

1,5 asteen muuttuja: kansanedustaja Rami Lehto Lahdesta

Lähtötaso vuonna 2021

Perussuomalaisten kansanedustaja ja Lahden kaupunginvaltuutettu, 48-vuotias Rami Lehto asuu vaimonsa kanssa kerrostalossa Lahdessa. Vuonna 2021 Lehdon hiilijalanjälki on 6,2 tonnia vuodessa. Suurimmat päästöt aiheutuvat ruoasta ja ajamisesta arjessa, jotka vastaavat noin kahta kolmasosaa koko hiilijalanjäljestä.

”Meidän ei pidä joutua tekemään valintoja pakolla vaan vapaaehtoisesti”, sanoo perussuomalaisten kansanedustaja ja vapaa-ajan luomuviljelijä Rami Lehto. Hän voisi kuvitella muuttavansa pienempään asuntoon ja syövänsä enemmän kotimaista villikalaa ja riistaa punaisen lihan sijaan.

”**K**estävän elämisen ei tarvitse tarkoittaa sitä, että maksaa kaikesta enemmän tai luopuu itselleen tutuista asioista. Uskon, että päästöt pienenevät kuin automaattisesti teknologian kehityessä ja kun alamme käyttää uusia teknologioita. Verohelpotuksilla voidaan kannustaa ihmisiä vapaaehtoisesti valitsemaan kestävämpiä vaihtoehtoja. Emme me perussuomalaiset ole ympäristöä vastaan, vaikka meistä usein niin sanotaan.

Esimerkiksi autoilu on monelle välttämättömyys. Ihmisiä ei saisi rangaista siitä korottamalla autoilun hintaa. Sähköautoilu voisi ehkä kiinnostaa minua, mutta latauspaikkoja ei vielä löydy Lahdessa helposti ja edullisesti kodin tai työpaikkojen läheisyydestä. Aina pitäisi ajaa kaupakeskukseen tai kauemmas.

Minun pitää hoitaa kauppareissut ja muut arjen menot nykyisin autolla. Lahdessa marketit ovat keskittyneet kaupungin laitamille, joten tarvitsemme vaimoni kanssa autoa lähes kaikkeen asiointiin. Autoilu on välttämätöntä myös kansanedustajan työssä, sillä kuljen tapahtumissa siellä sun täällä ja tulen usein työmatkoilta kotiin myöhään illalla. En vielä maksaisi polttomootoriautoa enemmän sähköautosta, mutta voisin vaihtaa pienempään ja vähäpäästöisempään autoon.

Ajattelen, että asumisessakin tilanne on melkein sama. Kerrostalossa tosin on rajatut mahdollisuudet vaikuttaa asumisen päästöihin. Olemme silti miettineet, että voisimme muuttaa vaikka 20 neliometriä pienempään asuntoon.

Tuleva koti voisi myös sijaita lähempänä meille tärkeitä palveluita, jolloin voisimme hoitaa asioita kävellen tai pyörällä.

Vapaa-ajalla teemme mielestäni jo paljon kestäviä asioita. Oleskelemme vaimoni kanssa suuren osan vuodesta siirtolapuutarhamökillä sen sijaan, että matkustaisimme ulkomaille. Harrastamme luomuviljelyä ja saamme suuren osan kasviksista oman puutarhan penkistä. Muutenkin ruoassa suosimme kotimaisuutta. Kotimainen ruoka on mielestämme laadukasta.

Lihasta en luovu täysin, mutta voisin syödä enemmän kotimaista villikalaa ja riistaa ja vähemmän punaista lihaa. Uskon, että monet ihmiset valitsisivat lähellä tuotettuja kotimaisia ruokia, jos ne olisivat halvempia kuin ulkomailta tuotavat elintarvikkeet.

Voin kuitenkin itse vähentää ruoasta aiheutuvia päästöjäni edullisesti. Voisimme kotona kuluttaa vähemmän ruokaa. Herkkujen ja napostelun vähentämisen lisäksi voisimme minimoida hävikkiä suunnittelemalla viikon ruoat etukäteen ja ostamalla useammin alennuksessa olevia tuotteita.

Mielestäni Lahden ei tarvitsisi olla niin etukenossa ympäristöasioissa - varsinkaan, jos se tarkoittaa arjen kallistumista ja vaikeutumista. Meidän ei pidä joutua tekemään valintoja pakolla vaan vapaaehtoisesti. Ihmisiä pitäisi kannustaa valitsemaan kestäviä vaihtoehtoja alentamalla niiden hintaa sen sijaan, että nostetaan haitallisten kustannuksia.”

Päästöjen vähennys 2021-2030

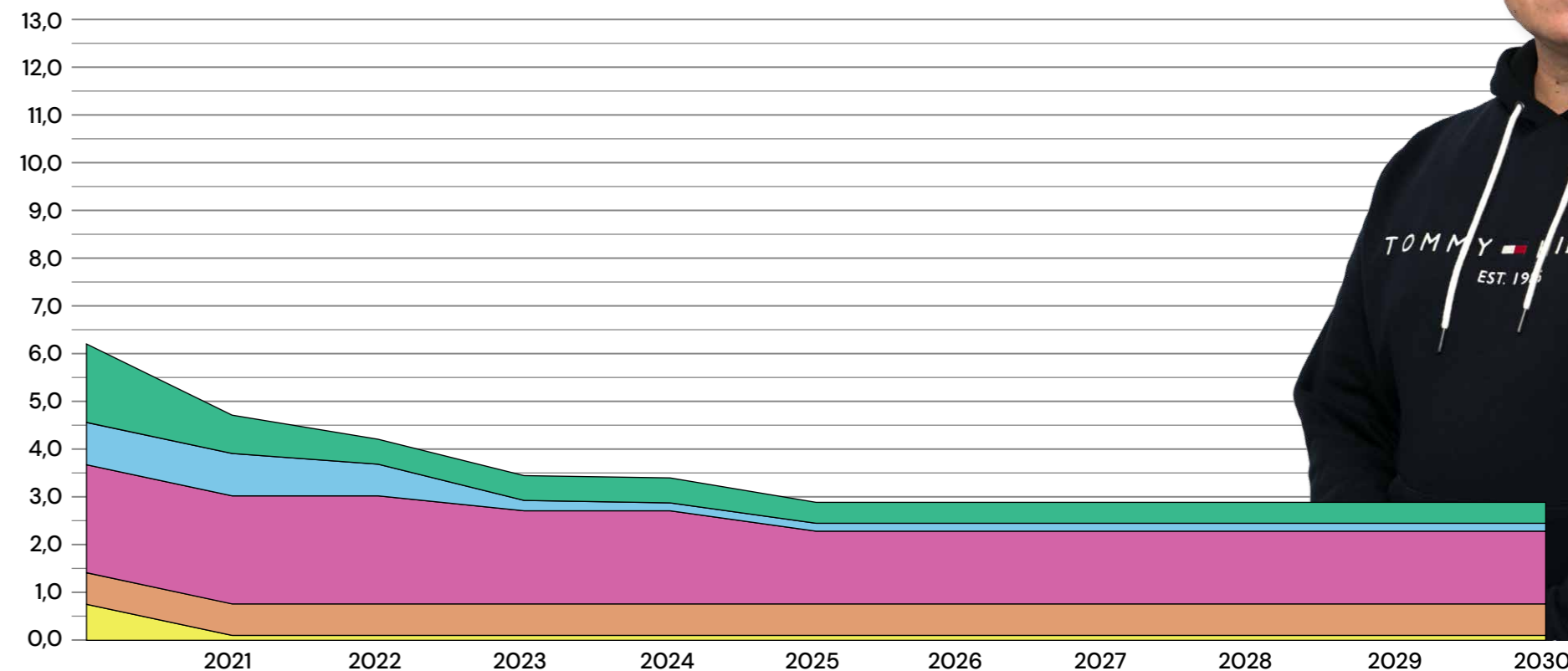


Rami pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Vaihtamalla pienempään autoon -420 kg
- Muuttamalla 20 neliometriä pienempään asuntoon -340 kg
- Suosimalla paikallista villikalaa ja riistaa punaisen lihan sijasta -260 kg

Elämäntapamuutosten avulla Rami perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 3,3 tonnilla henkeä kohden. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 2,9 tonnia henkeä kohden, eli jo lähellä 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatimaa tasoa.

Rami: Hiilijalanjälki 6,2 → 2,9 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



Ruoka Asuminen Arkiliikkuminen Vapaa-aika ja lomat Tavarat ja muu kulutus



1,5 asteen muuttajat: eläinrakas pariskunta Lahdesta

Lähtötaso vuonna 2021

Oleniusten perheeseen kuuluvat 42-vuotias Niina, puoliso Harri ja koira. Niina on ammatiltaan kätilö-terveydenhoitaja ja Harri työskentelee matkailualalla. He asuvat Lahdessa Launeella sähkölämmittisessä omakotitalossa. Vuonna 2021 Oleniusten hiilijalanjälki on 7,2 tonnia per henkilö. Pariskunnan suurin päästölähde on autoilu, joka aiheuttaa noin 40 prosenttia heidän hiilijalanjäljestään.



”Pidämme molemmat kovasti matkustelusta ja olemme matkustaneet paljon. Tiedämme, ettei lentäminen ole hyväksi ilmastolle. Siksi olemme halunneet tehdä jotakin hyvää lomakohteidemme paikallisissa yhteisöissä, vaikkei se suoraan päästöihin vaikutakaan”, sanoo Niina Olenius. Niina ja Harri Olenius halusivat luopua toisesta autostaan ja voisivat tulevaisuudessa muuttaa nykyistä omakotitaloa pienempään kotiin.

”**O**len ollut noin seitsemän vuotta vegaani. Kiinnostukseni vegaaniseen ruokavalioon alkoi eläinten oikeuksista. Luin silloin paljon artikkeleita ja tietokirjallisuutta eläintuotannon eettisistä ja ekologisista ongelmista. Eläinten hyväksikäyttö teho- tuotannossa ei osu yksin arvojeni kanssa ja halusin vaikuttaa omilla valinnoillani asiaan. Viime aikoina olen alkanut kiinnittää huomiota erityisesti ruoan ja myös muiden elämäntapojen ympäristövaikutuksiin.

Vähennän ruokahävikkiä tarkkaan. Ostan alennusmyynnissä olevia punalaputettuja tuotteita ja haistan ja maistan ruokia ennen kuin heitän mitään pois, vaikka päiväys olisi jo mennyt. Koira syö mielellään tähteet. Erityisesti pullat, munkit ja muut makeat ovat koiramme Hertan suurta herkkua.

