

# Oblicz swój ślad ekologiczny

Każdy człowiek, który jest świadomy swojego wpływu na środowisko naturalne, może je chronić, wybierając odpowiedni styl życia. Aby dokonać takiego wyboru, należy przede wszystkim wziąć odpowiedzialność za stan naszej planety i jej zasobów. Nie jest to możliwe bez zmiany stanu naszej świadomości. Wiemy co prawda, że jako cywilizacja mamy ogromny wpływ na środowisko naturalne, ale nie do końca zdajemy sobie sprawę z zasięgu tych oddziaływań. A przecież każdy z nas codziennie konsumuje zasoby, które daje nam Ziemia. Bez nich nie moglibyśmy żyć, od nich zależy nasze istnienie.



Często nie zdajemy sobie z tego sprawy, że środowisko jest pewnym wspólnym dobrem, które powinno być dostępne w tym samym zakresie dla wszystkich mieszkańców Ziemi. Należy zatem pamiętać, że mieszkańcy krajów, które zużywają więcej niż powinni, czynią to kosztem innych ludzi. Aby zmniejszyć te dysproporcje uznano, że o rozwoju danego kraju nie świadczy jedynie rozwój sam w sobie, ale „rozwój zrównoważony”. O rozwoju zrównoważonym zaś można mówić wtedy, gdy dany kraj spełnia jednocześnie dwa kryteria: ślad ekologiczny jest mniejszy niż 2,1 ha na mieszkańca, a wskaźnik rozwoju społecznego wyższy od 0,8.

Przykładowe zależności można zobrazować na przykładzie chociażby przetwórstwa ryb czy produkcji drewna na meble: aby uzyskać tonę ryb, potrzeba 25 ha łowiska, zaś aby wyprodukować 1 m<sup>3</sup> drewna, wycina się 1,3 ha lasu. Podobnie jest z wodą. Woda jest dobrem, z którego korzystamy codziennie w różnych celach. Potrzebujemy wody do picia, prania, kąpieli, sprzątnięcia domu, podlewania ogródka, mycia samochodu itp. Ogromne ilości wody są zużywane przez przemysł i rolnictwo. Każda osoba, która zaczyna swój dzień od wypicia filiżanki kawy zużywa 140 litrów wody – tyle jej bowiem potrzeba, żeby otrzymać jedną porcję tego

napoju. 1 litr mleka „kosztuje” tysiąc litrów wody. Do wyhodowania kilograma pszenicy trzeba zużyć 1350 litrów, ryżu – ponad 2 razy tyle, czyli 3 tysiące litrów wody. Ale żeby otrzymać kilogram wołowego mięsa, musimy zużyć aż 16 tysięcy litrów wody.

Ślad ekologiczny określa stopień konsumpcji zasobów planety. Jest on mierzony powierzchnią łądów i mórz, potrzebną, aby wyprodukować obecnie wykorzystywane przez nas zasoby i zaabsorbować wytwarzane przez nas zanieczyszczenia. Wskaźnik ten wyrażany jest w hektarach na osobę (ha/os). Jest pierwszym narzędziem mierzącym, jaki wpływ ma styl życia każdego z nas na Ziemię.

Tymczasem współcześnie żyjemy na ekologiczny kredyt. Zużywamy o 1/3 więcej zasobów naturalnych, niż Ziemia jest w stanie ponownie wygenerować. Państwa, w których konsumuje się większą ilość zasobów, niż jest dostępna na tym terenie, są ekologicznymi dłużnikami. Takim krajem jest także Polska, gdzie ślad ekologiczny wynosi obecnie 4,0 ha. Polacy zajmują 33. pozycję w rankingu obejmującym 152 kraje. Wysokie miejsce wynika przede wszystkim z faktu, że aż 95,4% energii pochodzi u nas ze spalania węgla.

