

4

OTTHON  
ÉS MUNKA



**Deloitte.**



# 1. ÉRDEKES STATISZTIKÁK

A világ energiafogyasztása  
2020-tól 2050-ig várhatóan

**50%**  
-kal



növekszik. Ez annyit tesz ki,  
mintha **a világ fogyasztásához  
mégegyszer hozzádnánk Kína  
fogyasztását.**<sup>1</sup>

Évente

**88**ezer



**négyzetkilométernyi természetes  
erdőterület tűnik el a Föld színé-  
ről.** Ez annyi, mintha hetente egy  
London városnyi erdőterület tűn-  
ne el, vagy 2 másodpercenként  
egy focipályányi.<sup>2</sup>

A papírtáska lebomlási  
ideje **kb. 1 hónap**, míg egy  
műanyag palack lebomlása  
várhatóan akár

**több száz**

évig tarthat.<sup>3</sup>



Az autók száma globálisan  
kb. 20 év alatt, 2040-re  
várhatóan megduplá-  
zódik, elérve a



**2 milliárd**

darabot. Ez a növekedés annak  
ellenére következhet be, hogy  
**autóink az idő túlnyomó  
részében állnak.**

## 2. OTTHONUNK ÉS MUNKAHELYÜNK – ELSŐDLEGES ÉLETTÉR, ELSŐDLEGES HATÁSOK

Az otthonunk és a munkahelyünk az életünk két legfőbb helyszíne, az itt végzett tevékenységeink szinte az egész életünket kiteszik. Közben persze töltünk időt barátokkal, színházban vagy iskolában, de legtöbbször ekkor is fedett helyen járunk. Mindenhez energia szükséges, a központi fűtés, a zuhanyzás, a főzés, a takarítás, a vásárlás, az utazás, a kisállat tartás. Mindeközben egész nap gépeket használunk, vizet fogyasztunk, hulladékot termelünk, és folyamatosan hatással vagyunk a környezetünkre. Mindez azonban rengeteg lehetőséget is jelent arra, hogy pozitív változást gyakoroljunk a minket körülvevő világra!<sup>5</sup>

**Otthonunk és munkahelyünk rengeteg jellemzője befolyásolja azt, hogy mennyire környezettudatos az életterünk<sup>6</sup>:**



### Vízmelegítésre használt hő napenergiából<sup>7</sup>

A napkollektor napenergiából állít elő a víz melegítésére használható hőt, fenntarthatóbb alternatívát kínálva a fosszilis energiahordozókra.



a nyári félévben közel 100% fedezhető



a téli félévben kb. 30-40% fedezhető

Egy lakos átlagosan napi 50-60l melegvizet használ el, ez 1-1,5 m<sup>2</sup> napkollektorral állítható elő.

# TUDDAD-E, MENNYIT JELENT 1 KWh ENERGIA?

Annyi, mint...



1 óra légkondicionálás



1,8 óra plazmatévé-nézés



8 óra hagyományos tévézés



10 óra számítógép használat  
LCD monitorral



33 óra laptophasználát

Megtermelhető 4 órányi tekeréssel  
egy áramtermelő biciklin.



További tippeket az energiatudatos háztartáshoz  
a [Magyar Természetvédők honlapján](#) találtok.

## „Vásároljunk energiatakarékos izzót!” – Rendben, de hogyan?

Íme néhány információ a tudatos döntéshez<sup>9</sup>

	 Hagyományos izzó	 Halogén izzó	 Kompakt fénycső	 LED fényforrás
Élettartam	1 000 óra	2 000 óra	10 000 óra	20 000 – 50 000 óra
Hol érdemes használni	Gyakori ki-be kapcsolás	Rövid ideig tartó világítás	Ritka ki-be kapcsolás & hosszabb ideig tartó világítás	Bárhol

Hasznos energia aránya a kárba vesztett energiához képest 

## GONDOLATÉBRESZTŐ



A 2016-ban életbe lépett Párizsi Klímaegyezményben 196 ország megállapodott abban, hogy a földi átlaghőmérséklet nem emelkedhet 2°C-nál nagyobb mértékben az iparosodás előtti szinthez képest.<sup>10</sup> De ha folytatjuk jelenlegi viselkedésünket, a kutatók szerint 50-60 év múlva 2,6°C-kal vagy akár 4°C-kal is melegebb lehet a Földön.<sup>11</sup> Ideje, hogy egyéni fogyasztóként is a tettek mezejére lépjünk, hiszen a háztartások is fontos szereplői a fenntarthatóságnak. Ne feledd, sok kicsi sokra megy!

