

YMPÄRISTÖOPAS JANAKKALAN KUNNAN HENKILÖSTÖLLE

2011

Sisältö

Sisältö	2
1. TERVETULOA MUKAAN YMPÄRISTÖTYÖHÖN	3
2. TYÖMATKALLA.....	5
Entä jos sittenkin kävelen?	5
Kun autoa on pakko käyttää.....	6
Muista ajotapa!	6
3. TYÖPISTEELLÄ	8
Hankinnat	8
Tulostaminen.....	9
Energiankulutus.....	10
Tietokone.....	11
Valaistus.....	12
Lämmitys	13
4. TAUOLLA.....	14
Kahvitauolla	14
Ruokatunnilla.....	15
5. VINKKEJÄ HALLINTOKUNNILLE	16

1. TERVETULOA MUKAAN YMPÄRISTÖTYÖHÖN

Janakkalalaisen ekologinen jalanjälki on vuoden 2007 tietojen mukaan laskettuna 6,63 globaalihehtaaria. Tämä on kahdeksan prosenttia suurempi kuin suomalaisen ekologinen jalanjälki keskimäärin. Suurin osa janakkalalaisen ekologisesta jalanjäljestä johtuu ravinnosta, joka kattaa jopa 49 prosenttia jäljestä. Seuraavaksi suurimmat vaikutukset ovat tavaroilla ja palveluilla (24 %) sekä asumisella (15 %). Lisäksi ekologiseen jalanjälkeen kuuluvat rakentaminen (8 %) ja liikkuminen (5 %). (KuntaJälki2010-raportti, 2011)

Yhteensä kaikki janakkalalaiset tarvitsisivat 109 000 hehtaaria elämistään varten, joka on kaksi kertaa Janakkalan kokonaispinta-ala (KuntaJälki2010-raportti, 2011). Toista Janakkalaa ei kuitenkaan ole, joten meidän on pyrittävä toimimaan ja elämään siten, että rasi-
tamme ympäristöämme mahdollisimman vähän.

Janakkalan kunta on kirjannut yhdeksi tavoitteekseen käynnistää ympäristöohjelmatyö vuoden 2011 aikana. Tavoite saattaa kuulostaa mahtipontiselta ja vaikealta, mutta tosi-
asiassa kyse on melko pienistäkin asioista: ympäristöteoista.

Ympäristötekojen tekeminen on helppoa; yksinkertaisilla teoilla voidaan saada aikaiseksi suuri vaikutus! Mitä useampi ihminen tekee ympäristötekoja, sitä suuremmaksi niiden vaikutus muuttuu. Usein ajatellaan, että ympäristötekoja voi tehdä vain kotona. On kuitenkin muistettava, että ympäristö tulisi huomioida myös muualla, kuten matkoilla, kaupassa ja töissä.

Tämä ympäristöopas on koottu auttamaan Sinua ympäristötekojen tekemisessä omassa työssäsi Janakkalan kunnalla. Ehkä huomaat myös, että tekojen tekeminen on helppoa: se ei vaadi suuria ponnistuksia tai muutoksia. Teot ovat pieniä, mutta jos kaikki Janakkalan kunnan työntekijät lähtevät mukaan vaikutus tulee olemaan suuri!

Terveisin,

Miia Aaltonen,

joka laati tämän oppaan osana opinnäytetyötään ”Janakkalan ympäristöohjelmatyön käynnistäminen vuonna 2011”.

**Janakkala-
laisen ekolo-
ginen jalan-
jälki on 6,63
gha**

**Lähde mu-
kaan!**

**Tee pieni teko,
jolla on suuri
vaikutus**



Helsingin Sanomat. 12.7.2011. Anonyymit eläimet.

2. TYÖMATKALLA

Janakkalalaisen liikkumisesta aiheutuvan jalanjäljen suurin osa syntyy autoilusta (82 %). Autoiluun ei ole laskettu mukaan linja-autoliikennettä, joka kattaa vain yhden prosentin (KuntaJälki2010-raportti, 2011). Kun liikennettä katsotaan kasvihuonekaasupäästöjen näkökulmasta, huomataan, että jopa 47 % kaikista Janakkalan khk-päästöistä syntyy liikenteestä (CO₂-raportti, s. 19). Liikenteen ympäristövaikutuksia on kuitenkin mahdollista pienentää omilla valinnoilla! Jos kaikki hieman yli 1 000 kunnan työntekijää lähtevät mukaan liikkumisremonttiin, saadaan aikaiseksi jo suuri muutos!

Entä jos sittenkin kävelen?

Vähentämällä yksityisautoilua voimme helposti saada liikenteen päästöjä pienennettyä. Usein autoon noustessa onkin kohdallaan pohtia, onko tämä ainoa vaihtoehto? Janakkalassa ja lähikunnissa on kattavat linja-autoverkot, joten aikatauluihin kannattaa ehdottomasti tutustua. Julkisia kulkuvälineitä käyttämällä yksityisautoilun määrä vähenee ja päästöt siinä sivussa. Lisäksi voit käyttää työmatkasi vaikkapa pieneen rentoutushetkeen, jonka avulla voit valmistautua uuteen työpäivään.