Olemme Harrin kanssa asuneet nykyisessä kodissamme jo 16 vuotta. Täällä on helppo elää koiran kanssa, kun voin aamulla päästää sen pihalle touhuamaan. Voisimme joskus kuvitella muuttavamme pienempään asuntoon, mutta emme halua ihan vielä päästää irti tähän kotiin liittyvistä muistoista. Kenties vuoteen 2030 mennessä olemme valmiita muuttamaan pienempään kotiin, kunhan sielläkin on oma piha, jossa voi myös kasvattaa hedelmiä ja marjoja.

Vaikka Harri on tykännyt pärinävehkeistä kuten moottoripyöristä olemme valinneet polkupyörät arkeen. Pyöräilen itse usein töihin ja vapaa-ajalla lenkkeilemme luonnos-

sa koiran kanssa. Viime talvena sain pyörääni nastarenkaat ja pyöräilin osittain työmatkat myös talviaikaan. Meillä on kaksi autoa, koska tarvitsemme niitä välillä samaan aikaan. Tarvitsemme autoa myös mökkeilyyn. Emme kuitenkaan autoile niin paljon, että olisi järkevää seisottaa toista autoa jatkuvasti pihassa.

Toisesta autosta luopuminen olisi helpompaa, jos esimerkiksi yhteiskäyttöautoja olisi paremmin tarjolla lähellä kotiamme. Silloin voisin lainata toista autoa tarpeen tullen. Jäljelle jäävän auton voisimme mielestäni vaihtaa ladattavaan hybridiin. Sitä varten pitäisi vain hankkia latausasema pihaan.

Pidämme molemmat kovasti matkustelusta ja olemme matkustaneet paljon. Tiedän, ettei lentäminen ole hyväksi ilmastolle. Siksi olen halunnut tehdä jotakin hyvää lomakohteidemme paikallisissa yhteisöissä, vaikkei se suoraan päästöihin vaikutakaan. Olemme lomamatkoilla esimerkiksi siivonneet rantoja ja auttaneet paikallisia eläinsuojeluyhdistyksiä. Se on sellaista hyvän mielen toimintaa. Auttamisesta tulee aina hyvä olo myös itselle.

Tulevaisuudessa haluan lentää ulkomaille nykyistä harvemmin ja olla kohteessa kerralla pidempään. Hankimme muutama vuosi sitten mökin Kuhmoisista, ihanan puhdasvetisen järven rannalta, joten meidän ei tarvitse enää lähteä pois Suomesta yhtä usein. Luonnossa ja järven rannalla oleminen ja luonnon muutosten tarkkaileminen syventävät myös luontosuhdetta ja luonnon arvostusta.

Minusta olisi kuitenkin hienoa tehdä hyväntekeväisyysmatka jonnekin kauemmas maata pitkin. Toivottavasti junayhteydet paranisivat ja junamatkojen hinnat laskisivat Euroopassa ja kauempanakin.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

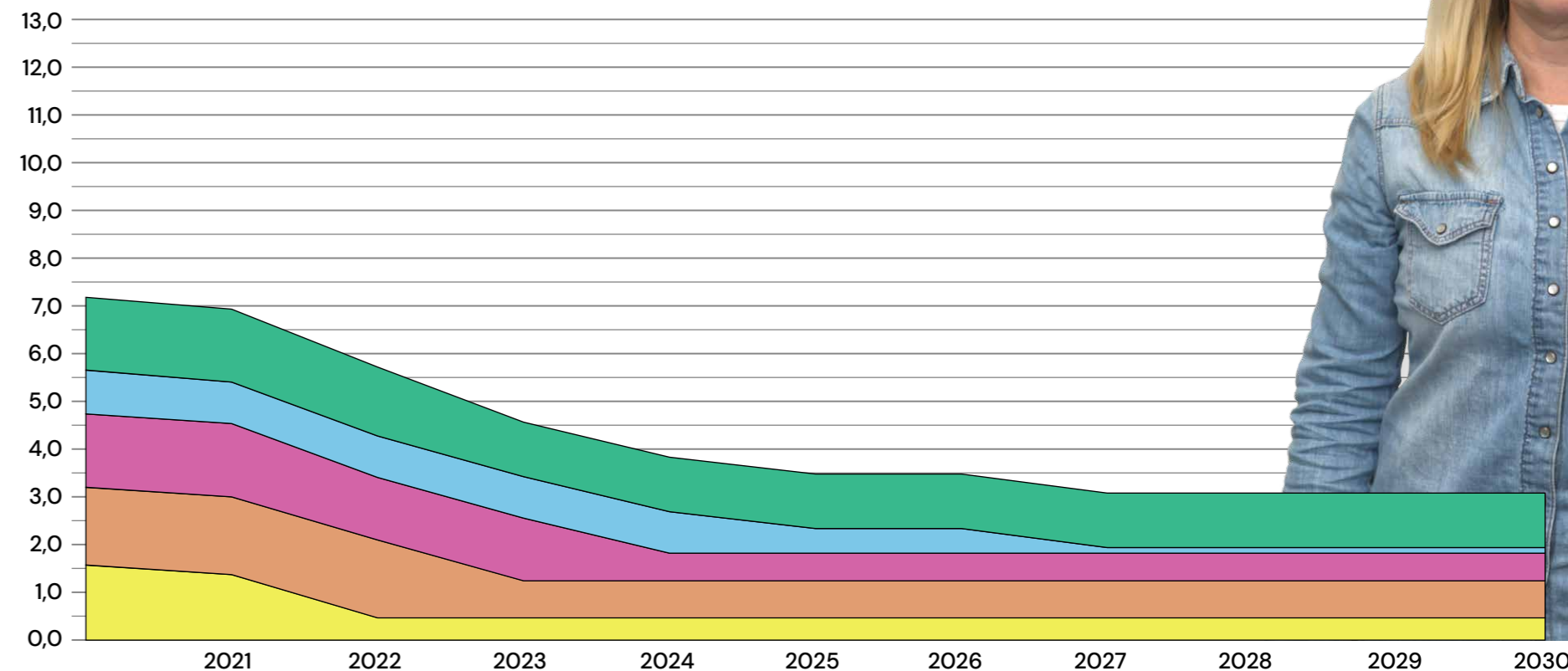


Niina pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Matkustamalla harvemmin ja olemalla perillä pidempään -2800 kg
- Luopumalla toisesta autosta -470 kg
- Muuttamalla pienempään asuntoon -400 kg

Elämäntapamuutosten avulla Niina ja Harri voivat vähentää hiilijalanjälkeään 4,1 tonnilla henkilöä kohden. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 3,1 tonnia, eli huomattavasti lähempänä 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatimaa tasoa.

Niina: Hiilijalanjälki 7,2 → 3,1 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



Ruoka Asuminen Arkiliikuminen Vapaa-aika ja lomät Tavarat ja muu kulutus



1,5 asteen muuttuja: Apulanta-yhtyeen rumpali Simo "Sipe" Santapukki, Lahti

Lähtötaso vuonna 2021

43-vuotiaan Sipe Santapukin nelihenkinen perhe asuu kerrostalossa Lahden keskustassa. Perheeseen kuuluu kaksi pientä lasta ja puoliso Minna Kauppi, joka on entinen ammattiuurheilija. Vuonna 2021 Santapukin perheen hiilijalanjälki on noin 4,5 tonnia per henkilö. Suurimmat päästöt syntyvät autoilusta ja kuluttamisesta, jotka vastaavat melkein puolta heidän hiilijalanjäljestään.

"Meillä pitäisi olla helppoja mahdollisuuksia hyödyntää muille tarpeettomia tavaroita ja materiaaleja. Kiertotalous on välttämätöntä tulevaisuudessa", sanoo Apulanta-yhtyeestä tuttu Sipe Santapukki. Hän haluaa ostaa nykyistä enemmän tavaroita kierrätettynä ja kokeilla talvipyöräilyä autoilun sijaan – kunhan se on turvallista ja helppoa.

"**P**uolisoni ja minä arvostamme perhekeskeisyyttä ja perusasioiden elämyksellisyyttä erityisen paljon. Luonto on ollut minulle aina tärkeä ja sen merkitys on vain korostunut entisestään sen jälkeen, kun tapasin suunnistajapuolisoni. Vapaa-aikaa vietämmekin koko perheen kesken lähes yksinomaan ulkona metsäretkillä, eväät reppuun pakattuina.

Omat evääni ovat aina vegeä. Olen ollut kasvissyöjä jo 20 vuotta, mutta lapset ja puoliso syövät sekaruokaa. Juusto tosin maistuu minullekin. Meillä on kotona periaate, että mitään ei heitetä pois. Näin yritämme minimoida ruokahävikkiä. Hävikin vähentäminen kiinnostaa minua kuluttajana muutenkin. Kauppareissuilla nappaamme hyllystä yleensä alennuksessa olevat punalappuiset tuotteet. Pitääkin selvittää, mistä hävikkiruokaa löytäisi parhaiten myös päivittäistavara-kauppojen ulkopuolelta. Aion kokeilla eri sovelluksia, joiden avulla voi ostaa hävikkiruokaa esimerkiksi ravintoloista ja kahviloista.

Hävikkiruokasovellusten lisäksi yritämme toteuttaa kiertotaloutta arjessamme muillakin tavoin. Olen alkanut etsiä ja kerätä erilaisia materiaaleja tulevaa rakennusprojektiamme varten. Haluamme rakentaa tontillemme Heinalaan uuden kodin, josta haluamme tehdä nollaenergitalon. Se olisi siis talo, joka tuottaa yhtä paljon energiaa kuin se kuluttaa. Ajattelimme lämmittää talon maalämmöllä ja tuottaa sinne sähköä aurinkopaneelilla.

Olen jo löytänyt monia hyviä materiaaleja jätelavoilta ja kävin jopa hakemassa autolastillisen ylijäämätilliä lahTELaiselta rakennustyömaalta. Myös tuttuni vinkkaavat minulle materiaalilöydöistä. Kiertotalous on mielestäni välttämätöntä tulevaisuudessa.

Toivoisin, että tulevaisuudessa meillä olisi helppoja mahdollisuuksia hyödyntää muille tarpeettomia tavaroita ja materiaaleja. Siksi ajattelin, että voisin perustaa vaikka rappukäytäväämme tai nettiin tavaroiden vaihtopisteen jonka avulla voisin laittaa itselleni tarpeettomat tavarat kiertoon. Ostamme jo nyt suuren osan tarvitsemistamme asioista käytettynä.

Tällä hetkellä voisin vaikuttaa eniten arki-autoilun päästöihin. Töiden takia joudun kulkemaan paljon autolla ja tuleehan sitä käytettyä jonkin verran arjessakin. Onneksi meillä on jo ladattava hybridi-auto, mutta arjessa voisin kulkea enemmän pyörällä ja julkisilla kulkuvälineillä.

