

## TARTALOM

- **Kislábnym tippek**
  - *Digitális méregtelenítés*
- **Kislábnymos életmód**
  - *Kislábnymos naptár az ünnepekre*
- **EnergiaKözösségek hírek**
  - *Csináljuk együtt Bagon!*
- **Kislábnym hírek**
  - *Energiavállalatot gyűrték le békés eszközökkel az amerikai őslakosok*
  - *Nyakunkon a következő tömeges fajkihalás?*
- **Munkahelyi EnergiaKözösségek**
- **Érdeemes rápillantani**
  - *FairBnB*
  - *Dávidok és Góliátok harca könyvlapokkal*
- **Szezonális szemezgető**
- **Termékek, szolgáltatások**
  - *Lehet fenntartható egy okostelefon? Néhány adat a Fairphone 2-ről*
  - *Javítsd meg a telefonod... egy telefonfülkében!*
- **Igazságosság ökológiai korlátok közt**
  - *Mit rejt egy doboz kakaó?*



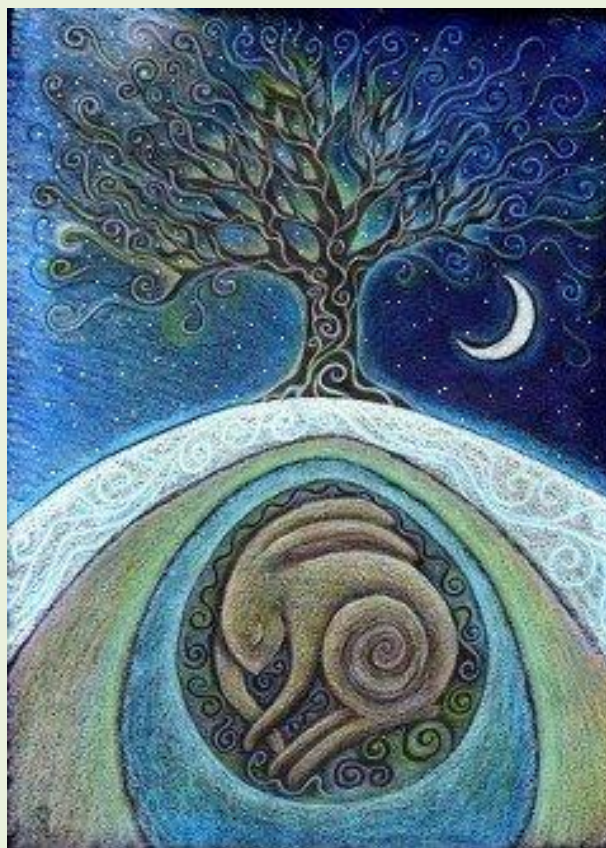
## Amikor...

... egy olyan év végére érünk, amely során egy millió év távlatában először van a légkör szén-dioxid tartalma egy teljesen éven át **400 ppm fölött**; az Északi sarkvidéken **vészesen olvad a jég**; a **6. tömeges fajkihalásnak** lehetünk szemtanúi; Európa vezetői nagyrészt tehetetlenül állnak a részben (nagy részt?) **klíma-menekült** emberek sokaságával szemben...

... és amikor fiatalok egyre több **országban** kérik számon kormányaiktól, hogy miért nem tesznek többet a klímaváltozás megfékezéséért; őslakosok sok nem őslakos támogatásával **sikeresen fognak össze** egy olajcég ellen; egy országban (bár még sikertelenül) **szavaznak az egybolygós életmódról**; **Nemnövekedés konferenciát** szerveznek Budapesten; terjed a **dizájn és oktatási anyagok** megosztása; és egy **bútorbolt** Norvégiában szíriai család otthonát rendezi be...

akkor...

"A tettek ideje még nem jött el, de a tél csendjében és nyugalmában gyűjtjük össze tudásunkat arról, hogy hogyan szeretnénk a jövőben életünket élni, és éltetni, ápolni a Földet. Az újjászületéshez az kell, hogy szakítsunk a régi mintákkal, megszokásokkal, amihez őszinteség, szeretetet és megbocsájtás szükséges. Keressünk magunkban egy megszentelt helyet, ahová letehetjük és otthagyhathatjuk a régit. Eljött a fejlődés, az új élet választásának, valamint annak ideje, hogy a megálmodott, vízionált új jövőt megvalósítsuk."\*



**Boldog kislábnymos ünnepeket és új évre készülődést kívánunk minden Olvasónknak!**

A szerkesztő: Vadovics Edina és a Kislábnym hírlevél csapata

\* Részlet Glennie Kindred Winter Solstice c. művéből // Kép: Hannah Willow: Hidden Songs

## Kislábnyomos ünnepi naptár\*

Hangolódj!		Pihenés és újévre készülés	
	<b>Dec. 19.</b> Néznivaló  <a href="#">Legyünk jók egymáshoz!</a>		<b>Dec. 26.</b> Néznivaló  <a href="#">Ég és jég között</a> <a href="#">A kis herceg</a> vagy <a href="#">A tenger dala</a>
<b>Dec. 20.</b> Olvasnivaló  <a href="#">Mi közük a rovaroknak a karácsonyi vacsorához?</a> <a href="#">Így nézne ki az asztal méhek nélkül</a>		<b>Dec. 27-28.</b> "Zöld" pihenés  <a href="#">50 ötlet klímabarát pihenéshez</a>	
	<b>Dec. 21.</b> Próbáld ki  <a href="#">Digitális detox</a> Karácsony kutyuk és internet nélkül	<a href="#">Zsályaolaj téli wellness-hez</a>	
<b>Dec. 22.</b> Hálaadás  <a href="#">Tanuljunk és tanítsunk hálát adni!</a> <a href="#">Készítsünk hála-fát</a>		<b>Dec. 29-30.</b> Téli séta az erdőn gyerekekkel  <a href="#">A nagyítót se hagyjuk otthon!</a>	
	<b>Dec. 23.</b> Tippek  <a href="#">Energiatakarékos karácsony</a>		<a href="#">Kalandötletek monitorbámulóknak</a>
<b>Dec. 24.</b> Olvasnivaló  <a href="#">A múmik karácsonya</a>		<b>Dec. 31.</b> Tippek  <a href="#">Előtted a 2017!</a>	
	<b>Dec. 25.</b> Játsszunk együtt  <a href="#">Ötletek téli napokra a családnak itt és itt.</a>		<b>Jan. 1.</b> Tippek  Tegyünk kislábnyomos <a href="#">újévi fogadalmat</a> 2016-tól <a href="#">méltányos, társadalomtudatos életmód</a> További ötletek: <a href="#">Zölden minőségi életet</a>

\* A naptár első része a Hírlevél 91. számában megnézhető.



