

CO MOŻEMY ZROBIĆ

Spisane przez Ewę Damek na podstawie pisemnych wypowiedzi studentów uczestników wykładu Antropogeniczne zmiany klimatyczne i jej własnych przemyśleń
Zachowano oryginalne sformułowania studentów.

Lokalne społeczności

Łapanie deszczówki, koszenie we wspólnotach mieszkaniowych.

Uniwersytecki Zespół, renaturyzacja terytorium UW, sadzenie drzew, optymalizacja zużycia energii przez budynki, edukacja klimatyczna.

44 miast w Polsce ma plany rewitalizacji, nowe plany zagospodarowania, rynek w Krynkach (woj. podlaskie) - jedyny rynek w Polsce w postaci parku, porośnięty drzewami.

Tworzenie obszarów w miastach które będą małymi łąkami (obszary na których rosną bez koszenia różnego rodzaju wysokie trawy i inne rośliny spotykane na łące) zapobiegnie to nadmiernemu wysychaniu gleby.

rowery miejskie

raczej rozwój komunikacji miejskiej niż budowanie parkingów

wprowadzić zakaz wjazdu samochodów spalinowych do centrum miast, zakaz samochodów starszych niż

segregować odpady

zdalne konferencje

kontenery na ubranie

promować sprzedaż, wymianę czy oddawanie rzeczy używanych

akcje billboardowe organizowane przez gminy/osoby prywatne, edukować społeczeństwo (np. kampanie)

Edukować społeczeństwo, myślę, że wiele osób nie jest świadoma zagrożenia, w jakim się znajdujemy.

Zamontowanie w sklepach pojemników z artykułami spożywczymi sypkimi (makaron, ryż, orzechy itp.) by każdy klient mógł przyjść ze swoim słoikiem albo innym ekologicznym opakowaniem i nabrać taką ilość danego produktu jaką chce.

Wprowadzać sklepy np. z kosmetykami, gdzie można je nakładać do swoich pojemników i uzupełniać co jakiś czas

Regulacje państwowe

Wprowadzić do szkół przedmiot poświęcony nauce o klimacie, środowisku i ekologii.

Wyraźne podniesienie cen wody i energii powyżej pewnego poziomu zużycia lub uwzględnienie w cenie wody i energii kosztów środowiskowych plus dopłaty dla najuboższych, adekwatne ceny wody i energii plus dopłaty dla najuboższych.

Przepisy przeciwdziałające szybkiemu psuciu się sprzętów (zaraz po dwuletniej gwarancji).

Budować elektrownie jądrowe, jednocześnie rozwijać elektrownie odnawialne. Na ten moment same elektrownie odnawialne nie wystarczą, do zaspokojenia potrzeb gospodarczych Polski (uzyskiwanie w ten sposób energii nie jest ciągły/stabilny).

Wprowadzenie dochodu minimalnego lub (i) skrócenie czasu pracy jeśli ograniczamy produkcję rzeczy niepotrzebnych np. nadprodukcję ubrań.

Osoby prywatne

0. Zmiana świata wartości.

Mniej konsumpcji, szukanie innego szczęścia niż rzeczy i pieniądze.

Żyć minimalistycznie, ograniczyć ilość kupowanych rzeczy, stawiać na jakość a nie ilość. To daje wolność.

Pamiętać, że celem naszych działań ostatecznie jest nasze, ludzkie dobro, nie zaś realizacja jakiejś abstrakcyjnej zasady samej w sobie. Uczynić z ograniczeń, jeżeli w ogóle się ich podejmujemy, część bardziej ogólnego problemu moralnego (np. konsumpcjonizmu), a nie pozostawać jedynie na poziomie zagadnienia działań na rzecz klimatu (które z natury rzeczy stanowią jedynie tymczasowy, współczesny problem życia)

Rozmawianie ze znajomymi.

Pomoc Ukraińcom daje satysfakcję, potrzebujemy pomagać Ukraińcom, a nie konsumować rzeczy. Podobnie może być z działaniami na rzecz klimatu.

