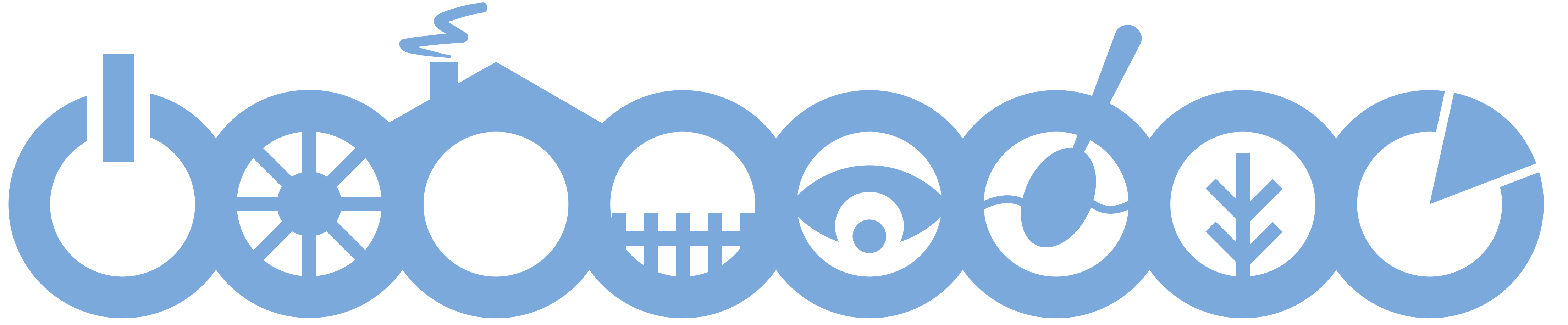




yuvam **dünya** **iklim dostu**
yaşam rehberi

karbon
ayak izimi
nasıl
düşürürüm?

iklim dostu
tüketim

- 1. İhtiyacından fazlasını alma.**
- 2. Aldığın her şeyin karbon ayak izini öğrenmeye çalış.**
- 3. Sahip olduklarını iyi kullan, ömrünü uzat.**
- 4. Kullanmadığını kullanabilecek olana ver.**
- 5. Kullanmadığın ama vazgeçemediğin eşyayı işe yarar hale getir.**
- 6. Anlık hevesle değil, iyi düşünerek al.**
- 7. Sürdürülebilir üretim yapan doğa dostu markalardan alışveriş yap.**
- 8. Geçici modaya göre değil, her zaman giyebileceğin elbiseleri tercih et.**

- 9. abuk bozulmayan uzun ömürlü ürün almaya çalış.**
- 10. Bir kez kullanacaksan satın almak yerine ödünç al.**
- 11. Yerli–yerel üretileni tercih et.**
Çünkü ithal ürünün sana ulaşırken neden olduğu karbon ayak izi fazladır.
- 12. İkinci el piyasasını ve paylaşım ağlarını kullan.**
- 13. Tek kullanımlık plastik kullanma. Dünyada artık tek kullanımlık plastiğe yer yok.**
- 14. Kendi bardağın ve termosun olsun.**
- 15. Naylon poşet kullanma, bez çanta veya sepet kullan.**
- 16. Gerekmedikçe kağıt kullanma.**

iklim dostu ulaşım



1. Uçak ile seyahatin karbon ayak izi çok yüksek. Kara ulaşımını tercih et.

2. Aynı yöne giden insanlarla aynı aracı paylaşmak hem enerji hem de bütçe tasarrufu sağlar.

3. Aracını daha yavaş ve verimli kullanmayı dene. Mümkünse elektrikli modelleri tercih et.

4. Bisiklet ve scootera binmek hem sana hem de dünyamıza iyi gelecektir.

5. Yakın mesafeleri yürüyerek uzak mesafeleri ise toplu taşımayla katedebilirsiniz.

6. Uçak seyahatlerinde karbon ayak izini azaltmak için:

- **Direkt uçuşları tercih et.**
- **Transfer uçuşlar daha uzun sürdüğü için daha fazla karbon ayak izine sebep olur.**
- **Genç uçak filoları olan hava yollarını tercih et. Yeni uçakların karbon ve gürültü emisyonu daha azdır.**
- **Uçakta daha az alan kaplayan ekonomi sınıfı, sadece tasarruf için değil, doğa için de daha iyidir.**
- **Karbon ayak izi karşılığında çevre dostu projelere yatırım yapan havayollarını araştırarak karbon ofsetlemeyi dene.**