## Digitális méregtelenítés – karácsonyi ajándék magunknak

**„Ahogy a napjainkat töltjük, úgy telik az életünk is.”**

– Annie Dillard

### 1. Szánjuk rá magunkat egy karácsonyi digitális méregtelenítésre.

Egész évben a téli ünnepekkor van a legtöbb időnk, lehetőségünk kivitelezni a kutyúktól való szabadulást. Jelöljük ki két teljes napot, amikor semmire és semmilyen eszközzel nem használjuk az internetet: nincs emailezés, nincs Netflix vagy Instagram. Csak mi és a szeretteink. Társasjáték, könyv, délutáni korizás.

### 2. Kapcsoljuk ki a wi-fi funkciót a fényképezőgépen, és használjuk úgy a gépet, mintha 1995 lenne.

Legyen a kamera tényleg csak kamera, jelzőhangok nélkül. Merüljünk el a lefotózni kívánt témában, és élvezzük, hogy nem kell a fényképezőgép jelzéseit lesni. Ne megosztásra örökötsük meg az ünnepi pillanatokat – őrizzük meg őket magunknak.

### 3. Ne a hálósobában tartsuk az okostelefont.

A legtöbbben a telefonjuk mellett alszanak, mert ébresztőórának is azt használják. Vegyünk inkább egy olcsó ébresztőt, és egy másik helyiségben tegyük töltszóra a telefont. Felkeléskor, és a nap végén is adjunk magunknak minimum egy képernyőmentes órát. A reggel és az este szent és sérthetetlen - az egész napunk függ attól, hogy hogyan ébredtünk, és milyen volt az éjszakai pihenésünk. Használjuk bölcsen az időt.

### 4. Kíméljük magunkat az értesítésektől.

Az okostelefonok állandó jelleggel pittyegnek, villognak, rezegnek – és az örületben kergetik a használóikat. Kapcsoljuk ki az értesítőfunkciókat. Igen: Minden. Egyes. Értesítést. Vegyük vissza az irányítást az életünk felett. Január 1-től csönd legyen!

### 5. Gondoljuk át, mi az, ami tényleg fontos?

Mi az, ami a világon a leginkább motivál és mozgat bennünket? Elég nagy az esélye, hogy nem a világháló. Vegyük sorra ezeket a dolgokat, írjuk le őket, és az újévben ezekre koncentráljunk.

#### Forrás:

<http://www.treehugger.com/culture/give-yourself-gift-digital-detox-christmas.html>

Képek forrásai: <http://www.itstimetologoff.com/>, <http://slowblog.blog.hu/>



A kép forrása: <https://sydneycampos.com/>



## Otthonunk energiatudatos feltérképezése – íme az 1. versenyfeladat, nem csak energiaközösségezőknek!

2016 őszén is elindultak az EnergiaKözösségek a közösségi energiamegtakarítás és viselkedésváltoztatás izgalmas kihívásainak útján. Az út elején érdemes minél jobban megismerniük otthonuk már meglévő adottságait, és tisztába kerülni az eddigi fogyasztási szokásaikkal és ezek okaival. Ebben kívánunk a segítségükre lenni az 1. versenyfeladattal, melynek során egy **háztartási energia-felmérést** kell elvégezniük. Ez kiindulópontként segíti majd őket a verseny időszakára vonatkozó vállalásaik tételében, ill. ezek megvalósításában. A felmérés mellett mindenképp kérünk egy listát is, mely a felméréshez kapcsolódó **legmeglepőbb felismeréseiket** tartalmazza. Mindkét feladat megoldásába bevonhatóak a gyerekek, fiatalok is, számukra **külön úrlapot készítettünk**.

De hogyan is kezdjük neki a feladatnak? Alább ehhez nyújtunk pár megszívlelendő szempontot, melyről bővebb információ a **KlímaBarát háztartások**nak készített útmutatónkban olvasható!

- Szánjunk elegendő időt a feladatra, ne csapjuk össze! A felmérés előtt gondosan olvassuk át az adatlapon található kérdéseket, hogy semmire se felejtünk el választ adni.
- A felmérést végezhetjük helyiségenként vagy energiafelhasználási területek (fűtés, világítás stb.) szerint. Rajzoljuk fel háztartásunk alaprajzát, és jelöljük mindent, ami energiahatékonysági szempontból fontos lehet.
- A felmérés során nagy segítséget jelenthet egy energiafogyasztás-mérő készülék alkalmazása (*ld. kép*), mellyel könnyedén kideríthetjük, mely készülékek fogyasztják a legtöbb energiát, így egyszerűbb lesz megtakarítani is.
- Írjuk össze különböző színnel háztartásunk jó és rossz adottságait, illetve a takarékos és pazarló energiafogyasztási gyakorlatainkat. Ne csak a hibákra fókuszáljunk, legyünk büszkék jó gyakorlatainkra is!
- Az energiatakarékos vállalásaink tételekor legyünk reálisak! Gondoljuk át, hogyan reflektálhatunk megfelelően az azonosított gyengeségeinkre, és ne vállaljunk megvalósíthatatlant - de azért legyen kihívás a megvalósítás!
- A vállalásokat tartalmazó lapot tűzzük ki egy jól látható helyre, hogy emlékeztessen minket!



A háztartási energia-felmérés elvégzését mindenkinek ajánljuk! ☺

A feladat részletes leírása, a háztartási energia-felmérés és a kitöltést segítő, hasznos linkek **ITT érhetőek el**.