Codzienne działania: kupowanie lokalnie, ograniczenie mięsa, podróżowanie rowem, pieszo, korzystać z komunikacji miejskiej i środków transportu publicznego, prowadzenie własnego gospodarstwa (warzywa, kury itp.), trochę takie 'cofnięcie się w czasie i zwolnienie życia'.

Robić zakupy w second-handach - często można kupić bardzo dobrej jakości.

1. Jedzenie

Jeść mniej mięsa i wędlin, nie marnować jedzenia, rozsądne zakupy, ograniczyć mięso w diecie do minimum, a stawiać na warzywa. Można to zrobić stopniowo i redukcja mięsa jest dla nas zdrowa.

Tanie mięso z masowej hodowli w Polsce (i nie tylko) jest kiepskiej jakości

Można się nauczyć nie wyrzucać, Większość żywności nadaje się do spożycia po terminie ważności. ED kupiła mocno przecenionego 20.05 łososia z terminem 19.05, który okazał się pyszny, a tak naprawdę już powinien być wyrzucony.

1/3 żywności się marnuje. Wzrost cen żywności spowodowany wojną (podobno już jesienią 2022) wymusi jej oszczędzanie.

Micro plastiku jest więcej, gdy organizm żyje długo i akumuluje, np. w krowach jest go więcej niż w marchewkach.

Spożywanie mniejszej ilości mięsa, nawet jeśli to by był tylko jeden obiad w tygodniu.

Rozważnie robić zakupy, zastanowić się przed zakupem, czy faktycznie jest on potrzebny

Nie marnować jedzenia, kupować tyle ile zjemy. Nie na zapas. Rozsądnie planować zakupy-najlepiej z listą w ręku.

Planowanie żywienia, marnotrawstwo żywności to olbrzymi problem i zbędne obciążenie budżetu.

Warto robić świadome zakupy, po to by nie wyrzucać żywności, której nie jesteśmy w stanie zjeść. Wyrzucając jedzenie, produkujemy jeszcze więcej śmieci, które później, na wysypiskach śmieci produkują ogromne ilości metanu;

Zachęcać bliskie osoby do weganizmu poprzez częstowanie ich wegańskimi potrawami. Ważne jest żeby wybierać przepisy, które mają mało składników, bo z doświadczenia wiem, że większość przepisów dostępnych w internecie wymaga składników, które ciężko dostać i ciężko potem wykorzystać do innych potraw.

Kupować produkty spożywcze pochodzące z najbliższej okolicy. (Oszczędzamy na transporcie, jednocześnie pomagając naszym „sąsiadom”)

2. Bio-oszczędność.

Mniejszy strumień wody, łapanie deszczówki, kompostowanie resztek roślinnych, oddawanie resztek mięsnych kotom, psom, ptakom (dobrze działa na wsi).

Używanie kompostownika lub wrzucanie bio-resztek do kontenerów bio.

Wymiana/rozmnażanie roślin zamiast kupowania nowych (do hodowli roślin producenci bardzo często wykorzystują torf, co prowadzi do degradacji ekosystemów).

Warto chronić lasy, ponieważ lasy produkują dużą część tlenu potrzebnego do życia ludzi i zwierząt. Co więcej, lasy pochłaniają dwutlenek węgla, którego nadmiar przyczynia się do globalnych zmian klimatu. Wylesianie natomiast skutkuje m.in. zwiększeniem wydzielania dwutlenku węgla oraz katastrofami takimi jak powódzie i susze;

Podobno mycie w zmywarce oszczędza wodę, ale ile poszło wody i energii na jej wyprodukowanie? Ile energii zużywa gdy myje? Ile CO_2 zużywamy na wyprodukowanie samochodu elektrycznego? Czasem widzimy tylko jedną stronę medalu.

3. Plastik i Rzeczy

Segregacja śmieci, ograniczenia plastiku, nieużywanie plastikowych jednorazówek, zbieranie zakrętek, bambusowe ściereczki, kokosowe i celulozowe myjki (po zużyciu ED tnie na kawałki i kompostuje), myjki do gotowania.

