



Wybory konsumenckie a zużycie energii

Zgodnie z definicją proponowaną przez Unię Europejską, **zrównoważona konsumpcja i produkcja** to „wydajniejsze użytkowanie zasobów naturalnych i energii oraz ograniczanie emisji gazów cieplarnianych i innego oddziaływania na środowisko, (...) celem jest zaspokojenie podstawowego zapotrzebowania na wyroby i usługi, a zarazem zapewnienie lepszej jakości życia i zagwarantowanie, że wystarczająco dużo zasobów pozostało dla przyszłych pokoleń.¹”

Tak rozumiana zrównoważona konsumpcja dotyczy stylu życia, zachowań nabywczych konsumentów oraz użytkowania i usuwania produktów i usług. Wybory konsumenckie to zatem jeden z najważniejszych instrumentów naszego oddziaływania na środowisko naturalne, a poprzez nie na jakość życia obecnych i przyszłych pokoleń, w Polsce i na drugim końcu świata. Warto pamiętać jednocześnie, że oprócz wymiaru środowiskowego, nasze wybory konsumenckie mają również konsekwencje społeczne i polityczne, które także powinniśmy starać się brać pod uwagę. Takie podejście do wyborów konsumenckich, które stara się brać pod uwagę ich konsekwencje w wymiarze społecznym, politycznym i środowiskowym nazywamy **świadomą konsumpcją**.

Zasada 3R i cykl życia produktu

Gdy mówimy o wyborach konsumenckich, często przed oczami stają nam półki wypełnione dziesiątkami produktów czy różnego typu oznaczenia i certyfikaty pomagające nam dokonać wyboru (np. certyfikat rolnictwa ekologicznego czy znak Sprawiedliwego Handlu). Tymczasem często zapomina się, że podstawową i najważniejszą zasadą świadomej

¹ “Racjonalniej i ekologiczniej. Zrównoważona konsumpcja i produkcja”, Komisja Europejska 2010, s. 5

konsumpcji jest **zasada 3R**, czyli „reduce, reuse, recycle”², mówiąca o alternatywach do kupowania. Zasada 3R jest szczególnie istotna, kiedy analizujemy nasze wybory konsumenckie w kontekście zużycia zasobów paliw kopalnych – dlaczego?

Większość porad dotyczących oszczędzania energii dotyczy sposobu, w jaki korzystamy z urządzeń zasilanych energią elektryczną. Wiele osób stara się wybierać urządzenia energooszczędne (np. w przypadku sprzętu RTV i AGD) czy pamiętać o wyłączaniu urządzeń po zakończeniu pracy (np. komputerów). Warto jednak pamiętać, że okres użytkowania produktu to tylko część jego cyklu życia, niekoniecznie ta najbardziej energochłonna (np. w przypadku komputerów aż 81% energii zużywanej w całym cyklu życia przypada na proces produkcji)³. Poprzez **cykl życia** rozumie się zazwyczaj wszystkie etapy, które przechodzi dany produkt, począwszy od pozyskania surowców potrzebnych do jego produkcji, poprzez samą produkcję, transport i dystrybucję, aż po okres użytkowania i dalej utylizacji. Spojrzenie na cykl życia produktu, a nie tylko sam okres użytkowania, pomaga nam lepiej zrozumieć rzeczywisty koszt danego produktu czy urządzenia, zarówno w sensie ekonomicznym, jak i środowiskowym i społecznym. W ostatnich latach analizę cyklu życia wykorzystuje się często do oszacowania emisji gazów cieplarnianych związanych z danym produktem, a także np. zużycia wody w całym procesie produkcji.

