

Familia-erosketa arduratsua eta solidarioa



AGENDA 2030



GARAPEN IRAUNKORRERAKO HELBURUAK



Zenbait kontzeptu

EROSKETA BERDEA. Erosketa honek produktuak ingurumenean daukan eragina hartzen du kontuan.

EROSKETA ETIKOA. Erosketa honek lan-baldintzak, gutxieneko soldatak eta langileen eskubideak kontuan hartu eta errespetatu egiten ditu.

- ▶ **Sasoiko tokiko produktuak kontsumitzen direnean,** garraioetako gastu energetikoa gutxitzen da.
- ▶ **Sasoiko produktuak kontsumitzen direnean,** tokiko berezko barietateak berreskuratzen dira.
- ▶ **Produktu ekologikoak.**
- ▶ **Bidezko merkataritzako produktuak.**

Erosketa berdea

Kalitate-prezio erlazioa

EROSKETA ARDURATSUA ETA IRAUNKORRA



Erosketa etikoa edo solidarioa



Elikadura

ELIKAGAI NATURAL EKOLOGIKOAK

"Tradizionalaren zaporea"

Elikagai naturalak produktu kimiko sintetikoak erabili gabe lortutakoak dira.

Elikagaiek hondakin kimikorik ez dutenean, organikoak edo ekologikoak dira.

Elikagai osasungarriagoak dira kontsumitzaileentzat, eta ez dira kaltegarriak ingurumenerako.

Ekoetiketa bat edo batzuk erabiltzen dira ziurtatutako produktu natural eta ekologikoen adierazgarri.



ELIKAGAI TRANSGENIKOAK

"Ekoizpen handiagoa denbora gutxiagoan"

Zer dira?

Berez ez dituzten ezaugarriak edukitzeko asmoz (izurriteen, produktu kimikoen edo gaixotasunen aurkako erresistentzia handiagoa edukitzea; azkarrago haztea; geroxeago, modu erakargarriagoan edo desberdinean usteltzea...) beste organismo baten DNAz genetikoki eraldatutako hazietan, landareetan edo animalietan oinarrituta lortutako elikagaiak dira.

Berez ez dauzkaten beste izaki bizidun batzuen geneak dituzte.

Nola dakigu zein diren?

Europako arautegiaren arabera, etiketan legenda baten bitartez zehaztu beharra dago zein diren %0,9 baino GEO (genetikoki eraldatutako organismo) gehiago dituzten produktuak edo horien ondorioz sortutako osagaiak; esate baterako, "genetikoki eraldatutako soiaz edo artoaz ekoizitakoa".



ELIKAGAI TRANSGENIKOAK EZTABAIDAGAI

A
L
D
E

- ▶ Kopuru handiagoan ekoitziz gero, lagungarriak izan daitezke munduko gosearen aurka.
- ▶ Oso lagungarriak dira ingurumena zaintzeko orduan, gaixotasunei aurre egitean ez direlako produktu kimikoen bidez tratatu behar.

Haien ekoizpenak oreka ekologikoa aldatzen du.

Haien kontsumoak pertsonen osasunerako kaltegarriak diren ondorioak sorrarazi ditzake epe luzeari begira; esate baterako, alergiaren garapena, sendagaien aurkako erresistentzia, urdail-hesteetako gaixotasun berriak...

A
U
R
K
A

Zure erosketetarako zenbait aholku erabilgarri:

- ✓ Erosketetarako zerrenda egin lehenago, benetan behar duzuna erosteko.
- ✓ Otorduen plangintza egin. Zer erosi jakingo duzu.
- ✓ Iraungipen-data berrikusi aldian-aldian, alferrik galdu den jatekorik ez botatzeko.
- ✓ Ez erosi bat-batean, behar duzuna ez erosteko.
- ✓ Tokiko produktuak erosi, ekonomia biziberritzeko.
- ✓ GOGOAN IZAN: bilgarri asko daramatzaten produktuek tratatu beharreko hondakin gehiago sortzen dituzte.

