

## **Overzicht van handelingsmogelijkheden ivm de Klimaatcrisis**

Opgesteld door: Rob de Vrind, Duurzaamheidscoördinator Koning Willem I College, Duurzaam MBO, MBO voor Morgen.

### **Zelf beginnen:**

**Vervang lampen door LED-verlichting.** Een spaarlamp verbruikt circa 80 procent minder energie en gaat acht keer langer mee dan een gloeilamp. Een LED- lamp, met gewone lampfitting spaart zelfs 90 procent energie en maakt 50.000 branduren waar.

**Doe het licht uit** als je de kamer verlaat.

**Installeer een waterbesparende douchekop.** Dat bespaart ongeveer 4,5 liter per minuut aan water en verspilt geen water.

**Geef lege inktcartridges van uw pc** en uw mobiele telefoons een nieuw leven. Lever ze in bij een goede- doelenorganisatie.

### **Eet minder vlees**

**Kies in de supermarkt, bij de groentewinkel en de bakker** voor producten in biologisch afbreekbare verpakkingen of liefst geen verpakkingen, van het seizoen, van de streek en biologisch.

**Koop geen snijbloemen in de winter.** Kassenteelt vergt veel aardgas.

**Kijk waar producten vandaan komen en wat op de labels staat**

**Gooi geen voedsel weg**

**Raap afval op als je dat tegen komt**

**Koop zoveel mogelijk fair products** als Max Havelaar- koffie, kruiden, wijn, ecofruit en vruchtensappen.

**Koop alleen dat wat je echt nodig hebt**

**Was op lage temperaturen en gebruik de droger zo min mogelijk.** Hang je was gewoon op.

**Ontdooi je vriezer regelmatig.** Een schone vriezer gebruikt minder energie.

**Ontdooi diepvriesproducten in de koelkast,** zodat de kou bewaard blijft in de koeling.

**Gebruik het voorverwarmen van je oven** door het gerecht er direct in te zetten. De echte baktijd kan dan wat korter; benut ook de “nawarmte” door het er nog even in te laten.

**Gebruik een thermoskan.**

**Kies voor groene stroom en groen gas** bij je energieleverancier.

**Trek uw opladers uit het stopcontact** en zet je tv, cd- speler en pc uit als u ze niet gebruikt. Ook in standby-stand blijven ze allemaal stroom verbruiken.

**Scheidt afval (papier, plastic, GFT, glas, chemisch afval, apparaten, medicijnen en overig afval)**

**Zie eens af van een vliegreis naar verre bestemmingen** en ontdek per fiets, te voet of per zeilboot hoe verrassend Nederland kan zijn.

**Laat je niet wijsmaken** dat zelfs de kleinste energiebesparingen geen zoden aan de dijk zouden zetten. Onderzoeksbureau CE heeft aangetoond dat Nederlandse huishoudens, kleine bedrijven en automobilisten 40 procent van het nationale energiegebruik voor hun rekening nemen.

**Vraag bij aanschaf van een apparaat** of je het product kunt terugbrengen voor recycling wanneer u het afdankt. Daarmee prikkelt je de bewustwording van de winkelier over duurzaam ontwikkelen en is de kans groter dat er slimme retoursystemen worden opgezet.

**Neem als consument geen genoegen** met goedkope artikelen die gemaakt zijn in sweatshops in derdewereldlanden of het product kunnen zijn van kinderarbeid.

**Let bij de aanschaf van apparatuur** op het energielabel. Je kan eraan zien hoeveel energie een nieuw apparaat verbruikt ([www.energielabel.nl](http://www.energielabel.nl))

**Denk niet dat duurzaam en milieubewust leven een ver-van-uw-bedshow is.** Er zijn al veel duurzaam ontwikkelde producten te koop. Je hoeft daar alleen maar bewust voor te kiezen.

**Koop geen waterbed.** Het is verreweg de grootste energieverlinder van alle huishoudelijke apparaten.

**Wil je echt milieuvriendelijk reizen,** kijk dan op [www.duurzaamtoerisme.nl](http://www.duurzaamtoerisme.nl),

**Check uw vakantievoetafdruk** en kijk hoe belastend die is door te surfen naar <https://www.ecolonie.eu/nl/vakantie/voetafdruk>

**Laat de auto staan en gebruik de fiets** voor alle sportieve afstanden. Dat scheelt CO2 uitstoot, voorkomt dat je in de file moet staan en verbetert je conditie.