A Párizsi Klímaegyezményről lényegre törő és közérthető formában itt tájékozódhatsz:

[The Paris Agreement | UNFCCC](#)

### 3. HÁZIKEDVENCEINK ÉS AZ ÖKOMANCSNYOM<sup>12</sup>

Otthonunk és szokásaink zöldebbé tételében nem csupán saját magunkra, de házikedvenceinkre is gondolhatunk, akik ugyancsak nagy lábontudnak élni – már ami az ökológiai lábnyomot, pontosabban mancsnyomot illeti. Ezért pedig gazdiként mi vagyunk a felelősök!



**Az ökolábnyom – az eltartásunkhoz szükséges termelőképes földterület mennyisége – háziállatokra is értelmezhető.**

- **nagytestű kutya – 1,1 hektár**
- **macska – 0,15 hektár**
- **hörcsög – 0,014 hektár**
- **papagáj – 0,007 hektár**
- **aranyhal – 0,00034 hektár**



### AZ ÖKOMANCSNYOMOT MEGHATÁROZÓ TÉNYEZŐK

- **ELEDEL ÉS CSOMAGOLÁS**
- **ÜRÜLÉK-KEZELÉS**
- **ALOM**
- **FEKHELY / LAKHELY**
- **ESZKÖZÖK, JÁTÉKOK**
- **„WELLNESS” SZOLGÁLTATÁSOK**



## 4. MINDENNAPI UTAZÁSAINK

A közlekedés mindennapjaink fontos eleme, számos eszköz van segítségünkre abban, hogy időben, gyorsan, kényelmesen és akár élvezetesen jussunk el egyik pontból a másikba. A különböző járműveknek köszönhetően kitárult előttünk a világ, és szinte bárhová eljuthatunk, minimális erőfeszítéssel.

A közlekedési eszközökre azonban nem csupán utazásaink hatékonyabbá tétele szerint tekinthetünk, hanem azt is figyelembe vehetjük, hogy milyen hatással vannak a környezetre.<sup>13</sup>



## 5. FENNTARTHATÓ CÉG – KÖRNYEZETTUDATOS MUNKAHELY

Az otthonunk mellett munkahelyünkön töltjük el napjaink jelentős részét, így ha eljön a munkakeresés ideje, a szempontok közt érdemes szerepeltetni a cég vagy szervezet környezettudatosságát is. Néhány egyszerű kérdés megválaszolásával felmérheted, a jövőbeli munkahelyed mennyire biztosítja számodra, hogy zöld szempontokat is előtérbe helyezhess.<sup>14</sup>



Megtalálhatók-e élő növények az épületben, különösen ott, ahol gyakran láthatod őket?

*(A növények tisztítják, felfrissítik a levegőt, emellett zöld színükkel nyugodtabbá teszik a teret.)*



A cég/szervezet méri-e az általa kibocsátott üvegházhatású gázok mennyiségét, és tesz-e lépéseket annak csökkentése érdekében?

*(3 csoport: közvetlen kibocsátás, beszerzett energiából származó kibocsátás, indirekt kibocsátás, pl. dolgozói utazás)*



A cég/szervezet fenntartható energiaforrásból is beszerez-e energiát? Ha igen, milyen arányban, és törekszik-e ennek növelésére?

*(A megújuló energiaforrások által nem csupán a környezet, de a cég pénztárcája is fellelgezhet.)*



A beszállítók kiválasztási szempontrendszerében szerepelnek-e fenntarthatósági faktorok?

