

Vi behöver dig!

Gör Växjö grönare

Myter och fakta

Miljötips A-Ö och affischer
med växjöbors miljölöften

VÄXJÖ
Europas grönaste stad

Lättläst

Här får du tips och fakta
om hur du kan leva och bo
så att det inte skadar vår miljö.

Miljö kan vara

- luft och avgaser
- gifter och rök
- trafik och vägar
- sopor
- och mycket mer.

Miljön är viktig för dig och mig
men också för djur och natur.
Alla kan göra något för miljön.

Gör något du också
så blir Växjö grönare!

Broschyren kan beställas
från Växjö kommun
telefon 0470-410 00
e-postadress info@vaxjo.se

Vad är viktigt i ditt liv?

Svaren är olika för olika människor och var i livet man är. Ofta går vardagen i ett och livet snurrar på. Viktigt i livet är kanske vad du ska göra på semestern eller hur du ska klara månadens räkningar. Men stanna upp och tänkt efter vad som får dig att må riktigt bra? Ett nytt klädesplagg, senaste teknikpylen, resor, ett teaterbesök? Eller familj och vänner, en skogspromenad, en hemlagad soppa eller tid att tänka?

Vi har bara ett jordklot

Vi människor delar alla samma hem, ett enda jordklot. Tänk att vi idag dricker samma vatten som fanns på jorden för miljoner år sedan! Naturen är fantastisk på så många sätt, det är viktigt att komma ihåg att vi alla påverkar den och varandra på olika sätt.

Du kanske redan gör en del för miljöns skull som att källsortera, handla ekologiskt eller cykla? Kanske har du dåligt samvetet för att du inte gör tillräckligt? Dessutom är det inte alltid enkelt och självklart hur man ska göra för att vara miljösmart. Men det är bättre att försöka göra något bra, än att vänta tills man vet vad som är bäst. Även om vi inte hinner allt, hinner vi alla något.

Vad innebär det att tänka globalt och handla lokalt, hur kan du göra?

Det lönar sig!

Ibland kan man tänka att det inte spelar någon roll vad jag gör. Men inget är mer fel, vi kan alla vara med och göra skillnad. Tänk på vad som faktiskt händer, vi har till exempel Storgatan som utvecklats till en levande gågata. Eller Växjös luft som blivit bättre, tack vare fjärrvärme och färre enskilda oljepannor.

Tänk också på kloreten som minskat i papper, PVC är nästan borta, svavelutsläppen har minskat kraftigt osv. Att bry sig om miljön är många gånger också att bry sig om sin hälsa och ekonomi, det lönar sig.

Fundera över hur du kan påverka Växjös framtid så den blir "grönare". Hur kan du vara miljösmart och samtidigt spara pengar och förbättra hälsan?

Växjö har miljömål

Växjö kommun har länge jobbat för ett hållbart Växjö och för att minska vår påverkan på miljö och klimat. Under 2011 har invånarna i Växjö kommun minskat sina utsläpp av fossila koldioxidutsläpp med 41 procent, jämfört med 1993.

Vi tar vårt lokala ansvar och gör det vi kan på hemmaplan. Vi gör matavfall till biogas, satsar på ekologisk och närproducerad mat, bygger energi-effektivt och i trä, förbättrar för dig som cyklar



Ditt engagemang är viktigt. Vi hoppas du får lite inspiration och några miljötips att börja med, god läsning!

Läs gärna mer om våra ambitiösa miljömål, våra utmaningar: transporterna, energirenovering och sjöarna.

**www.vaxjo.se/miljo och
www.vaxjo.se/miljobroschyr**

Miljö- myter.

Miljöfakta.

Det är inte värt att källsortera, det går åt för mycket energi att diska ur förpackningarna – fel,	det lönar sig att källsortera och återvinna. Det drar inte så mycket energi att rengöra förpackningarna, de behöver bara sköljas ut.
Datorn drar inte ström i stand-by-läge – fel,	den drar ström, så mycket som 40 % av den energi du använder till TV/stereo/dator går till stand-by.
Det är okej att jag tvättar bilen på gatan – fel,	tvättvattnet kan gå rakt ut i vattendrag, kanske i din badsjö! Tungmetaller och olja sprids i naturen och till djuren.
Transport av livsmedel påverkar klimatet mycket,	men faktiskt blir det större koldioxidutsläpp för resan mellan bostaden och affärenvegetariskt.
Flaskvatten är nyttigare än kranvatten – nej,	det är hög kvalitet på kranvatten i Sverige. Växjö's vatten är grundvatten från Bergaåsen sedan 2009. Att välja kranvatten sparar också in plastflaskor och transporter.