Reduce czyli mniej znaczy lepiej

W każdej sekundzie na świecie do konsumentów trafia 16.000 plastikowych reklamówek. Podstawowym surowcem do ich produkcji jest ropa – przeznaczana na to 0,2 % rocznego światowego wydobycia ropy, czyli 60 milionów baryłek, wartych ok. 3 miliardów funtów. Większość reklamówek dostępnych w brytyjskich sklepach jest produkowana w Chinach, Indiach, Tajlandii i Malezji, również firmowe nadruki powstają w azjatyckich fabrykach. Kiedy docierają do Wielkiej Brytanii, każda z nich ma już za sobą 8000 mil. Następnie jadą do centrów dystrybucji i stamtąd do sklepów. Każda osoba mieszkająca w Wielkiej Brytanii zużywa średnio 216 reklamówek rocznie. Każda z nich jest wykorzystywana przeciętnie przez 20 minut, zanim trafi do śmietnika. Ponad 98% reklamówek trafia ostatecznie na wysypiska śmieci, pozostałe zaśmiecają ulice, lasy i zbiorniki wodne. Ocenia się, że reklamówki mogą rozkładać się nawet 100 do 400 lat, a związki chemiczne wykorzystywane do nadruków mogą powodować skażenia gleby i wód gruntowych. Wyprodukowanie każdego przedmiotu łączy się ze zużyciem zasobów naturalnych, takich jak paliwa kopalne czy woda. Warto o tym pamiętać, wybierając się na zakupy – wystarczy stosować kilka prostych zasad:

² Po polsku czasem mówimy o 3U czyli “unikaj kupowania zbędnych rzeczy, używaj powtórnie, utylizuj”.

³ E. Williams, Energy Intensity of Computer Manufacturing: Hybrid Assessment Combining Process and Economic Input-Output Methods, w: Environmental Science and Technology nr 22/2004

1. Kupuj tylko to, czego naprawdę potrzebujesz. Nie kupuj „na poprawę humoru”, „bo było w promocji”, „bo na pewno się przyda” – nie warto!
2. Ta sama zasada dotyczy bezpłatnych gadżetów, upominków czy gazet – jeśli nie są Ci potrzebne, podziękuj za nie. To, że dostajesz je za darmo, nie znaczy, że koszty ich wyprodukowania nie obciążają środowiska naturalnego.
3. Unikaj zbędnych opakowań, po przyjściu do domu i tak trafią do kosza. Szukaj rzeczy zapakowanych oszczędnie (lub wcale), w opakowaniach zwrotnych lub nadających się do recyklingu, a jeśli czegoś używasz dużo i regularnie, kup jedno duże opakowanie zamiast pięciu małych.
4. Wybieraj rzeczy dobrej jakości, które posłużą Ci jak najdłużej. Jeśli kupujesz sprzęt RTV lub AGD, sprawdź gwarancję, dostępność części zamiennych, listę punktów naprawy w Twojej okolicy. Nie zapominaj też o sprawdzeniu zużycia energii i przeczytaj dokładnie instrukcję obsługi, żeby móc właściwie dbać o kupione urządzenie.
5. Wiesz, że z danego urządzenia będziesz korzystać nie częściej niż raz, dwa razy w miesiącu? Warto pomyśleć nad korzystaniem z niego wspólnie z sąsiadami, znajomymi czy rodziną, bo – powiedzmy sobie szczerze – jak często korzystasz z garnka do fondue, maszyny do szycia czy zestawu do minigolfa?

Reuse czyli drugie życie przedmiotów

Każdą taką reklamówkę trzeba wyprodukować, czasem nadrukować, przewieźć, ale już po 20 minutach użytkowania torba zazwyczaj trafia na śmietnik. Produkty jednorazowego użytku to w większości przypadków ogromne marnotrawstwo zasobów i dodatkowo rosnące góry śmieci. Zasada powtórnego używania nie dotyczy tylko jednorazówek, ale również produktów, które trafiły na śmietnik, choć mogłyby jeszcze komuś się przydać. Jak sobie z tym radzić?

