



**HYVIS**

---

# Hyvin kestää

Ohjeita ja ideoita  
kestävän kehityksen  
parantamiseksi 2022

# Yhdessä kohti hyvin kestävää Hyuistä!

## Yleistä



**Energian- ja sähkönkulutusta pyritään vähentämään:** Valot sammutetaan ja laitteiden virta katkaistaan, sillä tarpeettomat valmiustilat kuluttavat energiaa. Hankitaan uudelleenladattavia paristoja paristokäyttöisiin laitteisiin.

**Hankinnat:** Hankinnoissa pyritään toimimaan mahdollisimman ympäristöystävällisesti. Ensisijaista on miettiä, ovatko hankinnat tarpeellisia. Turhaa ja tarpeetonta kulutusta vältetään. Mahdollisuuksien mukaan **lainataan tarvittavia tavaroita tai hankitaan ne kierrätettyinä.**

Hankinnoista arvioidaan tuotteen ympäristövaikutukset. Tärkeitä tekijöitä elinkaaren kannalta ovat tuotteen kestävyys, monikäyttöisyys, uudelleenkäytettävyys ja helppo korjattavuus. Huomioidaan myös sosiaalinen kestävä kehitys. Lapsityövoimalla tai muuten epäoikeudenmukaisesti valmistettuja tavaroita vältetään. Hyvälaatuista, lähellä tuotettua suositaan. Hankinnoissa luotetaan puolueettomiin ympäristömerkintöihin, kuten joutsenmerkkiin.

## Toimistossa

**Tulostus ja kopiointi:** Tarpeetonta paperinkulutusta vältetään, ja suositaan kaksipuolista tulostusta. Ensisijaista on pohtia, mitä tulosteita tarvitaan.

**Sähköinen viestintä:** Suurin osa asioista voidaan hoitaa sähköpostilla tai puhelinkeskustelulla. Kokouskutsuja ja kokouksien liitteitä ei tarvitse kopioida kaikille, vaan ne voidaan lähettää sähköpostilla tutustuttavaksi etukäteen. Tiedotuksessa pyritään käyttämään mahdollisimman vähän paperia ja hyödyntämään sähköisiä medioita. Sosiaalinen media ja sen ylläpito on tärkeää. Koulutusmateriaalit toimitamme ensisijaisesti sähköisesti.

Jäsentiedote postitetaan vain kerran, sen jälkeen se on luettavissa verkkosivuilta. Tapahtumailmoituksia julkaistaan aulaan diaesityksenä sen sijaan, että jokaisen pikkutapahtuman mainos tulostetaan seinälle. Priorisoidaan, mitkä mainokset tarvitsevat tilaa ilmoitustaululla.



**Askartelut:** Pyritään hyödyntämään olemassa olevia materiaaleja, kuten pakkausmateriaaleja, luonnosta ja Kiertopisteestä noudettavia tuotteita.

**Tietokoneet:** Koneita huolletaan säännöllisesti. Niiden tuuletusaukot, portit ja näppäimistöt puhdistetaan pölyistä paineilmalla neljä kertaa vuodessa.



## Matkustaessa ja tapahtumissa

Henkilökunnan matkustaessa käytetään mahdollisuuksien mukaan julkisia kulkuneuvoja. Liput hankitaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa matkustusbudjetin minimoimiseksi. Mikäli julkisen liikenteen käyttäminen ei ole mahdollista, käytetään matkustettaessa henkilökunnan autoa ja suositaan kimppakyytiä. Kaupunkialueella siirrytään paikasta toiseen kävellen.

Jäsenien kanssa matkustettaessa suositaan yhteiskyytejä ja tilaus linja-autoa. Kaupungissa kuljetaan kävellen. Suosi kävelemistä jos:

- matka on alle 2 kilometriä.
- ei ole raskaita kantamuksia.
- sää tai fyysinen kunto ei ole esteenä.

## Matkustaminen autolla

TOIMENPIDE	MITEN	SÄÄSTÖ
Ketjuttaminen	Yhdistetään erillisiä ajomatkoja yhdeksi reissuksi. Suunnitellaan etukäteen asiointikohteet ja ajojärjestys.	Vähentää polttoaineen kulutusta ja päästöjä.
Reitin valinta	Vältetään ruuhkaisia teitä ja ajankohtia jos mahdollista. Jos ruuhkaa ei voi välttää pidetään ajaessa mahdollisimman tasainen vauhti ja riittävä turvaväli edellä ajavaan (vältytään nykivältä ajolta)	Alentaa stressitasoa ja vähentää polttoaineen kulutusta. Polttoaineen kulutus voi vähentyä 1,5 kertaisesti.
Ylimääräinen kuorma pois	Pidetään auto siistinä ylimääräisestä kuormasta ja putsataan lumet.	100kg ylimääräinen kuorma lisää polttoaineen kulutusta noin 0,5l/100km
Vältä tyhjäkäyntiä	Sammuta auton moottori, jos pysähdys kestää yli minuutin. Laki sallii 2 minuutin tyhjäkäynnin. Älä paina kaasupoljinta, kun käynnistät auton uudelleen.	Tyhjäkäynti kuluttaa polttoainetta lähes 1l/1h
Aja isolla vaihteella	Matala kierrosluku ja iso vaihde	Säästää polttoainetta