Minua kiinnostaa kokeilla pyörällä talvella. Olen tosin työntänyt lastenrattaita sohjossa, joten loskakelissä polkeminen mietityttää. Lapsia ei ehkä noin vain pyörällä kuskata pahassa lumipyryssä.

Vielä on matkaa siihen, että tuntuisi houkuttelevalta vaihtaa auto pyörään talvella. Tarvitsemme Suomen talven olosuhteisiin sopivia pyöriä, hyviä varusteita ajamiseen ja tarkasti huollettuja pyöriteitä. Ajamisen on oltava turvallista."

Päästöjen vähennys 2021–2030

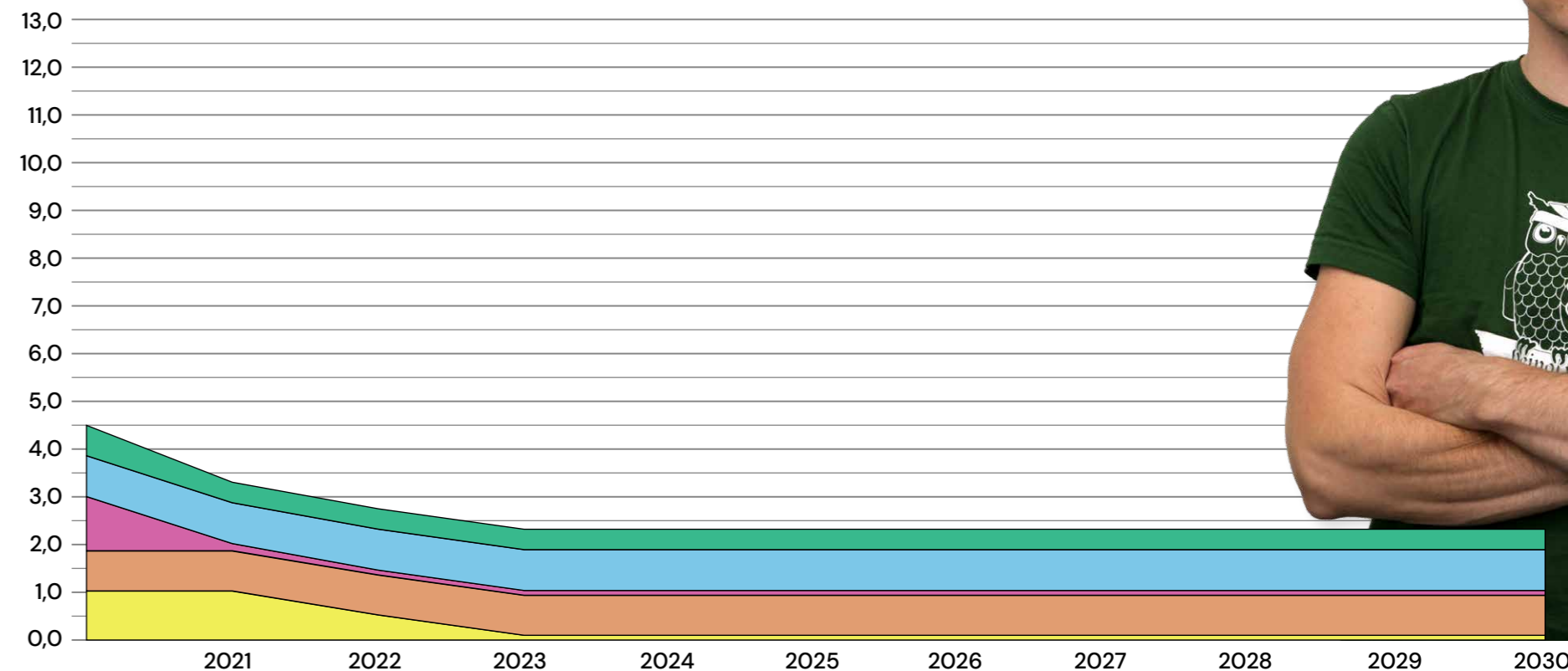


Sipe pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Ostamalla lähes kaikki tavarat ja huonekalut kierrätettynä -840 kg
- Korvaamalla auton arjessa julkisilla -760 kg
- Ryhtymällä talvipyöräilijäksi -380 kg

Elämäntapamuutosten avulla Sipe perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 2,2 tonnilla henkilöä kohden. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 2,3 tonnia, eli jo alle 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatiman tason.

Simo: Hiilijalanjälki 4,5 → 2,3 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



Ruoka Asuminen Arkiliikuminen Vapaa-aika ja lomat Tavarat ja muu kulutus



1,5 asteen muuttuja: pyörätuolilla liikkuva opiskelija Lahdesta

Lähtötaso vuonna 2021

21-vuotias Eveliina Hämeenoja asuu Lahdessa 2010-luvulla rakennetussa rakennetussa kerrostalossa Launeella. Hämeenoja liikkuu pyörätuolilla. Hän opiskelee Helsingissä ja käy töissä Lahdessa. Vuonna 2021 Hämeenojan hiilijalanjälki on 4,5 tonnia. Noin puolet hänen hiilijalanjäljestään aiheutuu ruoasta ja tavaroiden kulutuksesta.

”Tiedän, että minun pitäisi shoppailla vähemmän ja keksiä tilalle joku muu harrastus. Ainakin voisin pitää parempaa huolta jo omistamistani tavaroista, jotta ne kestävät pidempään”, pohtii opiskelija Eveliina Hämeenoja. Hän haluaisi lisätä kasvisruoan määrää ruokavaliossaan ja suosia laatua ostoksissa.

”**O**n siistiä, että nykyään on saatavilla niin paljon enemmän tietoa kestävästä vaihtoehdoista arjessa. Esimerkiksi koulussa aina sanottiin lähinnä vain, että ‘kävelkää ja käyttäkää enemmän julkisia kulkuneuvoja’. Siksi minun oli pitkään vaikea keksiä, mitä kaikkea voisin tehdä pienentääkseni hiilijalanjälkeäni. No, ainakaan en ole lentänyt neljään vuoteen. Koronan ansiosta olen huomannut, että Helsingin on mukava lähilomakohde!

Lapsesta asti pyörätuolilla liikkuneena en ole oikein voinut ottaa koulussa annetuista vinkistä vaaria ja kävellä enemmän. En voi vain kävellä keskustaan. Onneksi junalla kulkeminen sopii minulle hyvin! Matkustan junalla kouluun Helsinkiin monta kertaa viikossa, mutta liikun paljon myös taksilla, sillä se tuntuu huomattavasti turvallisemmalla kuin muut julkiset kulkuneuvot. Esteettömyyttä kehittämällä helpottuisi myös minun liikkuminen kaupunkiympäristössä. Pyörätuolilla liikkumista auttaisivat vaikka matallamat rotvallit ja parempi talvikunnossapito.

Ruoka on minulle elämä. Nimittäisin itseäni foodieksi, todelliseksi ruokafaniksi. Tykkään laittaa ruokaa kotona ja käyn ystäväni kanssa paljon ravintoloissa. Olen sekasyöjä, mutta haluan syödä enemmän kasvisruokaa terveydellisistä syistä ja ihan uteliaisuudestakin! Pyrin syömään hyvälaatuisia ruokia, enkä halua tinkiä raaka-aineista – maksan mielelläni laadusta. En usko, että voisin luopua kanasta, mutta voisin syödä sitä useammin paikallista villikalaa ja riistaa. Minulla oli myös vastikään vaihe, jol-

loin kokeilin kaikkia mahdollisia tofuja, mifuja ja muita lihankorvikkeita ympäristöystävällisistä. Mifut pääsi ehdottomasti jatkoon!

Onneksi kasvisruoassa ei tarvitse joustaa herkullisuudesta, sillä oikein maustamalla mistä tahansa ruoasta saa hyvänmakuista. Söin vastikään ravintolassa kanattoman kana-pitaleivän ja yllätyin siitä, miten herkullinen se oli. Voisin hyvin ajatella syväni puolet ajasta vain kasvisruokaa. Kaikki maitotuotteetkin olisi helppo vaihtaa kasvipohjaisiin. Tulevaisuudessa toivon, että erilaisia lihankorvikkeita ja herkullisia vegaanisia ruokia olisi paremmin tarjolla ruokakaupoissa ja ravintoloissa.

Olen aina pitänyt kauniista tavaroista ja vaatteista, ja halunnut hankkia niitä ympärilleni. Tämä ole kovin hyvä asia, mutta nautin aika paljon shoppailusta. Se on jopa terapeutista. Kavereiden kanssa vaatekaupoissa käyminen on melkein harrastus: se on kiva tapa rentoutua ja päästä arjesta irti. Tiedän, että minun pitäisi shoppailla vähemmän ja keksiä tilalle joku muu harrastus tai tapa viettää aikaa ystävien kanssa. Voin varmasti rentoutua ja päästä arjesta irti tekemällä jotakin muuta. Siitä luopuminen tuntuu kuitenkin vaikealta, koska olen tottunut shoppailuun ja siihen että saan aina ostaa uusia kivoja kauniita tavaroita ja vaatteita.

Ainakin voisin ehdottomasti alkaa ostaa laadukkaampia asioita ja pitää parempaa huolta jo omistamistani tavaroista, jotta ne kestävät pidempään. Minun pitää kyllä ylipäänsä ostaa vähemmän vaatteita ja kenkiä. Se var-

masti säästäisi aika paljon rahaa, joita voisin valmistuksen jälkeen sijoittaa joihinkin päästöjä vähentäviin yrityksiin tai hankkeisiin shoppailun sijaan. Siihen mennessä ehtisin opiskellakin sijoittamista enemmän.