Miljö- myter.

Miljöfakta.

Det är ingen nytta med ekologisk mat – fel,	i ekologisk odling används inte kemiska bekämpningsmedel och besprutning.
Vanliga glödlampor kan jag kasta i soporna – nej,	de innehåller giftigt bly, och ska lämnas till återvinningsstationen. Likadant med lågenergilampor som kan innehålla kvicksilver.
Ekologisk mat är jättedyr –	visst kan den vara dyrare ibland, men inte alltid. Du kompenserar det enkelt genom att äta mer miljö – och klimatsmart. Välj ekologiskt, men mindre kött, godis och släng mindre mat.
Det är ingen idé att släcka efter sig, det där mer energi att tända igen – fel	det drar mer ström att låta lampan vara tänd. Vi kan spara mycket hushållsel genom att släcka och byta till snålare belysning.

Miljötips A-Ö

a

Allemansrätten är helt unik, den ger oss möjlighet att röra oss fritt i naturen, plocka bär och svamp i skog och mark. Använd och respektera allemansrätten som är både en rättighet och en skyldighet. www.naturvardsverket.se/Start/Friluftsliv/Allemansratten.

Avlopp – Tänk på att bara spola ner rätt skit i toaletten, det vill säga bajs, kiss och toalettpapper. Allt skräp ska till sop-påsen och farligt avfall ska lämnas in. Har du enskilt avlopp, är det tillräckligt bra?

b

Bibliotek kan göra dig rik; låna böcker, ljudböcker och läs tidningar och tidskrifter på biblioteket istället för att köpa. Välkommen till Miljöinfo på stadsbiblioteket, här hittar du aktuell litteratur och information inom miljöområdet. Du kan också låna hem elenergimätare, radonmätare och cykelkit.

Biogas görs i Växjö kommun sedan många år och från 2007 kan vi köra fordon på den. Är du med och lämnar in ditt matavfall så blir det biogas. www.vaxjo.se/matavfall och www.vaxjo.se/biogas.



Jag lovar att använda
loppis, både som
leverantör och köpare!

Anders Broman - October 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun
Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
EUROPE

Bil, varför inte gå med i den bilpool som finns eller köpa ett miljöfordon? Har du redan bil så tänk på att tvätta bilen så vi slipper smutsen i badvattnet, planera din körning och att hålla hastighetsgränserna. För mer information: www.sunfleet.com och www.gronabilister.se.



Cykel är ett bra sätt att ta sig runt i Växjö, året runt, särskilt alla korta resor. Det går fort att cykla och du kommer nära. Använd bra utrustning som hjälm, vinterdäck och ordentligt med reflexer och lysen. I Växjö kommun satsar vi på cykling, bland annat finns det 16 mil cykelvägar, kostnadsfri cykelkarta och cykelkit att låna på stadsbiblioteket. Nu finns också två publika cykelpumpar, de går även att pumpa barnvagnar och rullstolar:

- i början av allén där det är loppmarknad mellan Västra Esplanaden och Storgatan
 - på Vattentorget vid den nya cykelparkeringen
- www.vaxjo.se/cykel

Cykeljouren kan du ringa om det är skräp på cykelvägen, telefon 0470-412 78.



Dator, disk och dusch – här finns mycket pengar och energi att spara. Kontakta Växjö kommuns energi- och klimatrådgivare, Magnus Jonasson, telefon 0470-79 60 92. Fakta och tips från www.energimyndigheten.se

10 cykelbud.

Cykla för att

1. må bättre
2. det är bra för miljön
3. spara pengar
4. inspirera andra
5. få tid över till annat
6. bli friare
7. det är coolt
8. uppleva mera
9. bli mer attraktiv
10. det är kul!