## Autoillessa otettava huomioon

Sähkölaite	Sähkönkulutus	Kulutuksen kasvu
	W	litraa/100 km
Istuinlämmitin	100	0,20
Takalasin + peilienlämmitin	300	0,59
Stereot kovalla äänenpaineella	240	0,47
Lämmityslaitteenpuhallin (max)	200	0,39
Tehdasnavigointi	25	0,05
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>865</b>	<b>1,7</b>

Autoillessa mm. ilmastointi lisää kulutusta. Auto ajetaan mahdollisuuksien mukaan varjoisaan paikkaan ja laitetaan ilmastointi vain hetkellisesti päälle.

**Retket ja juhlat:** Retkillä ei roskata, vaan roskat joko kerätään mukaan tai toimitetaan asiaankuuluviin roskiksiin. Retkillä suositetaan kevyesti pakattuja eväitä, erityisesti jos mukaan otetaan yhteisiä eväitä. Retkien järjestäjät ovat vastuussa siitä, että retkillä toimitaan ympäristöystävällisesti.

Juhlat ovat tärkeä osa perinteiden ylläpitämisestä ja välittämisestä uusille sukupolville. Juhlien järjestäjät ovat vastuussa ympäristöohjeiden noudattamisesta. Talon astiat ja liinat pidetään hyvässä kunnossa ja niihin hankitaan täydennystä vain tarpeen mukaan. Juhlia-astiasia voi lainata muualta tarvittaessa.



## Keittiössä

**Ateriasuunnittelu:** Lounaslistojen suunnittelu 4–6 viikkoa ennakkoon auttaa hävikin vähentämisessä. Kauppa- ja tukkuostot suunnitellaan ennakkoon ja niiden nouto keskitetään yhteen päivään. Täydennykset ja unohdukset voidaan noutaa lähikaupasta jalan tai polkupyörällä.

Valitaan raaka-aineita sesongin ja vuodenajan mukaan. Ruuanlaitossa pyritään suosimaan kotimaisia ja sydänystävällisiä raaka-aineita. Ruokaa valmistetaan syöjämäärän mukaan hävikin minimoimiseksi. Vältetään eineksiä ja suositaan kuivatuotteissa suurpakkauksia. Pilaantuvia raaka-aineita hankitaan oikea määrä, jotta ruokaa ei jouduta heittämään pois.

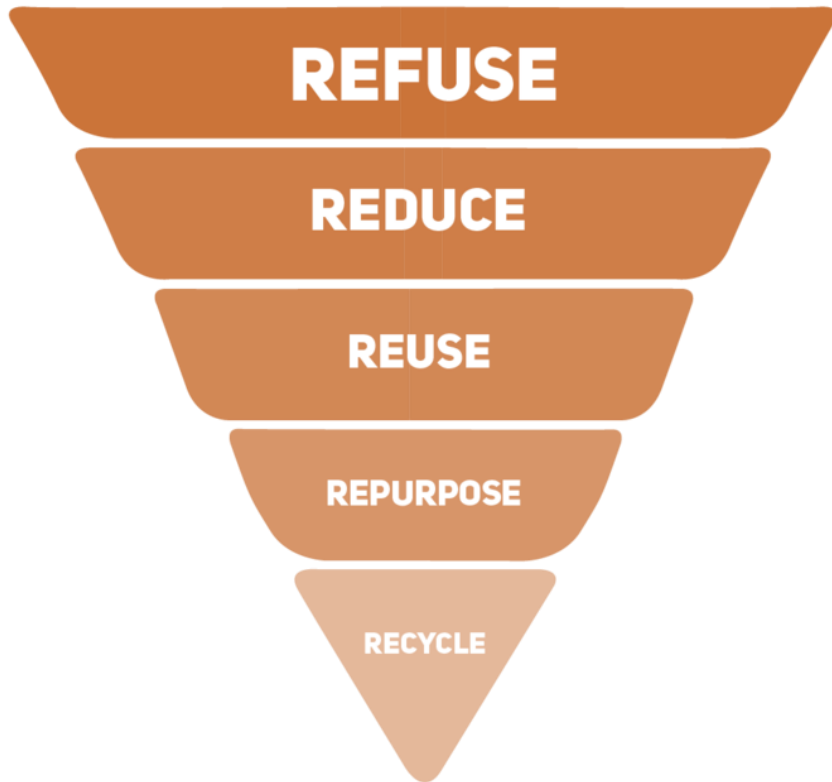
Kiinnitetään huomiota pakkausmateriaaleihin ja vältetään turhia kääreitä – mieluiten ostetaan elintarvikkeita irtomyynnistä ja paikallisilta tuottajilta. Tuotteiden pakkaamisessa vältetään folion käyttöä, koska se on erityisen vaikeasti hävitettävissä.