1. Powiedz „nie” jednorazowym torbom, naczyniom, długopisom, bateriom, golarkom i innym przedmiotom, nie tylko ze względów środowiskowych, ale również estetycznych. Jeśli używasz plastikowych jednorazówek, pamiętaj, żeby wrzucać je do pojemników na odpady plastikowe.
2. Jeśli masz coś, czego już nie potrzebujesz, ale nadal mogłoby przydać się komuś innemu (np. meble, ubrania czy sprzęty domowe), nie wyrzucaj. Rzeczy używane możesz stosunkowo łatwo sprzedać, oddać lub zamienić na coś, co przyda się Tobie.

Wywieś ogłoszenie na klatce schodowej lub w miejscu pracy, wykorzystaj lokalną gazetę lub serwisy internetowe (np. dary rzeczowe.pl).

3. To oczywiście działa także w drugą stronę! Kupowanie rzeczy używanych to nie tylko oszczędność pieniędzy, ale również zasobów. Zajrzyj do sklepów z używaną odzieżą czy komisów, przejrzyj strony internetowe lub po prostu porozmawiaj ze znajomymi. Świetnym pomysłem na odświeżenie szafy czy półki z książkami jest zorganizowanie wymieniałni.
4. Wiele z tego, co wyrzucamy na śmietnik, może jeszcze się przydać – jednostronnie zadrukowany papier do robienia notatek, gazety jako papier pakowy, zniszczone ubrania jako ściereczki. Nasi rodzice i dziadkowie byli „eko”, często nie zdając sobie z tego nawet sprawy...

Recycle czyli nowe ze starego

Recykling, czyli przetwarzanie odpadów, pozwala na ograniczenie zużycia zasobów naturalnych, dzięki możliwości odzyskania surowców potrzebnych do produkcji. Warunkiem skutecznego recyklingu jest odpowiednia segregacja i utylizacja odpadów. Warto dodać, że recykling to znacznie więcej niż prawidłowa segregacja odpadów, to także twórcza przygoda i przede wszystkim nowe myślenie o procesach produkcji w przemyśle. O czym należy pamiętać?

1. Segreguj śmieci w domu i w pracy. Jeśli masz wątpliwości, co gdzie powinno trafić, zadzwoń do firmy, która odbiera Twoje śmieci lub Zakładu Oczyszczania Miasta (systemy odzysku odpadów mogą się różnić w różnych miastach, w zależności od wykorzystywanej technologii).
2. Pamiętaj o odpadach niebezpiecznych: bateriach, lekarstwach i termometrach, sprzęcie elektrycznym, elektronicznym i żarówkach oraz akumulatorach, olejach i smarach. Leki odnieś do apteki, akumulatory do warsztatu samochodowego, adresy pozostałych punktów zbiórki znajdziesz w Internecie (np. elektrosmieci.pl, reba.com.pl).
3. W momencie kupowania nowego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, sklep ma obowiązek przyjąć zużyty sprzęt tego samego typu. Warto o tym pamiętać, zwłaszcza, że część sklepów oferuje również usługę darmowego transportu zużytego sprzętu.
4. Jeśli to możliwe, wybieraj produkty wykonane z surowców z odzysku - ich wybór jest na szczęście coraz większy! To już nie tylko papier z makulatury, ale np. torby ze

starych banerów reklamowych, kurtki z poliestru wyprodukowanego z butelek plastikowych czy wiele innych przedmiotów i opakowań.

5. Recykling może być również świetną zabawą, zarówno w domu, jak i w szkole. Papier czerpany z makulatury, szycie torebek z resztek materiałów, biżuteria z odzysku (np. z elementów zabawek, klawiszy komputerowych, guzików), szydełkowanie z wykorzystaniem pociętych torebek plastikowych i wiele, wiele innych.

