

Codzienne dobre nawyki dla klimatu i środowiska:

1. **Sortuj odpady na frakcje:** metale i tworzywa sztuczne, papier, szkło, bioodpady, odpady zmieszane.
2. **Obdarzaj przedmioty drugim życiem.** Wykorzystuj je w pomysłowy sposób, bądź przekazuj komuś, kto zechce ich używać.
3. **Naprawiaj to, co nadaje się do dalszego użytkowania.** Krawcowa, szewc i mechanik to dobrzy przyjaciele.
4. **Oszczędnie gospodaruj wodą.** Zainstaluj w kranie perlator i zakręcaj kran zawsze, gdy nie korzystasz z jej strumienia.
5. **Oszczędzaj prąd.** Gaś światło w pomieszczeniach, w których nie przebywasz, odłączaj nieużywane sprzęty z sieci.
6. **Nie marnuj żywności.** Zamrażaj, wekuj i przygotowuj dania ze składników, które już masz, aby je w pełni wykorzystać.
7. **Ogranicz używanie plastiku i jednorazowych tworzyw sztucznych.** Używaj wielorazowych opakowań i toreb.
8. **Jak najczęściej wybieraj transport zbiorowy lub bezemisyjny** – pociąg, autobus, rower.
9. **Sadź rośliny – drzewa, krzewy, łąki kwietne.** Nie koś trawnika zbyt krótko. Zadbaj w ten sposób o ekosystem.

Dowiedz się więcej

O bieżące programy i źródła dotacji zapytaj swojego ekodoradcę w Urzędzie Miasta/Gminy lub doradcę ds. klimatu i środowiska w Starostwie Powiatowym.

klimat.ekomalopolska.pl

-  [Facebook.com/EkoMalopolskadlaKlimatu](https://www.facebook.com/EkoMalopolskadlaKlimatu)
-  [Instagram.com/ekomalopolska_dla_klimatu](https://www.instagram.com/ekomalopolska_dla_klimatu)
-  [YouTube.com/Ekomalopolska dla klimatu](https://www.youtube.com/Ekomalopolska_dla_klimatu)
-  [X.com/LIFE_Malopolska](https://www.x.com/LIFE_Malopolska)

Ulotka powstała w ramach projektu LIFE-IP EKOMALOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działań dla Klimatu i Energii dla województwa małopolskiego” (LIFE-IP EKOMALOPOLSKA / LIFE19 IPC/PL/000005), dofinansowanego ze środków programu LIFE Unii Europejskiej oraz Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

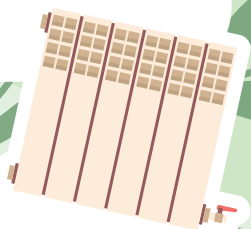
Seniorze! Zadbaj o klimat

Ekstremalne zjawiska pogodowe – burze, gradobicia, trąby powietrzne, powodzie i lokalne podtopienia, a także fale upałów **to tylko niektóre skutki zmiany klimatu.**

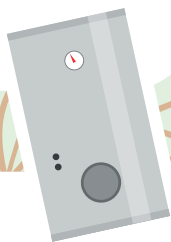
Podjmując **codzienne decyzje** mamy **wpływ** na to, w jakim **klimacie** będziemy żyli my i przyszłe pokolenia. **Każdy z nas już dziś** może dokonywać wyborów **dobrych dla środowiska i klimatu.**



1. Dociepl swój dom!
Łatwiej go ogrzejesz,
a tym samym obniżysz
swoje rachunki za
ogrzewanie.

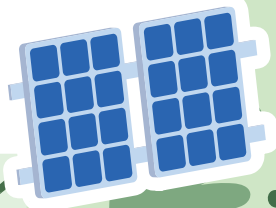


2. Wymień źródło ogrzewania! Pozbądź się starego „kopciucha”. To dodatkowa korzyść dla domowego budżetu oraz przejaw troski o poprawę jakości powietrza.



3. Wybierz OZE!
Korzystaj z tego, co daje nam natura. Zasoby ze słońca, wiatru czy gruntu to darmowe źródło energii. Pozyskaj dotację na:

- fotowoltaikę
- pompę ciepła
- kolektory słoneczne
- przydomowy wiatrak



4. Zawsze sortuj odpady i nigdy ich nie spalaj.
Spalanie odpadów w domowych piecach podlega karze grzywny. Taki dym jest szkodliwy dla zdrowia.



5. Załóż kompostownik i przetwarzaj odpady organiczne na nawóz, który zasili twoje rośliny.
Skorzystaj z programów dofinansowania na założenie przydomowego kompostownika.



6. Zbieraj deszczówkę i korzystaj z szarej wody.
Możesz robić to samodzielnie lub zainwestować w instalację, dzięki którym oszczędzisz pieniądze i ochronisz środowisko. Skorzystaj z programów dofinansowania na założenie przydomowej instalacji.



Czy wiesz, że zmiana klimatu wpływa na nasze zdrowie?

Zwiększa ona ryzyko występowania poniższych chorób i problemów zdrowotnych:

1. zawałów serca, których odsetek wzrasta podczas występowania ekstremalnych temperatur i zjawisk pogodowych,
2. alergii i nieżytów nosa, ponieważ zanieczyszczenie powietrza i występowanie miejskich wysp ciepła zwiększa potencjał alergizujący szaty roślinnej,
3. boreliozy – szacuje się, że do 2100 roku liczba zachorowań może zwiększyć się aż dwukrotnie,
4. stanów odwodnienia, spowodowanych falami upałów i niedoborami wody,
5. chorób skóry i oczu, wywołanych zanieczyszczeniem środowiska i występowaniem powodzi lub suszy,
6. niedożywienia, spowodowanego niedoborami żywności w efekcie nieurodzajów, będących skutkiem ekstremalnych zjawisk pogodowych.