Harkitse!

**Onko auto
ainoa vaihtoehto?**

Lyhyillä matkoilla paras vaihtoehto on polkupyörä tai omat jalat. Molemmat ovat täysin päästöttömiä vaihtoehtoja ja ne kohentavat omaa kuntoaakin. Jalatkin jaksavat kantaa aina vain pidemmälle. Kesällä 2011 toteutetussa Ympäristökyselyssä selvisi, että yli puolet vastaajista asuu 10 kilometrin säteellä työpaikastaan. Tästä huolimatta jopa noin 65 prosenttia kulkee matkan yksin autoillen. Parannettavaa siis olisi, joten nyt pyörät ja lenkkiosut esille! Pieni reippailu aamulla ennen töitä virkistää ja kotimatalla voi nauttia rankan työpäivän jälkeen hetken rauhasta ja raikkaasta ilmasta.

Ota ilo irti työmatkasta!

- ❖ Tunne auringon lämpö
- ❖ Kuuntele kuinka sade ropisee ympärillä
- ❖ Ihastele syksyn väriloistoa
- ❖ Kumisaappaat jalassa voit loiskia rauhassa!
- ❖ Kuuntele linnunlaulua – tunnistatko talitiaisen?
- ❖ Osta värikäs sateenvarjo
- ❖ Tee pyöreistä pyörein lumipallo
- ❖ Hymyile vastaantuleville ja katso hymyileekö joku takaisin

...vai istutko mieluummin liikenteen melussa ja tuskaillet edellä ajavan ajonopeutta?

Kun autoa on pakko käyttää

Jotkut työmatkat ovat kuitenkin niin pitkiä, että niitä ei voisi kuvitellakaan kävelevänsä tai pyöräilevänsä. Jos vielä on käynyt niin, että julkisten kulkuneuvojen aikataulut eivät osu omiin aikatauluihin, jää ainoaksi vaihtoehdoksi oma auto. Sama tilanne on myös niillä, jotka tarvitsevat autoa työpäivänsä aikana ja joutuvat sen takia kulkemaan lyhyenkin työmatkansa autoilla.

Autoilevilla on kuitenkin yksi mahdollisuus pienentää omaa liikkumisesta aiheutuvaa ja-lanjälkeään: kimppakyyti. Saman ongelman kanssa saattaa nimittäin painia myös moni muu. Kannattaa siis selvittää muiden lähistöllä asuvien työmatkalaisten aikataulut ja työpaikat ja sopia kimppakyydeistä! Kimppakyyti on hyvä tapa vähentää liikenteen aiheuttamia päästöjä, pienentää matkakustannuksia ja tutustua uusiin ihmisiin! Lisäksi pidemmätkin työmatkat sujuvat mukavasti kun voi samalla jutella.

Kuinka muiden aikatauluja sitten voi selvittää? Yksi hyvä keino on jättää lappu yhteystietojen kera esimerkiksi työpaikan taukotilaan. Kunnan työntekijöille on myös mahdollista luoda oma vain työntekijöille tarkoitettu kimppakyytisivusto, jonka avulla työmatkalaiset voisivat helposti löytää toisensa. Kiinnostusta Janakkalan kunnan työntekijöiden omaan kimppakyytisivustoon kyseltiin Ympäristökyselyssä: 33 prosenttia vastaajista osoitti kiinnostusta sivustoa kohtaan. On siis täysin mahdollista, että sivusto perustetaan! Julkisia, kaikille tarkoitettuja kimppakyytisivustoja Internetistä jo löytyykin.

Kimppakyydin avulla...

- vähennät päästöjä
- pienennät matkakustannuksia
- saat juttuseuraa

Näin löydät matkakaverin

- Lappu taukotilaan
- Lappu taloyhtiön ilmoitustaululle
- Internetistä
 - www.kyydit.net
 - www.greenriders.com
- Intranetistä?

Muista ajotapa!

Kaikessa autoilussa, oli mukana kimppakyytiläisiä tai ei, on tärkeää muistaa oikea ajotapa. Jokainen on varmaan kuullut termin taloudellinen ajaminen. Taloudellinen ajotapa säästää niin autoa, lompakkoa kuin ympäristöäkin. Säännölliset huollot ja katsastukset mahdollistavat auton käyttämisen ilman pelkoa rikkoontumisesta. Renkaiden kunnosta ja ilmanpaineista on myös tärkeää pitää huolta, sillä renkailla on suuri vaikutus auton kulutukseen. Ilmanpaineen tarkistus onkin hyvä jokaisen auton omistajan opetella tekemään.