“ Vi ska dra ut mobilsladden, stänga ner datorn helt efter användning, tänka mer på sopsortering och köpa mer ekologisk mat ”

Elin och Anna Cornelius - May 2011



Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun

Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu
INTELLIGENT GROWTH
EUROPE



Earth Hour löser inte klimatproblemen men visar att många engagerar sig. Släck ljuset där du är, sista lördagen i mars klockan 20.30-21.30 och delta i Världsnaturfondens globala klimatmanifestation som Växjö stöder. www.vaxjo.se/earthhour

Ekologisk eller närproducerad mat? En knepig fråga med många svar. Men varför inte välja både ekologiskt och närproducerat?

Visste du att Växjö kommun har som mål att öka de ekologiska och/eller närproducerade livsmedlen i de kommunala köken? www.vaxjo.se/miljo

Energi – du kan spara mycket pengar och minska din klimatpåverkan genom rätt val av energi, sparsamhet och rätt teknik. Elenergimätare kan du låna på Växjö stadsbibliotek.

Energikollen, ett bra hjälpmedel på Växjö Energis hemsida www.veab.se eller ring Kundcenter telefon 0470-70 33 33.

Energi- och klimatrådgivare i Växjö kommun, kontakta Magnus Jonasson, telefon 0470-79 60 92 www.vaxjo.se



Familjetips Annorlunda tävling: ”I våras hade vi en ’tävling’ hemma där barnen fick 20 kr varje gång de tog cykel till träningen istället för att vi skulle köra bil. Totalt cyklade de ihop 180 kr på en månad (2 barn). Pengarna fick de sedan bestämma tillsammans vad de ville göra och vi cyklade ut till Evedal och spelade golf och åt glass.”

FSC – Köp miljöcertifierade produkter från skogen. Forest Stewardship Council, FSC, är en internationell organisation som arbetar för märkning av produkter som kommer från uthålligt skogsbruk.

Försumning vill vi inte ha, bara naturlig försumning – det är ett regionalt miljömål. Hur kan du hjälpa till? Kör med lägre fart, byt till uppvärmning med förnybara bränslen, samåk, åk kollektivt, cykla eller klipp gräsmattan miljövänligt.



Giftfri miljö. Du kan påverka genom att välja mindre farliga kemiska produkter, förvara hushållskemikalier säkert och lämna kemikalierester till avfallshantering.

Grundvatten ska vi vara rädda om, du kan påverka genom att vara sparsam med vatten och aldrig hälla ut giftiga ämnen på marken eller i avloppet.



Jag tänker stänga av dator och släcka lampor när jag går ut.

Christopher Svensson - April 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun
Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu
INTELLIGENT ENERGY
EUROPE

Grilla – tänd gärna grillen med en elektrisk grilltändare. Undvik tändvätska som ger utsläpp av aromater och andra kolväten som är skadliga för hälsa och miljö. Elgrillen är ett alternativ till kolgrillen som ger mycket mindre utsläpp och dessutom är snabb och säker.

Gräsklippare En bensindriven gräsklippare avger under en timme lika mycket avgaser (kolväten, kväveoxider och koldioxid) som 15 mils bilkörning. Några tips till dig som har trädgård kan därför vara att klippa gräsmattan med måtta, skaffa en elgräsklippare eller om du inte har så stor gräsmatta kanske till och med en vanlig handgräsklippare.



Husmorstips för fläckborttagning finns det många, utan att använda kemikalier. Håll Sverige Rent har tips på www.hsr.se.

Hälsa och miljö hänger ofta ihop, se gärna www.folkhalsoguiden.se om hur du kan äta både hälsosamt och miljövänligt.



Isolera vinden för den som äger hus är lönsamt i längden, 15 % av värmen försvinner ut genom taket i en vanlig villa!



“ Vi lovar att cykla så
mycket vi kan och plocka
upp skräp!

Sigrid, Harry, Hilma och Fredrik Eidenskog - October 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare

 **Växjö kommun**
Europas grönaste stad www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
EUROPE

“ Vi har precis köpt en miljövänlig bil men jag cyklar helst för miljön och hälsans skull! ”

Lena Wibroe, politiker (M) - May 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun

Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
EUROPA



Jul som är miljö- och klimatsmart? Några tips är att ge bort upplevelse, något du gjort eller något återanvänt i julklapp. Handla en vanlig svensk gran, ta tåg till släkten, ha ekologisk julskinka och mer vegetariskt på julbordet och sortera soporna.