*(Pl.: munkavállalói jogok, fosszilis energiahordozók használata, káros anyag kibocsátás)*



A rendszeres beszerzésekhez (pl. irodaszerek, catering) kapcsolódnak-e fenntarthatósági irányelvek?

*(Megmutatják, hogy rendszeres beszerzéseknél milyen termékek részesítendőek előnyben, melyek tiltólistások.)*



Vannak-e a cégnek/szervezetnek nyomtatással kapcsolatos célkitűzései? Ez kiváltképp akkor érdekes, ha sok az irodai jellegű munka.

*(Pl.: nyomtatás csökkentése érdekében elektronikus munkaanyagok, nyomtatás újrahasznosított papírra, oldal limit)*



Tesz-e a cég/szervezet aktívan azért, hogy visszaadjon a helyi közösségnek?

*(Pl.: rendszeres önkéntes nap, adományozás jótékony célra, dolgozók figyelmének felhívása jótékonyági lehetőségekre)*

## 6. GYAKORLATI TIPPEK A FENNTARTHATÓBB OTTHONI MINDENNAPOKÉRT

Néhány egyszerű trükk segítségével környezettudatosabbá teheted otthonodat és szokásaidat<sup>15</sup>.

Ha kicsit hűvösebbre fordul az idő, ahelyett, hogy azonnal bekapcsolnád a fűtést, hordj melegebb ruhákat vagy takarózz be egy pléddel! Ha melegszik, hordj lengébb ruhákat, mielőtt a légkondicionáláshoz fordulnál!

Csak azokat a helyiségeket hűtsd/fűtsd, ahol tartózkodsz – ezeket is csak a szükséges mértékben! Ha hosszabb időre elmész otthonról, ne felejtsd levenni a fűtést! Az ajtók becsukása sokat segít a hőmérséklet megtartásán.

Csökkentsd a tisztálkodáskor elhasznált vízmennyiséget! Zárd el a csapot, amikor éppen nincs szükség a vízre, például fogmosás közben! Ha sokáig melegszik fel a víz, használd az addig folyó hideget valami másra, pl. öntözésre.

Kapcsold le és húzd ki a konnektorból a nem használt eszközöket! Több eszköz stand-by üzemmódban is tovább fogyaszt – ne hagyd bedugva a töltőket sem!

Tájékozódj a lakóhelyeden elérhető megújuló energiahordozókról! Miért ne működhetne a ti háztartásotok is részben napenergiával?

Vásárláskor törekedj a beszerzés minél környezetbarátabb módjára! Vásárolj közel, sétálj vagy biciklizz, vigyél magaddal saját bevásárló táskát vagy kosarat!

A műanyag helyett válassz természetes anyagokat a szobába, lakásba, például fát! Szébb, kellemesebb, és határozottan környezetbarátabb lesz az eredmény.

Ne forralj fel több vizet a főzésnél, mint amennyire valóban szükséged van! A fagyasztott termékek felengedéséhez felmelegítés helyett egyszerűen kirakhatod őket néhány órára szobahőmérsékletre, vagy éjszakára a hűtőszekrénybe.

Válaszd a minőségi termékeket, melyek élettartama jelentősen meghaladja a rosszabb minőségű termékekét! Így tovább élvezheted a terméket, és a környezetet is segítheted, ha nem vásárolsz hamarosan egy újat.

Ha kiégett egy izzó, válassz a helyére energiatakarékost! Ne hagyd feleslegesen felkapcsolva a fényforrásokat, és használd ki a napsütéses órákat, amennyire csak tudod!



**VÁSÁRLÁSAID ALKALMÁVAL TARTSD SZEM ELŐTT A HULLADÉK  
MINIMALIZÁLÁSÁT ÉS MEGFELELŐ KEZELÉSÉT!<sup>16</sup>**

**Vásárlás előtt írd bevásárlólistát,  
kerülve a felesleges túlhalmozást!**

**Válaszd a kisebb hulladékkeletkezéssel  
járó megoldásokat!**

**Vásárolj koncentrátumokat, ill. nagyobb  
kiszerezést, csökkentve a csomagolás  
mennyiségét!**

**Válaszd az újrahasznosítható  
csomagolásban kapható termékeket!**

**Kerüld a felesleges csomagoló-  
anyagokat, amik pár perces funkciójuk  
után a kukába kerülnek!**

**Gyűjtsd szelektíven a bevásárláskor  
keletkezett hulladékot is!  
Használd újra, amit tudsz!**

## 7. KIHÍVÁSRA FEL!

Hívd ki a barátaidat az alábbi fenntarthatósági kihívások teljesítésére!!



