

Jul og klima

Julen er hjerternes fest- en tid hvor vi gerne vil forkæle vores familier og venner med god mad, gaver og sjov underholdning. Alt dette kan give en øget klimabelastning, men en god jul og klimahensyn behøver ikke at være uforenelige begreber. Her er nogle forslag til hvordan du kan nedsætte din CO₂ udledning i julen - og resten af året - uden at det kræver alverden. Find flere råd på de hjemmesider, der er nævnt nederst på arket.

Julegaver

Tag indkøbsnettet med på juleindkøb

- og tak nej til de plasticposer du får tilbudt. Dermed vil du spare på CO₂ udledningen. Fortsæt med at bruge indkøbsnettet resten af året. Beregninger viser, at undgår du at købe en ny plastikpose til fire ugentlige indkøb vil du spare miljøet for 16 kilo CO₂ om året.

Svanen og Blomsten på ønskesedlen

Miljømærkerne Svanen og Blomsten stiller klimakrav til produkterne. Der findes snart ikke den vare, der ikke kan fås i en miljømærket udgave. Skriv miljømærkede produkter på din ønskeseddel og gå efter miljømærkerne, når du køber gaver til andre. Find miljømærkede produkter på www.ecolabel.dk

Alternative julegaver

Bryd med gaveræset og giv en alternativ julegave. Der findes mange forslag til alternative gaver; gavekort til børnepasning, invitation til fælles oplevelser, antikvariske bøger, medlemskab af foreninger, donationer til velgørende formål med mere. Find selv på flere.

Julemad

Vegetarmad i julen

Udskift nogle af julens tunge måltider med lette vegetarretter. Livscyklusanalyser viser at produktion af kød belaster klimaet mange gange mere end grønsagsproduktion. Danskernes forkærlighed for kød er til at få øje på; hver eneste dansker spiser 100 kg kød om året, tre gange så meget kød som verdensgennemsnittet. Hvis hele landet spiste vegetarkost til aftenmad 1 gang ugentligt ville vi samlet spare 215.000 tons CO₂ årligt.

Årstidens frugt og grønt

Vælg årstidens frugt og grønt til julemaden. Sammenlignet med grønsager som er produceret i energikrævende drivhuse eller transporteret over store afstande står de for en lav CO₂ udledning.

Undgå julens madspild

Køb kun den mængde mad ind I har brug for. Madspild er årsag til en stor og unødvendig CO₂ udledning. I juletiden er der mange mellemmåltider; det giver mindre appetit til måltiderne. Indret portionsstørrelsen efter appetitten - også i julen.

Julelys

Julehygge med sparepærer

Sparepærer med en god lysfarve fremmer julestemningen. En nem måde at reducere CO₂ udledningen er ved at skifte til elpærer. Hvis du i juledagene udskifter tre almindelige 60 watts pærer, der er tændt i 4 timer om dagen, med sparepærer, vil du inden næste jul have sparet miljøet for 100 kilo CO₂.

Mål dit elforbrug i julen

I december bruger hver husstand for 56 kr. mere strøm end i november. Hvorfor ikke bruge juledagene på at finde ud af hvor boligens største strømslugere gemmer sig? Måske en opgave som husets store børn kan få lidt sjov ud af? Lån en elmåler i Agendacenter Indre By og gå i gang.

Julevarme

Isoler

Opvarmning af boligen er en af de store energislugere. Ved at isolere boligen kan du nedbringe dit energiforbrug til gavn for klimaet. Brug juledagene på at finde ud af om din bolig trænger til efterisolering af kælder, loft eller gavl.

Klæd dig på efter årstiden

- også inden døre. Med sokker, trøje eller håndvarmere er det nemmere at følge rådet om at skrue ned for varmen i radiatorerne. En temperatursænkning på 1 grad giver en besparelse på 110 kilo CO₂ om året (og en 6% besparelse på varmeregningen).

Skru ned for varmen i juleferien

Opvarmning af boligen er en af de helt store energislugere. Skal du ud at rejse i julen, kan du sænke temperaturen til 16 grader i alle rum.

Ud med den fugtige juleluft

Det kræver mindre energi at opvarme tør end fugtig luft. Husk også i julen at lufte ordentligt ud i boligen mindst to gange dagligt i 5-10 minutter og med gennemtræk. Skru ned for varmen imens. Det er til gavn for både inde- og udeklima.

Julevask

Vask juletøjet rent ved lav temperatur

Ved hjælp af miljømærkede koldtvandsvaskemidler kan du vaske juletøjet rent ved lavere temperatur. Nedsæt 60 grader til 40 grader og 40 grader til 20 grader. Det giver en elbesparelse på 60% -til gavn for klimaet.

Juleferie

Transport

Overvej din måde at transportere dig selv og familien rundt i julen. Privatbiler belaster klimaet med CO₂, så vælg regionaltoget, S-tog og metro frem for bil, når du skal besøge venner og familie i juledagene.

Leg og spil

Giv brætspillene renæssance

Mange børn og voksne får computerspil i julen. Sidder familiens medlemmer med hver sit computerspil, giver det en udledning på flere kilo CO₂. Genopliv hyggen ved samværet om et brætspil og spar denne udledning.

Lys og luft i julen

Glem ikke at tage familie og venner med ud i den friske luft i julen. Udbyttet af en tur bliver større når det er en fælles oplevelse. Se hvad naturvejlederne byder på af guidede ture og aktiviteter i julen, få kort med cykeltursruter i Dansk Cyklist Forbund eller find selv på nogle sjove udendørsaktiviteter i juledagene.

Rådene er skrevet med inspiration fra følgende hjemmesider, hvor der er mere viden at hente:

www.klimaKBH.dk Her kan du melde dig som klimaborger i Københavns Kommunes klimakampagne, deltage i konkurrence og finde råd om hvordan du nedbringer din CO₂ belastning.

www.a21.dk Her kan du læse om Agendacenter Indre By og følg med på blog om klima, bæredygtig livsstil med mere.

www.1tonmindre.dk Klima- og Energiministeriets kampagne. Her kan du checke din egen klimabelastning og finde råd om hvordan du nedbringer denne.

www.elsparefonden.dk Her finder du oversigter over forskellige computermodellens elforbrug, de mest effektive sparepærer og meget anden brugbar information, når du vil spare på CO₂ udledningen.

www.energitjenesten.dk Her finder du oplysninger om energibesparelser og vedvarende energi samt finde adressen på dit lokale energikontor.

www.ecolabel.dk Her finder du fortegnelser over miljømærkede varer, kriterier for tildeling af mærkerne og meget andet.

www.miljoegsundhed.dk Her finder du fakta og råd om miljø- og sundhedsrigtige varer og vaner.