



Συμβουλές για παιδιά και εφήβους

Παιδιά και επαναστάτες έφηβοι!

Η αλλαγή του κλίματος έχει επιπτώσεις σε όλη την ανθρωπότητα. Ευτυχώς υπάρχουν πολλοί τρόποι για να βοηθήσετε όλοι στην επίλυση του προβλήματος. Μπορείτε να γίνετε «έξυπνοι» καταναλωτές, να αναλάβετε δράση στο σχολείο και το σπίτι, αλλά και στον Δήμο ή την κοινότητα στην οποία ζείτε. Το κλειδί είναι η μείωση των εκπομπών μας σε CO₂ (διοξείδιο του άνθρακα), το αέριο που συνεισφέρει περισσότερο στην παγκόσμια κλιματική αλλαγή. Να μερικές ιδέες:

1. Διεξάγετε έναν «ενεργειακό έλεγχο» στο σχολείο σας. Χωριστείτε σε ομάδες και ερευνήστε πόσο «σοφά» ξοδεύεται το ηλεκτρικό ρεύμα και το πετρέλαιο (ή φυσικό αέριο) στο σχολείο. Σκεφτείτε πως μπορεί να γίνει εξοικονόμηση ενέργειας. Σίγουρα θα βρείτε πολλές θέσεις διαφυγής του αέρα (παράθυρα που μπάζουν, π.χ.), φώτα που ξεχνιούνται αναμμένα, ηλεκτρικές συσκευές παλιάς τεχνολογίας που σπαταλούν πολλή ενέργεια και άλλα παρόμοια!
2. Παροτρύνετε το σχολείο σας να αντικαταστήσει τις κοινές λάμπες με λαμπτήρες εξοικονόμησης ενέργειας. Είναι ακριβότεροι αλλά τελικά εξοικονομείτε χρήματα επειδή καταναλώνουν μόνο το 1/4 περίπου της ηλεκτρικής ενέργειας και δίνουν τον ίδιο φωτισμό. Επιπλέον, έχουν τετραπλάσια διάρκεια ζωής από έναν κανονικό λαμπτήρα!
3. Οι συσκευές όταν είναι σε «κατάσταση αναμονής» (stand by) καταναλώνουν μεταξύ 10 και 60% της ηλεκτρικής ενέργειας που χρησιμοποιούν. Γι' αυτό μην ξεχνάτε να κλείνετε τις τηλεοράσεις, το βίντεο, το DVD, το στερεοφωνικό και τον υπολογιστή σας, από το κουμπί της συσκευής και όχι από το τηλεχειριστήριο, όταν δεν τα χρησιμοποιείτε. Σβήνετε τα φώτα που δεν χρειάζεστε. Έστω κι αν είναι για ένα -δύο λεπτά. Ακόμη κι έτσι θα έχετε ήδη εξοικονομήσει σημαντική ενέργεια. Όταν κάνετε διάλειμμα από τη δουλειά σας, κλείνετε την οθόνη του υπολογιστή σας.
4. Αν πρόκειται να αγοράσετε πλυντήριο ρούχων, ψυγείο, πλυντήριο πιάτων ή φούρνο αγοράστε το πιο ενεργειακά αποδοτικό μοντέλο που αντέχει η τσέπη σας, κατά προτίμηση ενεργειακής κατηγορίας «Α». Αυτές οι συσκευές μπορεί να είναι πιο ακριβές αλλά το κόστος αγοράς τους υπερκαλύπτεται από την ενέργεια που εξοικονομούν κατά τη διάρκεια της ωφέλιμης ζωής τους. Το ίδιο ισχύει και για το εξοπλισμό γραφείου (υπολογιστές, φωτοτυπικά, εκτυπωτές). Σβήνετε την οθόνη του υπολογιστή, όταν κάνετε διάλειμμα. Εξοικονομήστε χαρτί (και την ενέργεια που χρησιμοποιείται για την παραγωγή του) τυπώνοντας και στις δύο πλευρές, και ανακυκλώνοντας το χρησιμοποιημένο χαρτί.
5. Αν έχετε μπαλκόνι ή κήπο στη νότια πλευρά του σπιτιού σας ή του σχολείου σας, φυτέψτε φυλλοβόλα φυτά και δέντρα. Δημιουργούν θαυμάσια σκιά το καλοκαίρι κι έτσι δε θα χρειάζεστε λιγότερο κλιματισμό! (Αφήστε που είναι ωραίο να την αράξεις κάτω από τον ίσκιο μιας μουριάς!)
6. Αφήστε τον ήλιο να σας ζεστάνει! Τις ζεστές ημέρες του χειμώνα, να αφήνετε τον ήλιο να μπαίνει μέσα από τα παράθυρα του σχολείου ή του σπιτιού σας, κυρίως αν έχετε παράθυρα με νότιο προσανατολισμό. Αφήνετε το φυσικό φως να λούζει τους εσωτερικούς χώρους. Έτσι δε θα χρειάζεστε τεχνητό φωτισμό.

7. Κατεβάστε τη θερμοκρασία του θερμοστάτη του καλοριφέρ σας κατά 1 βαθμό Κελσίου. Έτσι θα μειώσετε το λογαριασμό του ηλεκτρικού σας κατά 7%.
 8. Μην κάνετε μπάνιο με τις ώρες! Κάντε ένα καλό ντους . Έτσι εξοικονομείτε όχι μόνο νερό, αλλά και ενέργεια αφού θα χρειαστείτε να ζεστάνετε λιγότερο νερό στο θερμοσίφωνά σας.
 9. Μην αφήνετε τις βρύσες σας να στάζουν και μην αφήνετε το ζεστό νερό να τρέχει άσκοπα.
 10. Μην ανοιγοκλείνετε συχνά το ψυγείο σας και μην κρατάτε την πόρτα πολλή ώρα ανοιχτή. Μη βάζετε ζεστά φαγητά μέσα στο ψυγείο. Καλύτερα να περιμένετε να κρυώσουν πρώτα (συνιστάται και για λόγους υγείας).
 11. Εάν μπορείτε χρησιμοποιήστε ποδήλατο ή τα μέσα μαζικής μεταφοράς για τις μετακινήσεις σας ή πηγαίνετε με τα πόδια. Μπορείτε επίσης να ενθαρρύνετε τους γονείς σας ή τους δασκάλους σας να εφαρμόσουν την πρακτική της συλλογικής χρήσης των ιδιωτικών αυτοκινήτων. Ένα μέσου κυβισμού αυτοκίνητο με μέση χρήση επί ένα έτος εκπέμπει στην ατμόσφαιρα το βάρος του σε CO₂. Ωστόσο, η μόνη ποσότητα CO₂ που εκπέμπεται από τους ποδηλάτες και τους πεζοπόρους προέρχεται από την αναπνοή τους!
- Διαβάστε, επίσης, πως μπορείτε να γίνετε **"Πολίτες για το κλίμα"**.