## „Csináljuk együtt” Bagon! Egy nem mindennapi EnergiaKözösség

Idén az EnergiaKözösségek program történetében először egy cigánytelepen is szerveződik közösség, akik úgy döntöttek, hogy megmértetik kitarításukat és kreativitásukat, és belevágnak egy újabb hosszú tanulási folyamatba Bagon. Az itt élők közül 12 család fogott össze a **BAGÁZS Közhasznú Egyesület** segítségével azért, hogy az EnergiaKözösségek program keretein belül csökkentsék az energiafogyasztásukat és egy környezettudatosabb életet éljenek!

Ezek a családok régóta alkotnak egy csapatot, és az elmúlt években sok eredményt értek el együtt, például az előrefizetés villanyórás felszerelését, mely nagyban motiválta őket a programhoz való csatlakozásra is. Ezek az órák a korábbiaknál tudatosabb, odafigyelőbb fogyasztásra ösztönzik őket, hisz az előre feltöltött havi kereten belül kell gazdálkodniuk az energiával.

Mivel a telepen az internet hozzáférés sokak számára korlátozott, így a „Kerasz Khetane”, azaz „Csináljuk együtt!” EnergiaKözösség **kétheti rendszerességgel mindig találkozik a közösség klíma-koordinátorai**val, hogy **mindenkihez eljussanak a fontos információk**. A találkozókön megosztják egymással az energiatakarékos tippeket, a Kislábnym Hírlevelek tartalmát, megbeszélik a tapasztalataikat és támogatják, motiválják egymást.

A Bagázs önkénteseinek és a koordinátoroknak a munkáját az is segíti, hogy **a közösségen belül párokat alakítottak** ki, mivel vannak olyan tagok is, akiknek még nincs mérhető fogyasztása, de szeretnének mindent megtanulni, és a csoport sikeréhez aktívan hozzájárulni. **Ők a "lelkiismeret"**, akik figyelmeztetik párjukat a mérések rendszeres elvégzésére. A közösség tagjainak bevallása szerint mindannyian nagyon izgatottak a verseny miatt, mert ebben a telepen merőben új élethelyzetben szeretnének sokat tanulni, és a legjobbat nyújtani.



A bagi EnergiaKözösség, a Kerasz Khetane (Csináljuk együtt!), néhány tagja az egyik találkozójukon



### Energiavállalatot gyűrték le békés eszközökkel az amerikai őslakosok

Az amerikai állam **nem adta meg az engedélyt** a "Dakota Access" nevű kőolajvezeték utolsó szakaszának megépítésére. A vezeték a Missouri folyó és a Cannonball folyó összefolyása alatt vezetett volna át, komoly kockázatot jelentve így a folyó élővilágára és a mellette élőkre. A sziú indiánok egyik rezervátuma, a Standing Rock is itt található, vízkészletüket a Missouri folyóból veszik, ráadásul a kőolajvezeték megépítése egyben szent helyeik lerombolását is jelentette volna. A békés, spirituális felhangot sem nélkülöző tüntetéshez több, mint 200 amerikai őslakos törzs és számos nem őslakos aktivista is csatlakozott, felduzzasztva a rezervátum létszámát.



Fontos mérföldkő ez az amerikai történelemben, hiszen végre megtörtént, hogy egy nagyobb volumenű ügyben a **fehér lakosság gazdasági érdekein felülkerekedett az amerikai őslakosok szándéka**. Az engedély megtagadása egyben azt is példázza, hogy **az erőszakmentes társadalmi összefogás is érhet el fontos eredményeket**. Félő ugyanakkor, hogy az engedély kiadására sor kerülhet miután Trump elfoglalja helyét a Fehér Házban. A leendő elnök ugyanis befektető a kőolajvezeték építető Energy Transfer Partners (ETP) vállalatban, ráadásul politikai kampányához 100 ezer dollár (kb. 30 millió forint) adományt kapott a vállalat vezetőjétől. A vezeték 90 %-ban készen áll, az átadás január 1-jével történt volna, és minden egyes "elvezetett" nap 2,7 millió dollárjába (= 807 millió forint) kerül az ETP-nek. Ez sajnos elégséges indok, hogy a vállalat tovább harcoljon a megépítésért, de a tüntetőknek is, hogy a hideg ellenére is a Standing Rock rezervátumban maradjanak, és kitartsanak a végsőkéig.

**Források:** <http://www.economist.com/news/united-states/21711340-decision-halt-construction-dakota-access-pipeline-likely-be>;  
[https://www.theguardian.com/commentisfree/2016/dec/04/standing-rock-victory-turning-point?CMP=share\\_btn\\_tw](https://www.theguardian.com/commentisfree/2016/dec/04/standing-rock-victory-turning-point?CMP=share_btn_tw)

### A garantált alapjövedelem hozzájárul az élelmiszerbiztonsághoz

Egy kanadai tanulmány azt vizsgálta, hogy milyen összefüggés figyelhető meg a garantált alapjövedelem biztosítása, valamint a szegénység és az élelmiszerbiztonság alakulása között. E célból 65 év feletti kanadai állampolgárok elmúlt hét éves mutatóit vizsgálták meg, ugyanis ők automatikus öregségi biztonsági nyugdíjban és garantált jövedelem-kiegészítésben részesülnek. A tanulmány szerzői azt találták, hogy míg a 65 év alatti alacsonyjövedelmű idősök körében 43 %-os volt azok aránya, akiknél élelmiszerbiztonsági problémák merülnek fel, azaz nem jutnak megfelelő minőségű élelmiszerhez, a 65 évet betöltöttek körében ugyanez az arány 16 %-ra csökkent. A 65 év felettieknek járó **garantált juttatások** tehát – bár nem túl jelentősek kanadai viszonylatban – **egyértelműen hozzájárulnak a nagyobb mértékű élelmiszerbiztonsághoz, és egyben a szegénység csökkentéséhez**.