Haluaisin myös alkaa kierrättää vaatteita ja tavaroita. En ole vielä löytänyt tähän sopivaa alustaa, kun en käytä Facebookia. Lahdessa ei myöskään oikein ole hyviä secondhand-kauppoja, joista löytäisi helposti ja nopeasti kivoja vaatteita käytettynä. Toivottavasti tarjonta paranee tulevaisuudessa.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

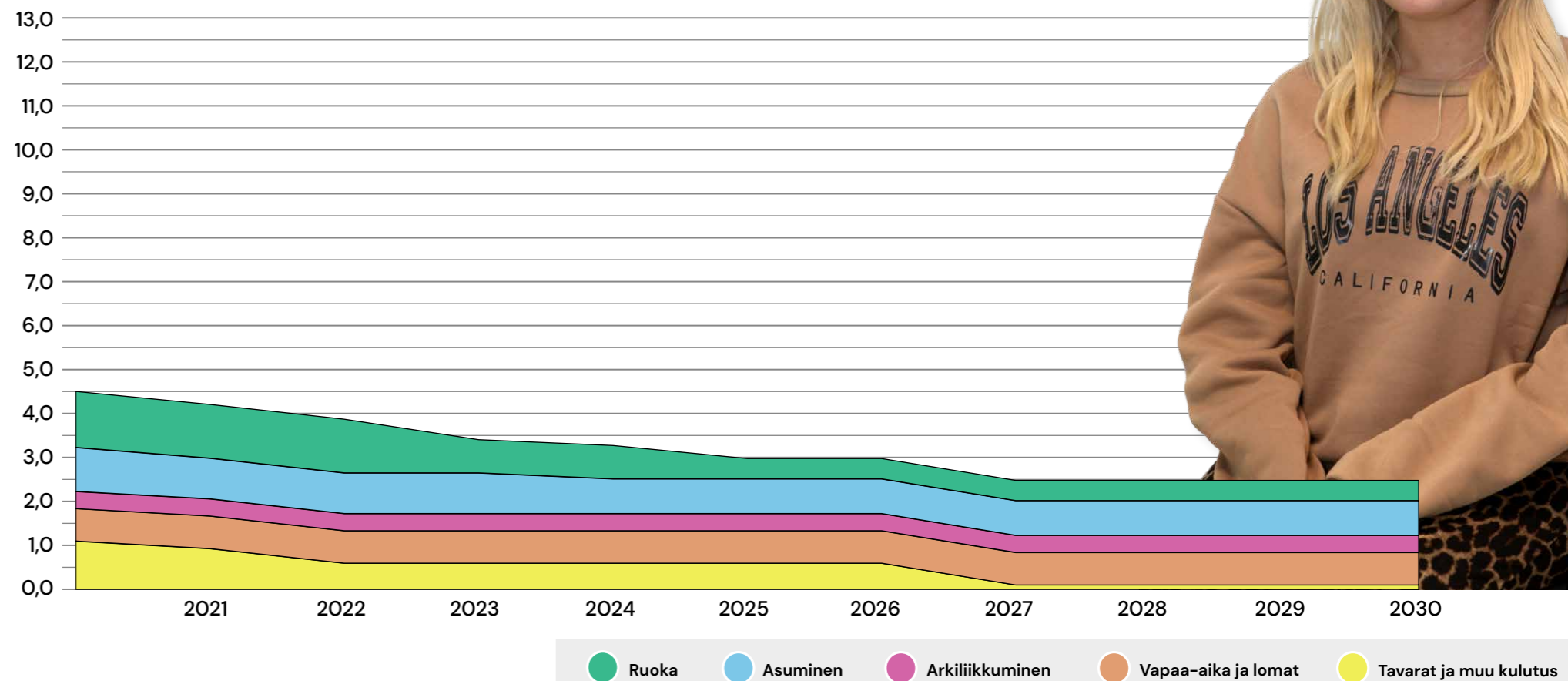


Eveliina pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Sijoittamalla kestävästä elämäntavoista säästyneitä rahoja vihreästi -510 kg
- Ostamalla vähemmän vaatteita ja kenkiä ja priorisoimalla laatua kaikissa hankinnoissa -410 kg
- Syömällä useammin kasvisruokaa -300 kg

Elämäntapamuutosten avulla Eveliina voi vähentää hiilijalanjälkeään 2 tonnilla. Näin hänen hiilijalanjälkensä olisi 2,5 tonnia, eli 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatimalla tasolla.

Eveliina: Hiilijalanjälki 4,5 → 2,5 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttuja: pikkulapsiperheen isä Tampereelta

Lähtötaso vuonna 2021

39-vuotiaan Antin nelihenkiseen perheeseen kuuluu kaksi alle kouluikäistä lasta ja puoliso Pauliina. Perhe asuu 2010-luvulla rakennetussa taloyhtiössä Itä-Tampereella. Perheen hiilijalanjälki vuonna 2021 on noin 2,7 tonnia per henkilö, eli se on vuoden 2030 ilmastotavoitteen mukaisella tasolla. Tavarat ja kulutus aiheuttavat reilun 40 prosenttia heidän hiilijalanjäljestään.



”Elämän ei tarvitse olla askeettista tai kurjaa ollakseen kestävä”, sanoo perheenisä Antti. Nautiskelijaksi, mutta taloudesta tarkaksi itseään kutsuva Antti elää perheineen jo nyt 1,5 asteen ilmastotavoitteiden mukaisesti. Antti arvioi tämän johtuvan ennen kaikkea autottomuudesta, vihreän sähkön käytöstä ja tavaroiden hankkimisesta ensisijaisesti käytettynä. Hän haluaisi kuitenkin syödä vielä useammin vegaaniruokaa, tuottaa sähköä aurinkopaneeleilla ja sijoittaa vihreisiin yrityksiin.

”**R**aha ohjaa valintojani siinä missä halu elää kestävästi. Silti sanoisin olevani pohjimmitani esteetikko ja perso nautinnoille. En ole valmis tinkimään elämänlaadusta. Olen esimerkiksi vähentänyt punaisen lihan syömistä opiskeluajoista lähtien terveyteen ja ympäristöön liittyvistä syistä, mutta nautin silti edelleen liharuoista.

Puolisoni Pauliina syö jo kasvisruokaa, mutta itseleni täysin kasvissyöjäksi tai vegaaniksi ryhtyminen olisi vaikeaa. Lapset ja minä syömmme lihaa muutaman kerran viikossa. Lapset tykkäävät tietysti eniten liharuoista ja koska nautin paljon jugurtista, jäätelöstä ja suklaasta, en varmaan koskaan luovu täysin maitotuotteista. Voisin kuitenkin lisätä vegaaniruoan määrää vaikka parilla kolmella päivällä viikossa. Niin monet kaveritkin syövät enenevässä määrin kasvisruokaa, että se tuntuu normaalilta.

Haluan priorisoida arjessa laatua ja kokemuksia. Tämä näkyy ruokaharrastamisen lisäksi omissa ja perheelle tehdyissä tavaroiden hankinnoissa. Monet asiat jäävät hankkimatta, koska ei tunnu fiksulta käyttää niihin rahaa. Esimerkiksi noin 90 prosenttia huonekaluistamme on kierrätettyjä. Ne ovat seuranneet meitä muutosta toiseen. On ollut kiva jälkikäteen summata yhteen, paljonko rahaa olemme tällä valinnalla säästäneet. Olen laskeskellut, että tuhansia, ehkä jopa toistakymmentä tuhatta euroa.

Meidän kokemuksemme on, ettei elämän tarvitse olla askeettista tai kurjaa ollakseen kestävä, vaikka Pauliina omin sanoin tykkäisikin hieman askeettisuudesta. Olemme valinneet monet nykyiset elämäntapamme halusta käyttää rahaa fiksumasti. Esimerkiksi ostamme käytettyjä, laadukkaita ja arvoaan säilyttäviä kodin tavaroita. Autoakaan emme ole hankkineet, koska olemme laskeneet siitä koituvat kulut ja todenneet, että ei kannata. Tarvitsemme autoa muutaman kerran vuodessa esimerkiksi kotimaan matkoille ja tällöin turvaudumme vuokra-autoon tai Pauliinan vanhempien autoon. Olemmekin naapurustomme ainoat autottomat.

Arkiliikkuminen on meille helppoa julkisilla kulkuneuvoilla tai sähköpyörällä. Ensi vuonna ajattelimme hankkia sähkökuormapyörän, koska lapset kasvavat ulos nykyisestä pyörän peräkärystä. Aloimme jokin aika sitten ostaa ruoat verkosta kotiinkuljetuksella. Nyt huomaamme kauppalaskuista, että säästämme kuussa noin 30 prosenttia ruokakuluissa suunnitelmallisuuden ansiosta.

Pauliinan sukulaisia asuu Sveitsissä ja olemme käyneet heillä kylässä kerran vuodessa yleensä syyslomalla. Tähän asti olemme lentäneet, sillä se on nopein tapa matkustaa. Unelmatulevaisuudessa matkustaisimme viikon junalla Sveitsiin ja viettäisimme toisen viikon sukulaisten kanssa. Jos tulevaisuudessa työ ja koulunkäynti eivät olisi

niin paikkaan sidottuja, voisimme hyvin matkustaa hieman hitaammin. Matkustamista emme halua lopettaa.

Tulevaisuudessa voisimme myös sijoittaa elämäntavoista säästyneitä rahoja vihreisiin yrityksiin tai ratkaisuihin. Näin tukisimme kestävä kehitystä ja kasvattaisimme positiivista kädenjälkeämme. Esimerkiksi kun seuraavaksi muutamme, voisimme investoida aurinkopaneeleihin ja -keräimiin. Näin tuottaisimme itse sähköä ja lämmittäisimme veden auringon voimalla.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

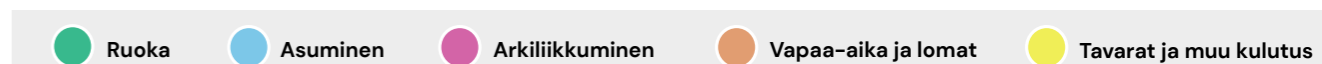
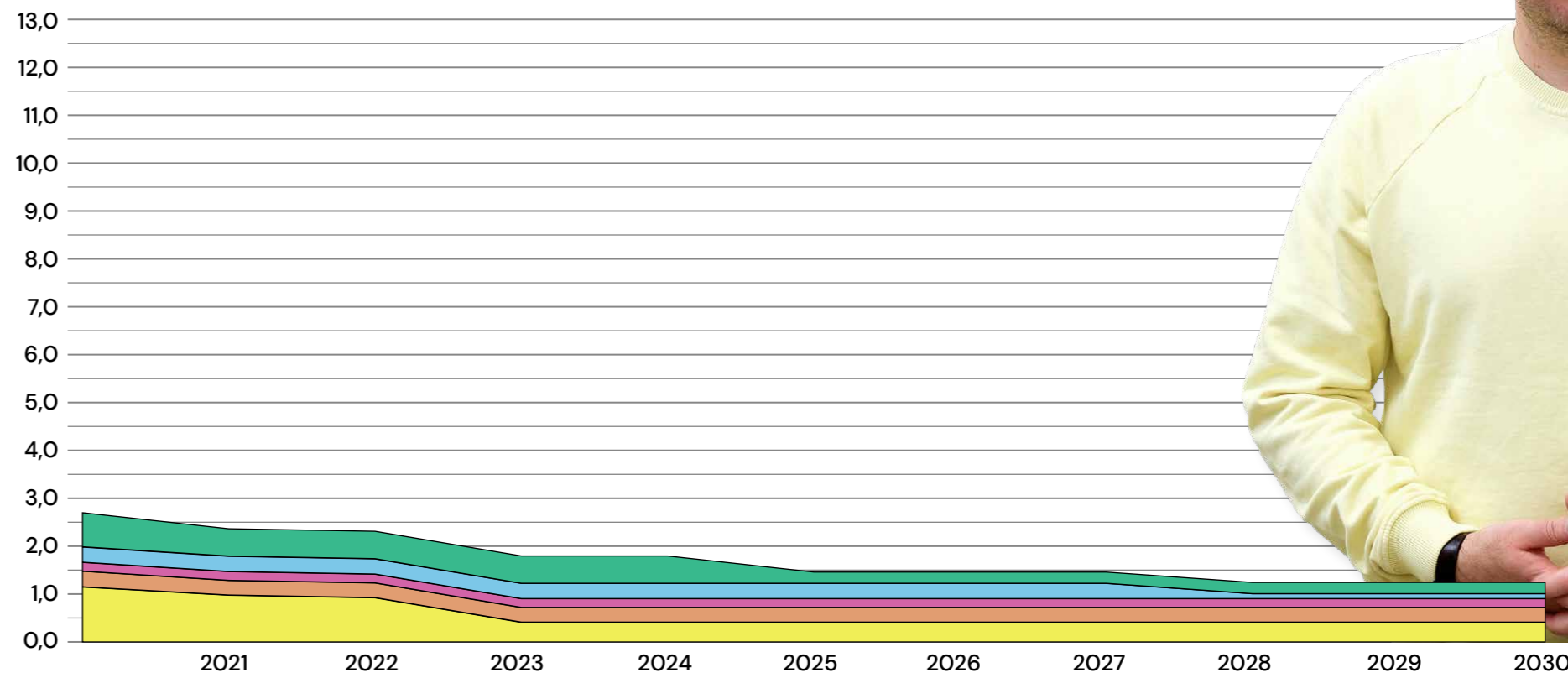