EROSI BAINO LEHEN
Hausnartu...

Erosketak autoan egin behar dituzu benetan?

Abantailatsua da etxetik hurbil erostea!

- Oinez bazoaz, sasoi onean egongo zara ariketari esker.

- Dirua aurreztuko duzu. Badakizu kostua zenbatekoa den merkataritza-gune handi batera autoz bazoaz?

- Ez duzu erregairik gastatuko, eta CO² gutxiago igorriko duzu.

- Harreman sozialak gehiago landuko dituzu.

GURE OHITUREK AZTARNA UZTEN DUTE

Aztarna ekologikoa adierazlea da, eta kontsumitzen duen baliabidea ekoizteko eta horren ondorioz sortutako hondakinak (zaborra, igorpenak...) asimilatzeko orduan pertsona, hiri edo herrialde bakoitzak ekologiarri begira emankorra den lurzoruko zenbateko azalera behar duen kalkulatu du. Aztarna hori aldatu egingo da herrialdearen, pertsonaren, kontsumo-ohituren eta eguneroko bizimoduaren arabera.



Zeure aztarna ekologikoa neurtu

Norbere garbitasuna

Geure eguneroko garbitasunean darabiltzagun produktu askok (hortzetako pasta, desodorantea, xanpua, kremak...) gure osasunerako eta ingurumenerako kaltegarriak diren substantziak eduki ditzakete.



Arrain zehatz batzuen ugalketa sexualeko zenbait anomalia farmaziagintzan erabilitako hormonon ondorioz sortzen dira.

BADAKIZU ZER DIREN PARABENOAK?

Substantzia organikoak dira, eta, modu naturalean aurkitzen badira ere, erabiltzen diren gehienak sintetikoak dira. Kontserbatzaile kosmetiko moduan erabiltzen dira hortzetako pastetan, kremetan, desodoranteetan edo makillajeetan, baina kontserbatzaile moduan ere erabiltzen dira opiletan, freskagarrietan, saltsetan edo farmaziako zenbait produktutan.



Arriskutsuak dira parabenok?

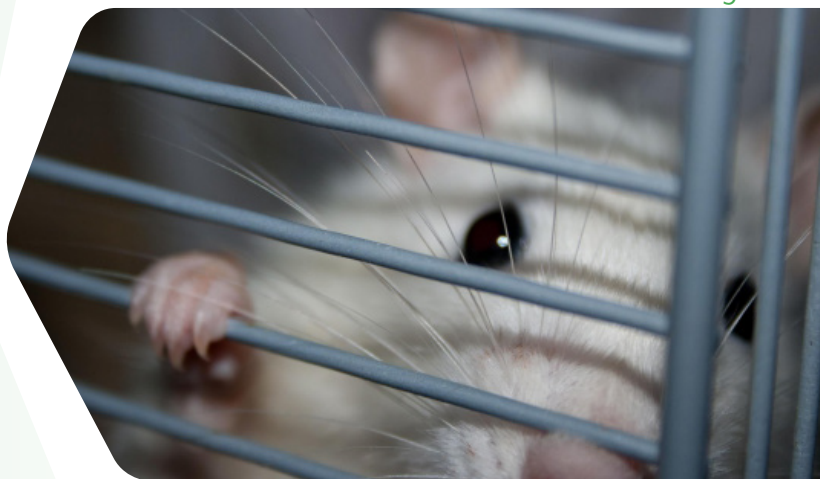
EBko sailkapenaren arabera, toxikotasun urriko produktuak dira. Edonola ere, zenbait parabenok oreka hormonalaldatzen omen dutenez, isopropilparabenok eta isobutilparabenok debekatzeko agindua eman berri dute.

ZER DA TRIKLOSANA?

Substantzia hau hortzetako pastetan, xaboietan edo desodoranteetan dago bakterioen aurka daukan ahalmenagatik. Substantzia honek osasunerako eta ingurumenerako kaltegarriak diren ondorioak eduki ditzakeenez, EBk haren legezko erabilera murriztu du produktuko %0,3ko gehienezko kontzentrazioetara.



