

GHIDUL ECO-CETĂȚEANULUI

„Pentru un mediu sănătos”



Ministerul Mediului

Virginia ȘTEFĂNICĂ – Secretar General

Andrei BANU – Manager Public

andrei.banu@mmediu.ro

Bd. Libertății nr. 12, Sect.5, București

<http://www.mmediu.ro>

Despre Ghidul Eco-Cetățeanului

Scopul **Ghidului Eco-Cetățeanului** este de a atrage atenția, de a promova intens și conștientiza importanța majoră a protecției mediului prin prezentarea unor **eco-instrucțiuni, adresate fiecărui cetățean într-un format simplu, clar și concis.**

Ghidul Eco-Cetățeanului preia în mod sintetic, elemente esențiale privind necesitatea adoptării unui comportament eco-responsabil, prezentate în **Ghidul Eco-Funcționarului Public și Ghidul Eco-Turistului** realizate în cadrul **Ministerului Mediului.**

Trebuie să fim conștienți că putem să limităm impactul negativ direct sau indirect pe care fiecare activitate îl poate genera asupra mediului.

Ghidul Eco-Cetățeanului prezintă eco-instrucțiuni prin care putem să acționăm în orice moment pentru reducerea poluării, evitarea risipei de resurse, pentru protecția mediului împotriva schimbărilor climatice și a dispariției speciilor de plante, păsări, insecte, animale și pești.

Ghidul Eco-Cetățeanului este structurat pe patru capitole importante în care se încadrează principalele activități zilnice ale cetățeanului, pentru care sunt oferite eco-instrucțiuni.

Eco-instrucțiunile pot fi considerate aparent fără importanță, dar pot avea efecte pozitive considerabile prin răspândirea lor la nivelul întregii societăți.

<http://www.mmediu.ro>

Pentru ca noi și generațiile viitoare să beneficiem de un mediu curat și sănătos trebuie să ne schimbăm în mod esențial obiceiurile și mentalitățile, adoptând în mod regulat eco-instrucțiunile din acest ghid, la nivel de individ și de grup, oferind un exemplu de urmat.

Chiar dacă eco-instrucțiunile pot presupune investiții financiare și de timp, în majoritatea cazurilor se obțin beneficii semnificative privind protecția mediului, sănătatea populației, reducerea cheltuielilor pe termen lung.

Pentru un mediu sănătos!

**Să acționăm împreună pentru a limita poluarea
mediului înconjurător**



<http://www.mmediu.ro>

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU ACASĂ



I) Reduc consumul și evit risipa de apă

- 1) Prefer să fac un duș rapid în locul unei băi în cadă***
- 2) Mă asigur că nu există scurgeri suplimentare la robinet***
- 3) Reglez nivelul apei calde/ reci pentru a evita un consum inutil***
- 4) În limita posibilităților consum apă potabilă de la robinet, deoarece pentru apa îmbuteliată se consumă ambalaj (PET etc.), energie și se produc deșeuri***

II) Reduc consumul și evit risipa de energie

- 1) Folosesc becuri ecologice și echipamentele casnice cu consum redus de energie***
- 2) Elimin consumul inutil de energie electrică, termică și gaze***
- 3) Efectuez lucrări de reabilitare termică a locuinței***
- 4) Utilizez surse ecologice alternative de producere a energiei, în măsura posibilităților***
- 5) Pentru încălzirea/ răcirea încăperilor nu folosesc aragazul/ aparate improvizate***

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU ACASĂ



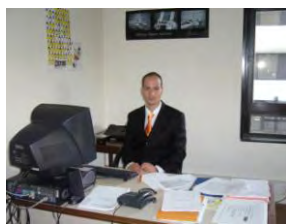
III) Reduc și evacuez selectiv cantitatea de deșuri respectând mediul

- 1) *Folosesc detergenți și produse de curățenie biodegradabile prietenoase cu mediul*
- 2) *Deșeurile electro-casnice le predau societăților de reciclare/ salubritate în vederea reciclării*
- 3) *Produsele toxice nu trebuie evacuate în rețeaua de canalizare*
- 4) *Evacuez deșeurile în mod selectiv și contactez firma de salubritate pentru a debarasa cantitățile importante de deșuri provenite din construcții/ alte lucrări de amenajare a locuinței*
- 5) *Păstrez curățenia în toate locurile publice*

IV) Acționez împotriva poluării sonore

- 1) *Contribui la păstrarea liniștii în imobil, respectând programul de odihnă*
- 2) *Limitez sonorizarea în timpul petrecerilor*

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU LOCUL DE MUNCĂ



I) Reduc consumul și evit risipa de apă

- 1) Anunț în timp util departamentul administrativ când sesizez o defecțiune/ pierdere în rețeaua de apă***
- 2) Închid robinetul când folosesc săpunul și folosesc apa caldă numai dacă este strict necesar***