Absurdalne soczki dla dzieci w bardzo małych plastikowych opakowaniach. Na raz i opakowanie ląduje w śmieciach.

Używać wielorazowych płatków kosmetycznych.

Pakować owoce i warzywa w woreczki wielorazowe oraz pamiętać o (wielorazowej) torbie na zakupy, warto iść z plecakiem na zakupy zamiast kupować reklamówki, używać torebek wielokrotnego użytku do zakupów.

Brać ze sobą do sklepu własne torby-najlepiej materiałowe! Nie kupujemy plastikowych toreb (w biedronce najczęściej są kupowane takie torby, bo przed zamknięciem sklepu nie ma ani jednej... a pytam pracowników czy dzisiaj były w sprzedaży... wyobraźmy sobie ile to plastiku zmarnowanego jest, a zazwyczaj taka torba łąduje potem w... koszu).

Ograniczać opakowania tj. np. kupować sypki ryż/kaszę - nie w woreczkach, a najlepiej do swoich opakowań w specjalnych sklepach (bardziej ekstremalna opcja), do tego używanie wielorazowych produktów takich jak własna butelka z wodą z kranu zamiast kupnych, wielorazowa maszynka do golenia, kubeczek menstruacyjny itp.

Plastikowe woreczki po suchych rzeczach ze sklepu (np. pieczywo, owoce) można zbierać do pojemnika na woreczki i potem skorzystać z nich jeszcze raz; używać toreb wielorazowego użytku.(organizacja tego nie jest bardzo skomplikowana, ED tak robi)

W kawiarni, gdy chcemy wziąć kawę na wynos, przyjść z własnym kubkiem(ED to się zdarzyło).

Nie kupować wody butelkowanej. Pić wodę z kranu. Kupić sobie osmozę (do odkameniania wody) i pić wodę z kranu

Przejsie z książek papierowych na książki elektroniczne (np.na czytnikach) dzięki czemu oszczędzimy drzewa i inne rośliny z których pozyskuje się materiały do produkcji papieru. Oszczędność papieru. Pożyczanie zamiast kupowania książek. Kupować papier toaletowy z makulatury (oszczędność drzew).

Używanie ekologicznych opakowań przez firmy wysyłkowe (kartony z makulatury, wypełniacze z makulatury, nieużywanie folii do dodatkowego oklejenia paczki).

Używać szczoteczek bambusowych zamiast plastikowych.

Warto segregować odpady.

Podobno proszki do prania mają w sobie dużo microplastiku, a płyny do prania są bardziej ekologiczne(?).

Używać długo sprzęty domowe i naprawiać, kupić dodatkową gwarancję. (ED naprawiła 3 letni ekspres za 1/3 jego wartości, a nie kupiła nowego)

Plogging = jogging ze zbieraniem śmieci.

4. Energia.

Obniżenie temperatury w domu, 19-20 stopni. Do niższej temperatury można się przyzwyczaić i jest zdrowsza. Pompa ciepła, panele, piec kondensacyjny, dobra izolacja bojlera. Wzrost cen energii spowodowany wojną w Ukrainie wymusi jej oszczędzanie czy optymalizację (ale może wykończyć biednych).

Starać się nie marnować prądu (odłączać niepotrzebne ładowarki itd.) Odłączanie zasilania od laptopa, odłączanie ładowarki, gdy się nie używa, odłączanie urządzeń

w stanie czuwania. Słabsza jasność monitora (jeśli robione z umiarem, to może być zdrowsza dla oczu).

Wymienić oświetlenie w domu na LED (8 razy mniej energii i działają dłużej), gaszenie światła, gdy wychodzimy z pokoju.

Wymienić bardzo starą lodówkę klasy G na lodówkę klasy A+++ (ale nie gdy jest jeszcze nowa, nie za szybko), szybko zamykać lodówkę nie gapić się przy otwartej. Gotować pod przykrywką, nie gotować pełnego czajnika lecz tyle ile trzeba. Skręcanie kuchenki przy gotowaniu (woda nie musi bulgotać).