Europar Batasunak debekatu egin du produktu kosmetikoetan animalien bidezko saiakuntzak egitea.



Konpainiaren batek "ez dugu animalien bidezko saiakuntzarik egiten" dioenean, ez du esan nahi bere produktuetan erabilitako osagaiak animalietan probatu ez direnik.

Etxeko garbiketa-produktuak

Merkatuko desinfektatzaileak gero eta ahaltuagoak direnez, gero eta substantzia kimiko toxikoagoak dituzte oro har, etxeko ohiko germenek eta bakterioek (mikroorganismoek) gero eta erresistentzia handiagoa dutelako haien aurka.



- Substantzia kimiko arriskutsurik gabeko garbiketa-produktuak erabili eta produktu horiek klororik, fosfororik eta tentsoaktibo kimikorik ez dutela ziurtatu, uretako substantzia horien deskontaminazioa oso garestia delako eta gehienak itsasoraino iristen direlako.
- Garbiketa-produktu ekologikoak erabili, ingurumenerako kaltegarriak ez direlako (fosfororik gabe...).
- Arropa garbitzeko detergentea dosifikatu. Gehiago erabiltzeagatik ez du hobeto garbituko, baina gehiago kutsatuko du.

ETXEKO ERREZETAK

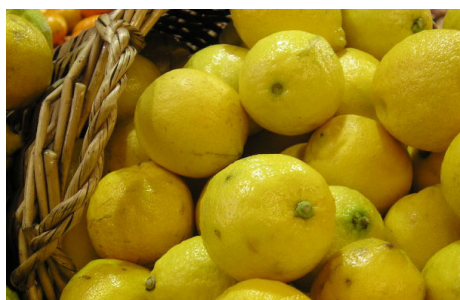
Nola egin desinfektatzaile naturala

1. Litro bat ur nahastu litro laurden ozpin zurirekin eta limoi baten zukuarekin.
2. Eskuzatarraz eman desinfektatu nahi duzun gainazalean. Nahasketa-proportzio bera ur berotan eransten baduzu, ahalmen desinfektatzailea areagotu eta bainugela garbitzeko ere erabili ahal izango duzu.

Horrez gain, olio esentzialaren tanta batzuk ere erantsi ahal izango dituzu nahasketan, usain ona eduki dezan.



Nola egin aire-gozagarria



1. Litro erdi ur irakin kanelarekin, limoi-azalarekin eta bi koilarakada azukrerekin.
 2. Hotz dagoenean, ozpinarekin nahastu.
 3. Langarreztagailuan sartu nahasketa.
- Zeure etxeko airea gozatzeko prest!

Ehungintzako produktuak

Ehunak ekoizteko orduan ur eta energia asko kontsumitzen direnez, hondakin-ur asko sortzen dira.

Edozein arropa erosi baino lehen, benetan behar duzun HAUSNARTU.



Zer egin dezakezu?



- Zuntz naturalez egindako arropak erosi; esate baterako, artilea, zeta edo kotoia.
- Ez erosi horretarako harrapatutako larrurik.
- Ondo begiratu etiketak, osaketa zein den eta arropa nola tratatu behar den jakiteko.
- Gizarteari begira ekoizpena bidezkoa den begiratu.

Bategin birziklapenarekin!

Behar ez dituzun ehungintzako produktuak birziklapenerako edukiontzira (edukiontzi zurira) edo bilketarako erakunderen batera eramane, beste pertsona batzuentzat erabili ditzaten (Cáritas, GKEak, eliza...).

Era berean, ehunak berreskuratzeko bigarren eskuko salerosketako erakundeak ere badaude, eta produktuak bildu, manipulatu, tratatu eta saldu egiten dituzte. Euretako asko, gainera, gizarte-bazterketarako arriskupean daudenei laguntzen dieten elkarteak dira.



GOGOAN IZAN!