Itse ajotilanteessa taloudellinen ajaminen tarkoittaa ennakointia ja nopeusrajoitusten noudattamista. Suurimmat saastepilvet syntyvät auton lähtiessä liikkeelle, joten yritä välttää turhaa pysähtelyä. Jos siis huomaat jo kauempaa valon olevan punainen, hidasta ja ajele vähitellen kohti liikennevaloja. Tässä vaiheessa kannattaa hyödyntää moottorijarrutusta. Usein kärsivällisyys palkitaan, sillä valo vaihtuu pian vihreäksi ja pääset eteenpäin pysähtymättä. Tavoitenopeuteen päästyäsi käytä mahdollisimman suurta vaihdetta.

Talvisin on myös tärkeää hyödyntää lämmitystolpat aina kun niitä on tarjolla. Kun lämpötila laskee alle + 5°C, kannattaa auto laittaa yöksi johdon päähän. Sisäilmanlämmittimen ansiosta myös ikkunat pysyvät sulina, joten autoa ei tarvitse turhaan pitää aamulla käynnissä. Kun auto kylmällä säällä käynnistetään, onkin parasta lähteä liikkeelle mahdollisimman pian, sillä liikkeellä moottori lämpiää nopeimmin.

Muista, että nykyinen autoverotuskin rohkaisee suosimaan vähän kuluttavia autoja, sillä mitä pienemmät ovat päästöt, sitä pienempi on myös vero!

Taloudellisen ajon vinkit

- ✓ Huolla autosi säännöllisesti
- ✓ Tarkista renkaiden ilmanpaineet säännöllisesti
- ✓ Ennakoi liikenteessä
- ✓ Hyödynnä moottorijarrutus
- ✓ Käytä suurta vaihdetta
- ✓ Muista esilämmitys talvella

Katso lisätietoja taloudellisesta ajosta täältä:

www.autoliitto.fi/testit_ja_ajoneuvot/taloudellinen_ajo/

Testaa, millainen ekoautoilija olet:

www.autoliitto.fi/testit_ja_ajoneuvot/taloudellinen_ajo/millainen-ekoautoilija-olet/

3. TYÖPISTEELLÄ

Työpäivän aikana vietämme paljon aikaa omalla työpisteellämme. Osan aika kuluu tietokoneen ääressä, osa kulkee paikasta toiseen autolla samalla kun osa käyttää päivänsä muiden auttamiseen. Oli työpiste mikä tahansa, juuri sillä paikalla meillä on parhaimmat mahdollisuudet vaikuttaa. Tiedämme, kuinka toimimme tällä hetkellä ja tiedämme, mitä meidän kuuluu tehdä myös tulevaisuudessa. Voisiko työelämää kuitenkin kääntää hieman ympäristöystävällisempään suuntaan?

Seuraavissa kappaleissa on käsitelty hyvin yleisiä kunnan töitä, joihin liittyvät hankinnat, tulostaminen ja energiankulutus eri muodoissa. Näiden kohtien lisäksi annetaan muutamia tietyille hallintokunnille sopivia vinkkejä. Kunta on kuitenkin suuri organisaatio, jonka hieman yli 1 000 työntekijää tekevät hyvin erilaisia töitä. Kaikki vinkit eivät siis välttämättä sovi sellaisinaan jokaisen työhön. Poimi mukaasi kuitenkin ne, jotka sopivat ja sovelta niitä, jotka eivät sovi suoraan!



Helsingin Sanomat. 16.8.2011. Fingerpori.

Hankinnat

Hankintoja tehdään niin yksityis- kuin työelämässäkkin. Janakkalalaisen ekologisesta jalanjäljestä 24 % tulee tavaroista ja palveluista. Erityisesti tavarat ovat suuressa osassa, sillä ne kattavat 86 % janakkalalaisten tavaroiden ja palveluiden omasta ekologisesta jalanjäljestä.

Hankintoja tehdessä täytyy ensimmäisenä miettiä, onko tuotteelle todellista tarvetta? Onko tarve jatkuvaa? Riittäisikö pelkkä tuotteen tai palvelun vuokraus tyydyttämään sen hetkiset tarpeet? Investointeja kannattaa aina tehdä vain jos tietää sen olevan tarpeellista myös jatkossa.

Kun hankinta koetaan välttämättömäksi, tulee ostajan kiinnittää erityistä huomiota hankittavan tuotteen ympäristövaikutuksiin. Esimeriksi sähköä käyttävissä toimistolaitteissa kannattaa kiinnittää erityistä huomiota energiatehokkuuteen. Erilaiset ympäristömerkit auttavat löytämään ympäristön kannalta parhaimmat vaihtoehdot. Pidä siis huolta, että

käyttämälläsi paperilla on Pohjoismainen ympäristömerkki eli Joutsenmerkki ja tietokoneesi kuuluu siihen parhaaseen A-energialuokkaan.

Ympäristö kannattaa siis ottaa huomioon heti kun hankintaa aletaan harkita. Kunnan hankinnat tulee aina kilpailuttaa vaatimusten mukaisesti. Jotta varmasti saisit kilpailuun mukaan myös ympäristövastuullisemmat tuotteet ja palvelut, kannattaa ympäristövastuullisuus asettaa yhdeksi valintakriteeriksi.