Antti pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Sijoittamalla kestävästä elämäntavoista säästyneitä rahoja vihreästi -510 kg
- Ryhtymällä tuottamaan sähköä aurinkopaneeleilla ja lämmittämällä vettä aurinkokeräimellä -410 kg
- Syömällä useammin vegaaniruokaa -330 kg

Elämäntapamuutosten avulla Antti perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 1,5 tonnilla per henkilö. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 1,2 tonnia, eli huomattavasti alle 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatiman tason, joka on 2,5 tonnia.

Antti: Hiilijalanjälki 2,7 → 1,2 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttuja: muusikko Heikki Salo Tampereelta

Lähtötaso vuonna 2021

63-vuotias Heikki Salo asuu puolisonsa, näytelmäkirjailija ja ohjaaja Sirkku Peltolan, kanssa 1900-luvun alussa rakennetussa kolmikerroksisessa, sähkölämmitteisessä hirsitalossa Tampereen Pispalassa. Salon hiilijalanjälki vuonna 2021 on noin 7,6 tonnia. Suurimmat päästöt syntyvät asumisesta ja ruoasta, jotka vastaavat melkein puolta hiilijalanjäljestä.

”Meille kotitalomme koko on ongelma, niin kuin varmaan monelle muullekin ikäisellemme. Aina voi hommata lisää aurinkopaneeleja, mutta en tiedä ratkaiseeko se pulmaa kokonaan”, sanoo Miljoonasade-yhtyeestä tuttu muusikko ja lauluntekijä Heikki Salo. Muusikon ja hänen puolisonsa hirsitalon aurinkopaneelit tuottavat välillä niin paljon sähköä, että sitä riittää myytäväksi. Salo haluaa tulevaisuudessa vähentää asumisen päästöjä muun muassa vaihtamalla vesisähköstä tuulisähköön.

”**K**otimme on täynnä tarinoita sadan vuoden ajalta. Puolisolleni Sirkulle ja minulle kodin sijainti, ikkunasta aukeavat näkymät ja toimivuus ovat todella tärkeitä asioita. Olemme aina asuneet kävelymatkan päässä keskustasta ja haluamme tulevaisuudessakin asua. Saamme maisemista paljon inspiraatiota ja liikumme melkein yksinomaan luonnossa. Pispala on siitäkkin syystä meille hyvä paikka. Luonnon lisäksi viihdymme kotona ja teemme molemmat siellä myös töitä. Työskentelemme taiteen parissa, joten tarvitsemme omaa tilaa. Isossa talossa sitä riittää.

Muutimme nykyiseen kotiin noin 15 vuotta sitten. Teimme silloin mittavan remontin ja asensimme poistoilmalämpöpumpun vähentämään lämpöhukkaa. Lisäksi meillä suhisevat tavalliset ilmalämpöpumput. Kuutisen vuotta sitten pystytimme aurinkopaneelit talomme katolle. Omat paneelimme tuottavat välillä niin paljon sähköä, että myymme ylimääräisen energian Tampereen sähkölaitokselle. Sähkölaskumme tippui neljänneksellä paneelien avulla. Ongelma on tietysti talven pimeä, tuulinen ja kylmä aika.

Nyt olemme Sirkun kanssa uudessa tilanteessa. Tuttelemme nimittäin asumaan ihan vaan kahden isossa talossa, kun lapsemme ovat muuttaneet omilleen. Tarvitsemme silti edelleen tilaa, koska lapset ja lapsenlapset tulevat välillä käymään pidemmiksi ajoiksi. Mutta kokonaisuus pohdituttaa.

Päästöjen näkökulmasta on ongelmallista, että kotimme on näin suuri. Vanhan talon lämmitys vaatii paljon energiaa ja se onkin yksittäinen suurin päästölähteemme. Onneksi lämmityskulumme ovat keskimääräistä pienemmät. Meillä on kuitenkin vielä varaa nipistää. Tuulisähköön vaihtamalla saisimme pienennettyä hiilijalanjälkeä merkittävästi. Olemme myös pohtineet aurinkopaneelien lisäämistä saunan katolle, mikä vähentäisi saunomisen päästöjä.

Meillä on jo vuosia ollut hybridauto, josta emme voi työni takia luopua: keikkailu ja soittimien roudaaminen edellyttävät autoa. Ajan toisaalta vähän ammattiini nähdessä, vain 20 000 kilometriä vuodessa. Kuljen junalla aina, kun ei tarvitse roudata tavaraa. Voisimme vaihtaa hybridin sähköautoon ja tulevaisuudessa kokeilla sen tarjoamista yhteiskäyttöön jollakin sovelluksella, vaikka edes parina päivänä viikossa. Kaiken kaikkiaan näen ihan mahdollisena, että pääsisimme suhteellisen vaivattomastikin tuohon 2,5 tonnin tavoitteeseen vuoteen 2030 mennessä.

Teemme arjessa paljon, että hiilijalanjälkemme pysyisi mahdollisimman pienenä. Yksi asia minua kuitenkin pohdituttaa, ja se on ruoka – erityisesti juustot. Miltä tuntuisi olla vegaani? Ei se varmaankaan olisi fataalia, mutta tarkoittaako se sitten, että tulevaisuudessa ei koskaan enää saa piimää? No, syömme jo nyt hyvin kasvispainotteisesti ja laitamme itse paljon ruokaa kotona. Käyn syksyisin

hivimetsällä ja siitä saamme riistaa koko vuodeksi. Kalastamme myös yhdessä. Silti vegaaniruuan lisääminen neljään tai viiteen päivään viikossa ei tuntuisi mahdolliselta muutokselta, kun sitten lihaa, piimää ja juustoja voisi syödä viikonloppuisin.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

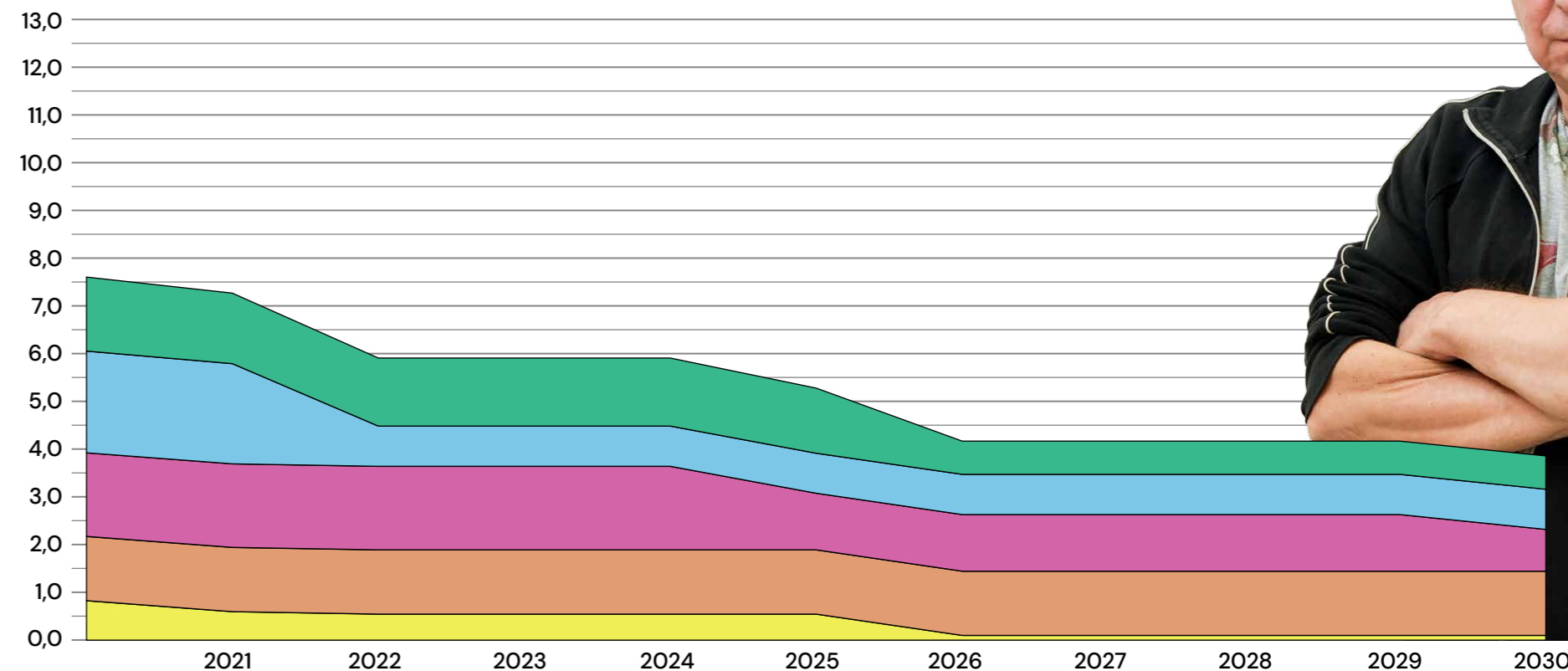


Heikki pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Vaihtamalla tuulisähköön -1260 kg
- Syömällä useammin vegaaniruokaa -660 kg
- Ostamalla yli puolet tarpeellisista tavaroista kierrätettynä -630 kg

Elämäntapamuutosten avulla Heikki ja Sirkku voivat vähentää hiilijalanjälkeään 3,7 tonnilla per henkilö. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 3,9 tonnia, eli lähes puolet pienempi.