Warto oszczędzać energię elektryczną w domu i w pracy, ponieważ wówczas nie trzeba jej tyle produkować, co zmniejsza emisję CO2 i pozytywnie wpływa na klimat;

Warto wykorzystywać odnawialne źródła energii (np. poprzez montowanie paneli fotowoltaicznych) i ograniczać wykorzystywanie energii produkowanej przy użyciu paliw kopalnych, ponieważ takie postępowanie będzie miało wpływ na ograniczenie skali globalnego ocieplenia.

Robić pranie w chłodniejszej wodzie, dzisiejsze środki do prania są wtedy równie efektywne, namaczanie, krótkie pranie, namaczanie ciemniejszych po jaśniejszych, w tej samej wodzie. Raczej zapełniać pralkę, a nie prać pojedynczych rzeczy.

Ograniczyć można również korzystanie z windy (dobre dla kondycji).

Uiszczać zielone dopłaty podczas lotu samolotem.

Używanie ekologicznych opakowań przez firmy wysyłkowe - pudełek dopasowanych do wielkości paczki. Nie wozić powietrza.

5. Domy pasywne

Panele fotowoltaiczne, dobra izolacja, pompa ciepła, zbiornik na deszczówkę.

5. Transport.

Ograniczenie użycia samochodu, rzadziej i mniejszy samochód, jeżdżenie rowerem, rowery elektryczne, rowery z koszykiem na zakupy lub wózek na zakupy.

Wykorzystywać częściej SWOJE NOGI. Same korzyści z tego płyną- przede wszystkim dla zdrowia i lepszego samopoczucia. Jazda rowerem do pracy to coś pięknego! Pomaga nie tyć, poprawia krążenie krwi w mózgu, lepiej się myśli.

Codziennie działania, najważniejsze i najłatwiejsze to jazda na rowerze zamiast autem oraz ograniczanie ilości spożywanego mięsa.

Korzystanie z komunikacji miejskiej i środków transportu publicznego w miarę możliwości.

W dłuższą podróż wybrać się komunikacją miejską (można czytać lub słuchać podcastów).

Warto wybierać transport publiczny, rowery, hulajnogi czy też przemieszczać się w miarę możliwości pieszo, ponieważ w ten sposób nie zwiększamy emisji dwutlenku węgla do atmosfery, co korzystnie wpływa na nasz klimat oraz nasze zdrowie.

Używać nóg do chodzenia i roweru do lokalnego przemieszczania – ostatecznie akumulatory do hulajnóg też trzeba wyprodukować i ładować; może też być komunikacja miejska.

Warto: przemieszczać się tramwajami, pociągami zamiast samochodów (w ramach możliwości), lepiej koleją niż samolotem przy małych odległościach (nocne pociągi w Europie)

Zakupy przez internet (czy to oszczędność energii?)

Praca zdalna

6. Ubranie.

Używane ubranie, lumpeksy, allegro, oddawanie rzeczy na OLX, kupowanie dobrych marek i noszenie długo, kupowanie używanej odzieży także dobrych marek, - kupować produktów etycznych marek lub z drugiej ręki.

Wymiana/oddawanie niepotrzebnych rzeczy (np. na portalach typu uwaga śmieciarka jedzie,olx).

Portale takie jak Vinted, OLX etc umożliwiające wymianę/kupno używanych dóbr (zmniejsza to popyt na dobra nowe, których się przez to mniej produkuje).

Kupować i nosić używane ubrania, a jeśli już nowe to bardzo dobrej jakości i nosić długo.

Robić zakupy w second-handach, gdzie są często używane ubrania bardzo dobrych marek i dobrej jakości.

W 2018 wyprodukowano 13 kg odzieży na osobę, dwa razy tyle, co w roku 2000 (strata energii, wody, zanieczyszczenie środowiska).

Jak efektywnie korzystać z lumpeksów? Tam się nie idzie, gdy trzeba kupić coś konkretnego. Trzeba chodzić, co jakiś czas i kolekcjonować.

Czy elegancja jest naprawdę ważna w znalezieniu partnera (partnerki)? Jaki poziom elegancji.

