

## A fenntartható és a tudatos fogyasztás

Az el ttünk álló id szakban a többi fejlett országhoz hasonlóan Magyarországon is egyre nagyobb szerepet kell kapnia a fenntartható fogyasztásnak, az ezzel kapcsolatos ismereteknek és gyakorlatnak. El kell érni, hogy a lakosság a fogyasztás tágabb társadalmi vonatkozásairól, például a jelenlegi vásárlási szokásokról és a fogyasztási szerkezet társadalmi, környezeti hatásairól is megfelel tájékoztatást kaphasson, mely alapján már felkészülten dönthet arról, hogy hogyan változtassa meg fogyasztói magatartását.

### Fenntartható fogyasztás:

Az egyik legszélesebb körben használt meghatározása szerint a **fenntartható fogyasztás** „olyan alapvet igényeket kielégít , az életmin séget javító termékek és szolgáltatások igénybevétele, amelyek teljes életútjuk során minimalizálják a természeti er források, mérgező anyagok használatát és a hulladékok és szennyez anyagok kibocsátását, hogy ne veszélyeztessük a jövő nemzedékek szükségleteinek kielégítését”.

A nem fenntartható fogyasztás jelei közé tartozik a hulladék rohamosan növekv mennyisége, a fogyasztás káros egészségügyi (pl. az egészségtelen termékek reklámozása gyerekeknek) és környezet-egészségügyi (pl. a légszennyezés egészségügyi következményei) hatása, a környezet pusztulása.

Az emberek Magyarországon is egyre er sebben igénylik nemcsak a termékek jó min ségét és biztonságosságát, hanem azok megfelel társadalmi és környezeti hatékonyságát. Egyre többen kíváncsiak arra, hogy hol, hogyan, milyen körülmények között készülnek a termékek, és mi történik velük használatuk után, élettartamuk végén. A fogyasztók egyik alapjoga az egészséges környezethez való jog, így meg kell adni nekik a lehet séget és az információkat ahhoz, hogy olyan termékeket választhassanak, amelyek hozzájárulnak a környezet egészségesebbé válásához. Az EU-hoz és több tagállamához hasonlóan tehát Magyarországon is nagyobb figyelmet kell fordítani a fogyasztás kedvez tlen társadalmi és környezeti hatásainak csökkentésére, vagy akár kiküszöbölésére.

Az er s helyzetben lev és tájékozott fogyasztók könnyebben változtatják meg az életstílusukat és a fogyasztási szokásaikat, hozzájárulva ezzel egészségük javításához, a fenntarthatóbb életvitelhez és a takarékos gazdasághoz. A fogyasztóknak nagy szerepük van az olyan környezetvédelmi kihívások megválaszolásában, mint például az éghajlatváltozás, a leveg - és vízszennyezés, a földhasználat és a hulladékok. A környezet védelme és a klímaváltozás elleni küzdelem jobb tájékoztatást tesz szükségessé az olyan területeken, mint például az energia és a közlekedés, ahol a tájékozott fogyasztók hathatósan tehetnek a helyzet megváltozásáért.

### Tudatos, kritikus fogyasztói magatartás:

Olyan viselkedés, melyet a hatásvadász marketinghatásoktól való távolságtartás képessége, a fogyasztói szükségletek folyamatos mérlegelése, továbbá a felmerül fogyasztói problémák megértésének, kommunikálásának és megoldásának képessége és készsége jellemez.



## A tudatos vásárló 12 pontja

### 1. A pénzeddel szavazol

A vásárlás a te döntésed. Eldöntheted, mit támogatsz, és mit nem. Nem kell támogatnod a környezetszennyezést, a vegyszerezést, a gyermekmunkát, a buta, káros és felesleges dolgok tömeges gyártását.

### 2. A szemét a legdrágább

A szemét értelmetlen pénzkidobás neked és terhelés a környezetnek: mindig gondold végig, mennyit dobsz majd ki abból, amit megveszel!

### 3. Cetti

Vásárlás el tt ird össze, mire van szükséged. A nagy üzletek profi módszerekkel csábítanak felesleges pénzköltésre. Ne hagyatkozz „polc-trükkökre”!

### 4. Helyben

A nagy bevásárlóközpontok helyett vásárolj piacon, vagy helyi boltban. Kutasd fel a jó helyeket!

### 5. Mennyi m anyagot viszel haza?

Vigyél magaddal táskát, szatyrot, ne fogadj el zacskót mindenhol! Válaszd az egyszerű en csomagolt árukat! Keresd a visszaváltható, illetve újrahasznosított csomagolást!

### 6. Keresd az eredetit!

Ne d ljd be a szép küls nek és a vicces dumának: kerüld a nem természetes alapanyagból, vegyszerek segítségével, gyárilag el állított ételeket!