Codziennie podejmujemy dziesiątki decyzji konsumenckich, dużych i małych, czasem łatwych, czasem bardzo trudnych. Ze względu na złożoność naszych wyborów, bycie świadomym konsumentem czy konsumentką nie jest proste. Oczywiście, każdy i każda z nas bierze pod uwagę również swoje możliwości finansowe, wygodę i przyzwyczajenia. To naturalne i trudno domagać się, żebyśmy od jutra zmienili swoje zachowania o 180 stopni. Z drugiej strony, świadome wybory konsumenckie często są łatwiejsze niż nam się wydaje, zwłaszcza jeśli zaczniemy od małych kroków. A zasada 3R to nie tylko świadoma konsumpcja, ale również oszczędność i więcej okazji do spędzania czasu z innymi.

Zasoby naturalne na talerzu⁴

Mówiąc o ograniczaniu zużycia energii, rzadko myślimy o jedzeniu. Tymczasem nasze wybory żywieniowe to jeden z najprostszych sposobów ograniczenia naszego wpływu na środowisko naturalne. I, wbrew pozorom, chodzi tu o znacznie więcej niż odległość, którą pokonują poszczególne produkty żywnościowe w drodze na nasz stół.

W latach dziewięćdziesiątych popularna w Europie stała się koncepcja tzw. **food miles** i związany z nią ruch na rzecz lokalnie wyprodukowanej żywności. W zglobalizowanej gospodarce, żywność przemierza tysiące kilometrów, zanim trafi do konsumentów, np. w 2007 roku w USA średni dystans od pola do talerza wynosił 8240 km. Żywność uprawiana lokalnie, jedzona w sezonie, jest niemal zawsze dobrym (i smacznym) wyborem.

Dalsze badania pokazały jednak, że transport odpowiada tylko za niewielką część emisji gazów cieplarnianych związanej z produkcją żywności (np. w Wielkiej Brytanii stanowi on przeciętnie zaledwie 10%), podczas gdy ponad 1/3 emisji pochodzi z rolnictwa. Emisja gazów cieplarnianych w rolnictwie jest związana z uprawą ziemi, hodowlą bydła, a także zużyciem energii elektrycznej, paliw i nawozów sztucznych (wyprodukowanie tony nawozu opartego na azocie pochłania 1,5 tony ropy). Warto dodać, że hodowla zwierząt odpowiada za 20% emisji gazów cieplarnianych w skali globalnej, co uwzględnia również wycinanie lasów pod pastwiska. Z tego względu spożywanie produktów mięsnych i nabiału ma największy wpływ na środowisko, w porównaniu z innymi artykułami żywnościowymi.

Z drugiej strony, jak zwraca uwagę m.in. Oxfam, odległość, a co za tym idzie emisja gazów

⁴ Wszystkie dane w tym podrozdziale pochodzą z: K.R. Chi, J. MacGregor, R. King, „Fair miles, Recharting the food miles map”, Oxfam/IIED 2009

cieplarniany z transportem, nie może stanowić jedyne kryterium wyboru zrównoważonej żywności. Zamiast *food miles*, Oxfam proponuje koncepcję **fair miles**, która bierze pod uwagę również kwestie społeczne. Warto pamiętać, że rolnictwo jest jedynym źródłem dochodu dla wielu mieszkańców krajów rozwijających się.

Więcej informacji

- www.efte.org Strona Grupa eFTE Warszawa zawierająca szereg materiałów poświęconych świadomej konsumpcji, m.in. krótkie filmy animowane, scenariusze lekcji oraz książkę kucharską poświęconą zrównoważonej żywności
- Statystyki dotyczące światowego zużycia paliw kopalnych w czasie rzeczywistym (dostępna również wersja polska, ale wersja angielska zawiera więcej statystyk) - <http://www.worldometers.info/>
- Więcej informacji nt. cyklu życia produktów w krótkim filmie **The Story of Stuff** Annie Leonard dostępnym w wypożyczalni JSKF warto obejrzeć również The Story of Electronics, The Story of Bottled Water and The Story of Cosmetics