Warszawa, 23 grudnia 2019

Informacja prasowa

**Świętuj z głową!**

**Zbliżający się okres świąteczny to czas, w którym wiele osób wpada w sidła nadmiernego konsumpcjonizmu. Wszechobecne reklamy i promocje kuszące nas z każdej strony, ozdoby i choinki sprawiają, że zaczynamy działać impulsywnie i pod wpływem emocji zapominamy o zdrowym rozsądku i o skutkach naszych konsumenckich decyzji. W tym roku, według badania firmy Deloitte**[[1]](#footnote-1)**, przeciętna polska rodzina wyda na świąteczne zakupy 1521 zł, czyli o 5% więcej niż w roku ubiegłym. Kwota ta negatywnie wpływa nie tylko na zasobność naszego portfela , ale także, a może nawet przede wszystkim, na stan środowiska naturalnego.**

**Kupujemy coraz więcej**

Badania przeprowadzone przez Deloitte jasno pokazują, że kwoty, które przeznaczamy na świąteczne zakupy, z roku na rok rosną. W 2019 roku Polacy wydadzą o 5% więcej niż rok wcześniej, czego powodem jest lepsza sytuacja finansowa oraz akcje promocyjne, na które wskazało aż 44% badanych. I chociaż informacja ta dotyczy pozornie jedynie stanu naszego konta, należy pamiętać, że to, co kupujemy i w jakich ilościach, ma realny wpływ na środowisko naturalne oraz postępujące globalne ocieplenie. Czy w tej świątecznej gorączce możliwa jest zrównoważona, ekologiczna konsumpcja? Okazuje się, że tak!

- *Jak wynika z raportu „Konsumenci a gospodarka obiegu zamkniętego” kupujemy dużo za dużo nie licząc się z kosztami ekologicznymi - aż 40% badanych przyznało, że kupuje więcej, niż naprawdę potrzebuje. Nasze nawyki i wybory konsumenckie mają istotny wpływ na środowisko i walkę ze zmianami klimatu, które stają się coraz bardziej odczuwalne także w Polsce. Dlatego zanim pomyślimy o zakupie „zabawnego świątecznego swetra”, upewnijmy się, że obdarowany będzie go nosił. Sprawdźmy surowce, z jakich wykonane są zabawki dla naszych dzieci, kosmetyki i inne przedmioty, które kupujemy na świąteczne podarunki. Zwróćmy też uwagę na opakowania - to ważne, bo rocznie każdy z nas produkuje średnio ponad 300 kg śmieci, a co trzeci śmieć w koszu to opakowanie -* komentuje **Barbara Rajkowska, Pełnomocnik ds. Realizacji Projektu Klimada 2.0.**

**Święta zero waste**

Podczas Świąt Bożego Narodzenia, poza rosnącymi z roku na rok wydatkami, znacznie wzrasta również ilość wytwarzanych przez nas odpadów. Stanowi to poważny problem środowiskowy i aby zrozumieć jego skalę, wystarczy spojrzeć na *Wielką Pacyficzną Plamę Śmieci* (waży kilkadziesiąt ton i zajmuje powierzchnię 1,6 mln km2, czyli jest pięć razy większa niż Polska!), która jest jednym z najbardziej ekstremalnych przykładów wpływu odpadków na planetę. Wystarczy jednak odrobina dobrej woli, a nasze Święta będą nie tylko zdrowe i szczęśliwe, ale także ekologiczne. Z pomocą przyjdzie nam coraz bardziej popularna idea „zero waste”, co dosłownie oznacza „zero odpadów”. Jej najważniejszą zasadą jest 5R:

1. Refuse – Odmawiaj
2. Reduce – Redukuj
3. Reuse – Użyj ponownie
4. Recycle – Przetwarzaj i przerabiaj
5. Rot – Kompostuj

Zmiana sposobu myślenia i naszych przyzwyczajeń czasem wymaga od nas wysiłku, jednak dla naszej planety jest to niezwykle istotne. Ograniczenie ilości produkowanych śmieci pozytywnie wpłynie na stan środowiska, a przy okazji pozwoli znacząco zmniejszyć wydatki na przedświąteczne przygotowania.

**Ekologicznie pod choinką**

Święta to również czas obdarowywania najbliższych. Najlepiej byłoby zrezygnować z prezentów materialnych i zamiast nich podarować bliskim swój czas. „Przedmioty” są jednak tak mocno zakorzenione w naszej tradycji, że większości z nas trudno byłoby się bez nich obejść. Zadbajmy więc o to, aby podarunki były przemyślane i praktyczne. Zamiast kupować kolejną parę skarpetek lub płyn do kąpieli wybierajmy prezenty w formie doświadczeń: bilet do teatru, voucher do SPA, karnet na jogę czy kurs szycia. Jeśli natomiast mamy trochę więcej czasu możemy podarunki zrobić własnoręcznie. Domowe konfitury, nalewka, czapka zrobiona na drutach będą dla osoby obdarowanej czymś więcej niż tylko przedmiotami. Jeśli jednak musimy kupić prezenty w formie dóbr materialnych, wybierzmy te, które są wysokiej jakości, posiadają ekologiczne certyfikaty lub pochodzą z materiałów z recyklingu. Upewnijmy się także, że prezent nie będzie się kurzył na półce albo, co gorsze, nie wyląduje na śmietniku. Nie ma nic złego w tym, aby zapytać, czego dana osoba potrzebuje – prezent nie zawsze musi być niespodzianką. Ta praktyka sprawdza się zwłaszcza przy obdarowywaniu dzieci. Warto skonsultować z rodzicami malucha co znalazło się w liście do Świętego Mikołaja. Dobrą praktyką jest także rodzinna składka na jeden droższy prezent. Przy okazji prezentów zadbajmy również o ekologiczne opakowania. Większość z nas ma w domu szufladę z torebkami na prezenty, wstążkami i kokardkami z poprzednich lat – dajmy im kolejne życie i wykorzystajmy to, co już mamy.