Kilpailuta!

**Aseta kriteeriksi
myös ympäristö-
vastuullisuus**

Tulostaminen

Papereiden tulostaminen on monelle kunnan työntekijälle arkipäivää ja oleellinen osa työtä; on lomakkeita, asiakirjoja, tiedotteita... Välillä saattaa tuntua, että oma työpöytä hukkuu kaikkeen paperiin. Omaan tulostamiseen kannattaa kiinnittää erityistä huomiota, sillä se on yksi helpoimmista työelämässä tehtävistä ympäristöteoista.

Paperilla on väliä!

**Valitse ympäristö-
vastuullista paperia**

Paperin käyttö lähtee liikkeelle paperin valitsemisesta. Jo tässä vaiheessa voit tehdä ympäristövastuullisen valinnan! Pyri valitsemaan kierrätettyä tai ainakin ympäristömerkittyä paperia. Jos kierrätyskuiduista valmistettua paperia ei ole tarjolla omia tarpeitasi varten, valitse paperia, jolla on FSC-merkki. FSC-merkki takaa, että metsä, josta kuitu on peräisin, on hoidettu vastuullisesti.

Ennen kuin painat "Tulosta"-nappia, kysy itseltäsi tarvitsetko tiedon ehdottomasti paperilla? Riittäisikö, että valmistunut asiakirja lähetetään sähköisesti kaikille osallisille? Riittäisikö, että tallennat lomakkeen tietokoneen kovalevyille tai muistitikulle? Kun vähennät tulostamista, vähennät energiankulutusta, paperinkulutusta ja musteen kulumista. Lisäksi pienennät työpöytäsi paperitaakkaa.

Kun teksti on saatava tietokoneen ruudulta käsinkosketeltavaksi paperiksi, tulet seuraavan kysymyksen äärelle: Tarvitsenko värejä? Yritä välttää väritulostamista aina, kun se ei ole tulostuksen kannalta oleellista. Väritulostaminen on mustavalkotulostamista huomattavasti kalliimpaa. Samalla kun asetuksista varmistat, että tulostusasetuksissasi on oletuksena mustavalkoisuus, tarkista myös, että tulostat kaksipuolisia papereita. Tulostamalla kaksipuolisia papereita puolitat paperinkäyttösi.

Osa tiedostoista, raporteista, pöytäkirjoista ym. voivat olla todella pitkiä ja sisältää kymmeniä sivuja. Harkitse ennen tulostamista tarvitsetko todella jokaista sivua vai riittäisikö vain yksi tai kaksi? Valitse tulostusalue ennen kuin tulostat!

Vahingossa liian aikaisin tulostetut paperit tai tiedotteet, joihin tulikin vielä muutoksia, kannattaa käyttää suttupaperina. Suttupaperit, kuten kaikki muukin paperi kannattaa

käytön jälkeen viedä paperinkeräykseen. Myös salassa pidettäviä tai luottamuksellisia tietoja sisältävät paperit on mahdollista kierrättää. Älä kuitenkaan laita niitä samaan laatikkoon muiden papereiden kanssa.

Tietosuojatuille papereille on olemassa oma järjestelmänsä, jonka käyttöönottoa voi tiedustella tietoturvapalveluita tarjoavan yritykseltä. Palveluun kuuluu lukittavien astioiden toimittaminen paperin syntypisteelle. Lukittavat astiat vaihdetaan sovituin väliajoin tyhjiin laatikoihin ja täytetty lukittu astia jatkaa matkaansa paperintuhouslaitokselle. Tuhotavaksi tarkoitetut asiakirjat silputaan ja silppu hyödynnetään ympäristöä mahdollisimman vähän kuormittavalla tavalla, joko raaka-aineena tai energiana.

Mustavalkoista, kaksipuolista? Miten?

- Tiedosto
- Tulosta
- Ominaisuudet
- Tee tarvittavat muutokset!

Tulostamisella voit vaikuttaa!

- Älä tulosta turhaan
- Tulosta mustavalkoista
- Tulosta kaksipuolisia
- Käytä virhetulosteet suttupaperina
- Tulosta vain ne kohdat joita tarvitset

Energiankulutus

Energiaa kuluu toimistotyössä huimat määrät. Aamulla lähes ensimmäinen asia, minkä työpaikalle saapuva tekee, on tietokoneen käynnistys. Myös valot laitetaan päälle (ei kai kukaan pimeässä haluaisi olla?). Energian säästäminen on suuresta kulutuksesta huolimatta yksi helpoimmista ympäristötoeista!

Janakkalan kunta on jo lähtenyt mukaan energiatalkoisiin; vuonna 2010 Janakkalan kunnalle tehtiin energiatehokkuusohjelma, jossa käytiin läpi muun muassa kunnan tilapalveluiden suorittamaa energiansäästötyötä ja mahdollisia jatkotoimenpiteitä. Lisäksi tutustuttiin tarkemmin muutamiin kunnan rakennuksiin ja tutkittiin näiden energiankulutusta sekä mahdollisia säästötoimenpiteitä.

