

Ismét jön!

Március 30-án 20:30-kor, a Föld Óráján Budapest fényei is kihunynak egy órára.

Kapcsold le, ki Te is, amit csak lehet!

2018-ban sosem látott rekorddal, **188 ország részvételével tarolt a WWF Föld Órája!** Magánszemélyek, vállalatok és civil szervezetek világszerte hallatták hangjukat vagy tettek konkrét lépéseket a természet megőrzése érdekében. **A világ közel 18 ezer épületének és objektumának fényei hunytak ki**, és a Föld Órája mellett olyan hírességek álltak ki, mint Jared Leto és Andy Murray, de Emmanuel Macron francia elnök is csatlakozott.

Az #EarthHour és a tavaly bevezetett #Connect2Earth hashtaget több mint 3,5 milliárd alkalommal használták a közösségi médiában január és március között.

A WWF Magyarország egy különleges lekapcsoló eseménnyel köszöntötte a Föld Óráját. A Müpa adott helyet a Recirquel Újcirkusz Társulat Párizs Éjjel című előadásának, amelynek végén ünnepélyes keretek között jelképesen lekapcsolták a város fényeit.

A világ legnagyobb önkéntes civil akcióján, a WWF által indított Föld Óráján idén is emberek milliói fejezik ki szeretetüket és elkötelezettségüket bolygónk iránt. A több mint 10 éve tartó kezdeményezés **2019-ben** mindenkit arra buzdít, hogy példát mutasson tetteivel.

A hazai főszervező, a **WWF Magyarország** idén **egy négy hétig tartó kihívássorozatot** indított, **melynek résztvevői** amellet, hogy **hozzájárulnak környezetük és a természet megóvásához**, Lumenet energiatakarékos fényforrás-csomagot nyerhetnek.

ÉLJ ENERGIATAKARÉKOSAN!

Hogyan kezdj hozzá?

- **Húzd ki a konnektorból a töltőt**, amikor nincs rá szükség!
- **Cseréld le az izzókat LED verzióra**, amelyek használata a hagyományos energiatakarékos izzókhöz képest is harmadannyi CO2 kibocsátással jár, ráadásul várható élettartama háromszor hosszabb!
- **Vedd lejjebb a fűtést!** Ha csak 1 fokkal csökkented a hőmérsékletet, fűtés számlád akár tizedével is csökkenhet, és háztartásod akár évente 300kg CO2-t is megtakaríthat.
- **Mindig töltsd meg teljesen a mosógépet!**

- **Gyalogolj, kerékpározz vagy használj tömegközlekedést!**
- Hűtőből, mosógépből, egyéb háztartási gépekből válaszd az energiatakarékos verziót!

Kapcsolj le a Föld Óráján!

Legyen fenntartható a háztartásod!

- Takarításhoz használj **környezetbarát tisztítószeret**, például ecetet! Ezzel nem juttatsz a lefolyóba a vizet szennyező anyagokat.
- Cseréld le az eldobható papírtörölt **konyharuhára!** Hidd el, ha nincs otthon, nem is érzed majd szükségét.
- **Ne folyasd a vizet** mosogatás, fogmosás, borotválkozás közben! **Zuhanyozz**, ne fürödj!
- **Komposztáld a szerves háztartási hulladékot!** Amellett, hogy kevesebb szemeted lesz, a növényeknek is termékeny szerves trágyát tudsz biztosítani vele. Ha nincs kerted, beltéri komposztálásra is találhatsz megoldásokat az interneten!
- **Kerüld a pálmaolajat tartalmazó termékeket** vagy fenntartható forrásból származó tanúsított pálmaolajat (RSPO) tartalmazó terméket válassz. Pálmaolajat sajnos nagyon sok élelmiszer, kozmetikum tartalmaz, mindig nézd meg az összetevőket!
- Ha teheted, **válaszd a nagyobb kiserelést vagy újratölthető változatot** a szappanból, mosószerből!
- Fagyasztással és befőzéssel nagyon sok élelmiszert tárolhatsz, így télen is könnyedén hozzájuthatsz kedvenc szezonális élelmiszereidhez.

Csökkentsd a hulladékot!

- Nejlonzacskó helyett szerezz be **vászonzsákokat**, használd azt **bevásárláshoz!**
- Tarts magadnál **saját elviteles kávé poharat** és kérd abba reggeli kávéd!
- **Válassz csomagolásmentes vagy újrahasználatos csomagolású termékeket!** Ilyen az üveg és a papír. Az alumínium is csaknem 100%-osan újrahasznosítható, azonban ökológiai lábnyoma sokkal nagyobb. Ha teheted, járj csomagolásmentes boltba!
- **Ne használj szívószálat!** A legtöbb italnak csak díszje a műanyag szívószál, anélkül is könnyedén fogyasztható. Rendeléskor hívd fel a pincér figyelmét rá, hogy nem kéred az italodba.
- Kérd elviteles ebédedet **saját ételhordóba!**
- A szelektív hulladékgyűjtés nem elég. **Hasznosítsd újra magad a szemetedet!**
- **Palackos víz helyett** tarts magadnál **kulacsot!**

- Ami neked szemét, másnak kincs. Ne dobd ki **megunt ruháid, nem használatos tárgyait**, inkább **cseréld el!**

Étkezz fenntarthatóan!

- Mérsékeld a húsfogyasztásodat! Csatlakozz például olyan kezdeményezésekhez, mint a húsmentes hétfő, vagy korlátozd heti húsfogyasztásodat heti 1-2 alkalomra!
- Csak **pálmaolajmentes élelmiszert** vásárolj! A pálmaolaj félkész ételekben gyakran előfordul, mindig nézd meg az összetevőket!
- Törekedj rá, hogy olyan **szezonális alapanyagokat használj** a konyhádban, amelyek az adott időszakban természetes állapotban is megteremnek, vagy megfelelő tárolással, technikákkal hónapokig elállnak.
- Szerezd be alapanyagaidat **helyi termelőktől**, minél közelebbről!
- Tájékozódj, mielőtt éttermet választasz! Válassz olyan **fenntartható vendéglátóhelyek** közül, akik törekszenek a környezeti terhelésük csökkentésére! (Felelős Gasztrohős)
- Törekedj arra, hogy **ne hagyj ételmaradékot**, mindenből annyit főzz, ami vélhetően el fog fogyni! Ha megmaradt a vasárnapi ebédből, használd fel kreatívan másnap!
- Ne csak a legszebb, szimmetrikus gyümölcsöket és zöldségeket vedd meg! Ha kicsit hibás, girbegurba darabokat választasz, az is ugyanolyan finom, megvásárlásával viszont csökkentet az élelmiszer-pazarlást!