7. Edukacja

Rozmawianie ze znajomymi, zbyt częste koszenie trawników i opór osób starszych w pewnej wspólnocie mieszkaniowej wobec programu złap deszcz promowanego przez osoby młodszej generacji.

Informowanie znajomych/rodziny o zmianach klimatycznych (np. jakie są ich skutki, jakie zmiany systemowe powinny nastąpić, by im przeciwdziałać oraz co można robić na małą skalę).

Poszerzać wiedzę na temat zmian jakie w nim zachodzą, ich powodów i skutków, i przekazywać kolejnym pokoleniom. Dzięki temu rośnie szansa na zmianę na lepsze, wymyślenie nowych technologii itp.

Edukować społeczeństwo, myślę, że wiele osób nie jest świadoma zagrożenia, w jakim się znajdujemy.

Angażować się w dyskusje z osobami, które w szerokim rozumieniu stoją po przeciwnej stronie barykady. W celu osiągnięcia najlepszych rezultatów należy przygotować plan działania w oparciu o opinie ekspertów z dziedzin takich jak socjologia i psychologia.

Zdobywanie wiedzy na ten temat poprzez np. uczestnictwo w zajęciach jak nasz human. Wiedza merytoryczna pozwala nam skutecznie walczyć denializmem klimatycznym oraz po prostu zdawać sobie sprawę z powagi sytuacji.

Szerzenie idei w miejscu pracy, przykładowo nauczyciel może uświadamiać swoich uczniów. Prowadzić akcje dla szkół.

Edukować od przedszkola (od najmłodszych lat).

Edukować społeczeństwo o lokalnych ekologicznych inicjatywach;

Są osoby świadome zagrożeń klimatycznych, które nic nie robią społecznie, wystarcza im to co robią same. Młodym aktywistom klimatycznym nie wystarcza.

8. Polityka i akcje społeczne

Udział w manifestacjach, wybory polityczne, wybory konsumenckie, nacisk na polityków.

Brać udział w demonstracjach/protestach ekologicznych.

Głosować na partie polityczne, które zapewniają, że będą działać dla dobra klimatu, środowiska.

Zwracanie się do polityków ze swojego okręgu w celu wymuszenia na nich poparcia energii jądrowej,

Głosowanie na osoby polityczne, które deklarują zmiany w polityce klimatycznej i popieranie partii, które pochwalają postęp w tym kierunku.

Przy głosowaniu na polityków brać pod uwagę, czy mają w swoim programie cokolwiek związanego z poprawą stanu transportu publicznego.

Pisanie do władz samorządowych o zwiększanie oferty komunikacji miejskiej, aby było widać społeczną potrzebę.

Głosować w wyborach na osoby, które planują działać na rzecz klimatu. Wspierać i dołączać do organizacji i ruchów działających na rzecz klimatu

Nie głosować na partie wybitnie denialistyczne klimatycznie.

W działalności społecznej trudno jest przewidzieć skutki, jest chaos, zjawiska społeczne mniej przewidywalne nawet niż przyrodnicze, nie mówiąc o matematyce.

Historia przekonywania członków Kongresu do głosowania Obamacare i outcome będący wynikiem kompromisu, do ostatniej chwili nie było wiadomo czy przejdzie. Będąc aktywistą nie należy się przejmować, że czasem wychodzi słabo.

9. Nowoczesne środki komunikacji między ludźmi

Przeprowadzać zdalne spotkania i konferencje.

Przykłady tego, co nie ma sensu

1. W zasadzie jakąkolwiek formą ataku (ludzie mają tendencję do umacniania się w swoich okopach).

Atakować, wyśmiewać osób, które nie wierzą w zmiany klimatyczne. Najprawdopodobniej spowoduje to reakcję obronną i tak zwany "syndrom oblężonej twierdzy".

Nie warto atakować osób za bycie za mało ekologicznymi (tzw. Eco-shaming), krytykować ludzi, którzy nie żyją w zgodzie z naszymi przekonaniem.

