

 CO₂

Gode råd til en klimavenlig hverdag

Hver dansker udleder i gennemsnit 17 tons CO₂ om året, hvilket gør os til et af de mest udledende folkefærd i verden. Det er alt for meget, hvis vi skal nå klimamålene om at blive CO₂-neutrale i 2050. Derfor har vi lavet 13 gode råd, så det bliver lettere for danskerne at omlægge deres livsstil og blive en del af den grønne omstilling.

1. Skip flyveren og lad turen blive en del af rejsen

Mange danskere forbinder ofte ferier med en flyrejse mod varmere himmelstrøg. Men flytransporten er en af de helt store klimasyndere. Derfor kan det være en god idé at se på nogle klimavenlige alternativer til din ferie. Du kan fx lege turist i egen by, tage på højskoleophold eller på cykelferie rundt i Danmark. Og hvis turen skal gå udenlands, kan du bytte flyrejsen ud med en kør-selv-ferie eller en togbillet. På den måde kan du også gøre rejsen til feriedestinationen og oplevelserne du får undervejs til en del af ferien.

2. Tænk over dit transportmiddel

Benzin- og dieslbiler belaster klimaet meget mere end en tur på cykel eller til fods. Derfor er det en god idé at undersøge muligheden for samkørsel og brug af kollektiv transport frem for bil, når det er muligt. Endnu bedre kan du bruge din cykel noget mere – det er sund motion både for krop og sind. Hvis du har brug for bil, er en elbil det klimarigtige valg.

3. Indfør kødfrie dage

Over 20 % af en danskers klimaaftryk kommer fra maden. Det er særligt kød og mejeriprodukter, der giver klimabelastningen. Til gengæld udleder grøntsager, rodfrugter og bælgplanter langt mindre. Derfor kan du skrue godt ned på din klimabelastning ved at omlægge dit kødforbrug fra fx oksekød til kylling og/eller ved at indføre et par kødfrie dage om ugen – og det er samtidigt en sundere diæt.

4. Undgå madspild

Hvert år smider vi danskere mere end 700.000 tons mad ud. Det svarer til, at hver femte indkøbsvogn ender direkte i skraldespanden. Det giver ingen mening og skader både pengepungen og klimaet. Du kan forsøge at mindske dit eget madspild ved være opmærksom på ikke at købe for mange varer ad gangen, ligesom du kan indrette en hylde i dit køleskab til madvarer, der snart skal spises. Du kan også mindske dit madspild ved at altid at spise de rester, I har til overs. Og køb gerne nedsatte varer med sidste holdbarhedsdato i supermarkedet, så du også er med til at nedbringe detailhandlens fødevarespild.

5. Reklamer, nej tak

Papirspild belaster klimaet, og derfor er det en rigtig god idé med et "Reklamer, nej tak"-skilt på din postkasse. Du sparer klimaet for en CO₂-regning, og så slipper du for en overfyldt postkasse en gang om ugen. Det tager kun et minut, og du kan afmelde reklamer og gratisaviser lige [her](#).

 CO₂

Gode råd til en klimavenlig hverdag

6. Tag dit eget krus med

Køber du sommetider en to-go-kaffe til turen? Så kan du skåne klimaet ved at medbringe dit eget krus, så den tomme papkop ikke ryger i skraldespanden, når du har drukket din kaffe. Spørg der hvor du køber to-go. Det er også med på at lægge et pres på kaffesælgerne.

7. Stream mindre tv

Nogle gange har man bare lyst til at slappe af foran skærmen. Men når du streamer Netflix eller ser YouTube skal der store mængder data til. Det kræver store datacentre, som bruger rigtig meget strøm. Hvis du i stedet spiller bræt- og kortspil, sparer du klimaet for en markant klimabelastning. Og så er det ofte også meget hyggeligere at lave noget aktivt sammen i familien end at være passivt opslugt af hver sin skærm.

8. Genbrug er god brug

Der kan spares rigtig mange penge på at købe brugte ting, der ofte er næsten så gode som nye. Du kan også undersøge, om du kan låne eller bytte dig frem til det, du mangler. Husk også at aflevere dit eget aflagte tøj, elektronik og andet til genbrug - og derved give det nyt liv!

9. Smid ikke de ting ud, der virker

Mange tror, at det er en god idé at udskifte alle de gamle ting, man har, med nye grønne bæredygtige ting. Men det kræver ofte meget CO₂ at producere de produkter, vi bruger, og det tager tid at tjene den indlejrede CO₂ i vores produkter hjem igen. Derfor er det vigtigt, at du bruger de ting, du har, indtil de ikke kan mere. Det er både godt for klimaet og billigere for din pengung.

10. Spar på din el

Du kan spare en del på din elregninger ved at slukke apparater og opladere, du ikke bruger – de må heller ikke stå standby. Ligesom du – når årstiden tillader det - kan hænge dit vasketøj op udendørs, i stedet for at tørre det i tørretumbleren. Desuden er det ikke altid nødvendigt at vaske alt tøj – se og duft til dit vasketøj - noget kan måske 'luftvaske'? Og hvis du vælger at køre en vask, så husk at vask den på så lav en temperatur som muligt.

11. Producer ikke unødvendigt affald

Hver dansker smider mere end 3 kilo emballage ud om ugen, og derfor er det en god idé at tænke over, hvor meget affald, du producerer.

Det kan du gøre ved:

- ikke at bruge plastikposer hverken til indkøb eller mad
- ikke at bruge engangsservice
- at have dine egne bætter, flasker og kopper med til mad og drikke
- ikke at bruge servietter. Brug klude evt. køkkenrulle
- ikke at købe råvarer med indpakning, hvis det kan undgå
- at undgå madspild ved at spise alt mad, du køber
- at genbruge emballage fra én madvare til en anden



CO₂

Gode råd til en klimavenlig hverdag

12. Tag en taske med dig, når du handler

Man behøver ikke at købe hverken engangsplastikposer eller stofnet for at bære sine varer sikkert hjem fra butikken. Faktisk har du sikkert allerede en taske eller en rygsæk i dit hjem, som vil fungere perfekt som indkøbsnet. De plastikposer, som du kan købe i supermarkedet, udleder nemlig en masse CO₂ i produktionen og når de bliver brændt eller bliver lavet om til nye plastikprodukter. Så tag din rygsæk med dig, næste gang du skal ud at handle, det vil din ryg og skuldre sikkert også takke dig for. Hvis uheldet er ude, og du har glemt din taske så husk, at den plastikpose, du køber i butikken, sagtens kan genbruges flere gange, og når du er færdig med den, kan du fx bruge den som skraldepose eller smide den til plastgenbrug.

13. Vask kun tøj, der er beskidt eller lugter

Kender du det, at man har haft en t-shirt på et par timer, og den faktisk ikke er beskidt, men det føles forkert at lægge den ned i skuffen til det rene tøj? Faktisk kan man godt genbruge tøj flere gange. Prøv at hæng din t-shirt, jeans eller løbebukser på en bøjle udenfor, og lad det blive blæst igennem af vinden. Så vil du ofte opdage, at tøjet føles rent på ny. Den største miljøbelastning fra tøj sker i brugsfasen. Det vil sige, når vi bruger, vasker, tørrer og stryger tøjet. Derfor er det vigtigt, at du kun vasker tøjet, når det er beskidt eller lugter. På den måde sparer du en masse vand, forlænger faktisk også tøjets levetid og gør klimaet en tjeneste.