II) Reduc consumul și evit risipa de energie

- 1) Beneficiez la maxim de lumina naturală***
- 2) Plasez, pe cât posibil, biroul perpendicular în fața ferestrei***
- 3) Închid sursele de lumină din încăperile neocupate și orice calculator sau alt aparat care nu este folosit și consumă energie***
- 4) Folosesc sistemul de încălzire/ răcire fără să activez poziția maxim și închid ușa încăperii***

III) Reduc consumul și evit risipa de materiale

- 1) Trasmis documentele în format de electronic***
- 2) Utilizez ca ciornă partea nefolosită (verso) a colilor tipărite care nu mai sunt utile și păstrez resturile de hârtie/ deșeurile din birou în vederea reciclării***

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU CUMPĂRĂTURI



I) Prefer achiziționarea produselor și serviciilor ecologice/ prietenoase cu mediul, obținute cu un consum redus de energie, care pot fi reciclate cu ușurință/ cu etichetă ecologică

II) În limita posibilităților, prefer să cumpăr produse agricole/ alimentare provenite din agricultura ecologică, eco-etichetate/ certificate ecologic sau produse tradiționale ecologice românești

1) Produsele ecologice sunt mai sigure, mai nutritive, fără organisme modificate genetic, reziduuri de pesticide, îngrășăminte chimice sau orice alt compus chimic de sinteză

2) Produsele ecologice au un conținut echilibrat în substanțe bioactive și minerale

3) Agricultura ecologică respectă mediul, bunăstarea animalelor, favorizează biodiversitatea și contribuie la dezvoltarea durabilă

III) Evit achiziționarea produselor de unică folosință care măresc rapid cantitatea de deșeuri

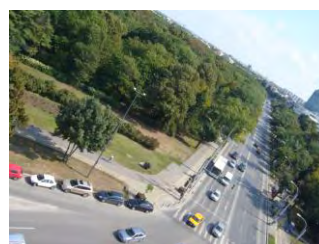
IV) Evit utilizarea sacoșelor din plastic și folosesc sacoșe durabile din materiale textile sau pungi din hârtie/ alte materiale biodegradabile

V) Evit achiziționarea de produse pe bază de aerosol/ spray-uri cu aerosoli care poluează atmosfera

VI) Evit deplasările cu autoturismul la cumpărături

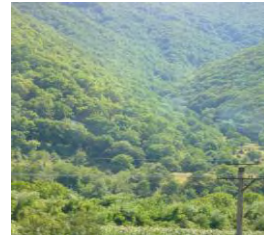
<http://www.mmediu.ro>

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU DEPLASĂRI



- 1) Adopt un comportament calm la volan și conduc cu viteză moderată, respectând viteza maximă admisă, ceea ce va permite reducerea emisiilor poluante, a cantității de combustibil folosite și a zgomotului**
- 2) Pentru deplasarea la locul de muncă prefer să utilizez transportul în comun și numai dacă este strict necesar autoturismul**
- 3) Pentru deplasarea pe trasee scurte, merg pe jos sau folosesc bicicleta**
- 4) Împreună cu prietenii/ vecinii/ colegii ne deplasăm, dacă este posibil, într-un singur autoturism personal la locul de muncă/ la cumpărături/ în vacanță**
- 5) Pentru deplasările pe trasee lungi din perioada vacanței, prefer să utilizez transportul cu trenul sau autocarul**
- 6) Utilizez sistemul de climatizare în autoturism, numai dacă este strict necesar**
- 7) Evit parcare/ staționarea/ camparea autovehiculului sau caravanei pe spațiile neamenajate**

ECO-INSTRUCȚIUNI PENTRU TIMPUL LIBER



- 1) Păstrez curățenia în spațiile publice și arunc gunoiul doar în locurile special amenajate**
- 2) Spăl autovehiculul doar în locurile autorizate care permit evacuarea apei în rețeaua de canalizare**
- 3) Amenajez grădina/ spațiul verde din fața locuinței și particip la plantarea de copaci și flori**
- 4) Udarea grădinii/ spațiilor verzi o efectuez seara, fără un consum excesiv de apă, când evaporarea este mai slabă sau folosesc apa de ploaie recuperată**
- 5) În limita posibilităților evit utilizarea produșilor chimici de sinteză în grădinărit și protejerez cuiburile păsărilor**
- 6) Anunț imediat autoritățile despre orice accident ecologic sau act de braconaj**
- 7) Respect spațiile naturale, obiceiurile, cultura, locuitorii și prefer circuitele pedestre în România și în străinătate**
- 8) Pescuiesc și vânez numai dacă am un permis valabil, doar în locurile și perioadele legale**
- 9) Țin cont să nu arunc/ să nu deversez nimic în apa mării, în lacuri sau oricare curs de apă**