Heikki: Hiilijalanjälki 7,6 → 3,9 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



Ruoka Asuminen Arkiliikuminen Vapaa-aika ja lomat Tavarat ja muu kulutus



1,5 asteen muuttuja: toimitusjohtaja Paulina Ahokas, Tampere

Lähtötaso vuonna 2021

49-vuotiaan Paulinan perheeseen kuuluu kaksi alakouluikäistä lasta. Perhe asuu maalämmitetyssä omakotitalossa Tampereella. Vuonna 2021 Ahokkaiden hiilijalanjälki on 6,4 tonnia per henkilö. Perheen suurimmat päästölähteet ovat asuminen ja ruoka, jotka vastaavat 60 prosenttia Ahokkaiden yhteisestä hiilijalanjäljestä.

”Jutellessani ulkomaisten kollegoideni kanssa lomailusta ja lentämisestä, huomaan, että me suomalaiset olemme edelläkävijöitä ympäristöasioissa. Samalla herää huoli, että mitä me tässä huhkimme entistä enemmän, jos muut eivät edes ajattele näitä asioita”, pohtii Tampere-talon toimitusjohtaja, muusikko ja kahden lapsen äiti Paulina Ahokas. Hän voisi vaihtaa tavallisesta sähköstä tuulisähköön, vuokrata nyt vähälle käytölle jäävää vierashuonettaan ja ostaa vähemmän uutta.

”**A**summe tällä hetkellä lasteni kanssa isossa omakotitalossa. Meillä on useimmiten myös au pair, ystäviä tai sukulaisia saman katon alla. Pidän ekotekona sitä, että valitsimme maalämmön ja lähdimme kunnostamaan huonokuntoista taloa purkamisen ja uuden rakentamisen sijaan. Laskimme jäteaseman laskuista, että ennallistamisesta syntyi 16 tonnia purkujätettä. Purkamisesta ja uuden rakentamisesta olisi taas aiheutunut noin 100 tonnia jätettä.

Muusikkona ja musiikin harrastajina omakotitalossa asuminen on parantanut elämänlaatuamme. Olemme esimerkiksi voineet harjoitella samanaikaisesti eri huoneissa. Meillä jää kuitenkin paljon tilaa käyttämättä kotona. Olemme lomilla majoittuneet paikallisten kodeissa, joten miksen itsekkin laittaisi ylimääräiset huoneet vuokralle?

Ennen sitä voisin vaihtaa tavallisesta sähköstä tuulisähköön ja alentaa varsinkin vähälle käytölle jäävien huoneiden lämpötilaa. En usko, että on suuri muutos madaltaa lämpötilaa parilla asteella nykyisestä 20 asteesta.

Olen pohtinut paljon, onko kuluttajana oikeasti aina parempi vaihtaa uuteen. Olisi kuulemma ilmastolle ystävällisempää vaihtaa polttomoottoriauto sähköautoon. Ennen auton vaihtamista voisimme alkaa tarkemmin hankkia tavaroita vain tarpeeseen ja alkaa kierrättää meille tarpeettomia asioita, kuten pieneksi jääneitä vaatteita.

Toinen asia, joka minua mietityttää, on perheeni ruokavaliio. Olin nuorempana pitkään kasvissyöjä, mutta viimeiset 20 vuotta olen ollut sekasyöjä. Minun olisi varmasti helppoa siirtyä takaisin kasvispainotteiseen ruokavalioon, mutta lasteni näkökulmasta asia ei tunnu yhtä yksiselitteiseltä.

Tyttäreni tanssii kymmeniä tunteja viikossa harrastuksessaan. Hän on myös maitoallergikko, joten teemme koko perheen ruoat hänen tarpeidensa mukaan. Maidottomalla sekaruokavaliollakin tuntuu hankalalta varmistaa, että hän saa kaikki tarvitsemansa ravintoaineet ja tarpeeksi energiaa jaksakseen. En halua tinkiä lasteni terveydestä, joten kasvisruoan lisäämistä pitää harkita tarkkaan.

Toivon, että tulevaisuudessa olisi saatavilla nykyistä monipuolisemmin proteiininlähteitä myös huippu-urheilijoille. Lisäksi toivon, että ihmisille olisi helposti tarjolla tietoa siitä, miten täyttää ravintotarpeet kasvispainotteisella ruokavaliolla.

Vaikka emme vegaaneja olekaan, lapseni ovat hyvin ympäristötietoisia. Tyttäreni on esimerkiksi kieltäynyt ulkomaanreissuista jo monta vuotta ennen koronapandemiaa. Siksi olemme lomailleet Suomessa junalla tai autolla.

Eriyisesti ulkomaisten kollegoiden kanssa juttellessani olen huomannut, kuinka tiedostavia nuoremme ovat. Pohjoismaissa ei ole poikkeuksellista, ettei tyttäreni halua

lentää. Muunmaalaiset kollegat kuitenkin ihmettelevät: ei heidän perheessään juurikaan käydä keskusteluja esimerkiksi lomalentämisen lopettamisesta.

Tästä herää yhtäältä ylpeys siitä, että me suomalaiset todella olemme edelläkävijöitä. Toisaalta herää huoli, että mitäs me tässä huhkitaan, jos muut eivät ajattele näitä asioita yhtään. Haluan kuitenkin uskoa, että lentämiselle keksitään jokin luonnolle parempi ratkaisu. Ihmiset niin kovasti haluavat matkustaa kauas. Raideyhteydet ainakin saisivat parantua. Tässä on Suomella vaikuttamisen paikka!”

Päästöjen vähennys 2021–2030

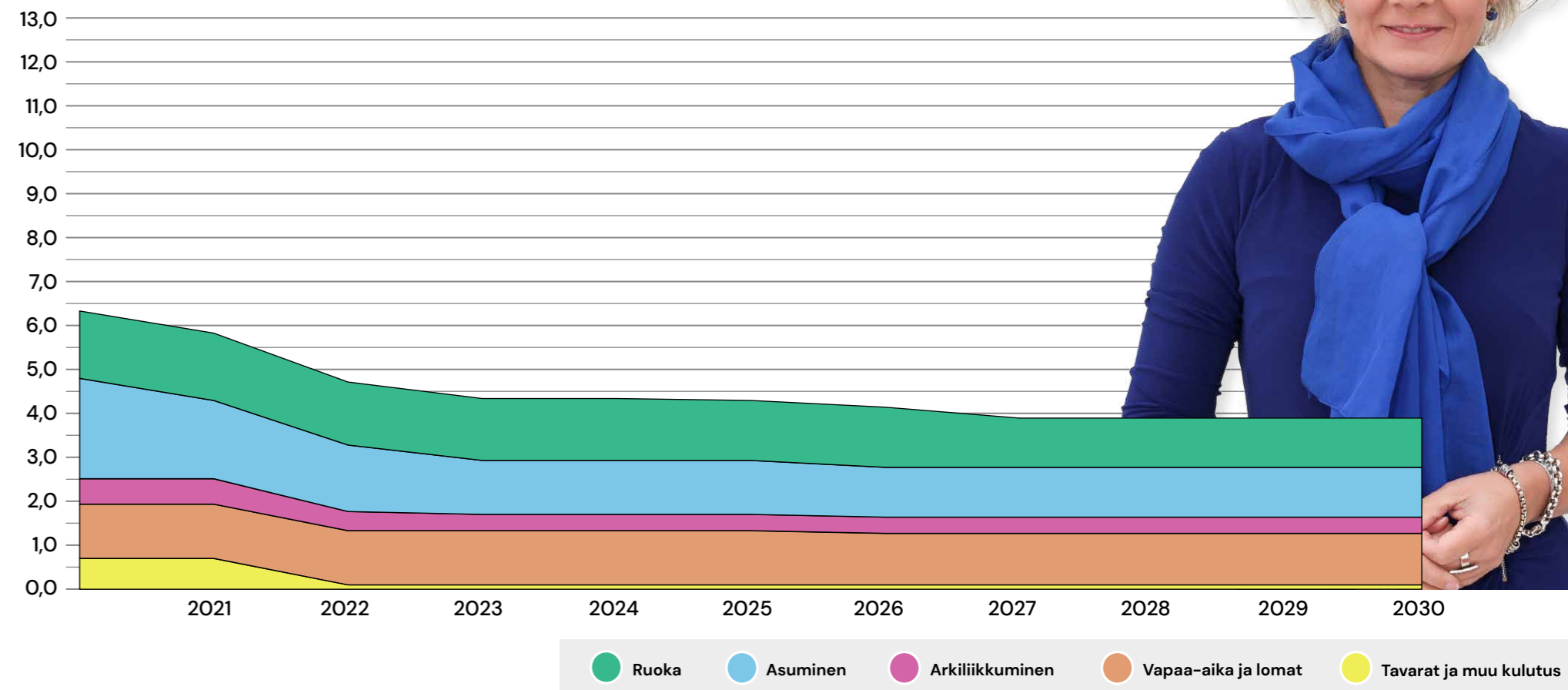


Paulina pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Hankkimalla tarpeeseen ja kierrättämällä tarpeettoman -840 kg
- Vaihtamalla tuulisähköön -500 kg
- Alentamalla tyhjien tilojen ja kodin lämpötilaa -270 kg

Elämäntapamuutosten avulla Paulina perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 2,5 tonnilla per henkilö. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 3,9 tonnia. Se on vain 1,4 tonnia yli 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatiman tason, joka on 2,5 tonnia.

Paulina: Hiilijalanjälki 6,4 → 3,9 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttajat: luonnosta virkistyvä lähiöpariskunta Tampereelta

Lähtötaso vuonna 2021

51-vuotias Ari ja 47-vuotias Katja asuvat kerrostalossa Tampereen Peltolammilla. Katja on sairaanhoitaja ja Ari on tietoliikenne- ja maanmittaustekniikan insinööri. Niemisten hiilijalanjälki vuonna 2021 on noin 7,6 tonnia per henkilö. Suurimmat päästöt syntyvät ruoasta, joka vastaa noin kolmasosaa hiilijalanjäljestä.

”Kaupoista löytyy varmasti jo nyt monia kasviperäisiä tuotteita, joita emme ole vielä edes huomanneet”, pohtivat ruoanlaitosta nauttivat Ari ja Katja Nieminen. Kasvissyönnin lisäämisen ohella he haluavat suosia vuokraus- ja yhteiskäyttöpalveluita tavaroiden hankkimisen sijaan ja ostaa uutta vain tarpeeseen.