### 7. Olvasd el a címkéket!

Az élelmiszerek és kozmetikumok rengeteg káros (és felesleges) anyagot tartalmazhatnak. Ne kezeld magad vegyszerrel, se kívülr l, se belülr l, ha vegyszer nélkül is kaphatsz!

### 8. Er szakmentes szépség

Válassz olyan kozmetikumokat, amelyeket állatkínzás nélkül tesztelnek, illetve nem tartalmaznak állati eredet anyagokat!

## 9. Tartós használat

Kerüld az eldobható dolgokat, ezek tömeges el állítása és kidobása energiapazarlással és környezetszennyezéssel jár!

## 10. Frisset!

Friss, hazai idényzöldséget és gyümölcsöt vegyél az üvegházi, több tízezer kilométert utaztatott, mesterségesen érlelt, agyoncsomagolt és tartósított áruk helyett!

## 11. Helyi termékeket vásárolj!

Keressd a lakóhelyed közelében készült dolgokat! Így a helyi környezetet támogatod, valamint kevésbé járulsz hozzá a szállítással járó környezetterheléshez.

## 12. Nem mindegy!

Ha nincs is tökéletes termék, keresheted mindig a jobbat. Legyél tudatos: járj utána, hogy ki állítja el, mit tartalmaz, mibe csomagolják, hová kerül!

*Forrás: <http://www.tve.hu>*

## Ne Vásárolj Semmit Nap

A Tudatos Vásárlók Egyesületének koordinálásával több éves hagyománya van Magyarországon is a **Ne Vásárolj Semmit Napnak** (november utolsó péntekje). Azokban az országokban, ahol a fogyasztói „kultúra” már korábban elhatalmasodott, tíz éve tartják meg a fogyasztói böjt eme ünnepét. Az elmúlt években már több mint hatvan országban több százezer ember vesz részt az egynapos vásárlási szünetben.

**November utolsó péntekjén** megtagadjuk a részvételt. Magunk mögé dobjuk szokásainkat, új szemléletmódot fedezünk fel, tevékenyek leszünk közösségeinkben.

A civilizációnk által diktált túlfogyasztás számtalan káros környezeti és társadalmi következménnyel jár. A hirdetések, a vezető sajtó által közvetített ideálok, melyek már kiskorunk óta befolyásolják világképünket, arra ösztönöznek, hogy minél több, minél gyorsabban és minél drágábban kielégítendő szükségletünk legyen.

Mindeközben elterel dik a figyelem arról, hogy a fogyasztói boldogságérzetet fenntartó termékek el állítása többnyire hosszú távon fenntarthatatlan mértékben veszi igénybe környezetünket. A „cuccipar” nyersanyag- és energiaigénye, a csomagolt termékek fogyasztásával keletkező szeméttel mennyisége és a szállításukkal kibocsátott különböző szennyezések mára az ökológiai katasztrófa súlyosbodásának első számú okaivá n tték ki magukat.

A „Ne vásárolj semmit nap”-on szálljon ki a fogyasztók mókuskerekéből, és találja meg a pénztől független örömeit az életében! Az életet lehet vétevé környezet, azaz Önmagunk érdekében.

**S ha egyetlen napra sikerült, talán a következőkben sem lesz már olyan nehéz...**

### Felhasznált források, ajánlott honlapok:

- EU Közösségi fogyasztóügyi politikai stratégia 2007-2013 ([www.ofe.hu](http://www.ofe.hu))
- Magyarország III. középtávú fogyasztóvédelmi politikája (2007-2013) és cselekvési programja (2007-2010) ([www.fvf.hu](http://www.fvf.hu))
- Tudatos Vásárlók Egyesülete ([www.tve.hu](http://www.tve.hu))

*Kiadta:*

Környezeti Tanácsadó Irodák Hálózata  
Szerkesztette: F. Nagy Zsuzsanna



*További tájékoztatás:*

Környezeti Tanácsadó Irodák  
Hálózata  
[kothalo@zpok.hu](mailto:kothalo@zpok.hu)  
[www.kothalo.hu](http://www.kothalo.hu)  
8200 Veszprém, Zrínyi u. 3/1.  
Tel/fax: 88/427-792



[www.greenfo.hu](http://www.greenfo.hu)

Környezetbarát újrapiírva nyomva.

**Támogató:**

*Szociális és Munkaügyi Minisztérium*



16.

# A fenntartható és a tudatos fogyasztás

Környezeti Tanácsadó Irodák Hálózata  
(KÖTHÁLÓ)

[www.kothalo.hu](http://www.kothalo.hu)

2007