**Forrás:** <http://www.cantechletter.com/2016/11/quaranteed-incomes-cut-food-insecurity-half-finds-new-canadian-study/>



### Nyakunkon a következő tömeges fajkihalás?

Ötven éven belül a Föld történetének hatodik nagy fajkihalásának lehetünk szemtanúi – figyelmeztet John Wiens, vezető evolúciós biológus professzor. Kutatása során 976 főleg ázsiai, európai, észak- és dél-amerikai állat- és növényfajra vonatkozólag hasonlította össze a körülbelül 50 évvel ezelőtti és az elmúlt 10 év populációs adatait. Az összegzésből az derült ki, hogy **a vizsgált fajok 47 %-ánál a klímaváltozáshoz köthető, helyi léptékű kihalások voltak tapasztalhatóak**. Mindez az ipari forradalom óta eltelt időszak alatti 1 °C-os hőmérsékletemelkedés következménye, és sajnos egyelőre csak remélni tudjuk, hogy 2100-ig nem következik be az egyes előrejelzések által jósolt átlag 2,6-4,8 °C közötti globális melegedés.

Az elpusztult fajok számát illetően a jelenlegi helyzet nem hasonlítható össze például a 65 millió évvel ezelőtt bekövetkezett dinoszauruszok kihalásakor tapasztaltakkal, ugyanakkor a jelenlegi fajkihalás sebessége gyorsabb az eddig ismert öt nagy kihalási esemény közül néhányénál. Valamint a geológusok is úgy ítélik meg, hogy olyan mértékű már most is ez a folyamat, hogy hatása a majdani leletekben is egyértelműen tetten érhető lesz.

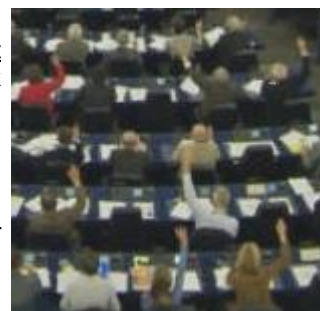
**Forrás:** <http://www.independent.co.uk/environment/climate-change-global-warming-mass-extinctions-species-study>

### EU-s nyugdíjalap a jövő generációkért is

Az Európai Parlament szavazásos úton, elsőprő többséggel jóváhagyta a foglalkoztatói nyugellátást szolgáltató intézmények tevékenységéről és felügyeletéről szóló EU-s irányelv módosító javaslatát. Ennek eredményeként **a nyugdíjalapok kezelése során figyelembe kell venni a kívánt befektetés környezeti, társadalmi és kormányzásra gyakorolt hatását** ezentúl. Többek között a klímaváltozás kockázatait is hangsúlyosabban kell kezelni a módosítás nyomán. Így például a nyugdíjalapok fosszilis energiahordozókba fektetése is visszaszorulhat a remények szerint.

Az irányelv változásait két éven belül kell a nemzeti jogszabályokba átültetni, és 75 millió uniós állampolgár 3,2 billió eurós (mintegy egy billiórd /10<sup>15</sup>/ forint) összértékű nyugdíjalapját érinti.

**Forrás:** <http://gofossilfree.org/europe/stranded-assets-risk-assessment-now-mandatory-for-eu-pensions-2/>



## Spórolunk@kiloWattal az ünnepek jegyében

A Spórolunk@kiloWattal programunk keretein belül 19 hazai önkormányzati és közintézmény jellegű épület versenyez egymással egy éven keresztül, 2016. március 1. és 2017. február 28. között. A verseny lényege, hogy melyik épület tud elsősorban **viselkedésváltozással minél több energiát megtakarítani saját korábbi fogyasztásához mérten**. A megtakarítás motorjai természetesen az épületekben dolgozók maguk, és közülük is kiemelkednek a helyileg szerveződő Munkahelyi EnergiaKözösségek tagjai.

A verseny utolsó negyedéhez ért, ráadásul az ünnepek is egyre közelednek. Ennek szellemében szeretnénk bemutatni két példát, hogy mik történtek az utóbbi időben a résztvevő épületekben.

### Egy nap az erdőért... az Alapvető Jogok Biztosának Hivatala munkatársai a tiszta környezetért



2016. november 11-én az Erdőmentők Alapítvánnyal közösen **önkéntes napot szerveztek** a Spórolunk@kiloWattal kampányban résztvevő egyik épület, az Alapvető Jogok Biztosának Hivatala, dolgozói a fenntarthatóság, a **környezet védelme és szépítése érdekében**. Mintegy két tucatnyian, jogászok, adminisztrátorok, vezetők és beosztottak egy napjukat önkéntes munkára ajánlották fel, és szemetet szedtek a Kőbányai erdőben. A ligetes terület egy részét tisztították meg az ott illegálisan elhelyezett építési és háztartási hulladékoktól, de találtak sok gumibroncsot, sőt, egy „ott felejtett”, darabjaira esett Trabantot is kihoztak a fák közül.

Az ilyen munkahelyen szervezett önkéntes akcióknak az eredeti rendeltetésén túl van másodlagos, korántsem elhanyagolható közösségerősítő hatásuk is: nyilvánvalóvá teszik, hogy egy közös célért, a természet védelméért együtt, beosztástól, képesítéstől függetlenül lehet tenni. Valamint felhívják a figyelmet, hogy kicsiben, helyben is lehet és érdemes fontosat alkotni, a köz javára tenni – akár egy erdő megtisztításával, szemétszedéssel is. A dolgozók 1,5 tonna szemetet szedtek össze, gratulálunk nekik!



### Miskolcon járt a "Spórolunk@kiloWattal Mikulás"

A Miskolci Polgármesteri Hivatal egyik épületében járt a Spórolunk@kiloWattal Mikulás, és a következő levelet hagyta a dolgozók asztalán, némi szaloncukor kíséretében:

#### A Spórolunk@kilowattal Mikulás

December elején már kopaszak a fák,  
lassan eljön hozzánk az öreg Mikulás.  
Fehér szakállát rázva  
kíváncsian néz be a szobákba.

Közben rosszalóan csóválja fejét.  
Hm... üres szoba és megy a számítógép?  
Ég a villany, s a monitor sem pihen?  
Ki látott már ilyet a spórolás évében?

De szerencsére csak elvétve  
akad ilyen helyiségre.  
Hisz az épületben lakók jó része,  
a nemes, s magasztos célt megértve  
takarékos és igyekvő,  
a klímaváltozás ellen cselekvő!  
S itt vannak még a beépített „krampuszok”,  
kik segítik ellátni ezt a feladatot.