Ari: ”Luontoharrastuksemme on auttanut meitä katsomaan ympäristökeskustelua monelta kantilta ja ymmärtämään luonnonsuojelun tärkeyttä. Se alkoi miltei parikymmentä vuotta sitten niittytalkoissa. Jäimme koukkuun kerrasta: niittäminen, haravointi ja kitkeminen on mukavaa vastapainoa työlle. Mieli tyyntyy ja verenpaine laskee. Talukoovetäjät kertoivat uhanalaisista kasveista ja eläimistä, joista emme olleet kuulleetkaan. Nykyään käymme paljon päiväretkillä. Mukana on useimmiten kiikarit ja kesäaikaan sopivissa ympäristöissä myös lepakkodetektori. Meitä huolestaa uhanalaisten lajien määrän kasvu ja luonnon monimuotoisuuden väheneminen suojelutyöstä huolimatta.

Luonnonläheisyys on meille tärkeä kriteeri myös asumisessa. Emme voisi kuvitella asuavamme keskustan hälinässä, vaikka siellä voisikin esimerkiksi välttää autoilua. Kerrostalossa on mukava asua, kun ei itse tarvitse stressata liikaa huoltotöistä. Toimin taloyhtiön hallituksessa ja pyrin vaikuttamaan siihen, että ympäristövaikutukset otettaisiin huomioon päätöksiä tehdessä.

Katja: Autoilu on harmillisesti pakollinen osa arkeamme, sillä työskentelen sairaanhoitajana toisessa kunnassa. Tarvitsemme kaksi autoa, jotta Arikin pääsee tarvittaessa asioimaan Tampereen ulkopuolelle. Kehnosti sopivat aikataulut tekevät minulle julkisen liikenteen käytöstä työmatkoilla

vaikeaa. Ennen pääsin arkisin aamuvuoroihin bussilla, mutta viimeisimmän aikataulumuutoksen jälkeen se ei enää ole mahdollista. Iltavuorosta tullessa pitäisi odottaa bussia yli 1,5 tuntia. Julkisen liikenteen aikataulut eivät tunnu ottavan huomioon meidän vuorotyöläisten arkea.

Käytämme lyhyillä matkoilla pyörää. Toivoisimme kuitenkin Tampereen kaupungin kiinnittävän huomiota pyöräväylien jatkuvuuteen, kuntoon ja talvikunnossapitoon! Koska työmatka-ajoa tulee paljon, hankimme äskettäin ladattavan hybridauton. Voisimme myös päivittää toisen auton kulkemaan biokaasulla tai luopua siitä.

Ari: Pidämme hyvästä ruoasta ja ruoanlaitosta. Erilaisia reseptejä on kiva kokeilla. Olemme kai kohtuullisia nautiskelijoita. Kavereidenkin kanssa on kiva kokata ja syödä. Nykyään myös terveystietäminen on tärkeä. Olemme siirtymässä kasvipainotteisempaan ruokaan. Voisimme esimerkiksi syödä noin puolet viikosta kasvisruokaa ja punaisen lihan sijaan kanaa tai kalaa. Juustoviipaleet leivän päällä pitäisi oppia korvaamaan kasviksilla.

Katja: Kasvisruoasta on monia herkullisia kokemuksia eri etnisistä ravintoloista. Haluaisin kovasti oppia tekemään yhtä maukasta ruokaa. Kaupoissa on varmasti myös paljon kasvispohjaisia tuotteita, joita emme ole vielä edes huomanneet. Lama-ajan lapsena olen tottunut katsomaan hintalappuja, mutta nyt haluan kiinnittää huomiota muu-

hunkin. Maksan vastuullisesti ja paikallisesti tuotetusta ruoasta mielelläni vähän enemmän.

Ari ja Katja: Tähän mennessä kahden aikuisen talouteen on kertynyt liikaa tavaraa. Tulevaisuudessa aiomme ostaa vain tarpeeseen ja kiinnittää huomiota laatuun. Talouden tavarat pitää myös käydä läpi ja tarpeettomat kierrättää. Elämäntapaprojektissa meille uusi käsite oli vastuulliset palvelut, jotka pyrimme huomioimaan jatkossa mm. kotimaassa matkaillessa.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

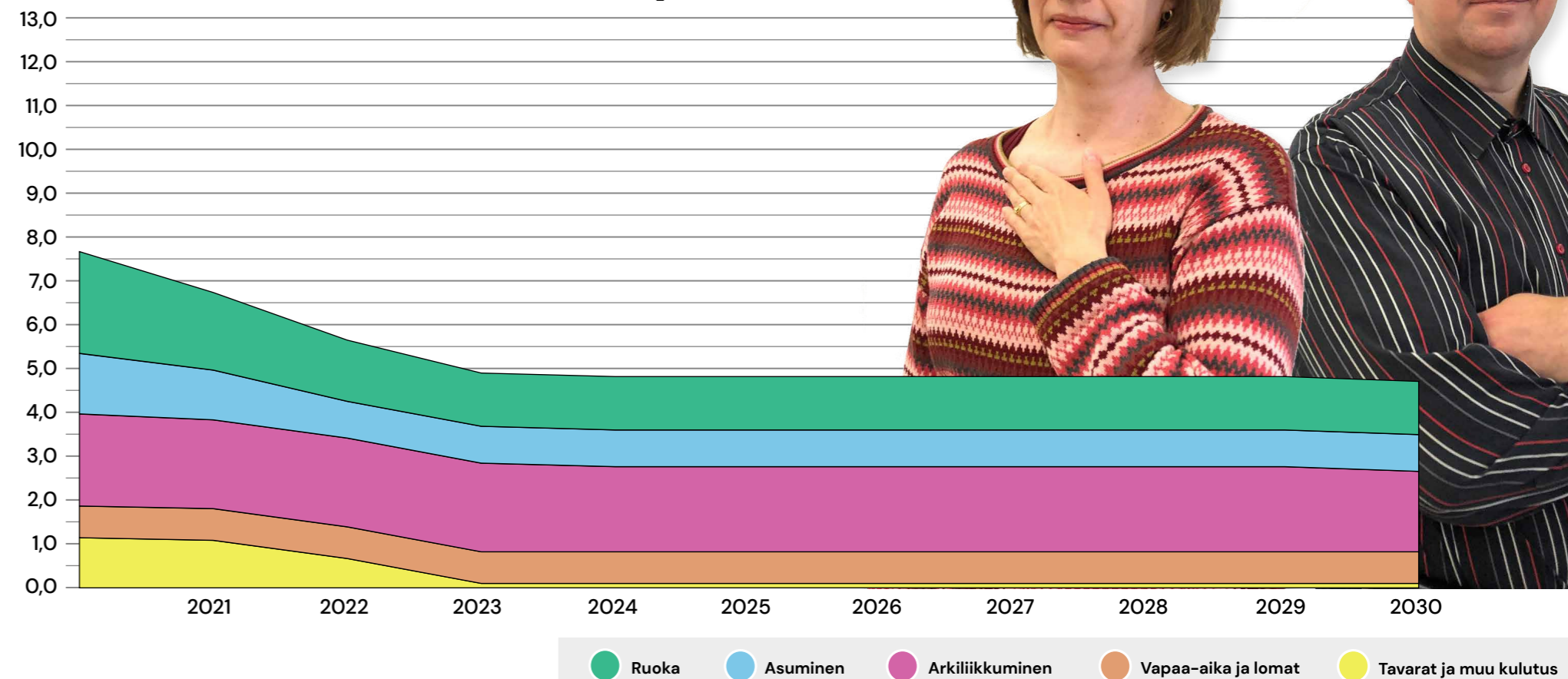


Ari ja Katja pienentävät hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Hankkimalla vain tarpeeseen ja kierrättämällä tarpeettoman -560 kg
- Syömällä kasvisruokaa useammin -250 kg
- Vaihtamalla tuulisähköön -180 kg

Elämäntapamuutosten avulla Ari ja Katja voivat vähentää hiilijalanjälkeään 2,9 tonnilla per henkilö. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 4,7 tonnia vuodessa. 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatima taso on 2,5 tonnia.

Katja ja Ari: Hiilijalanjälki 7,6 → 4,7 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttuja: älyratkaisuista kiinnostunut dosentti Oulusta

Lähtötaso vuonna 2021

34-vuotias Ville-Valtteri Visuri asuu Oulussa vaimonsa Paulan kanssa kerrostaloasunnossa. Visuri työskentelee tutkimus- ja kehityspäällikkönä terästeollisuudessa sekä osa-aikaisena yliopistotutkijana ja dosenttina. Vuonna 2021 hänen hiilijalanjälkensä on 12,9 tonnia. Suurimmat päästöt aiheutuvat työmatka-autoilusta sekä vapaa-ajan vietosta ja lomailusta, jotka vastaavat noin 60:ta prosenttia hiilijalanjäljestä.



”Pelkästään sähköautoon vaihtaminen ja lentämisen vähentäminen melkein puolettavat hiilijalanjäljen”, pohtii terästeollisuudessa tutkimus- ja kehityspäällikkönä työskentelevä Ville-Valtteri Visuri. Hän voisi vähentää päästöjään entisestään muuttamalla energiatehokkaaseen puutaloon ja matkustamalla useammin maata pitkin.

”**L**uotan siihen, että teknologian avulla päästöt vähenevät radikaalisti tulevaisuudessa. En tosin tiedä, riittääkö teknologia yksin vähentämään päästöjä Suomen kaltaisessa maassa. Täällä on kylmä ilmasto, pitkät etäisyydet ja korkea elintaso, mikä vuoksi kulutamme ja liikumme paljon verrattuna muihin maihin. Suomalaisten elämäntapojen peruskuorma ilmastolle on niin iso, että meidän täytyy myös muuttaa kulutustottumuksia.

Puolisoni ja minä olemme syöneet jo jonkin aikaa riistaa ja jonkin verran villikalaa. Isäni metsästää ja vaimo tykkää kalastaa. Ruokavalio vaikuttaa hiilijalanjälkeen, mutta niin vaikuttaa autoilukin. Meille oli merkittävää luopua toisesta autostamme. Pärjäämme yhdellä autolla, kun voimme kulkea junalla toiselle paikkakunnalle tarpeen tullen. Työni vuoksi joudun kulkemaan esimerkiksi Oulun ja Helsingin väliä tasaisin väliajoin. Matkustan junalla lentokoneen sijaan aina, kun se on mahdollista.

Asumme kerrostalossa, eli emme voi tehdä valtavia muutoksia asumisen päästöihin. Mutta suunnittelemme seuraavan 10 vuoden aikana ostavamme itsellemme kodiksi A-energialuokan puutalon, missä voisimme tehdä suuria muutoksia. Voisimme esimerkiksi alkaa tuottaa sähköä aurinkopaneelilla ja lämmittää vettä aurinkokeräimellä.

