

Danmarks
Naturfredningsforening



Del mere
forbrug mindre

SÅDAN LEVER DU MERE
BÆREDYGTIGT OG
KLIMAKLOGT

INDHOLD

Et opgør med brug og smid væk-kulturen	3
10 Gode huskeregler	4
Du må gerne låne min...	5
Sammen står vi stærkere	6
Kender du effekterne af dit forbrug?	7
Hvorfor gå efter miljømærker?	8
Lav din egen personlige klima-aftale	10

Titel: Sådan lever du mere bæredygtigt og klimaklogt

Udgivet af: Danmarks Naturfredningsforening, oktober 2019

Redaktion: Sine Beuse Faueryby

Layout: Prosit Grafik v. Philip K. Schneevoigt

Tryk: KLS PurePrint

Publikationen kan fås ved henvendelse til:

Danmarks Naturfredningsforening
Masnedøgade 20 · 2100 København Ø
Tlf. 3917 4000 · dn@dn.dk

Publikationen kan også downloades her:

www.dn.dk



ET OPGØR MED BRUG OG SMID VÆK-KULTUREN

I Danmark bruger vi naturressourcer svarende til mere end fire jordkloder. Det er på ingen måde bæredygtigt, og vores forbrug og adfærd er med til at forurene jorden, vandet og luften. Og så bidrager vores CO₂-udledning til klimaforandringerne.

I Danmarks Naturfredningsforening vil vi gøre op med vores brug og smid væk-kultur, og derfor ønsker vi en omlægning til cirkulær økonomi. Det betyder at:

- Vi skal købe mindre og genbruge mere.
- Producenter skal designe produkter til at holde længere og de skal kunne repareres og genbruges mange gange, før de bliver genanvendt i nye produkter.

- Vi skal have mere deleøkonomi. Vi skal i højere grad deles om ressourcerne, og vi skal leje og dele flere produkter.

Vi arbejder for, at det skal være billigst og nemmest at træffe det miljørigtige valg.

- Produkter der forurener vores natur og miljø eller bidrager til klimaforandringer, skal være dyrere end de produkter, der er designet til at holde længere og som kan genanvendes.
- Vi går i dialog med virksomheder og interesseorganisationer for at skabe forandring i partnerskab med andre.

FN'S 17 VERDENSMÅL SÆTTER BÆREDYGTIG UDVIKLING PÅ DAGSORDENEN

Ud af de 17 verdensmål handler mål 11 om bæredygtige byer og lokalsamfund, mål 12 om ansvarligt forbrug og produktion, mål 13 om klimaindsatsen og mål 17 om partnerskab for handling.

Læs mere på www.verdensmaalene.dk



10 GODE HUSKEREGLER

– TIL ET MERE BÆREDYGTIGT FORBRUG:



Køb aldrig ting impulsivt: Ser du noget, du får lyst til at købe, så vent 48 timer og se, om du stadig mener, du har brug for det.



Giv oplevelser i gave til fødselsdage og jul i stedet for ting.



Køb brugt frem for nyt – og sælg og forær dine gamle ting væk.



Reducer dit forbrug af tøj og møbler osv. og brug det til det er slidt.



Lej ting frem for at eje dem.



Indgå i deleordninger – og lån dine ting ud.



Reparer de ting, der går i stykker i stedet for at smide dem ud.



Køb produkter af høj kvalitet, gerne miljømærkede. Miljømærker er din garanti for, at produktet er det bedste miljømæssige alternativ.



Efterspørg bæredygtige produkter når du køber ind. Så bliver butikken opmærksom på, at der er interesse for dem.



Sorter dit affald så det kan blive genanvendt – både i husholdningen og på genbrugsstationen.



DU MÅ GERNE **LÅNE** MIN...

At låne ting af hinanden kan sagtens gøres endnu mere udbredt og sjovt. Udover at det gavner miljø og klima at deles om ting, så kan det også være med til at skabe nye, lokale fællesskaber.

Mange har måske allerede en relation til deres

naboer, der gør, at de fint kan ringe på og spørge, om de må låne en hammer eller en boremaskine, men vi kan låne endnu mere af hinanden!

Det er nok meget naturligt, at det ikke er alt man ønsker at låne ud – men mon ikke alle har noget de roligt kan og vil låne ud?

SAMMEN STÅR VI STÆRKERE

Du har magt til og mulighed for at gøre en forskel som borger og forbruger. Hvis vi er mange, kan vi sammen påvirke politikere og virksomheder, så vi i fremtiden får en bæredygtig adfærd og produktion.

Tag initiativ

Du kan opfordre skoler, børnehaver og andre institutioner til fx at deltage i Naturens Dag og Affaldsindsamlingen. Handling i lokalområdet kan sætte en udvikling i gang.

Du kan sætte gang i lokale projekter i ejer- eller andelsforeningen, i opgangen eller på den vej, hvor du bor. Du kan også starte en

lokal deleordning, hvor I deles om værktøj, haveredskaber, festudstyr osv.