iklim dostu ev



- 1. Kışın evi çok ısıtma. Radyatör ayarını yalnızca 1°C düşürmek bile enerji tüketimini %5-10 kadar azaltır.**
- 2. Evde ısı kaybının önüne geç. Yalıtım iyi değilse ısıtma enerjisinin yarısı boşa gider.**
- 3. İmkanın varsa çift camlı cam taktır.**
- 4. Enerji tasarruflu ve çevre dostu ürünleri tercih et.**
- 5. Klima kullanımını azalt. Vantilatörün kullandığı enerji/elektrik çok daha azdır.**
- 6. Elektrikli aletleri beklemede bırakma. Kullanmadığın zaman tamamen kapat.**
- 7. Çamaşırları biriktir ve tek seferde ütüle.**
- 8. Sebze meyveyi yıkadığın suyu dökme.**

Çiçek/bitki sulamada kullan.

9. Eğer mümkünse yenilenebilir kaynaklardan elektrik üreten bir yeşil enerji şirketine abone ol.

10. Alışveriş için trafiği kullanmamaya çalış.

11. Alışverişini uzun aralıklarla ve tek seferde yap.

12. Gereksizdikçe sıcak su kullanma.

13. Diş fırçalarken, tıraş olurken, duş alırken musluğu açık bırakma.

14. Zararlı kimyasal içermeyen, organik ve ekolojik ürünleri tercih et.

15. Geceleri perdeleri kapamak ısı kaybının %10'unu önler. Daha çok tasarruf için perde boyunu yere kadar uzatarak kullan.

16. Şarj edilebilir pilleri tercih et.



- 1. Bahçede farklı türde bitkiler yetiřtir. Yabani türleri dene.**
- 2. im yerine bakımı daha az su isteyen toprak örtücöleri kullan.**
- 3. Sebze-meyve üretiminde permakültür yöntemlerine geç.**
- 4. Kimyasal böcek ilacı ve gübre kullanma.**
- 5. Sonbahar yapraklarını yaprak kompostu için değerlendir.**
- 6. Yaęmur suyunu depola, sulamada kullan.**
- 7. Lavabodan boşa akan suyu depola, sulamada kullan.**

iklim دوستu yaşam

1. Alışverişe çıkmış olmak için alışveriş yapma.
2. Asansör yerine merdiven tercih et.
3. Kullan-at bardak kullanma.
4. Dikebildiğin kadar fidan dik.
5. Yeşil alanları gözün gibi koru.
6. Hayatını plastik atıktan arındır.
7. E-faturaya geç.
8. Doğada daha çok zaman geçir. Bu hem bedenine hem de ruhuna iyi gelecek.
9. İklim krizi hakkında bilgini artır ve çevrendekilerle paylaş.
10. Kendi yaşam tarzının neden olduğu karbon ayak izini öğren.
11. İklim krizine karşı çalışan sivil toplum kuruluşlarına üye ol, destek ol.

iklim dostu **mutfa**k



1.Et ürünleri tüketimini azalt, daha çok sebze ürünü tüket.

2.Şişelenmiş su yerine evde filtreden geçmiş su kullan.

3.Evine-semtine en yakın yerde yetişmiş sebze-meyveyi almaya çalış.

4. Evinin balkonunda, bahçesinde kendi sebzeni yetiştirmeyi öğren.

5.Ekolojik, organik ve yerel üreticiler tarafından üretileni satın al.

6. Mutfak çöpünü kompost yap. Bu zengin toprağı kendi sebzeni yetiştirirken kullan.

7.Tabağına yiyeceğın kadar koy, yemeğini çöpe atma.