Megnyugszik így már a Mikulás.  
Nem vész kárba a sok finomság.  
Ajándékot hoz a jóknak,  
az energiát spórolóknak.  
De jaj annak, - gondolja -,  
aki egész évben csak pazarolta a kilowattokat!  
Jutalmul annak csak virgácsot hagy.

Kíváncsian várja hát,  
mennyit spóroltak meg a kollégák!  
Reménytel a szívében köszön el.  
Jövőre csak annyit kíván:  
„Spóroljatok! Spóroljatok kedves kollégák!  
Ne vesszenek kárba az energiák!”



Ugyanez az épület augusztusban esszéíró pályázatot is hirdetett energiatakarékosság témában. Álljon még itt a nyertes esszéből egy részlet, akár újról fogadalmhoz ötlet gyanánt: "Olykor-olykor álomra hajthatod a fejed már szürkületkor, még ha nincsenek is tyúkjaid. Talán megpróbálhatsz gyertyafénynél beszélgetni családtagjaiddal a félhomályban ahelyett, hogy mindannyian laptop fölé görnyedtek, vagy az okos telefonotokat simogatjátok. Sose feledd, hogy amikor takarékoskods az árammal, nem csak a tárcádat kíméled, hanem még valamit, aminek az értéke pénzben nem kifejezhető, és ami alapfeltétele az emberi létnek: ez pedig nem más, mint a legnagyobb kincsünk, az ANYAFÖLD!"

A Spórolunk@kiloWattal kampánnyal kapcsolatosan többek között a Kislábnym Hírlevél **83.**, **84.** és **90.** számában található további információ.

A projekt magyar honlapja: <https://sporolunk.org/>



A projekt az Európai Unió Horizont 2020 keretprogramja támogatásával jött létre, a 649660 számú támogatási szerződés révén.



## Kérés karácsonyra: fenntartható égősor



Egyre többen és több helyen szeretjük hangoztatni, hogy a meghitt karácsonyi hangulatot nem a külsőségek teszik lehetővé. Bízunk benne, hogy az egymásrafigyelés, a személyes emberi kapcsolatok teszik ünneppé ezeket a napokat. Mégis néha eltűzött külső megnyilvánulásokkal szeretnénk a világ tudtára adni, hogy felkészültünk az Ünnepre. Az egyik ilyen kommunikációs eszközünk adventi időszakban az **elektromos árammal működő díszek, égősorok, lámpák, amelyek csak az Egyesült Államokban több áramot fogyasztanak, mint amennyit bizonyos fejlődő országok egész évben.**

Az Egyesült Államok Energiaügyi Minisztériumának tanulmánya szerint a szezonális világítás elektromos áram fogyasztása 2008-ban elérte a 6,63 milliárd kilowattórát. A Globális Fejlesztési Központ közzétett egy blogbejegyzést, amelyben ezt az adatot hasonlítja össze más országok áramfogyasztásával. **Például Kambodzsa 3,6 milliárd kilowattóra elektromos áramot fogyaszt egy egész év alatt, ami kevesebb, mint a fele annak a mennyiségnek, amelyet az Egyesült Államokban csak az ünnepi dekorációra használnak el.** De kevesebb áramot fogyaszt Etiópia, Tanzánia és Nepál is.

Kérjük az Angyaltól/Jézuskától, hogy az évek teltével a karácsonyi dekoráció milyensége a jó ízlés határain belül maradjon, szem előtt tartva a fenntarthatóság alapelveit.

**Forrás:** <http://regithink.transindex.ro/?p=43633> // **Kép forrása:** [kép](#)

## AirBnB és FairBnB

Az AirBnB alapkonceptiója: használjuk fel azt, ami van. Azaz osszuk meg, egészen pontosan adjuk ki a lakásunk szabad részeit mások számára egy alternatív és egyedi szálláslehetőségként, természetesen professzionális keretek között. Az AirBnB kezdetben csak saját megoldásként funkcionált, végül pedig globális méretű cég lett. Az AirBnB online felületén keresztül a 2008-as indulás óta több millióan foglaltak szállást szerte a nagyvilágban.

Amszterdami negatív lakáskölcsönzési tapasztalatokból kiindulva jött létre a FairBnB kezdeményezés, amely tagjai szeretnék elszámoltathatóvá és átláthatóvá tenni a lakáskölcsönzéseket. A FairBnB mozgalom céljai között szerepel, hogy olyan rövidtávú szálláslehetőségek cseréljenek gazdát, amelyek tisztességes üzlet alapján köttetnek, kizárják a spekulánsokat, a város és polgárai hosszú távú céljait szolgálják, például a különböző fejlettségi szinten lévő városrészek egymástól való eltávolodását, leszakadását nem fokozzák.

Ezeknek az elveknek a figyelembe vételével talán még sikerül a turisták által előzönlött városrészekben is féken tartani a realitástól elrugaskodott ingatlanárakat.

**Forrás:** <https://www.theguardian.com/cities/2016/oct/06/the-airbnb-effect-amsterdam-fairbnb-property-prices-communities> és <https://www.meetup.com/FairBnB/events/232918052/> // **Kép forrása:** <https://www.fairbnb.amsterdam/>



## Dávidok és Góliátok harca könyvlapokkal - könyvvásárlási etika



Valószínű, hogy legtöbb hírvelelőolvasó számára elégtétel, ha megvásárolhatja kedvenc könyveit, anélkül, hogy a tudatos könyvvásárlás témakör néhány apró részlete felmerülne gondolataiban.

A karácsonyi statisztikák évről évre azt mutatják, hogy a könyv még mindig az egyik legnépszerűbb ajándék. Erre legalkalmasabbnak az utóbbi években létesült hatalmas könyváruházak, illetve a bevásárlóközpontokban található, nagy alapterületű üzletek tűnnek vagy a néhány kattintással megközelíthető webáruházak.

*"De vajon hány vevő tudja, milyen változásokat jeleznek ezek a boltok a könyvpiacon? Sejtik-e, hogy vásárlásetikai kérdéssel állnak szemben, amikor eldöntik: az ajándékok utáni hajsza hevében beszédülnek az első könyvplázába vagy valamelyik hipermarket könyves részlegébe, hogy mindent egy füst alatt intézzenek el?"* (TVE)

Az Amazon webáruház bojkottjára szólította fel még 2012-ben az etikus vásárlók közössége a könyvvásárlókat a cégóriás által megkerült adófizetés és a megalázó munkahelyi viszonyok miatt. Idén ősszel számos neves író, szerző (John Le Carré, Ian Rankin, Allan Ahlberg) különféle egyedi megoldásokat talált i, hogy pozitívan diszkriminálja a kis könyves üzletekben vásárló olvasóit.