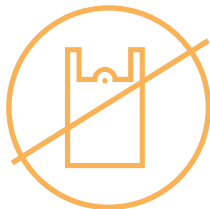
**A következő tanévben legalább három tantárgyból használjatok újrahasznosított papírból készült füzetet!**



**A következő baráti találkozót szervezzétek úgy, hogy mindannyian gyalog vagy kerékpárral érkeztetek!**



**Egy hónapig minden hét adott napján – pl. minden hétfőn – tartsatok vásárlásmentes napot! Ne szerezzetek be semmit, használjátok, fogyasszátok a már meglévő dolgokat!**



**Ha legközelebb ételt rendeltetek / vásároltok, döntsetek a teljes műanyagmentesség mellett! Műanyag csomagolás, evőeszköz, palack, pohár – mind ki vannak zárva!**

## SZERETNÉL MÉG JOBBAN ELMÉLYÜLNI A TÉMÁBAN?

Kattints [ide](#) és nézd meg **szakmai videóinkat** a témában!

---

Kattints [ide](#) és nézd meg az első magyar, fiataloknak szóló **Klímakonferencia előadásait!**

---

Ha már úgy érzed, hogy eleget tanultál a témáról, teszteld tudásod! Kattints [ide](#) és töltsd ki a **témához kapcsolódó kvízünket!**

---

Elég a tanulásból? Már cselekednél? Nézd meg [itt](#), milyen kihívásaink vannak és teljesítsd egyet! A sikereidről posztolj a **#KlímahősVagyok** hashteggel!

---

Kíváncsi vagy a víz útjára, vagy hogy mi fán terem a bio? Nézd meg az idei lehetőségeket, ahol személyesen bepillanthatsz egy-egy üzem, műhely, nagyvállalat működésébe, meghallgathatod fenntarthatósági törekvéseiket, közvetlenül döntéshozóknak teheted fel kérdéseidet!

Nem csak számodra, számunkra is fontos a részvételed! [Ide](#) kattintva jelentkezz akár egyénileg, akár osztályoddal egy **műhelylátogatáson!**

Nem tudod elképzelni, milyen lehet egy műhelylátogatás? [Nézd meg](#), hogy a 2022-es Klímahősök milyen gyárakban, üzemekben, nagyvállalatoknál jártak és kikkel beszélgettek a fenntarthatóságról és a klímaváltozásról.

AZ E-LEARNING ANYAG TÁMOGATÓI:



## Források:

1. EIA: INTERNATIONAL ENERGY OUTLOOK 2021: [International Energy Outlook Consumption - By 2050, global energy use in the Reference case increases nearly 50% compared with 2020— mostly a result of non-OECD economic growth and population, particularly in Asia- U.S. Energy Information Administration \(EIA\)](#)
2. WWF: there's a lot more to forests than trees: [There's a lot more to forests than trees | WWF](#)
- 3,5,9,11,13. Marieke Eyskoot, 2021: This is a Good Guide Revised Edition
4. Business Insider: The number of cars will double worldwide by 2040: [Global Transport Use Will Double by 2040 As China and India GDPs Balloon \(businessinsider.com\)](#)
- 6,7,8. Magyar Természetvédők Szövetsége: ENERGIATUDATOS Háztartási Kisokos: [KEHOP-MTVSZ-541-Energiatudatos\\_haztartasi\\_kisokos\\_veg.pdf](#)
10. UNFCCC: The Paris Agreement: [The Paris Agreement | UNFCCC](#)
12. Green Guide Online: Bioalom, újrahasznos kutyakakizacsi, bolygóbarát eledel: 7 tipp az ökomancsnyom-csökkentéshez, 2022.03.14. [Bioalom, újrahasznos kutyakakizacsi, bolygóbarát eledel: 7 tipp az ökomancsnyom-csökkentéshez - Green Guide Online](#)
14. WWF: Lauren Wiseman: LETS MAKE OUR WORKPLACES SUSTAINABLE [Lets make our workplaces sustainable | WWF](#)
15. SPREAD Sustainable Lifestyles 2050: Baseline report on sustainable lifestyles: [Sustainable Lifestyle 1 | PDF | Consumerism | Lifestyle \(Sociology\) \(scribd.com\)](#)
16. A FKF környezettudatos tippjei a lakosság felé: [Hír – A FKF környezettudatos tippjei a lakosság felé](#)
17. Képek forrása: freepik.com
18. Ikonok forrása: thenounproject.com

