

## 9. Tartós használat

Kerüld az eldobható dolgokat, ezek tömeges előállítására és kidobására energiapazarlással és környezet-szennyezéssel 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!

Keresd a lakóhelyed közelében készülő 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 elő, mit tartalmaz, mibe csomagolják, hová kerül!

Forrás: [www.tve.hu](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 ország vett 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 elterelődik a figyelem arról, hogy a fogyasztói boldogságérzetet fenntartó termékek

előállítására többnyire hosszú távon fenntarthatatlan mértékben veszi igénybe környezetünket. A „cucc-ipar” nyersanyag- és energiaigénye, a csomagolt termékek fogyasztásával keletkező szemét mennyisége és a szállításukkal kibocsátott különböző szennyezések mára az ökológiai katasztrófa súlyosbodásának első számú okaivá nőttek ki magukat.

A „Ne vásárolj semmit! Nap”-on szálljon ki a fogyasztók mókuskerekéből, és találja meg a pénztől független örömeit az életében! Az életet lehetővé tévő 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))

A szórólap megjelentetését az Európai Unió támogatta az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával „A lakossági tanácsadás fejlesztése a fenntartható életmódot és az ehhez kapcsolódó viselkedésmintákat ösztönző kampányok hatékonyságának növelése érdekében” című projekt keretében.

Kedvezményezett:

Környezeti Tanácsadó Irodák Hálózata.

**Adója 1%-át ajánlja fel az ingyenes lakossági tanácsadás támogatására!**

**Adószám: 18973231-1-19**

**Köszönjük segítségét!**

### Környezeti Tanácsadó Irodák Hálózata

Székhely: 8200 Veszprém, Rákóczi u. 3.

Levelezési cím: Miskolc, Kossuth u. 13.

Tel: 46/382-095, Fax: 46/505-077

[kothalo@zpok.hu](mailto:kothalo@zpok.hu) - [www.kothalo.hu](http://www.kothalo.hu)



Környezetbarát újrapapírra nyomva.



**KEOP-6.1.0/B-2008-0008** - "Lakossági tanácsadás fejlesztése a fenntartható életmódot és az ehhez kapcsolódó viselkedésmintákat ösztönző kampányok hatékonyságának növelése érdekében"

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

**ÜMFT infovonal:**  
**06 40 638 638**

[nfu@nfu.gov.hu](mailto:nfu@nfu.gov.hu) • [www.nfu.hu](http://www.nfu.hu)



Az előttünk álló időszakban 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 megfelelő 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 alapvető igényeket kielégítő, az életminőséget javító termékek és szolgáltatások igénybevétele, amelyek teljes életútjuk során minimalizálják a természeti erőforrások, mérgező anyagok használatát és a hulladékok és szennyezőanyagok kibocsátását, hogy ne veszélyeztessük a jövő nemzedékek szükségleteinek kielégítését”.

A nem fenntartható fogyasztás jelei közé tartozik a hulladék rohamosan növekvő 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 erősebben igénylik nemcsak a termékek jó minőségét és biztonságosságát, hanem azok megfelelő 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 lehetőséget és az információkat ahhoz, hogy olyan termékeket választhassanak, amelyekkel a környezetüket egészségesebbé tehetik. Az Európai Unió többi tagállamához hasonlóan tehát Magyarországon is nagyobb figyelmet kell fordítani a fogyasztás kedvezőtlen társadalmi és környezeti hatásainak csökkentésére, vagy akár kiküszöbölésére.

A 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 levegő- és vízszennyezés, a földhasználat és a hulladékok keletkezése. A környezet védelme és a klímaváltozás elleni küzdelem jobb tájékoztatást tesz szükségessé az olyan területeken, ahol a tájékozott fogyasztók hathatósan tehetnek a helyzet megváltozásáért, mint például az energia és a közlekedés,

### **Tudatos, kritikus fogyasztói magatartás:**

Olyan viselkedés, melyet a hatásvadász marketing-hatásoktól való távolságtartás képessége, a fogyasztói szükségletek folyamatos mérlegelése, továbbá a felmerülő 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 környezet-szennyezést, 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. Cetli**

Vásárlás előtt írd össze, mire van szükséged. A nagy üzletek profi módszerekkel csábítanak felesleges pénzköltésre. Ne hagyatkozz „polcstrükkökre”!

### **4. Helyben**

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

### **5. Mennyi műanyagot viszel haza?**

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

### **6. Keresd az eredetit!**

Ne dőlj be a szép külsőnek és a vicces dumának: kerüld a nem természetes alapanyagból, vegyszerek, adalékok segítségével, gyárilag előállított ételeket!

### **7. Olvasd el a címkéket!**

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

### **8. Erőszakmentes szépség**

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