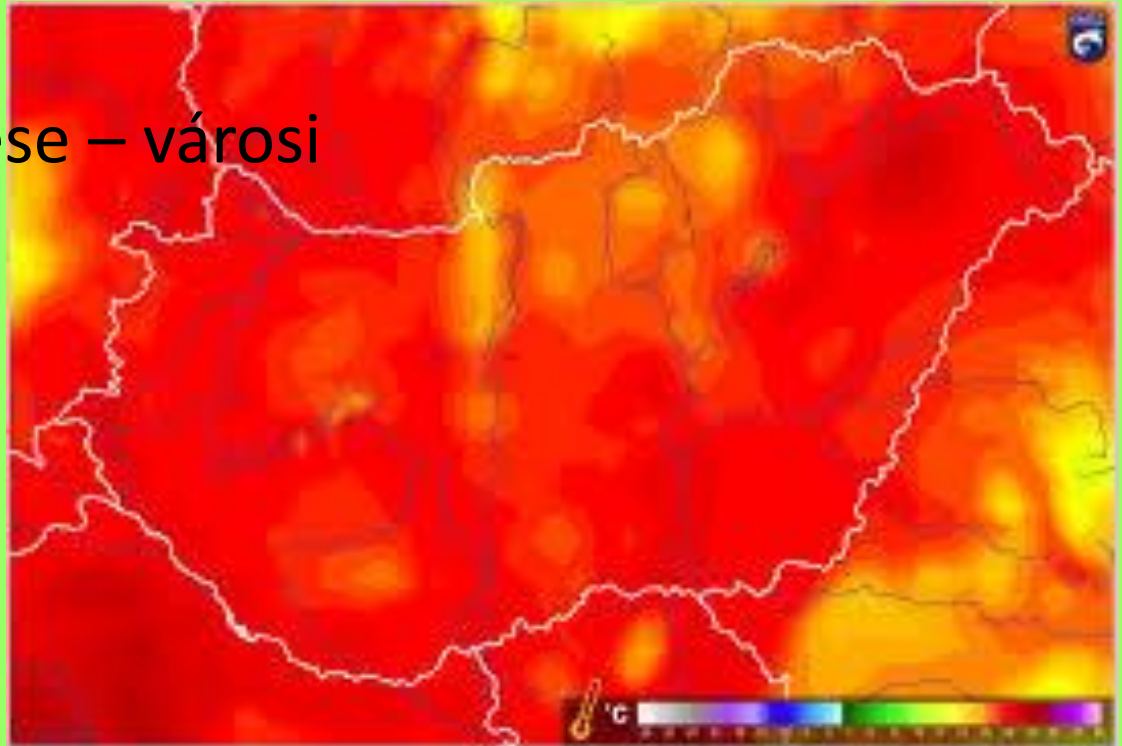
## Tömegkályhák

Hatékony  
tüzelés,  
hosszú hőtárolás



# Hűtés

- Modern kori igény;
- Légkondicionálás: 1-10 kWh, azaz óránként 50-500 Ft;
- A nyári hőségek ma már energiacsúcsok;
- Autó és épület hűtése – városi 'hőszigetek'.



# Hűtés okosan

- Lombos fák, mikroklíma, árnyékolás;
- Kora hajnali szellőztetés;
- Levegő mozgatása;
- Hidegzuhany.



# Építészet 1.

Passzív házak, nulla energiás házak;



# Építészet 2.

Szalmabála építészet;



# Szalmabála építészet



# Környezetbarát tisztítószer

- Szódabikarbóna, mosószóda, citromsav, nátrium-perkarbonát, bórax;
- Cudy termékcsalád: mosogatószer, mosópor, folteltávolító, öblítő, univerzális tisztító, WC olaj, folyékony szappan, illatmentes termékcsalád;



# Környezetbarát kozmetikumok

- Növényi szappanok, krémek, olajok, samponok, baba ápoló termékek, testápolók, lábápolók, maszkok, fogápolók;
- Só termékek (só szappan, ivókúra, étkezési sók);



YOGI

**YOGI**

HEDÉGEN KISTÖLT  
KÖVÉNYI SZÁRNY

OLIVÁS

TEA

TEA

TEA

TEA



**Tulasi**

*Aloe-vera*

*illatú*

növényi szappan



**Tulasi**

*Alga*

*tartalmú*

növényi szappan



**Tulasi**

*Csipkebogyó*

*illatú*

növényi szappan



NATURISSIMO  
POWER UP

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
FIT TESTÁPOLÓ BALZSAM

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ BALZSAM

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ BALZSAM

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

NATURISSIMO  
SÁVANYOS KÉNTUSZKÓ

Row of smaller tubes with labels, including one with a barcode.

889  
HIBISZKUSA-FANOMILÉ  
**HIBISZKUSZ-KAMILLÁS** 1000 g  
FÜRDŐSŐ

889  
HIBISZKUSA-FANOMILÉ  
HIBISZKUSZ-KAMILLÁS  
FÜRDŐSŐ





**Tulasi**

AROMATERAPIAS  
FÜRDÖOLAJ

*Bergamott*

Netto mennyiség: 100 ml



**Tulasi**

AROMATERAPIAS  
FÜRDÖOLAJ

*Citromü*

Netto mennyiség: 100 ml



**Tulasi**

AROMATERAPIAS  
FÜRDÖOLAJ

*Narancs*

Netto mennyiség: 100 ml



  
**Fulas**  
ESTÁPOLO  
TÜR  
Körítipusra

A termék készítőjéről és a termék jogszabályi szabályozásáról a következő címen lehet tájékozódni: [www.fulas.hu](http://www.fulas.hu)

  
**Fulas**  
ESTÁPOLO  
VÉZES  
Körítipusra

**Fulas**  
ESTÁPOLO  
VÉZES  
Körítipusra







AROMATERÁPIÁS



CITROMFŰ  
növényi szappan

AROMATERÁPIÁS



CITROMFŰ  
növényi szappan

blasi

szappan





**KLOROFILL**  
ZSELEKRÉM

200 ml



# Tisztálkodás, egészség

- Higiénia a reklámokban;
- Napi fürdetés?
- Évente 1 kg kosz;
- Sósvizes orröblítés gyógyszerek helyett;
- Dezodor, vagy izzadtsággátlás?