

# Bæredygtighed

## forældre og personale

### Inspirationskatalog

Det er muligt at gøre mange små ting hjemme, som tilsammen gør en forskel. Som tilsammen er med til at mindske menneskenes store påvirkning af jordens miljø og klima.

Denne folder er ment som en hjælp til forældre, som sammen med deres børn vil finde på nye ting at gøre i hjemmet til gavn for miljø og klima.

## Madspild:

- Madrester kan bruges til forret næste dag eller fryses ned til senere – små mængder kan bruges til pizza- eller lasagne fyld
- Pålæg kan opbevares i fælles beholder, så ikke noget putter sig bagerst i køleskabet og bliver for gammelt
- Frys mad der ellers bliver for gammel. Fx fløde i små beholdere, og modne bananer i bidder til smoothie.
- Grøntsager er meget bedre for miljøet end kød.

## Genbrug:

- Genbrug ting
- Sorter affald og send det til genbrug
- Grøntsager kan komposteres



## Spar på vandet:

- Korte brusebade. Behøves bruseren at bruse, imens du sæber dig ind?
- Løber vandet, når du børster tænder?
- Kan (op)vaskemaskinen vente til mere kan komme med?
- Måske er det nok at lufte vasketøjet?
- Skift brusehoved og dispenser til vandhaner, så vandet blandes med luft.
- Et løbende toilet eller vandhane bruger meget mere vand end du tror. Tjek jævnligt om der er uro i vandet i toilettet.
- Opvask behøves ofte ikke at blive skyllet af, hvis lågen til opvaskemaskinen lukkes, så madrester ikke tørrer ind. Økoprogram varer så længe at indtørret mad opløses.
- Brug evt. skylle program på opvaskemaskinen, i stedet for at skylle af under den løbende hane.



## Spar på varmen:

- Luft ud 2-3 gange dagligt – fugtig luft kræver mere energi at varme op. Luk for varmen imens.
- Tjek om lister omkring yderdøre og vinduer slutter tæt. Listerne bør kunne holde et stykke papir så fast, at det ikke kan trækkes løs.
- Sæt alle radiatorer i samme rum på den samme varme. Radiatorerne skal gerne være kolde fornedent.
- Kan radiatorerne komme af med varmen? Sørg for luft mellem sofa og radiator.
- Hvor varmt har I det? Hver grad betyder 5% større energiforbrug. 20°C er optimalt på kontorer.

## Skån miljøet:

- Miljømærkerne svanen og blomsten er kun på de produkter, som er blandt de mindst skadelige for miljøet. Se fx efter miljømærkerne på rengøringsmidler, vaskepulver, maling og madpakkepapir.
- Hvorfor pakke sin mad ind i metal og smide det til forbrænding bagefter? Sølvpapir er lavet af aluminium, som koster meget energi at udvinde, og som ikke kan brænde. Brug miljømærket madpakkepapir istedet.
- Smid ikke affald i naturen.



## Spar på transport:

- Cyklen gør transporttid til motion. Kan nogle bilture blive til motion og frisk luft? Fx transport til indkøb og fritid, til toget og sammen med dit barn til børnehaven.
- Kør sammen med andre
- Kan I nøjes med indkøb en gang om ugen?



## Spar på strømmen:

- Vask ved så lav temperatur som muligt
- Tørretumbler bruger meget energi. Kan erstattes med tørresnor.
- Tørretumbleren bruger mindre energi, hvis fnugfiltret er tømt.
- Skift til LED pærer
- Hæld kaffen på termokande og sluk for kaffemaskinen
- Kører fjernsynet uden at nogen ser på det?
- Sluk helt for apparater på kontakten – de bruger også strøm på stand by – husk især spillekonsoller, pc og TV
- Tø frostvarer op i køleskabet
- Sluk lys i rum der ikke benyttes – også for kortere perioder
- Kog med låg, så behøves vandet ikke at dække grøntsager, æg m.m.
- Har du cirkulationspumpe? Måske behøves den ikke køre hele tiden? Måske er trin 1 nok? Måske trænger den til udskiftning?
- Afrim fryseren
- På biblioteket kan du låne et SparOmeter, som kan måle dine apparaters strømforbrug. Så ved du, hvilke der bruger meget strøm.