**Forrás:** Ethical Consumer, <http://tudatosvasarlo.hu/cikk/mi-van-karacsonyi-konyvek-mogott> és <https://www.theguardian.com/books/shortcuts/2016/oct/17/mark-haddon-joins-john-le-carre-and-ian-rankin-in-the-fight-against-amazon>

# Kislábnymos otthon, kislábnymos család: Szezonális szemezgető



## A multifunkcionális befőttes üveg

Mi az egyik legegyszerűbb módja otthonunk kacetmentesítésének? Természetesen az egyik az, ha multifunkcionális eszközöket/tárgyakat részesítjük előnyben az egy-egy célra kitalált eszközökkel szemben. Tegyük fel a következő fontos kérdéseket magunknak vásárlás előtt – *hányféle módon tudnám használni ezt a tárgyat? Hány másik tárgy vagy eszköz megvásárlását válthatom ki, ha ezt választom?* – és máris könnyebb megítélnünk, a kérdéses tárgy szükségességét, hasznosságát életünkben.

Egy abszolút multifunkcionális darab, mely bizonyára minden háztartásban megtalálható a befőttesüveg! De mi mindenre is használható ez az egyszerű tárgy? Alább néhány szezonális felhasználhatóságot emeltünk ki, de egy kis kreativitással még bővíthető a lista ☺.

	<p><b>Tűzálló tál / sütőforma</b></p> <p>Kedveskedhetünk szeretteinknek egy ilyen kis üvegben készített finomsággal is! Az edzett üveg a sütővel is megbírkózik ☺</p>		<p><b>Rendszerező</b></p> <p>Kíválóan alkalmas apróságok tárolására, így helyet takarít meg az asztalon, polcon, és akár otthonunk díszé lehet.</p>		<p><b>Funkciók fedél alapján</b></p> <p>Készíthetünk belőle: *szappanadagolót, *lámpabúrát, *mécsest, *káposztaerjesztőt</p>
	<p><b>Ivópohár / „bögre”</b></p> <p>Olcsó, könnyen pótolható, egy szövetdarabbal borítva pedig forró italok szállítására is alkalmas, mely melegen tartja a hidegben.</p>		<p><b>Szívárgásmentes ételszállító</b></p> <p>Sok ételszállító doboz alternatívája lehet. Vákuumot is előidézhetünk benne, ha melegen tesszük bele az ételt, majd lezárva hagyjuk lehűlni.</p>		<p><b>Konzerválás, tartósítás</b></p> <p>Természetesen *savanyúság, *befőtt, *lekvár tartósítására is alkalmas, mely akár ajándéknak is kiváló ☺</p>

**Forrás:** <http://www.yesmagazine.org/issues/the-human-cost-of-stuff/the-mighty-multitasking-mason-jar>

**Képek forrása:** a képekre kattintva érhető el.

## „Adj hálát, érezd át a hálát, légy hálás!”

„Legtöbbünk bizony (...) kettős mércével él: ha nekem előnyöm származik valamiből, akkor „igazán belefér”, sőt, „ennyi jár”, bezzeg, ha annak vagyok tanúja, hogy másnak kedveznek, akkor az már egészen más helyzet.”

Sajnos, ha őszinték vagyunk magunkkal, elég ritkán jut eszünkbe hálát adni azért, amink van, vagy amit másoktól kapunk. Sokszor ezeket magától értetődőnek tekintjük, úgy gondoljuk, hogy ezek a dolgok járnak nekünk, így hálásak sem tudunk lenni értük. Alapbeállásban kevéssé vagyunk hálás lények, így a hálaadást gyakorolnunk és tanulnunk szükséges!

Ha azt tapasztaljuk, hogy különleges bánásmódban van részünk, kapunk valakitől valamit, vagy látunk, hallunk, ízlelünk valamit, ami gyönyörködtet, akkor gyakoroljuk a hálát, és köszönjük meg. Ha ezekért megtanulunk mindig köszönetet mondani, rádöbbenhetünk, mennyi áldást és milyen sok jót kapunk nap mint nap, és megajándékozottnak érezhetjük magunkat. Sokszor a kevésbé kellemes dolgokért is érdemes hálát adnunk, mivel ezek gyakran fejlődésünkre, okulásunkra szolgálnak, így hosszú távon épülésünket, lelki fejlődésünket segítik elő. A hálaadás segít a mindennapokat egy másfajta szemszögből szemlélni, mely egyidejűleg az életünket is boldogabbá teszi, hisz észrevesszük: „rengeteg hálálkodnivalónk van!”

**Forrás:** <http://eletszepitok.hu/halasnak-lenni-nehez/> // **Kép forrása:** <http://laurashook.com/thankfulness-an-excerpt-from-forever-hope-page-151/>



„A hála megváltoztat bennünket. Megváltoztatja a gondolkodásunk, megváltoztatja a hozzáállásunkat, és megváltoztatja az életszemléletünket.”  
(saiát fordítás)

## Téli kabátmentés házilag

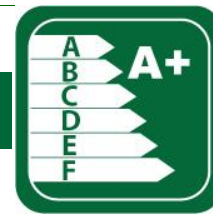
Kedvenc (szövet) télikabátunk 3-4 év használat után elkezdett kopni? A probléma könnyen és gyorsan orvosolható.

Az apróbb kopásfoltokat percek alatt el tudjuk tüntetni színben passzoló textilfilccel, így jó eséllyel megduplázhathatjuk a kabát élettartamát ☺.

Satírozzuk át a problémás részt, akár többször is, majd hagyjuk megszáradni. A hobbiboltokban kapható rengetegféle filc nagy részét már vasalni sem kell, és a festék a mosást is jól bírja.