Kemikalier. Försök välja bort parfymerade produkter för din hygien och minska antalet produkter du använder. Undvik propylparaben och butylparaben, vilka är ganska vanliga ingredienser i kosmetiska produkter. Välj istället schampo, balsam, tvål, duschkrämer, solkrämer och hudkrämer som är miljömärkta. Lär dig mer om "cocktaileffekten" www.naturskyddsforeningen.se/gron-guide eller www.nopoo.se ("ingen skit").

Kläder Köp ekologiska kläder om du köper nytt och inte second hand. Det besparar miljön massor av kemikalier. Har du svårt att hitta ekologiska kläder? Använd Växjös lilla gröna eller Naturskyddsföreningens tjänst Hitta butiken: www.naturskyddsforeningen.se/hittabutiken

Konsumentmakt www.konsumentverket.se/miljo, guiden Växjös lilla gröna www.vaxjo.se/miljobroschyr, Grön guide www.naturskyddsforeningen.se, fiskeguide med mer www.wwf.se och www.ungkonsument.se www.minplanet.se [www.wwf-initiativ](http://www.wwf-initiativ.se) - för oss som är gröna och sköna.



Jag lovar att köpa mer ekologiskt odlad mat och sopsortera bättre och mer

Martin Edberg, politiker (S) - May 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun

Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
EUROPE

Kranvatten Undvik att köpa vatten på flaska, det är billigare att dricka kranvatten – och blir mindre plastkonsumtion på köpet. I Växjö har vi dessutom gott vatten från Bergaåsen. Flaskvatten i Sverige innebär omkring tiotusen långtradar-transporter årligen på våra vägar, i extrema fall fraktas flaskvattnet ända från Italien. Oavsett om man tittar på energiförbrukning, utsläpp av växthusgaser och försurande ämnen eller bidrag till övergödningen är kranvattnet det klart bästa valet.



Loppmarknad är det på Västra Esplanaden, sista lördagen i april till och med oktober samt under Karl-Oskardagarna. Information finns på Växjö kommuns hemsida. Växjö City-samverkan har Bakluckeloppis på Stortorget vissa söndagar.

Luft är viktigt och frisk luft är ett miljömål. Du kan påverka genom att välja miljöbil som är bränslesnål och har bra teknik för rening av avgaser. Använd odubbade vinterdäck om du kan.

Löjlig bilresa? Tänk efter före, i Växjö går det nästan alltid fortaste att ta cykeln korta sträckor, det vill säga resor kortare än fem kilometer. Dessutom slipper du jaga parkering. Hälften av alla bilresor är just så korta i Växjö liksom i många andra städer. Vilken är din löjligaste bilresa?



Matavfall blir biogas med din hjälp! I Växjö samlar vi in matavfallet från hushåll, livsmedelsbutiker och restauranger. Matavfallet rötas till biogas och rötresten återförs till åkermark som gödsel. Visste du att en papperspåse med matavfall räcker till att driva en biogasbil i 2,5 kilometer?



Närproducerade grönsaker hittar du lättast på torget eller direkt hos producenten t ex gårdsbutiker och liknande. Du kan också prenumerera på en låda med ekologiska och närproducerade varor eller en matkasse med ekologiskt.



Odla inne, ute, på balkongen, kolonilotten eller sommarstället. Använd miljömärkt jord och gödsling eller egen kompost. Bekämpa ohyra med såpvatten, eller plocka för hand men inte med bekämpningsmedel. Njut av egna blommor, grönsaker och örter! Det gör bin och andra insekter också!

p q

Plastpåsen går inte att förbjuda i Växjö, men varför inte försöka att minska mängden plastkassar i din vardag? Du som inte redan börjat, ta med en egen shoppingpåse när du handlar. Bärkassar i plast innehåller olja och ger koldioxidutsläpp när den förbränns. Papper är bättre än plast, eftersom papperspåsen görs av trä som går att återanvända till annat – om du lämnar den i pappersinsamlingen.

Påsk är en högtid då vi köper mycket mat, tänk på att inte köpa mer än vad som behövs och använda rester. Köp gärna ekologiskt, Fairtrade och närproducerat till vardags som till fest.

r

Radon Miljö- och hälsoskyddskontoret kan hjälpa dig med utrustning om du vill mäta radon i din bostad www.vaxjo.se/radon. Dessutom kan du låna radonmätare på Växjö stadsbibliotek.