Energiatehokkuusohjelman teon jälkeen Janakkalan kunta on ottanut vielä uuden – ja suuremman – askeleen energiankulutuksen pienentämiseksi, sillä kesäkuussa 2011 Janakkalan kunta allekirjoitti kuntien energiatehokkuussopimuksen! Sopimus velvoittaa saavuttamaan tuloksia energiansäästöissä. Tähän päästään esimerkiksi toteuttamalla energiakatselmuksia kaikissa merkittäviksi määriteltävissä kiinteistöissä. Sopimus sitouttaa myös toteuttamaan katselmuksissa esiin tulleita parannusehdotuksia.

Tavoitteena on saavuttaa yhdeksän prosentin energiansäästö vuoteen 2016 mennessä. Tavoitteeseen pääseminen vaatii kuitenkin yhteistyötä, joten ota seuraavissa luvuissa esitetyt vinkit osaksi jokaista työpäivääsi!

**Energiatehokkuussopimus
on nyt allekirjoitettu!**

Olethan sinäkin
mukana energiatalloissa?

Tietokone

Tietokoneen hurina on olennainen osa useimman työpäivää, joten olisi kohtuutonta ehdottaa tekemään töitä muilla välineillä kuin tietokoneella. Tietokoneen ansiosta voimme kuitenkin myös tehdä ympäristötekoja; säästämme paperia, kun tallennamme tiedot tietokoneelle, lähetämme kirjeiden sijasta sähköpostia ja voimme tehdä etätöitä. Tietokoneen käytössä on kuitenkin hyvä muistaa muutama asia, joiden avulla energiankulutusta on mahdollista pienentää.

Kun aamulla saavut työpisteellesi, mieti oletko vain pikaisesti hakemassa kokouksen esityslistaa pöydältä, jonka jälkeen suuntaat palaveriin vai oletko todella aloittamassa heti tietokoneen käyttöä vaativat työt. Käynnistä kone vasta sitten, kun todella tiedät sitä tarvitsevasi. Turhaan päällä oleva tietokone kuluttaa myös energiaa turhaan. Muista huomioida koneen turha käynnissä olo myös päivän aikana; jos päivällä on pitkä yhtenäinen hetki, jolloin et konetta tarvitse, se kannattaa sammuttaa kokonaan. Jos kyse on hieman lyhyemmästä käyttötauosta, aseta tietokoneesi valmiustilaan.

Yksi vielä nykyaikanakin voimissaan oleva harhaluulo on näytönsäästäjän energiankulutusta pienentävä vaikutus. Näytönsäästäjästä on hyötyä vain silloin, kun se on täysin musta. Muussa tapauksessa sähköä kuluu samalla tavalla kuin ilman mitään näytönsäästäjää – ellei jopa enemmän. Näytönsäästäjät on kehitetty alkujaan siksi, ettei tietokoneiden ruudulla oleva kuva ”pala kiinni” ruutuun. Tämä saattoi olla uhkana ensimmäisten kuluttajien käyttöön tulleiden tietokoneiden kanssa. Nykyajan tietokoneet eivät tällaisia näytönsäästäjiä enää tarvitse. Paras tapa olisikin tietokoneen asetuksista määrittää tietokone siirtymään automaattisesti valmiustilaan esimerkiksi 10 minuutin käyttämättömyyden jälkeen.

Tietokoneen ruudun äärestä poistuessasi voit myös sammuttaa tietokoneen näytön kokonaan. Tämä on ainoa tapa, jolla näyttö ei kuluta ylimää-

Energiatehokas tietokone?

- ✓ Älä avaa konetta turhaan
- ✓ Käytä valmiustilaa
- ✓ Sulje näyttö tauon ajaksi
- ✓ Vaihda näytönsäästäjä mustaan ruutuun

räistä sähköä. Kun vielä olet määrittänyt tietokoneen siirtymään pian valmiustilaan, voit taputtaa itseäsi pääläelle: tämän enempää et voisikaan nyt tehdä (ellet sitten sammuta tietokonetta kokonaan).

Katso täältä lisää vinkkejä

http://motiva.fi/files/4426/IT-ympariston_sahkonsaastooohjeet.pdf

Valaistus

Valot palavat työhuoneissa usein läpi työpäivän eli kahdeksan tuntia. Mutta kuinka usein todella vietät huoneessasi kaikki nämä tunnit? Saatat käydä aamulla kahvilla, päivällä vietät ruokatuntia ja välillä saatat käydä kokouksessa tai asiakaskäynnillä. Tyhjä huone ei kuitenkaan valoa vaadi. Mutta koska ne sitten on hyvä sammuttaa? Tarvitseeko jokaisen vessatauonkin ajaksi pistää valot pois?