**Kasvisruoan lisääminen:** Kasvisruoka on ekologisesti kestävämpi vaihtoehto kuin liharuuat, joten tuodaan se esille tasavertaisena vaihtoehtona liharuuan kanssa. Lisätään kasviproteiinin ja kasvien käyttöä ja pyritään vähentämään lihatuotteiden määrää. Mm. Marttojen verkkosivuilta saa ideoita monipuolisen kasvisruuan valmistukseen.

Kasvisruokavaliosta voi järjestää luentoja ja kokkikursseja. Tutustutaan Sydän- ja Joutsenmerkin verkkosivustoihin ja hyödynnetään heidän resurssejaan.

**Lähiruuan kannattaminen:** Lähiruuan ja reilun kaupan tuotteiden suosiminen on arvovalinta ja takuu ympäristömääräysten noudattamisesta. Pyritään käsin tekemiseen, jotta saadaan kokemuksia aidoista, puhtaista ja jalostamattomista raaka-aineista. Itse alusta alkaen tehty ruoka sisältää vähemmän säilöntä- ja lisäaineita. Mitä vähemmän välikäsiä tuotteen valmistuksessa on käytetty, sitä vähemmän on kulunut energiaa tuotteen jalostamiseen ja kuljetukseen.

## Siivotessa



**Kertakäyttöisten tarvikkeiden vähentäminen:** Keittiön kulutuksen kannalta olisi hyvä, että käytettäisiin mahdollisimman vähän kertakäyttöisiä tavaroita, kuten paperipyyhkeitä, hanskoja ja astioita. Jos niitä kuitenkin tarvitsee ostaa, niin suositaan biohajoavia materiaaleja. Samoja kriteerejä sovelletaan siivousvälineisiin. Ostetaan vaihtopäitä harjoihin kokonaan uuden harjan sijasta jne. Mahdollisia vanhoja tekstiilejä voi uusiokäyttää siivouksessa.



**Pesuaineet:** Pesuaineita annostellaan oikea määrä. Astian- ja pyykinpesukoneessa pestään täysiä koneellisia aina kun se on mahdollista. Pakastimet sulatetaan säännöllisesti.

**Jätehuolto:** Ensisijaisena tarkoituksenamme on vähentää jätteiden määrää. Kierrättämisen suhteen oltava järjestelmällisiä, ja jätteet tulee lajitella mahdollisimman tarkasti. Työpaikalla laaditut kierrätysohjeet auttavat siinä. Hankinnoissa suositaan mahdollisimman kevyesti pakattuja tuotteita. Toimistolla vältetään turhaa paperin kulutusta, ja kierrätetään toimistotyössä tulevat jätteet.



## Merkkiliite



**Sydänmerkki:** Sydänmerkkiä voit löytää elintarvikepakkauksista ja ravintoloiden annoksista. Se osoittaa, että tuote on terveyden kannalta hyvä valinta. Sydänmerkin voi saada tuotteet, joissa on hyvälaatuisia rasvoja, suolaa ja sokeria on maltillisesti sekä sisältää reilusti kuitua.



**Joutsenmerkki:** Joutsenmerkin tavoitteena on edistää kestävästä kehitystä. Sen kriteerit päivittyvät usein, joten ostaessasi tämän ympäristömerkin sisältäviä tuotteita ajattelet aina luonnon parasta. Joutsenmerkin voi löytää esim. puhdistustuotteista, siivousvälineistä ja polttoaineista. Myös jotkin palvelut, kuten painolaitokset ja siivouspalvelut, voivat saada Joutsenmerkin.



**Reilun kaupan merkki:** Reilun kaupan merkki on tunnetuin oikeudenmukaisen kaupan sertifiointimerkki. Reilun kaupan kriteereillä taataan inhimilliset työolot. Kriteerit kasvattavat tasa-arvoa ja mm. kieltävät syrjinnän ja lapsityön hyväksikäytön. Reilu kauppa myös kouluttaa viljelijöitä ja työntekijöitä.