Reklam, nej tack! Det går åt mycket resurser för reklam. Sätt en lapp på brevlådan så slipper du mycket reklam. Du kan också ringa SWEDMA 020-55 70 00 för att säga nix till reklam och slippa adresserad reklam.

Rättvisemärkt eller Fairtrade är en etisk märkning med krav på mänskliga rättigheter men som också är ställer miljökrav. Se www.fairtrade.se, guiden Växjös lilla gröna www.vaxjo.se/miljobroschyr.

S

Second hand – fynda kvalitetsgrejer på Blocket, Tradera eller i andrahandsbutiker. När du köper ett plagg second hand sparas hela 97 procent energi jämfört med om samma plagg hade nyproducerats.

Sortera – se sorteringsinformation i den årliga miljökalender du får från Växjö kommun. Information finns också på www.vaxjo.se/sortera, www.ftiab.se, www.elkretsen.se, www.sopor.nu.

Shopping Köp miljömärkta varor och välj miljötänkande företag och verksamheter. Du får hjälp i Växjös lilla gröna, guiden till ställen med ekologiskt, secondhand osv i Växjö, mer hållbar konsumtion. www.vaxjo.se/miljobroschyr.

t

Testa din klimatpåverkan på www.klimatkontot.se eller ditt ekologiska fotavtryck och läs test av produkter www.minplanet.se.

u v w x y z

Vatten Korta duschar och snålspolande kranar är bra.

Men enligt Världsnaturfonden gör vi av med 17 gånger mer vatten dolt i vår konsumtion än vad vi tar från kranen. Vill du spara vatten ”på riktigt” ska du se över din konsumtion: dricka mindre kaffe, äta mer vegetariskt och köpa färre prylar!



“ Vi lovar att sortera sopor, släcka lampor i tomma rum, inte låta kranar rinna. Man använder bra kvalitet. ”

Nahed Chedhuda, Mohammed, Ali och Hanadi - May 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun

Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

Intelligent Energy Europe



Jag lovar att utbilda min
personal och mig själv i
EcoDriving

Lulu Andersen, Atrium - May 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun
Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
CITY

Villaägare Har du ett äldre hus? Täta fönster och dörrar med tätningslister. Du kan spara 2200 kilowattimmar/år och minska din klimatpåverkan med 10 kg koldioxid/år! Det är populärt att renovera och isolera.

Ylle, bambu, ekologisk bomull är exempel på bra material i kläder och textilier, läs mer på www.naturskyddsforeningen.se/gron-guide och www.minplanet.se.



Årlig miljökalender kommer i din brevlåda om du bor i Växjö kommun. Sätt upp den, använd den för att få kontaktuppgifter, renhållningsinformation och information om kommunens miljöarbete.

Återvinning se Växjö kommuns information från tekniska förvaltningens renhållningsavdelning www.vaxjo.se/sortera.

Övergödning vill vi inte ha, ett regionalt miljömål som vi kan komma åt genom att minska vår användning av bil och andra motorredskap, välja fosfatfria tvättmedel och maskindiskmedel samt åtgärda dåliga enskilda avlopp. Bra är också att köpa ekologisk och närproducerad mat. Odlare och jordbrukare kan också bidra i arbetet för att minska övergödningen.

Jag lovar att producera mer ekologiska livsmedel och energieffektivisera gården

Mikael Anderson, Lyckebo Gärd - May 2011

Gör Växjö grönare

www.vaxjo.se/gronare



Växjö kommun

Europas grönaste stad

www.vaxjo.se



www.citiesengage.eu

INTELLIGENT ENERGY
EUROPE

Jag gör skillnad och Gör Växjö grönare

Det här gör jag redan:

Mitt miljölofte:



Är du redan miljösmart eller
har du mest dåligt samvete?
Det viktiga är att alla kan göra någonting!

Det finns mycket vi kan göra för en bättre miljö.
Det ser du på affischerna från ett EU-projekt.
Där visar växjöbor hur de bidrar till att göra
Växjö grönare. Vad gör du? Läs deras och många
andra tips i broschyren och se fler affischer på
www.vaxjo.se/gronare

Växjö 
kommun
Europas grönaste stad
www.vaxjo.se