2. Nie ma sensu atakowanie za lot samolotem służbowo.

3. Klótnie w internecie.

4. Zmuszać ludzi do obniżenia komfortu życia w celu poprawy środowiska (lepiej wprowadzić substytut).

5. Być w 100 % ekologicznym, bo jest to niemożliwe, a może bardzo źle wpływać na zdrowie psychiczne i fizyczne. W dzisiejszym świecie jeden człowiek nie jest w stanie nie przyczynić się do zmiany klimatu, cokolwiek nie kupiłby w sklepie jest w jakimś stopniu złą dla środowiska. Dlatego trzeba zachować jakiś umiar w tym wszystkim, choć jest to trudne.

6. Myślę, że bezsensowną rzeczą jest wymiana urzędzeń tylko z powodu, że są mniej przyjazne dla klimatu. Jeśli te urządzenia są sprawne to w ten sposób tworzymy tylko więcej odpadów.

7. Branie udziału w akcji "Godzina dla Ziemi". Nie warto brać udziału w akcji "Godzina dla Ziemi", ponieważ skutkuje ona nagłym i zauważalnym spadkiem zapotrzebowania na energię elektryczną, a następnie nagłym wzrostem konsumpcji prądu. Tymczasem, systemy elektroenergetyczne mogą mieć poważne problemy z dostosowaniem się do tak gwałtownych wydarzeń. Stwarza to pewne niebezpieczeństwo dla ich pracy. Ponadto, badania mówią, że wyłączenie światła i urzędzeń elektrycznych na godzinę nie wpływa znacząco na światową redukcję emisji dwutlenku węgla (niektóre źródła mówią, że wpływ Godziny dla Ziemi na globalną produkcję CO2 można porównać do rocznego wycofania z dróg sześciu samochodów osobowych);

8. Nie warto myć dokładnie opakowań przed wyrzuceniem do śmieci.

9. Tworzenie opakowań papierowych lub innych pochodzących z recyklingu aby pakować w nie produkty, które i tak znajdują się w jakimś opakowaniu (np. kremy, pasty do zębów itp.)

10. Mówienie o klimacie, kiedy samemu nie robi się nic w tym kierunku (hipokryzja).

11. Szerzenie poglądów, że tylko konsument lub tylko korporacje są odpowiedzialne za obecny stan rzeczy (brak całościowego spojrzenia).

12. Nie ma sensu potępiać rolników za nawożenie.

13. Likwidowanie na już wszystkich kopalń, by ludzie nagle stracili pracę.

14. Według mnie nie ma sensu kupować jedzenia w sklepie, które jest rzekomo "eko", "bio"... Są to produkty zazwyczaj o wiele droższe, a nie mają nic wspólnego z byciem bio... dlatego czytamy etykietę i niech produkty typu eko i bio nie będą pierwowzorem, że jesteśmy "eko".

15. Nie ma sensu zakazywać hodowli bydła, na siłę zmuszać innych, żeby zostali wegetarianami, weganami. Zbyt skrajne podejście.

16. Nie warto finansować kampanii mających na celu przekonanie ludzi do wyboru słomek z innego materiału niż plastik. Według badań słomki stanowią zaledwie niewielki odsetek plastiku w oceanie (niektóre źródła podają, że 0.03 procent), natomiast prawie 50% plastiku w oceanie pochodzi z sieci rybackich. Kampanie “anty-słomkowe” odwracają uwagę od innych, ważnych działań, które powinniśmy podejmować i promować by chronić klimat.

17. Kupować auta elektrycznego by jeździć nim w Polsce (brudny prąd, ścieranie się opon pod wpływem dużego ciężaru). Kupowanie elektrycznego samochodu, zamiast poruszania się rowerem lub transportem publicznym. Jazda autem elektrycznym w krajach, w których głównym pochodzeniem energii są elektrownie węglowe.

18. Próbować przekonać bliskich lub nawet dalszych znajomych do zamienników rzeczy nieekologicznych na bardziej przyjazne dla środowiska w sytuacji, gdy zamienniki są ciężko dostępne lub są drogie.

19. Nie warto jeść bananów.

20. Sprowadzać działań na rzecz klimatu do odpowiedzialności jednostek.