---

A Deloitte név egy vagy több Deloitte Touche Tohmatsu Limited („DTTL”) társaságra, a tagvállalatok globális hálózatára és azok kapcsolt vállalkozásaira utal (együttesen: a „Deloitte szervezet”). A DTTL (vagy „Deloitte Global”) és valamennyi tag- és kapcsolt vállalata önálló, egymástól elkülönülő jogi személy, melyek harmadik felek irányába egymás nevében nem vállalnak kötelezettségeket. A DTTL, valamint annak tag- és kapcsolt vállalatai kizárólag saját tetteikért és mulasztásaikért felelnek. A DTTL ügyfelek számára nem nyújt szolgáltatásokat. További információ a [deloitte.hu/magunkrol](http://deloitte.hu/magunkrol) webhelyen olvasható.

A Deloitte a Fortune Global 500® cégek közel 90%-a és több ezer magáncég számára nyújt iparágvezető könyvvizsgálati és bizonyossági, adózási és jogi, vezetői, pénzügyi és kockázatkezelési tanácsadói szolgáltatásokat. Szakembereink mérhető és tartós eredményeket nyújtanak, amelyek hozzájárulnak a tőkepiacokba vetett bizalom megerősítéséhez, lehetővé teszik ügyfeleink számára az átalakulást és a gyarapodást, és utat mutatnak egy erősebb gazdaság, egy igazságosabb társadalom és egy fenntartható világ felé. A Deloitte több mint 175 éves múltra tekint vissza, jelenleg több mint 150 ország területén tevékenykedik. Ha többet szeretne tudni arról, hogy a Deloitte mintegy 345.000 szakembere hogyan teremt maradandó értéket, látogasson el a <http://www.deloitte.com> webhelyre!

„Jelen kiadvány kizárólag általános jellegű szakmai tájékoztatást tartalmaz, és nem minősül sem a Deloitte Touche Tohmatsu Limited („DTTL”), sem pedig tag- és kapcsolt vállalatainak hálózata (együttesen: a „Deloitte szervezet”) által nyújtott tanácsadási vagy egyéb szolgáltatásnak. Javasoljuk, hogy a szervezetük pénzügyeit vagy üzletvitelét, illetve saját pénzügyeit befolyásoló bármely döntés meghozatala vagy ilyen jellegű lépés megtétele előtt kérjenek/kérjen, kifejezetten a szervezetükre/az Ön igényeire szabott, egyedi, szakmai tanácsadást. Az üzenetben foglalt információ pontosságával vagy teljességével kapcsolatban semmilyen jognyilatkozatot nem teszünk, szavatosságot nem vállalunk, kifejezett vagy hallgatóságos vállalást nem teszünk. Sem a DTTL, sem pedig tagvállalatai, kapcsolt vállalatai, alkalmazottai vagy megbízottai nem vállalnak felelősséget semminemű olyan kárért vagy veszteségért, mely közvetlenül vagy közvetlenül a jelen kiadványban foglalt információk felhasználásából ered. A DTTL és valamennyi tagvállalata önálló, egymástól elkülönülő jogi személy.”

© 2022 Deloitte Magyarország

Készült a  
**Deloitte.**  
szakmai támogatásával

unicef   
minden gyerekért