**Przemyślane dekoracje**

Choinka żywa czy sztuczna? Dylemat przed którym większość z nas staje każdego roku. Odpowiedź jest jednak inna - wypożyczona. W wielu polskich miastach można wypożyczyć choinkę w doniczce, która po świętach trafi z powrotem do lasu, a na kolejne będzie do wypożyczenia już trochę wyższa. Jeśli nie mamy takiej możliwości, zdecydowanie wybierzmy żywą choinkę w donicy. Po Świętach będzie można ją przesadzić do ogródka lub postawić na tarasie. Zwróćmy uwagę, czy drzewko faktycznie pochodzi ze zrównoważonej hodowli i czy posadzone zostało z korzeniami - często bowiem zdarza się, że te powszechnie sprzedawane są ich pozbawione. Dekorując nasze domy i mieszkania zrezygnujmy ze sztucznych błyskotek i nie ekologicznych świecidełek – ozdóbmy choinkę samodzielnie wykonanymi dekoracjami, najlepiej z naturalnych materiałów, które nadają się do kompostowania lub zjedzenia: piernikami, cukierkami, sznurem z popcornu, suszonymi owocami. Jeśli jednak musimy kupić ozdoby świąteczne, postarajmy się aby były wykonane z naturalnych tworzyw lub były to przedmioty wysokiej jakości - tylko wtedy przetrwają długie lata i nie zaszkodzą środowisku. Pozostaje jeszcze jedna istotna kwestia: oświetlenie. Trudno wyobrazić sobie Święta Bożego Narodzenia bez lampek, które rozświetlą najkrótsze dni w roku i wprowadzą wyjątkowy nastrój. Szacuje się, że sznur 100 lampek świątecznych włączany na 10 godzin dziennie przez 12 dni powoduje wytworzenie dwutlenku węgla, w ilości takiej, która by wystarczyła do napełnienia 60 balonów. Najlepszym rozwiązaniem będą energooszczędne lampki LED-owe. Warto także pamiętać, żeby przy wyjściu z domu wyłączać świąteczne oświetlenie - nie tylko w trosce o oszczędność prądu i środowisko naturalne, ale także bezpieczeństwo.

**Naturalnie przy stole**

Kolejnym nieodzownym elementem Świąt, który potencjalnie zagraża środowisku naturalnemu, jest suto zastawiony stół. Zdarza się, że przygotowujemy zdecydowanie zbyt dużo jedzenia w stosunku do rzeczywistego zapotrzebowania i apetytu naszych gości. Ostatecznie ląduje ono w koszach na śmieci, co w dzisiejszych czasach jest stratą, na którą nie możemy sobie pozwolić.

*- Skutki marnotrawstwa żywności odbijają się nie tylko na domowym budżecie, ale wiążą się ze znaczącymi stratami cennych zasobów, takich jak grunty, woda oraz energia. To, co kupujemy i w jakich ilościach, ma realny wpływ na środowisko naturalne oraz postępujące globalne ocieplenie -* komentuje **Barbara Rajkowska, Pełnomocnik ds. Realizacji Projektu Klimada 2.0**

Przed świątecznymi zakupami sporządźmy listę, której będziemy się trzymać niezależnie od kuszących nas niskich cen i okazji specjalnych w sklepach. W miarę możliwości kupujmy na pobliskich targach, pamiętając o tym jaką odległość musi pokonać jedzenie zanim trafi na talerz. Dzięki temu ograniczymy ślad węglowy i negatywny wpływ transportu produktów na środowisko. Poza tym produkty sprzedawane lokalnie na targach i bazarach często pochodzą z ekstensywnych[[2]](#footnote-2) upraw oraz ekologicznych hodowli, a do tego są dużo smaczniejsze i zdrowsze. Jeśli mimo dobrego planu po Świętach pozostało nam jedzenie, przekażmy je zaproszonym gościom lub zamroźmy. Możemy też podzielić się posiłkiem z potrzebującymi, oddając jedzenie w ramach akcji zbierania żywności organizowanych np. przez Banki Żywności.

**Klimat się zmienia, zmień sposób myślenia**

Istnieje wiele sposobów na to, aby Boże Narodzenie było czasem magicznym i wyjątkowym, nie tylko dla nas i naszych bliskich, ale także dla naszej planety. Coraz poważniejsze i bardziej widoczne konsekwencje zmian klimatu wcześniej czy później wymuszą na nas zmiany również w postrzeganiu Świąt i w sposobach, na jakie je obchodzimy. Zmiana sposobu myślenia i naszych przyzwyczajeń wymaga wysiłku, jednak warto podjąć ten trud aby utrzymać nasze środowisko w bezpiecznym i przewidywalnym stanie.

Właśnie dlatego jednym z kluczowych zadań projektu Klimada 2.0 realizowanego przez IOŚ-PIB jest kampania informacyjno-promocyjna prowadzona pod hasłem „Klimat się zmienia. Zmień sposób myślenia!”. Głównym celem kampanii jest dostarczenie niezbędnych informacji na temat zmian klimatu i możliwości adaptacji do ich skutków strategicznym grupom odbiorców, a także edukacja społeczeństwa, jak za pomocą codziennych dobrych nawyków zmniejszać wpływ na globalne ocieplenie i chronić środowisko naturalne.

1. Deloitte, „Zakupy świąteczne 2019” [↑](#footnote-ref-1)
2. Rolnictwo ekstensywne – rodzaj rolnictwa, w którym nie wykorzystuje się pestycydów, czy nawozów mineralnych [↑](#footnote-ref-2)