8. Meyveyi sebzeyi görünüşüne göre alma. Ezik büzük ürün de lezzetlidir.

9. Gıdayı alınan sırayla tüket. Bozulmasına izin verme.

10. Pörsümüş sebze sudan geçince kendine gelir, atma.

11. Dışarıda yediğın yemeğın artanını yanına al ve başka bir öğün için değerlendır.

12. Bulaşık makinesını tam doldurmadan çalıştırma. Makine elle yıkamadan daha çok su tasarrufu sağlar.

13. Doğada çözünebilen poşet torba, pişirme kabı, streç kullan. %100 çözünebilen çöp torbalarını tercih et.



!kill! m!n!st!r!s

- 1.Ofis içinde tasarruflu aydınlatma ürünleri kullanın ve gereksiz yanan ışıkları kapatın.**
- 2. Enerji verimliliği yüksek ofis cihazlarını tercih edin.**
- 3.Tuvalet ve diğer ortak alanlarda enerji tüketimini en aza indiren sensörler kullan.**
- 4.Çalışma ortamını serinletmek için klima yerine kapı ve pencereleri kullanın.**
- 5.Şirket arabaları ve servisleri için daha az yakıt kullanan araçları ve seyahatlerde daha kısa rotaları tercih edin.**
- 6.Toplantı için seyahat etmemeye çalışın.
Online toplantı yapın.**
- 7.İşyerinin çöpünü ayırıp geri dönüşüme kazandırın.**
- 8.Çok gerekmedikçe yazıcı kullanmayın.**

**Gündelik hayatımızda
dijital ayak izine bağlı
emisyonları
azaltabilmek için;**

Ø-E-posta kutunuzu sürekli temizleyerek depolamayı azaltabilirsiniz.

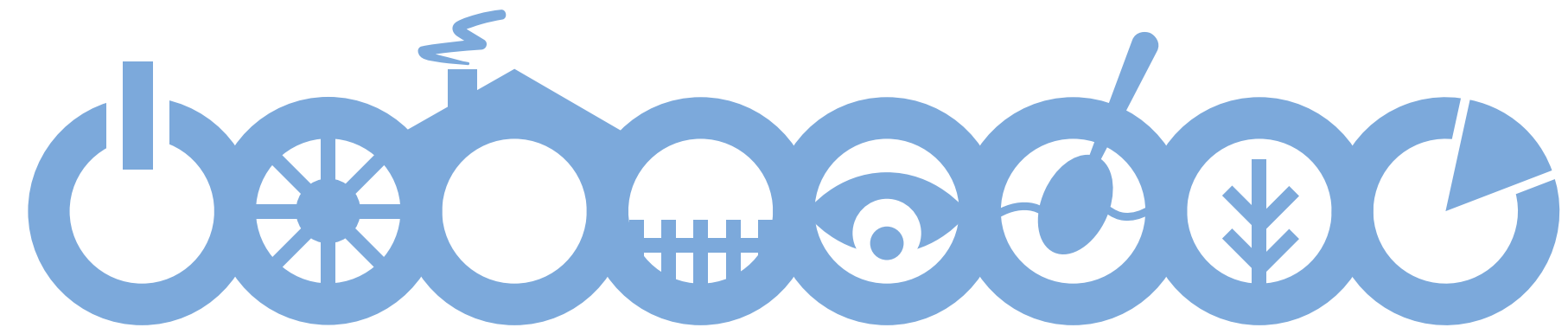
Ø-E-postalarınızı "tümünü yanıtla" şeklinde cevaplamayı sınırlayabilirsiniz.

Ø-İş yerinde e-posta atarken gereksiz CC ve BCC'lerden kaçınabilirsiniz.

Ø-Bilgisayarlar, uyku modunda olduğunda da enerji harcamaya devam ettiği için kullanmadığınızda bilgisayarınızı kapatabilirsiniz.

Ø-Youtube gibi platformlar üzerinden kesintisiz video izlemektense daha az enerji tüketimi için videoyu indirebilir veya daha düşük çözünürlükte izleyebilirsiniz.

- Ø-Instagram'ın içinde her kaybolduğunuzda bunun sadece vücudunuza ve ruhunuza değil, doğaya da zararlı olduğunu kendinize hatırlatabilirsiniz.**
- Ø-Google yerine Ecosia kullanabilirsiniz.**
- Ø-Otomatik video oynatmayı engelleyebilirsiniz.**
- Ø-Ekran parlaklığını azaltabilirsiniz.**
- Ø-Elektronik atıklarınızı azaltabilirsiniz. Bunun için ürün bozulduğunda yeniden almak yerine tamir yöntemine başvurabilirsiniz.**
- Ø-Online görüşmelerde gerekmedikçe kameranızı açmayabilirsiniz.**



yuvam^o
dünya