Valot on hyvä sammuttaa huoneesta aina kun tietää pysyvänsä poissa vähintään 10 minuuttia. Valojen jatkuva räpsyttäminen ei siis ole tarpeen. Valojen käytössä on hyvä muistaa sama kuin tietokoneen käytössä: tarvitsenko sitä todella juuri nyt? Jos työtilassa on useita valoja, sytytä vain ne, mitä tarvitset. Luonnonvalokin valaisee, joten muista hyödyntää sitä parhaasi mukaan aina kun voit. Auringonvalo myös piristää mieltä, joten verhot auki ja keinovalo pois!

Sen lisäksi, että käyttää valoa vain silloin kuin tarvitsee, kannattaa kiinnittää erityistä huomiota siihen, missä sitä tarvitset. Miksi valaista tyhjää nurkkaa, kun itse istut työpöydän ääressä? Hyvä esimerkki on tauluvalaisimet; valot valaisevat sitä, mitä halutaan katsoa ja sitä, minkä halutaan näkyvän. Käännä työhuoneesi valot siis sinne, missä niitä tarvitset! Kaikilla ei ole mahdollisuutta valita, mitä kattolamput valaisevat. Tällöin kannattaakin miettiä, olisiko pöytälamppu sopiva valinta omaan tarpeeseen.

Valojen sammuttamisen lisäksi on hyvä selvittää, millainen lamppu sieltä katon rajasta tai työpöydän nurkasta löytyy. Erilaisia lamppeja löytyy eri käyttötarkoituksiin useita: hehkulamppuja, energiansäästölamppuja, halogeenilamppeja ja LED-lamppeja. Hehkulamput ovat vähitellen korvautumassa energiansäästölampeilla, jotka ovatkin aiheuttaneet paljon keskustelua.

Valaistu!

- Sammuta valot kun poistut yli 10 minuutiksi
- Suosi luomuvaloa
- Kohdista valot sinne, missä niitä tarvitaan.
- Valitse oikeanlainen lamppu

Hehkulamput ovat katoamassa kauppojen hyllyiltä täysin. Niiden tilalta löytyvät energiansäästölamput, jotka kuluttavat energiaa jopa 80 prosenttia vähemmän kuin perinteiset hehkulamput. Hehkulamppujen vaihtamisella energiansäästölamppuihin voidaan siis saavuttaa suuriakin säästöjä. Energiansäästölamput myös kestävät pitkään, jopa 6 000–10 000 tuntia. Ne sopivat hyvin yleisvalaistukseen, kun taas kohdevalaisimissa paras vaihtoehto on LED- tai halogeenilamppu.

LED-lamppujen energiankulutus on todella pientä. LED-lamput voivatkin kestää käytössä jopa 50 kertaa hehkulamppua pidempään. LED-lamput sopivat erityisen hyvin kohdevalaisimeksi, eivätkä niinkään yleisvaloksi. Halogeenilamput ovat hyvin lähellä tavallisia hehkulamppuja, mutta ne voivat olla jopa 30 kertaa tehokkaampia kuin tavalliset hehkulamput. Lisäksi ne kestävät 2–4 kertaa pidempään. Halogeenilamput kuuluvat kuitenkin usein energialuokkiin B tai C. C-luokkaan kuuluvia halogeenilamppuja on saatavilla vuoden 2016 syksyyn asti. B-luokan halogeenilamput voivat säästää jopa 50 prosenttia enemmän energiaa kuin hehkulamput ja ne tullaan mahdollisesti sallimaan vielä vuoden 2016 jälkeenkin.

➤ **Tarkista sähkönkulutuksesi!**

<http://www.mbnet.fi/wattipuntari/>

➤ **Katso lisää vinkkejä energiansäästöön**

http://motiva.fi/koti_ ja _asuminen/nain_saastat_energiaa

Lämmitys

Lämmitys kuluttaa suuren osan käyttämästämme energiasta. Silti emme usein huomaa ajatellessaan koko lämmitystä, ellei sitten ole liian kuuma tai liian kylmä. Suositusten mukaan paras huonelämpötila on 20–23 C. Tätä lämpötilaa pidetään optimaalisena niin terveyden, viihtyvyyden kuin työtehonkin kannalta.

Paras tapa vaikuttaa lämpötilaan on säätää patteria. Huonoin tapa on usein se, minkä niin automaattisesti teemme: ikkunan avaaminen. Patteri – kuten myös termostaatti – sijaitsee usein ikkunan alla. Kun termostaatin yllä oleva ikkuna avataan, termostaatti havaitsee lämpötilan olevan huomattavasti todellista alhaisempaa ja alkaa lämmittää ilmaa. Koska kyseessä on ulkoilmaa, jota jatkuvasti virtaa ikkunasta lisää, patteri hehkuu kuumana yrittäen pitää huoneen lämpimänä. Älä siis turhaan availe ikkunoita vaan säädä lämpötila hieman alemmaksi termostaatin avulla. Jos kuitenkin haluat saada ulkoilmaa keuhkoihisi, tuuleta vain vähän aikaa. Pitkäaikainen tuulettaminen voi myös sotkea ilmanvaihdon, jolloin sisäilman olosuhteet voivat heikentyä.

