

Hoe kan ik een ecologisch verantwoord leven leiden?

Manuel Somers

Hoe kan ik een ecologisch verantwoord leven leiden?

Tips en hulp hieromtrent

Bravenewbooks.nl

ISBN: 9789465127019

NUR: 450

inhoud

Deel 1: De klimaatvervuiling.

1. Mijn groeiend besef omtrent het milieu.
2. Het wordt maar natter en droger weer.
3. De link tussen natter, droger periodes en het kappen van bossen en klimaatopwarming.
4. De link tussen fossiele brandstofvervuiling ,ontbossing, en de opwarming van de aarde in context van, wonen, consumeren en verkeer.
5. De link tussen afvalvervuiling in zee , afvalstortplaatsen op het land, zwerfvuil in de natuur, ecologische verstoringen en klimaatopwarming.

Deel 2: Hoe milieubewust leef ik?

6. Korte uitleg over de vragenlijst.
7. Vragenlijst over; Hoe milieubewust leef ik?

Deel 3: Tips en hulp omtrent milieubewuste leefgewoonte.

8. Wat doet bezit met een mens?
9. Waar let ik op als ik zorg draag voor een product?
10. Waarom een kwalitatief product kopen?

11. Andere gewoontes die rekening houden met milieu.
12. Welke gewoontes pas ik toe omtrent verschillende milieu vriendelijke verpakkingen.
13. Wat betekenen de verschillende labels en hoe kan ik ecologisch verantwoord consumeren?
14. Met welke vervoersmiddelen kunnen we rekening houden met het milieu?
15. Welke factoren spelen een rol om ecologisch verantwoord te wonen.
16. Bomen, kruiden en of planten aanleggen is een goed idee.

Deel 1: De klimaatvervuiling

1. Mijn groeiende besef omtrent het milieu

In feite heeft het onderwerp klimaat me altijd al geboeid. Tijdens mijn jeugd kan ik me herinneren dat ik documentaires keek over de klimaatopwarming. Ik volgde ook het journaal omtrent de evolutie van de klimaatrampen.

Ik volgde het vak zedenleer als een actieve en geïnteresseerd leerling. Ik was destijds vaak bezig met actuele onderwerpen waardoor de interesse aanwakkerde over oxfam producten. Mettertijd kocht ik cadeaus van bij oxfam.

Na verschillende jobs te hebben gehad ben ik als vrijwilliger begonnen in een Oxfam wereldwinkel. Ik ben begonnen met vrijwilligerswerk in combinatie met een verkoopsopleiding met als doel nog een diploma te behalen en voltijds werk te vinden. Twee jaar later heb ik dit diploma behaald waarna deze kennis in mijn leven van pas kwam en nu nog steeds. Ik ben een jaar en een half later gestart met een job als vrijwilliger in een tweede wereldwinkel. Ik combineerde dit werk met het maken van schilderijen en tekeningen alsook mocht ik al een tijdje opleiding geven aan nieuwe vrijwilligers.

In deze winkel verkopen ze fairtrade producten met en zonder het bio label maar wel zeker altijd met een fairtrade label. Wat houdt dit label nu in? Het label verzekert dat boeren aan meer geld en opleiding kunnen genieten. Om het

prijs te drukken wordt ervoor gezorgd dat het product rechtstreeks van de producent komt.

Ik ben me beginnen afvragen wat de verschillende labels zoals bio en fsc labels nu allemaal te betekenen hebben. Ik vernam van een vriend dat de fruit en groenten met bio-label geen pesticides bevatten. Vandaar ben ik gestart met kopen van bio-producten. Een goed tijdje later ben ik ook op onderzoek gegaan naar de betekenis van andere labels. Ik stelde me vragen zoals betekend de label, aan welke voorwaarden moet het product voldoen om het label te verkrijgen?

Ik probeerde in het algemeen ook meer te letten op elektriciteit en gas verbruik.

Ik nam de fiets en de tram vaker dan de bus want deze stoot fossiele brandstofgassen uit die slecht zijn voor het milieu.

Een vriend van mij leerde me om spullen cadeau te durven wegdoen. Waardoor het materiaal niet ongebruikt in een hoek of in een doos blijft liggen. Ik ging langs met een aantal kringloopwinkels die ik bezocht met een andere vriend. Het aanbod in deze 2dehandse-winkels was ruim, vaak kocht ik boeken, kledij en soms ook keukenmateriaal. Daarnaast vind ik het idee omtrent het hergebruiken van spullen en ander materiaal goed voor het milieu, het vermindert namelijk de afvalberg.

Diezelfde vriend die cadeaus durft weg te doen aan mensen is namelijk een vegetariër en hij eet dagelijks bio gerelateerde voeding zoals fruit, groenten en zuivelproducten. Om genoeg b-vitamines binnen te krijgen eet mijn maat eieren en zuivel. B-vitamines zijn ook terug te vinden in graanproducten meer bepaald in volkorenproducten, noten, groenten en fruit. Mijn maat

neemt als voedingssupplement ook foliumzuur in en deze is goed voor de aanmaak van rode en witte bloedcellen. Foliumzuur is ook goed voor de ontwikkeling voor de baby in de baarmoeder.

Na een vraag aan de telefoon aan de dame die ik al sinds mijn peuter jaren ken antwoord ze dat ze nu nog steeds een flexitairisch eetpatroon aanhoud. Na een aantal vraagjes kon ik het volgende concluderen: in haar jongere jaren was de drang aanwezig om geen vlees te eten. Ze vindt dat vlees iets is dat niet noodzakelijk is om te eten. Ze motiveerde haar reden hiervoor met het feit dat vlees eten slecht is voor het milieu. Vlees eten is gelinkt aan boskap doordat het vee veel weideland nodig heeft. Met andere woorden hoe meer vlees je koopt hoe meer weideland er nodig is. Ik testte haar en stelde haar de vraag of ze ook zuivel eet aangezien deze ook b-vitamines bevatten haar antwoord was positief. Daarnaast eet ze niet alleen zuivel maar ook peulvruchten, groenten en ook af en toe vis, ze is met andere woorden een flexitariër.

Rond de periode tussen 2018-2019 ben ik en af toe vleesvervangers beginnen te eten. Eén jaar later ben ik beginnen te werken in een veganistische eethuis, hier heb ik vele veganistische gerechten leren maken. In het veganistische levensstijl wordt er geen zuivel en eieren in gerechten gebruikt. In 2021 was ik officieel afgestapt van vlees eten en ben ik begonnen met het eten van vegetarisch eten. Ik at voornamelijk groenten, groenteburgers, granen, rijst, zuivel, etc... De reden dat ik bijna volledig gestopt ben met vlees eten heeft te maken met het dieren leed. Als jezelf even de analyse maakt in een winkel dan zie je dat er gewoon lams of kalf vlees, zuivel in de koelruimte in aanbidding staat. Verdienen deze jonge dieren dan niet