Jeżeli podzielimy powierzchnię produkcyjną

naszej planety przez liczbę jej mieszkańców, okaże się, że na jedną osobę przypada tylko 2,1 ha. Przykładowo mieszkańcy USA dla zaspokojenia swoich potrzeb wymagają średnio aż 9,2 ha/os. Jeśli wszyscy na świecie żyliby tak, jak Amerykanie, potrzebowałibyśmy dzisiaj 4,5 planety.

Ślad ekologiczny może pomóc nam zdecydować, jak zmienić nasze życie w Polsce na bardziej zrównoważone, tak aby przyszłe pokolenia mogły się cieszyć bogactwami naturalnymi naszej planety. To właśnie ślad ekologiczny pozwala oszacować, jak duża część powierzchni Ziemi i mórz może produkować dla nas pożywienie i opał oraz pomaga obliczyć, jaka część udziału należy się każdemu z nas, a z jakiej w rzeczywistości korzystamy. Można zaobserwować, czy podział dóbr środowiskowych jest na świecie sprawiedliwy, a jeśli nie, to kto nadużywa dóbr, a komu ich brakuje.

## Kalkulator śladu ekologicznego

Na stronie [www.sladekologiczny.pl](http://www.sladekologiczny.pl) znajduje się link do strony kalkulatora śladu ekologicznego dostosowanego do warunków polskich. Kalkulator śladu ekologicznego umożliwia:

- obliczenie wartości swojego śladu ekologicznego,
- porównanie uzyskanych wartości do wartości

średnich w innych krajach świata oraz wartości optymalnych,

- podjęcie zobowiązania dotyczącego zmniejszenia wartości własnego śladu ekologicznego.

Po wejściu na stronę kalkulatora i kliknięciu podanego linku zostajemy zapytani o liczbę osób w naszym gospodarstwie domowym. Po zaznaczeniu odpowiedniej opcji przechodzimy dalej. Pojawiają się kolejne pytania ankiety. Dotyczą one:

- nawyków żywieniowych,
- warunków mieszkaniowych,
- ogrzewania budynków i jego izolacji,
- źródeł energii elektrycznej i jej wykorzystania,
- wykorzystania papieru i kupowania gazet oraz czasopism,
- transportu,
- spędzania urlopu.

Przejdzie do kolejnego pytania następuje automatycznie po udzieleniu odpowiedzi. Po zakończeniu ankiety kalkulator podaje naszą wartość śladu ekologicznego. Na kolejnych stronach można zapoznać się z wartościami średnimi dla różnych krajów świata oraz porównać uzyskany przez nas wynik z wartością optymalną śladu.

Kolejną pozycją kalkulatora jest zobowiązanie do zmniejszenia swojego śladu ekologicznego. Podejmując kolejne zobowiązania dowiadujemy się, ile powierzchni planety chronimy dzięki swoim działaniom. Na koniec wyniki zostają podsumowane. Kalkulator podaje, o ile łącznie zdecydowaliśmy się zmniejszyć ślad ekologiczny. Anna Gładoch

**Niewielkie kapanie wody z ciekącego kranu nie jest zwykłą kroplą w morzu. Nawet mała nieszczelność może spowodować zmarnowanie 15 do 18 litrów wody w ciągu dnia.**

### Działanie na rzecz Ziemi:

- Zrób przegląd kranów, prysznic, toalety, rur doprowadzających wodę. Sprawdź czy znajdziesz kałużę, kapanie, plamy wodne lub pleśń. Zrób listę ewentualnych napraw.
- Aby wytropić przeciek przy toalecie, dodaj trochę farbki akwarelowej lub innego barwnika do zbiornika na wodę. Nie spłukuj, lecz sprawdź po pół godziny, czy widzisz barwnik przeciekający do muszli.
- Jeśli masz wodomierz, sprawdź czy wskaźnik porusza się, podczas, gdy nikt nie korzysta z wody. Jeśli tak, to gdzieś jest przeciek.