Älä unohda lämpöpatteriasi!

- ✪ Optimi lämpötila on 20–23 C
- ✪ Älä tuuleta pitkään, säädä lämpötilaa alemmaksi termostaatilla
- ✪ Muista sulkea avoin ikkuna työpäivän päätyttyä
- ✪ Älä peitä pattereita kalusteilla

Patterit kannattaa huomioida myös työhuonetta kalustettaessa; älä peitä patteria verhoilla tai kalusteilla, sillä ne estävät lämpöenergian kulkemisen. Mieti myös, miten itse haluat sijoittua patteriin nähden; lähellä on lämpimämpi.

4. TAUOLLA

Tauko on osa monen työpäivää, silloin voi hieman irtautua tietokoneen äärestä ja rentouttaa aivot. Sitten jaksakin taas työskennellä paremmin. Taukoihin kuuluu usein olennaisena osana kahvi. Oletko ajatellut, että jo tässä on mahdollisuus muutamaankin ympäristötekoon? Kahvitaukojesi ympäristövastuullisuus lähtee liikkeelle muutamasta kysymyksestä: Millaista kahvia juot? Mistä kahvisi juot?

Kahvin lisäksi työpäivän aikana pitää myös syödä. Ruokatunti onkin tärkeä osa jokaisen työpäivää, jolloin voi tankata kehonsa täyteen uutta energiaa. Mutta mitä ympäristötekoja ruokatauolla voi tehdä?

Kahvitauolla

Kahvimerkkiä valitessa kannattaa suosia esimerkiksi Reilun Kaupan kahvia. Reilu Kauppa tarkoittaa merkinä sitä, että kahvintuottajat saavat varmasti osansa tuotosta. Samalla edistetään kyseisen kylän kehitystä, kun pienviljelijät voivat esimerkiksi palkata apulaisia kahviviljelyksilleen. Reilun Kaupan kahvi tekee siis hyvää niin makuhermoillesi kuin kahvintuottajalle.

Jos kahvittelu on vakituinen osa päivääsi, kannattaa vaihtaa kertakäyttöastiat ”oikeisiin” astioihin. Kertakäyttöastioita käytetään nimensä mukaisesti vain kerran, jonka jälkeen muki heitetään roskana pois. Seuraavalla kerralla otetaan taas uusi muki. Mukien valmistamiseen kuuluu raaka-ainetta ja luonnonvaroja. Eikä energiankulutustakaan kannata unohtaa. Onko kaikki mukin valmistamisessa kulutettu luonto vain yhden käyttökerran arvoinen?

Joskus kertakäyttöastioita voidaan toki tarvita, mutta niiden käyttöä on pyrittävä järjeistämään; kun käyt kahvilla esimerkiksi kaksi kertaa päivässä, käytä posliinista mukia. Posliinisen mukin valmistaminen kuluttaa sekin yhtälailla luonnonvaroja, mutta ne tarvitsee kuluttaa vain kerran. Posliinimukia sen sijaan voidaan käyttää lukuisia kertoja. Kun muistat huuhdella mukisi käytön jälkeen hyvin, ei kunnollista tiskaustakaan tarvita usein. Kun tiskaus on ajankohtaista, muista, että vettä ei tarvitse turhaan valuttaa tiskauksen aikana. Täytä mukisi lämpimällä vedellä ja tiputa sekaan pesuainetta. Seuraavan kerran tarvitset vettä vasta huuhtelussa.

Posliiniastioiden käyttö kannattaa huomioida myös eväiden kohdalla; käytä kunnollisia lautasia ja aterimia. Toisin kuin oma muki, nämä astiat vaativat tehokkaamman putsauksen ruokailun jälkeen. Jos käytössä on astianpesukone, huuhtelee astiat hyvin ennen kuin laitat ne koneeseen. Hyvin huuhdelluille ja näin ollen vain vähän likaisille astioille riittää monista koneista löytyä eco-ohjelma. Muista myös täyttää astianpesukone huolellisesti täyteen. Tyhjän koneen peseminen ei ole kannattavaa, sillä tällöin energiaa ja vettä kuluu suuret määrät turhaan.

**Sano EI!
kertakäyt-
töastioille**

Ruokatunnilla

Janakkalalaisen ekologisesta jalanjäljestä miltei puolet syntyi ravinnosta. Ruoalla ja sen tuotannolla on ympäristöön ja ilmastoon suuri vaikutus. Erityisesti lihan tuotannon ympäristövaikutukset ovat merkittäviä. Tämä ei niinkään johdu lihakarjan laiduntamiseen tarvittavasta maa-alasta tai käytettävästä rehusta vaan lihatuotannon päästöistä. Ruokakaupassa tekemämme valinnat ovat siis todella tärkeitä. Kasvisten lisääminen omassa ruokavaliossa pienentää omaa ravintojalanjälkeämme. Kuljetusten ja varastoinnin aiheuttamia vaikutuksia voimme hillitä valitsemalla lähellä tuotettuja tuotteita. Luonnonmukaisesti tuotettuja tuotteita valitessamme osoitamme haluamme puhdasta ruokaa ilman myrkyjä. (Kuntajälki2010-raportti, 2011)

Valinta vaikuttaa!