Eller måske er det dig, der laver den lokale bogbyttekasse af genbrugsmaterialer?

Er du god til at fikse ting? Så er det måske dig, der opretter det lokale reparationsværksted? Eller arrangerer den årlige fikse-dag, hvor I mødes i lokalområdet for at reparere ting sammen.

Lokale loppemarkeder og byttemarkeder er en rigtig god måde at give produkter et nyt liv på, og der findes også mange apps og facebooksider for genbrugshandel (fx DBA, Trendsales og Reshopper).

KENDER DU **EFFEKTERNE** AF DIT FORBRUG?

Tekstiler: Det kræver cirka 1.400 liter vand at producere én enkelt t-shirt. CO₂-udledningen fra produktionen af en danskers gennemsnitlige tøjforbrug om året svarer til at køre 2.143 kilometer i bil. Produktion af tøj udgør 8 procent af CO₂-udledningen på verdensplan.



Elektronik: I 2018 endte 48,5 millioner ton elektronik som affald. Danmark er et af de lande, hvor der bliver smidt allermost elektronik ud. I gennemsnit står hver dansker for 23,9 kilo elektroniksrot hvert år, hvor en EU-borger gennemsnitligt smider 17,7 kilo ud. I 2040 vil forurening fra produktion og brug af elektronik udgøre 14 procent af det samlede CO₂-udslip.



Plast: På verdensplan smider vi hvert år 260 millioner ton plastaffald ud. Et tal der er steget med cirka 2.000 procent de seneste 50 år. Danmark producerer årligt hvad der svarer til 60 kilo plast per dansker. Når plast brændes af, bidrager det til klimaforandringerne og hvis plast ender i naturen, er det miljøskadeligt.

Husk: Heller ikke de såkaldte bionedbrydelige og biobaserede plasttyper forsvinder af sig selv i naturen.





Madspild: I Danmark smider vi hvert år over 700.000 ton mad ud, som kunne være blevet spist. Husholdningernes madspild udgør 260.000 ton per år. I servicesektoren er der et årligt madspild på 227.000 ton, hvoraf 163.000 ton er fra detailhandlen, 29.000 ton fra hoteller og restauranter og 31.000 ton er fra institutioner og stor-køkkener.

Kød: En dansker der spiser kød fem gange om ugen, udleder omkring to ton CO_2 igennem sin kost hvert år. En vegetar sparer klimaet for omkring en tredjedel af dette, og en veganer sparer klimaet for halvdelen. Ved at indføre bare én kødfri dag om ugen kan man spare klimaet for omkring 100 kilo CO_2 om året.



Ferie: Når man flyver på ferie, udleder man op mod 300 gram CO_2 pr. km. Hvis man i stedet vælger at tage benzin- eller dieselbilen, kan man komme ned på mellem 50 og 150 gram, afhængig af størrelsen på bilen og hvor mange passagerer der er. Med elbilen er tallet under det halve. Vælger man toget som transportmiddel til feriedestinationen, så kommer man helt ned på under 15 gram i gennemsnit. En flyvetur til Barcelona koster omkring 800 kg. CO_2 , mens den samme tur med tog ville koste under 50 kg.



HVORFOR GÅ EFTER MILJØMÆRKER?

Miljømærker er din garanti for, at produktet du køber er det bedste miljømæssige alternativ inden for en produktkategori.

FSC-mærket for bæredygtig træproduktion

Når du som forbruger eller virksomhed vælger FSC-mærket, så er du med til at sikre naturen i de skove, som træet kommer fra. Yderligere er det en sikring af de sociale forhold for medarbejderne i produktionen. Med dit valg af FSC-certificeret træ støtter du de skovejere, der har valgt at drive skovbrug med respekt for mennesker og natur.

Hvorfor Svanen og Blomsten?

Svanemærket og EU-Blomsten er Danmarks officielle miljømærker. De gør det enkelt for dig at vælge de miljømæssigt bedste produkter og serviceydelser.

ØKO ELLER KONVENTIONEL?

Hvis man kun kigger på klimabelastingen pr. kg færdige fødevarer, så er der ikke forskel på økologisk og konventionel produktion. Til gengæld viser en lang række studier, at CO₂-udslippet fra økologisk produktion er lavere pr. hektar. Og så bidrager økologisk landbrug til en lang række andre bæredygtighedsmål, fx biodiversitet, rent drikkevand og dyrevelfærd, som gør, at det økologiske valg er bedst for klima og miljø.



LAV DIN EGEN PERSONLIGE KLIMA-AFTALE

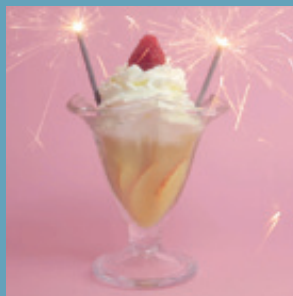
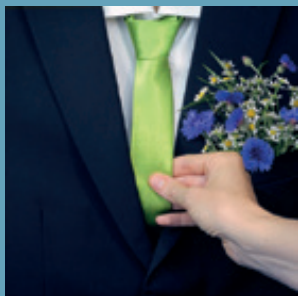


Vælg dine 3 klima-mål nu!