**Forrás:** GreenDependent Intézet





## Lehet fenntartható egy telefon? Íme néhány tény a Fairphone 2-ről!



A **Fairphone 2** az első okostelefon, amely **Kék Angyal minősítést** kapott, köszönhetően alacsony elektromágneses-sugárzás kibocsátásának, hosszú élettartamának, visszavételi programjának és az újrahasznosítható kivitelezésnek. Annak ellenére, hogy a kritériumok nem foglalják magukba az egyszerű javíthatóságot és a konfliktusmentes származású anyagok használatát, a Fairphone ennek is igyekszik megfelelni (ld. telefonokról szóló cikksorozatunkat a **Kislábnym hírlevél 84-90. számaiban**).

A német Kék Angyal ökocímke a leghosszabb ideje fennálló környezetvédelmi tanúsítvány, mely segít azon termékek és szolgáltatások felismerésében, melyek bizonyos környezettudatosabb szabványokhoz illeszkednek. A tanúsítvány elnyerésének fontos szerepe van a Fairphone környezetvédelmi és társadalmi normáinak folyamatos biztosításában, hiszen a telefon a tanúsítvány elnyerése után állandóan meg kell, hogy feleljen a címke által támasztott elvárásoknak, új szabványoknak, különben elvesztheti a minősítést. Így ez egy

komoly elköteleződést jelent a jövő mellett. A tanúsítványoknak természetesen vannak hiányosságai is, hiszen nem tudják biztosítani az összetett ellátói láncok teljes átláthatóságát, ám ennek ellenére támpontot adnak bizonyos etikai, környezet- és társadalomtudatos szempontok megismeréséhez.

A Fairphone 2 **Fraunhofer Intézet** által végzett független életciklus-elemzése során – melynek célja az volt, hogy felmérjék, mennyivel kisebb a Fairphone2 környezeti lábnyoma a teljes életciklusa (gyártás, szállítás, használat, végfelhasználás) során egy átlagos okostelefonhoz képest – az derült ki, hogy a Fairphone2 a modularitása és ez által könnyebb javíthatósága okán **30%-kal kevesebb CO<sub>2</sub>-kibocsátásért felel egy átlagos okostelefonhoz képest**. Ezt támogatja az is, hogy a javítandó telefonokhoz a szükséges modulát a készülék tulajdonosoknak küldik el, akik maguk szerelik meg a telefonjukat, ahelyett, hogy a telefont utaztatnák odavissza a javító központ és a tulajdonos között. Ez a gyakorlat jelenleg 95%-os hatékonysággal működik, és a szállítás csökkentésével nagy mennyiségű CO<sub>2</sub>-kibocsátást előz meg.

Modularity makes sense

Enables 30% reduction

in CO<sub>2</sub> emissions across Fairphone 2 life cycle

**Forrás:** <https://www.fairphone.com/en/2016/11/17/sustainable-fairphone-2-weve-got-results/> és <https://www.fairphone.com/en/2016/10/24/fairphone-2-first-smartphone-receive-blue-angel-certification/>

## Javítsd meg a telefonod... egy telefonfülkében!

Bizonyára mindenki számára ismertek a híres brit piros telefonfülkék, melyek manapság már egyre inkább elvesztették funkciójukat a mobiltelefonok, főként az okostelefonok előtérbe kerülésével. Úgy tűnik azonban, hogy ezek a **telefonfülkék új funkcióhoz jutnak mostanság Londonban**, mivel **egyesekeket napelemes töltőállomássá, másokat apró könyvtárakká, megint másokat pedig kicsiny irodákká alakítottak át**.

A legutóbbi átalakítási hullám során okostelefon-javító kis műhely-üzleteket alakított ki a **Lovefone** cég 35 régi telefonfülke belsejében, ahol az emberek megjavíthatják okostelefonjaikat és tableteiket, illetve ingyenesen feltölthetik őket, és internetet is használhatnak.

Az első javító fülke a Greenwich High Streeten nyílt meg 2016 augusztusában, és a következő másfél év során még 34-et terveznek megnyitni London-szerte. A Lovefone cég azonban már Londonon kívül is kutat lehetőségek után.

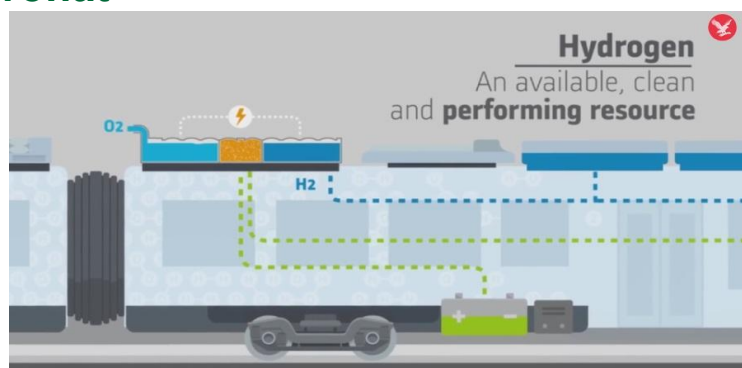


**Forrás:** <http://www.treehugger.com/gadgets/smartphone-repair-shops-are-taking-over-old-british-phone-boxes.html>

## Nulla kibocsátású, hidrogénhajtású vonat

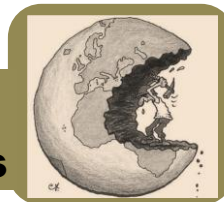
Idén augusztusban Berlinben mutatták be először a Coradia iLint elnevezésű francia gyártású vonatot, mely a világ első nulla-kibocsátású, hidrogénnel hajtott utasszállító vonata lehet 2017 decemberétől. A Coradia iLint alternatívaként szolgálhat Németország 4000 dízel hajtotta vonata mellett, CO<sub>2</sub> helyett csak gőzt kibocsátva, mely a hidrogén-hajtás melléktermékeként keletkezik. A vonat naponta kb. 800 km megtételére képes 140 km/h-s sebességgel.

Alsó-Szászország már 14 vonatot rendelt a francia Alstom cégtől, melyek jelenleg még tesztüzemben vannak, azonban 2017 decemberére tervezik üzembe helyezésüket. A vonatot nagy érdeklődés övezi Hollandiában, Dániában és Norvégiában is.