Puolet janakkalalaisen ekologisesta jalanjäljestä syntyy ravinnosta

Työpaikalla emme aina voi valita lähi- tai luomuruokaa, sillä kunnallisissa ruokapalveluissa lähi- tai luomuruoan suosiminen ei ole helppoa. Ruokakaupassa seisot leipähyllyn edessä ja valitset lähialueella leivotun leivän tai luomukananmunia. Kunnallisilla ruokapalveluilla valinta ei tapahdu samalla tavalla; kaikki hankinnat tehdään seudullisten hankintasopimusten mukaisesti. Lisäksi raaka-aineiden toimittajat ovat suuria valtakunnallisia yrityksiä, jolloin toiveet lähiruosta jäävät usein toteutumatta.

Ongelmaksi lähi- tai luomuruoan käyttämisessä muodostuu myös ruoan valmistus; valmistusprosessit koostuvat suurtalouskeittiöissä suurimmaksi osaksi esikäsiteltujen ja esikypsennettyjen raaka-aineiden valmistamisesta loppuun. Käytännössä tämä tarkoittaa, että ruoan toimittajan tulisi pystyä toimittamaan suurkeittiöille esimerkiksi valmiiksi pilkottuja, käsiteltyjä ja kypsennettyjä raaka-aineita oikeanlaisissa pakkauksissa. Raaka-ainetta, kuten perunaa, pitäisi lisäksi löytyä satoja kiloja jokaiselle päivälle. Ja tietenkin sitä täytyy olla saatavilla ympäri vuoden.

Edellä mainittujen hankaluuksien lisäksi ongelmaksi muodostuvat kustannukset: luomu maksaa, samoin kuin lähiruoka. Raha on usein myös ratkaiseva tekijä, sillä esimerkiksi kouluruokailuun varattu rahamäärä yhtä annosta kohti on todella pieni eikä juuri anna varaa valita.

Suosi omia eväitä!

Luomu- ja lähiruoka ovat hankalia toteuttaa kunnallisissa ruokapalveluissa

Onko siis mikään ihme, että lähi- tai luomuruoka ei ole itsestäänselvyys kunnallisissa ruokapalveluissa? Lähi- ja luomuruoan suosiminen on ajatuksena hyvä, mutta aina ei voida toimia siten kuin parasta olisi. Omat eväät voivat kuitenkin tuoda lähi- ja luomuruoan myös työpaikalle. Tällöin teet itse omat valintasi. Esimerkiksi ruokaisa salaatti on helppo tehdä valmiiksi jo edellisenä iltana ja pakata eväsrasiaan, jonka voi aamulla ottaa mukaansa.

5. VINKKEJÄ HALLINTOKUNNILLE

Perusturvalautakunta

Myös tietosuojatun paperin voi kierrättää!

- Ota yhteyttä tietoturvapalveluita tarjoavaan yritykseen

Tekninen lautakunta & Janakkalan Asunnot

- ✳ Energiansäästösopimus
- ✳ Kiinteistöjen lämmitysratkaisut
- ✳ Tiedottaminen
- ✳ Ohjeistaminen
- ✳ Energiapihit laitteet

Ruokapalvelut

- Veden kulutuksen tarkkailu kannattaa
- Lajittelun tärkeyttä ei pidä unohtaa
- Sanokaa EI! kerta-käyttöastioille

Ympäristölautakunta, Janakkalan Teollisuusalueet ja Kui Siistii! -kampanja

Lisää ympäristöalan yrittämistä Janakkalaan?

Yrityksille suunnattu ympäristötekokilpailu herättäisi varmasti laajaa huomiota ja parantaisi yritysten imagoa.

YHTEISTYÖ HALLINTOKUNTIEN VÄLILLÄ

Jokainen työntekijä on yksilö, jolla on omat vahvuutensa

Kirjasto- ja kulttuurilautakunta

Ympäristöön ja luontoon liittyvä kirjallisuus vain tylsää paasaamista?

- Laaja ja ajantasainen valikoima hyllyyn
- Kirjat ja lehdet esille
- Kirjavinkkaus!

Maaseutulautakunta

- Järjestää tempaus maaseudun ja pienten kylien hyväksi
 - Lähiruokatori?
 - Luomuruokatori?
 - Yhteistä kylätoimintaa?
- Markkinoi ympäristötukia
- Kannustakaa luomuun

Kasvatus- ja koulutuslautakunta & Liikunta- ja nuorisolautakunta

- ❖ Järjestää teemapäiviä
- ❖ Käykää luontoretkillä
- ❖ Keskustelkaa
- ❖ Liikuntapaikkojen kunnossapito vaikka talkoovoimin



Helsingin Sanomat. 4.8.2011. Wulffmorgenthaler.