Benetan behar ez dugun produkturik erosiz gero, oso erraza izango da laster zaborretara botatzea. Ez bota eta zirkulazioan jarri berriro edo birziklatu!



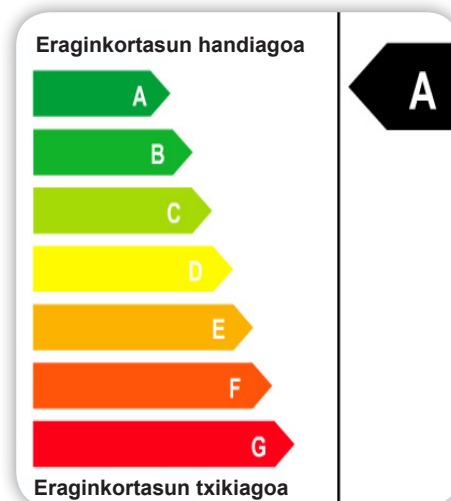
Energiari begira eraginkorrak diren tresnak

Etxetresna elektrikoak

Etiketa energetikoetan, tresnen kontsumoa haien eraginkortasunaren arabera sailkatzen da 7 kategoriako eskalan. Tresnan A letra azaltzen bada, gehieneko eraginkortasuna izango du; eta, G agertzen bada, gutxieneko eraginkortasuna.

Egunero darabiltzagun tresna gehienetan agertu behar da zer eraginkortasun energetiko duten.

A+ eta A++ badaramatzate, oso kontsumo energetiko urriko hozkailuak eta izozkailuak izango direnez, oso eraginkorrak izango dira.



Iturria: Energiaren Euskal Erakundea

Ordenagailuak eta inprimagailuak



Etiketa hau daramaten ala ez begiratu. Hartara, ordenagailua edo inprimagailua piztuta dagoenean eta epe jakin batean erabili ez duzunean, pausagunera igaroko da, eta energia gutxiago kontsumituko du.

Argiak. Argi naturala eta kontsumo urriko bonbillak

Ahal dela, argi naturala eta kontsumo urriko lanparak (LED) erabili luzaroan argiztatutako lekuetan, %80 energia gutxiago kontsumituko duzu-eta.

GURE ETXETRESNA ELEKTRIKOEN BIZI-ITXAROPENA



Zer da programatutako zaharkitzapena?

Jardun desegokia da, eta, horren bidez, etxetresna elektrikoaren bizitza teknikoaren amaiera programatzen da. Ekoizleak zehaztutako epealdiaren ostean, tresna ez da gehiago ibiliko..

i

Gehiago jakiteko

Informazio interesgarria

- ↘ Erosketa Iraunkorrerako Gida. Bizkaia 21.
- ↘ Etiketa ekologikoak. Bizkaia 21.
- ↘ EEE. Energiaren Euskal Erakundea.
- ↘ ENEEK. Euskadiko Nekazaritza eta Elikadura Ekologikoaren Kontseilua.
- ↘ KontsumoBIDE. Ehunen etiketak.
- ↘ KontsumoBIDE. Kontsumoko prestakuntzarako ikasmaterialak.
- ↘ Zeure aztarna ekologikoa zein den jakin.
- ↘ Footprint. Aztarna ekologikoa.
- ↘ Kooperera. Gizarte eta Ingurumeneko Berrikuntza.
- ↘ Biotrueke. Bilboko bigarren eskuko on line merkatua.
- ↘ Berohi. Ehunen berrerabilpena eta birziklapena.
- ↘ Genetikoki eraldatutako laborantzen eragina agroaniztasunean.
- ↘ Energy Star.
- ↘ Greenpeace. Produktu Transgenikoen Gida Gorria eta Berdea.

Arautegia

- ↘ Euskadiko Nekazaritza eta Elikagaigintza Ekologikoari buruzko Legea.
- ↘ Kontseiluaren Araudia Produktu Ekologikoen Ekoizpenari eta Etiketei buruz.

“Lurra ez da gure gurasoen herentzia, gure seme-alaben mailegua baizik”

Esaera zahar indiarra