**Forrás:** <http://www.independent.co.uk/news/world/europe/germany-unveils-zero-emissions-train-only-emits-steam-lower-saxony-hydrogen-powered>

# Igazságosság ökológiai korlátok közt - hogy mindenkinek jusson, de maradjon is



## Mit rejt egy doboz kakaó?

## Avagy mit veszünk meg és támogatunk, ha kakaópor kerül kosarunkba?

„Tegyük fel, hogy a kakaókészítés során felhasznált nyersanyag Afrika nyugati partjairól származik, ahol az ültetvényeken nem ritka az őslakosok munkára kényszerítése; a nyersanyagot ezután hajókra teszik, és kisajátított vagy erőszakkal felügyelt tengeri útvonalakon Angliába szállítják, ahol izzasztó munkával feldolgozásra kerül, majd a politikai hatalom által kierőszakolt kedvező vámtarifákkal Indiába szállítják. Ebben az esetben egy doboz kakaó megvásárlásával nem kevesebbet teszünk, mint hogy támogatjuk az Afrika nyugati partjainál fennálló erőszakos munkakörülményeket, a haditengerészet használatával részt veszünk az erőszakban, hasznot húzunk az angolai munkások alacsony béréből vagy rossz munkakörülményeiből, és az Indiában fennálló politikai elnyomás is nekünk kedvez. A kakaóporon túl mindennek a felelőssége is belekerül a kakaósdobozba.” (J. C. Kumarappa)



A fenti idézet J. C. Kumarappa *Why the Village Movement* (Miért éppen falumozgalm?) c. művéből származik, melyben különösen sürgető érveket találunk a helyi gazdaságokra vonatkozóan.

J. C. Kumarappa 1892-ben született Indiában. Nagy-Britanniában számvitelt, az Egyesült Államokban pedig közgazdaságtant tanult. Amikor visszatért Indiába, a közgazdaságtan professzora lett, és Mahatma Gandhi közeli munkatársává vált.

Gandhi forradalmat hirdetett a brit elnyomás ellen. A forradalom békésen zajlott, középpontjában az emberek álltak. A helyi gazdasághoz, helyben történő termeléshez kapcsolódó törekvésekkel párhuzamosan nőtte ki magát a mozgalom. J. C. Kumarappa hangot adott ezeknek a törekvéseknek. Írásai közvetlenül a indiai falvakban élő többmillió emberhez szóltak, és műveiben olyan képeket használt, melyeket a falusiak mindennapi életéből emelt át. Szavai még ma is aktuálisak, hiszen jelenleg az egyre személytelenebbé váló globális gazdaság világában élünk, ahol csökken a helyi gazdaságok befolyása.

Az alábbi írás szintén a *Why the Village Movement* c. műből származik:

A vásárlók kötelezettségei

“A vásárlók gyakran csak azzal törődnek, hogy saját szükségleteiket kielégítsék, mégpedig a lehető leggyorsabban és legolcsóbban. Ha valaki ezt az utat követi, az oda vezet, hogy az ember kibújik a kötelezettségek alól. Milyen kötelezettségei is vannak egy hatékony fogyasztónak vagy vásárlónak? Amikor egy mindennapi használatra szánt fogyasztási cikket vásárolunk, számításba kell venni a vásárlás összes hatását.



- 1) Érdemes utánajárni, honnan érkezett az árucikk.
- 2) Ki készíti a terméket?
- 3) Milyen állatból készül?
- 4) Milyen körülmények között élnek és dolgoznak a terméket előállító munkások?
- 5) Az árucikk végső árának mekkora hányadát kapják meg a dolgozók munkabéréként?
- 6) Kik között és milyen arányban oszlik meg a fennmaradó összeg?
- 7) Hogyan történik a termék előállítása?
- 8) Hogyan illeszkedik az iparág a nemzet gazdaságába?
- 9) Milyen a viszonya más nemzetekkel?

Ha a vásárló éreztenni szeretné a befolyását, akkor minél nagyobb távolságot tesz meg a javakért, annál kisebb lesz a hatásának az ereje, annál kisebb eséllyel jut pontos információhoz a különböző termelési pontokkal kapcsolatban, és annál csekélyebb lesz a személyes érdeklődése.

Kumarappa mély benyomást tett E. F. Schumacherre. A “Buddhista közgazdaságtan” c. klasszikus esszéjében Schumacher gyakran idéz Kumarappa *Economy of Permanence: A quest for a social order based on non-violence* (Az állandóság közgazdaságtana: Az erőszakmentességen alapuló szociális rend vizsgálata) c. művéből. Kumarappa legtöbb könyve mára nyomtatásban is megjelent, de az utóbbi tanulmány teljes szövege [itt](#) is elérhető (angol nyelven).

**Források:** Schumacher Center for a New Economics 2016. novemberi hírlevele; <http://www.gbgingonesia.com/en/agriculture>

**És ami segíthet a tudatos és felelős kakaópor választásban:**

- van öko-címke rajta? Magyarországon tipikusan az EU bio-termék címkéjét kell keresni:
- van méltányos kereskedelmet jelölő címke rajta? Leginkább a következő címkék meglétét kell ellenőrizni:



Ezt a rovatot a [resourcecoalition](#) -nal együttműködve írjuk.

## Hasznos információk, kapcsolat

Szerkeszti: Vadovics Edina

Közreműködött:

Antal Orsolya, Király Andrea, Kovács Krisztina, Péter Emőke,  
Szomor Szandra, Vadovics Kristóf, Vásárhelyi Csenge

Design: Iconica Bt.

Szerkesztőség: GreenDependent Egyesület

2100 Gödöllő, Éva u. 4.

Tel.: 06-20/386-0922

E-mail: [info@greendependent.org](mailto:info@greendependent.org)

Honlap: [www.greendependent.org](http://www.greendependent.org)

A Kislábnym Hírlevél korábbi számai a [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu) oldalon megtalálhatók és onnan letölthetők.

A hírlevelet az [info@kislabnyom.hu](mailto:info@kislabnyom.hu) címen lehet lemondani.



**A GreenDependent Egyesület a következő szakmai szerveződés tagja:**

Resource Cap Coalition  
(Európai Koalíció az Erőforrás Használat Csökkentéséért)

**resourcecapcoalition**