**Podczas ręcznego mycia naczyń, przy wodzie ciekącej przez 10 minut, zużywamy 40 litrów wody. Większość z niej jest marnotrawiona. Istnieje inny, efektywny sposób zmywania. To działanie na rzecz Ziemi pozwoli zmniejszyć ilość zużywanej wody.**

### Działanie na rzecz Ziemi:

- Myj naczynia w misce lub dwukomorowym zlewozmywaku.
- Wypełnij miskę lub część zlewozmywaka gorącą wodą ze środkiem do mycia naczyń. Używaj tylko środków ulegających biodegradacji.
- Wypełnij zimną wodą drugą miskę lub część zlewozmywaka.
- Zanurz naczynia, aby je opłukać.

**Ile wody potrzebujesz, aby Twoje ciało było czyste? Przeciętny prysznic zużywa 18 litrów wody na minutę. Oznacza to, że zaoszczędzić możesz 90 litrów wody pozostając pod prysznicem przez 5 minut zamiast 10. To działanie na rzecz Ziemi pomoże zmniejszyć ilość wody potrzebnej do utrzymania higieny ciała bez utraty przyjemności, jaką daje ciepły prysznic.**

### Działanie na rzecz Ziemi:

- Sprawdź czas trwania przeciętnego prysznica, aby być świadomym ilości wody zużywanej w tym celu.
- Jeśli korzystasz z kąpieli w wannie, oblicz pojemność wanny i ilość wody, jaką zużywasz każdorazowo. Zastanów się, czy ten sam efekt osiągnąć możesz korzystając z prysznica.
- Rozsądnym celem jest prysznic 5 – minutowy. Aby to osiągnąć, możesz brać krótszy prysznic lub zakręcać kurek z wodą podczas mydlenia się.

**Czy warto włączyć pralkę dla dwóch bluzek lub koszul? Czy można wyprać czysto nie używając gorącej wody? Pralki zużywają dużą część domowej energii elektrycznej i wody. To działanie pomoże Ziemi, a Tobie pozwoli zaoszczędzić na rachunku za prąd.**

### Działanie na rzecz Ziemi:

- Gdy pierzesz, rób to w sposób energooszczędny. Pierz w wodzie o niskiej temperaturze (do 40 stopni). Zaoszczędzisz do 90% energii. Płucz zawsze w zimnej wodzie.
- Upewnij się, że pralka jest pełna lub nastaw na pranie ekonomiczne, jeśli ma taką funkcję.

Przez prysznic i kran przechodzi ¼ wody zużywanej w domu. Założenie wodooszczędnej końcówki prysznica i perlatorów na kran jest łatwym i niedrogim sposobem znacznego zmniejszenia zużycia wody. Ponad połowa wody do kąpieli jest ogrzewana, oszczędności dotyczą także energii. Dzięki tej inwestycji to działanie na rzecz Ziemi przyniesie trwałe korzyści.

**Czy woda cieknie, podczas gdy myjesz twarz lub zęby? Jeśli nie zakręcasz wody, to 3 minuty rano i 3 minuty wieczorem to marnotrawstwo do 20 litrów wody dziennie. To proste działanie na rzecz Ziemi pomoże zmniejszyć zużycie wody do codziennego mycia nawet o 80%.**

### Działanie na rzecz Ziemi:

- Gdy myjesz ręce i twarz, odkręć kurek z wodą, na niewielki strumień, aby zwilżyć twarz i namydlić, potem zakręć kran. Odkręć kurek ponownie, aby spłukać mydło.
- Podczas mycia zębów odkręć kurek z wodą na niewielki strumień, aby zwilżyć szczoteczkę i napełnić kubek wodą do płukania i zakręć kurek. Umyj zęby i wypłucz. Odkręć na krótko kran, aby wypłukać szczoteczkę i kubek.

Kolumna dofinansowana przez



Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w KATOWICACH