Er du klar til at reducere dit CO2-aftryk og leve mere klimaklogt? Vi har gjort det super nemt for dig at komme i gang: Vi præsenterer 10 ting, du kan gøre for klimaet, og du vælger 3. Til gengæld får du:

- Skræddersyede guides der hjælper dig i gang
- Din klima-aftale som en finurlig lille film, du kan dele
- Et klima-nyhedsbrev med inspiration

Lav din egen klima-aftale på: www.klimaklogt.dk



KLIMAKLOG HVERDAG

Her er en liste med 9 konkrete handlinger, du kan tage for at reducere dit CO₂-aftryk i hverdagen. Vælg tre som du vil forpligte dig på det næste år:



Undlad at flyve

Dit CO₂ forbrug ryger i vejret jo mere du flyver, men hvor nødvendig er flyrejsen egentlig? Kan din ferie eller weekentur gå til et sted i tog-afstand? Kan forretningsrejsen klares med møder på videochat i stedet? Bliv på jorden og lad være med at flyve det næste år.



Hold shopping-fri

Lad være at købe nyt. Tjek i stedet genbrugssider, når det er tid til udskiftning af tøj, møbler, elektronik eller legetøj - du kan finde det meste i god stand og meget billigere (elektronik kan købes brugt med 2 års garanti på fx bluecity.dk). Reparer dine ting, når de går i stykker. Kan du helt undgå at købe nye ting i 1 år?



Gør dine penge grønne

De fleste danske pensionselskaber investerer vores opsparinger i kul og gas. Tjek dit pensionselskabs grønne / sorte profil på ansvarligfremtid.dk - og spred budskabet til venner og familie. Undersøg om din bank har en grøn profil på <http://skift-bank.nu> og skriv til dem eller skift bank hvis ikke de er grønne nok.



Gør din bolig grøn

Optimer din boligs energiforbrug, lige meget om du bor i hus eller lejlighed. Det giver gevinst på både bank- og klimakontoen: Skru ned for temperaturen, isolér bedre, skift til energimærkede hårde hvidevarer og LED pærer.



Spis halvt så meget kød

Vores kødproduktion er en CO₂-sværvægter, og især okse- og lammekød har et tungt klimaaftryk. Spis mere grønt og fisk. Læg en madplan for den næste uge med masser af grøntsager i sæson. Meld dig ind i dit lokale fødevarerfællesskab, hvor man køber mad direkte fra lokale økologiske bønder.



Tag cyklen på arbejde

Spring bilkøen over og gør samtidig noget godt for din sundhed. Kombinér din cykel- eller gåtur med tog eller bus, hvis du bor længere væk.



Halvér dit dataforbrug

Internettet bidrager markant til vores CO₂-udledning. Så sluk for mobildata, når du ikke bruger det, nøjes med at abonnere på én streamingtjeneste og brug mere tid offline. Kan du halvere dit dataforbrug?



Undgå madspild

Optimer dine indkøb, lav madplaner og køb datovarer. Mere hjemmelavet mad og mindre take away - så er du selv herre over, at alle ingredienser bliver brugt. Kan du helt undgå madspild?



Gøre min have til en CO₂-magnet

Lad hækken gro, plant flere træer og stop med køre haveaffald på genbrugsplads! Jo vildere din have er, jo bedre er den til at binde CO₂ - den vilde natur er langt mere effektiv til det end nogen teknologi.

Vi kan alle gøre en forskel. Dette hæfte er fyldt med gode råd og inspiration til dig, der ønsker at reducere dit bidrag til klimaforandringer, affaldsproduktion, forurening af vores miljø og overforbrug af naturressourcer.

"Jeg skal kunne forklare mine børn og børnebørn, hvorfor jeg handler, som jeg gør. Der er 1000 spørgsmål hver dag: Hvorfor kører jeg i bil i stedet for at tage S-toget? Hvorfor vasker jeg tøj så tit? Hvorfor køber jeg den nye ...? Har jeg brug for...? Det har hjulpet mig en del at tvinge mig selv til at tænke sådan. Langsomt (men sikkert) skifter jeg handlemåde."

Citat Birgit Holmboe, aktiv i DN-Samsø og medlem af DN's miljøfagligeudvalg.

Vi har brug for, at regeringer verden over tager de aktuelle klima-, natur- og miljøudfordringer alvorligt. Som forbrugere har vi magt til at sende et kraftigt signal til politikere og virksomheder om, at vi ønsker en ny retning. Vi kan med vores handlinger og pengepung være en helt central del af den nødvendige grønne omstilling.