**Ga voor een hybride of elektrische auto** en ondersteun daarmee de ontwikkeling van schone auto's.

**Zorg dat je huis goed geïsoleerd is** en de ramen van dubbel glas zijn.

**Schaf zonnepanelen aan**

**Schaf een warmtepomp aan wanneer de verwarmingsketel aan vervanging toe is.**

**Blijf hard roepen** om energiebesparende, eerlijke en duurzame producten. Hou je ogen open voor alles wat er op dat gebied op de markt verschijnt en kies bewust voor duurzame zaken. Laat voelen wat je macht is als kritische consument.

**Vraag je bij elke aankoop af** of het artikel van uw keuze duurzaam en eerlijk geproduceerd is. Prikkel winkelier en producent met uw vraag. Gevolg: een steeds gevarieerder, betaalbaar aanbod aan milieu- en mensvriendelijke producten.

**Meld je aan bij een energiebedrijf** dat zowel groene stroom als groen gas levert.

**Zoek je duurzaam werk?** Surf dan naar [www.duurzamavacaturebank.nl](http://www.duurzamavacaturebank.nl) en kijk naar het aanbod van banen op het gebied van het milieu, duurzame energie en alternatieve gezondheidszorg.

**Kweek eigen groenten en kruiden** in uw tuin of op uw balkon. Kruiden staan prachtig in de gewone border of in potten en het scheelt in

transportkosten voor de aanvoer van groenten.

**Stel je kritisch op** ten opzichte van de CO2 effecten van globalisering; kies bewust voor lokale producten die minder ver hoeven te reizen. Vraag erom bij de slager of groenteman, zoek ernaar bij de supermarkt.

**Let er bij vervanging van oude apparaten op** dat je energiezuinige nieuwe apparaten koopt (A-Label). Met name oude wasmachines en droogtrommels gebruiken enorm veel energie. Dat verbruik kan oplopen tot 20 procent van het totale huishoudelijke energieverbruik.

**Controleer bij aanschaf van tuinmeubilair** en houten bouwmaterialen of ze voorzien zijn van het FSC-, PEFC, en MTTC- certificaat. Dan weet je zeker dat ze duurzaam zijn geproduceerd.

**Moeite met nee zeggen** tegen onnodige zaken? Het is gemakkelijker dan je denkt. Laat voortaan de plastic tassen in winkels en supermarkten voor wat ze zijn. Neem gewoon uw eigen boodschappentas(sen) mee.

**Heb je genoeg van de stortvloed** aan reclamefolders? Plak een nee/nee sticker op de brievenbus en haal opgelucht adem.

**Lees vooral het goede nieuws** over duurzaam ontwikkelen. *Steeds meer ontwikkelingen en initiatieven zullen je positieve kijk bevestigen.*

**Neem deel aan de discussie over het klimaat** en stel vragen aan deskundigen. Veel sites van milieu en natuur en belangenorganisaties hebben een forum waaraan je kunt deelnemen en bieden de gelegenheid vragen te stellen of te reageren op informatie die op de site is geplaatst.

**Verdiep je zoveel mogelijk in het onderwerp** duurzaam ontwikkelen, zodat je de hypes van de echte informatie kunt onderscheiden.

**Lees boeken over duurzame ontwikkeling** en klimaatverandering Zie [hier](#)

**Sluit je aan bij milieu- of natuurorganisaties** als je je leefomgeving actief wilt beschermen.

**Laat je geen doemdenken aanpraten;** Duurzaam ontwikkelen biedt enorme kansen als iedereen zich daarvoor inzet.

**Leef bewust, volg de ontwikkelingen** op het gebied van duurzaamheid op

de voet en blijf voor ogen houden dat dienstverlening veel milieuvriendelijker is dan producten kopen. Dus help familie of vriend een met een klus in huis of in de tuin als verjaardagscadeau.

**Ondersteun de slow food-beweging** door streekproducten te kopen, uit eten te gaan in een slow food restaurant of zelf de tijd te nemen voor het koken en genieten van een rustig maal.

**Denk nooit dat gaat niet lukken** en houd voor ogen dat elke dag nieuwe kansen aandraagt voor duurzaam ontwikkelen.

**Neem geen genoegen met halve of halfslachtige informatie** bij aankoop van producten. Ga voor 100 procent duurzame en fair trade- producten.

**Sluit geen mensen uit. Iedereen mag er zijn.**