Älyratkaisuilla voisi automatisoida asumisen päästösäästöjä. Kulutusta voisi optimoida energiatehokkailla

kodinkoneilla sekä että säästävillä suihkupäillä ja hanoilla. Samalla voisimme seurata veden ja sähkön kulutusta tarkemmin, kun älyratkaisuista kertyy monipuolista dataa. Voisimme myös kannustaa vanhempiani vuokraamaan mökkiään muille silloin, kun kukaan perheestä ei siellä itse mökkeile. Vuokraamisesta koituisi toki vähän lisävaikeaa. Sähköauto on kallis hankinta, mutta sillä saa aikaan suurimman positiivisen ympäristövaikutuksen verrattuna muihin meille sopiviin kestäviin tekoihin.

Toinen tapa pienentää ajamisen hiilijalanjälkeä olisi tehdä etätöitä päivä tai kaksi viikossa tulevaisuudessakin. Näin ajaisin viikottain kymmeniä kilometrejä nykyistä vähemmän. Lyhyet matkat kotoa asioille voisin pyöräillä. Voisin hankkia tai lainata lähitulevaisuudessa kuormapyörän, jotta isommatkin kauppareissutkin hoituisivat polkemalla.

Vapaa-ajalla ja lomilla taas voisimme vähentää päästöjä liikkumalla maata pitkin lentämisen sijaan. Pidämme vaimoni kanssa lomailusta Keski-Euroopassa. Voisimme tulevaisuudessa lähteä sinne laivalla tai junalla, jos yhteydet olisivat nopeammat kuin ne ovat nyt.

Mieluusti tekisin päästövähennykset muuten kuin ruokavaliota muuttamalla. Voisimme kuitenkin tehdä pieniä kompromisseja. Voisimme varmasti myös syödä kasvisruokaa esimerkiksi kolmena päivänä viikossa. Onneksi hiilijalanjälkeni melkein puolittuu jo silloin, kun vaihdan polttomoottoriauton sähköautoon ja matkustan vähemmän lentokoneella.

Mielestäni on tärkeää puhua myös siitä, miten päästöjä voisi vähentää työyhteisöissä. Ennen on saatettu liiankin helposti lähteä työmatkalle ulkomaille. Olisi tärkeää todella harkita, milloin kannattaa matkustaa ulkomaille ja milloin riittää, että osallistuu seminaariin tai konferenssiin etäyhteydellä.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

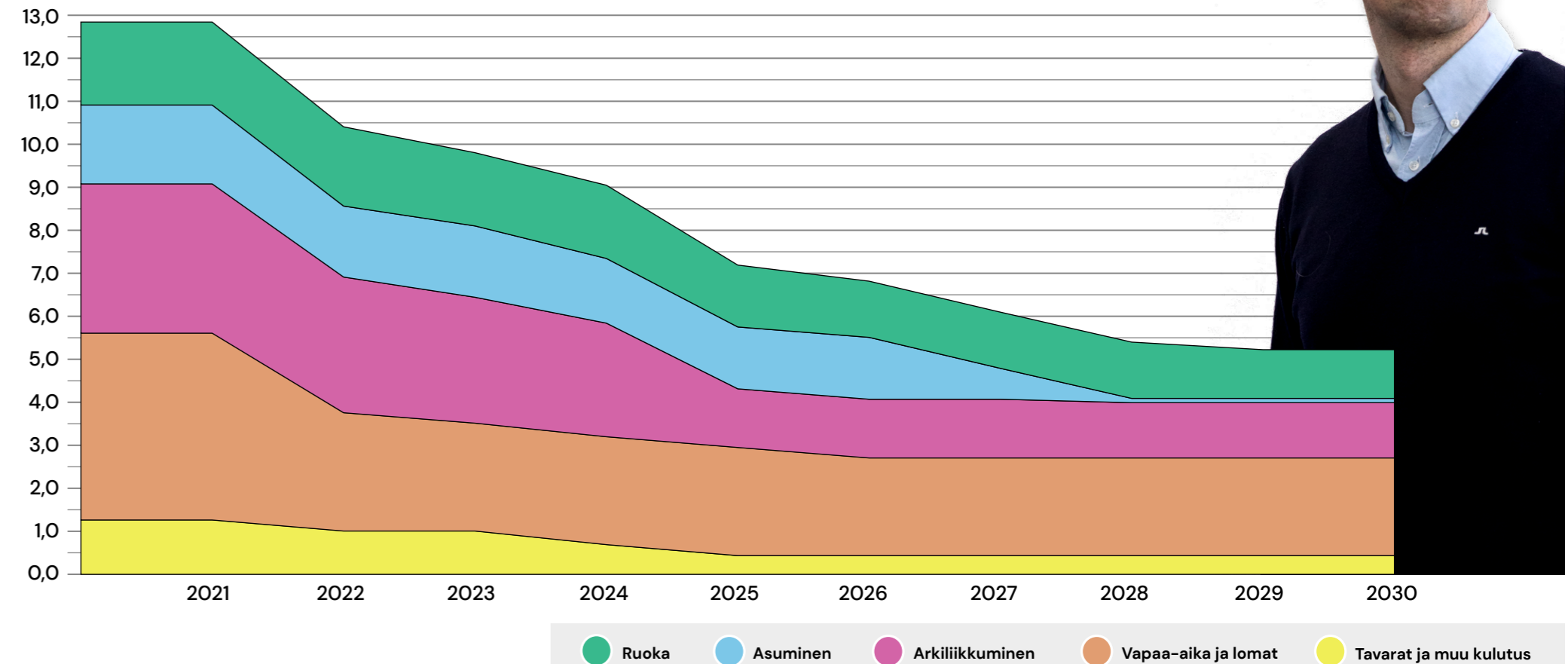


Ville-Valtteri pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Vähentämällä lentämistä -1600 kg
- Vaihtamalla sähköautoon -1200 kg
- Muuttamalla A-energialuokan puutaloon -1000 kg

Elämäntapamuutosten avulla Ville-Valtteri puolisoineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 7,7 tonnilla henkilöä kohden. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 5,2 tonnia, eli yli puolet pienempi kuin vuonna 2021.

Ville-Valtteri: Hiilijalanjälki 12,9 → 5,2 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttuja: Järjestötyötä tekevä perhe Oulusta

Lähtötaso vuonna 2021

48-vuotias Pia Pyhtilä asuu perheineen kerrostalo-asunnossa. Pian lisäksi perheeseen kuuluu puoliso Mikko, kaksi teini-ikäistä lasta, 2 kania sekä hamsteri. Vuonna 2021 Pyhtilän perheen hiilijalanjälki on noin 3,7 tonnia per henkilö. Suurimmat päästöt syntyvät ruoasta, joka vastaa lähes 40 prosenttia heidän hiilijalanjäljestään.



”Pärjäämme hyvin ilman autoa, vaikka teemme töitä ympäri Suomen. Halusimme todistaa, että Suomessa voi elää näinkin”, sanoo Lähetystyön asiantuntijana toimiva Pia Pyhtilä. Pia ja hänen puolisonsa Mikko ovat kiinnostuneita oppimaan lisää vihreästä sijoittamisesta ja voisivat kuvitella muuttavansa kimppa-asuntoon, kunhan yhdessä asumisen pelisäännöt ovat kaikille selvät.

”2000 -luvun alkupuolella havahduin siihen, miten helppoa Suomessa on liikkua ilman omaa autoa. Muutimme töiden takia Itä-Afrikkaan, missä oma auto oli käytännössä ainoa tapa liikkua arjessa ja töiden takia kätevästi ja turvallisesti. Jokainen vierailu Suomessa kirkasti miten loistavaa on, kun voi kulkea melkein minne vaan ilman omaa autoa. Että täällä meillä on oikeasti mahdollisuus valita kestävämpiä tapoja liikkua.

Kun palasimme Suomeen ja muutimme Ouluun, päätimme jatkaa autottomuutta. Syynä ei ollut vain ilmasto, vaan myös talous: säästämme rahaa, kun emme käytä autoa. Nyt liikumme perheenä julkisilla, kävellen ja pyörällä. Pitkille lomareissuille matkustamme linja-autolla tai junalla ja vapaa-ajalla vietämme aikaa luonnossa.

Kokemukseni on, että julkisilla liikkuminen onnistuu Suomessa, kun hyväksyy, että se vie vähän enemmän aikaa ja joskus hyödyntää kimppakyytejä. Moniin paikkoihin pääsee lähelle julkisilla ja joskus viimeinen pätkä matkasta tarvitsee sopia jonkun toisen kanssa. Minulle iso etu julkisilla liikkumisessa on myös, että voin matkan aikana tehdä jopa täyden toimistopäivän. Se ei onnistuisi, jos ajaisin itse.

Toiseen asuntoon muuttaminen tulee ajankohtaiseksi varmaan muutaman vuoden sisällä, kun vanhempi lapsi muuttaa omilleen. Voisin jopa kuvitella muuttavani Mikon

ja nuoremman lapsen kanssa silloin kimppa-asuntoon, jossa asuisi meidän lisäksi toinen perhe. Silloin kaikilla asukkailla pitää olla selkeät tavat keskustella ja tehdä päätöksiä, jotta kaikilla on mahdollisuus tehdä itselle sopivia valintoja.

Ruoka aiheuttaa meillä eniten päästöjä. Meistä kolme syö kalaa ja kasvisruokaa ja yksi on sekasyöjä. Kasvis- ja vegaaniruoka on terveellistä ja parempaa ilmaston ja ympäristön näkökulmasta, mutta en millään haluaisi tinkiä juustosta! Kasvisruokakin maistuu niin hyvältä, kun sitä vähän höystää juustolla.

En varmaan koskaan täysin luovu juustosta, mutta sovimme Mikon kanssa, että yritämme korvata juuston nykyistä useammin kasviksilla. Opettelemme myös keittämään ja juomaan kahvia kohtuudella!

Kestävät valintamme, kuten autottomuus, säästävät rahaa. Tämän myötä säästyvää rahaa voisimme sijoittaa tukemaan kestävä kehitystä. Voisin sijoittaa vaikka uusiutuvaa energiaa edistäviin yrityksiin, tutkimukseen tai hankkeisiin jotka tukevat ilmastotyötä. Voisimme Mikon kanssa kysyä lisää vaikka pankiltamme ja selvittää sijoittamisen vihreyttä ja eettisyyttä.

Tulevaisuudessa voisimme hankkia vielä tarkemmin vain sitä mitä todella tarvitsemme. Olen esimerkiksi tähän mennessä päässyt hienosti paikasta toiseen ihan tavallisella pyörällä, joten eiköhän se riitä tulevaisuudessakin. Ekologinen kuluttaminenkin on vihreää sijoittamista.”

Päästöjen vähennys 2021-2030

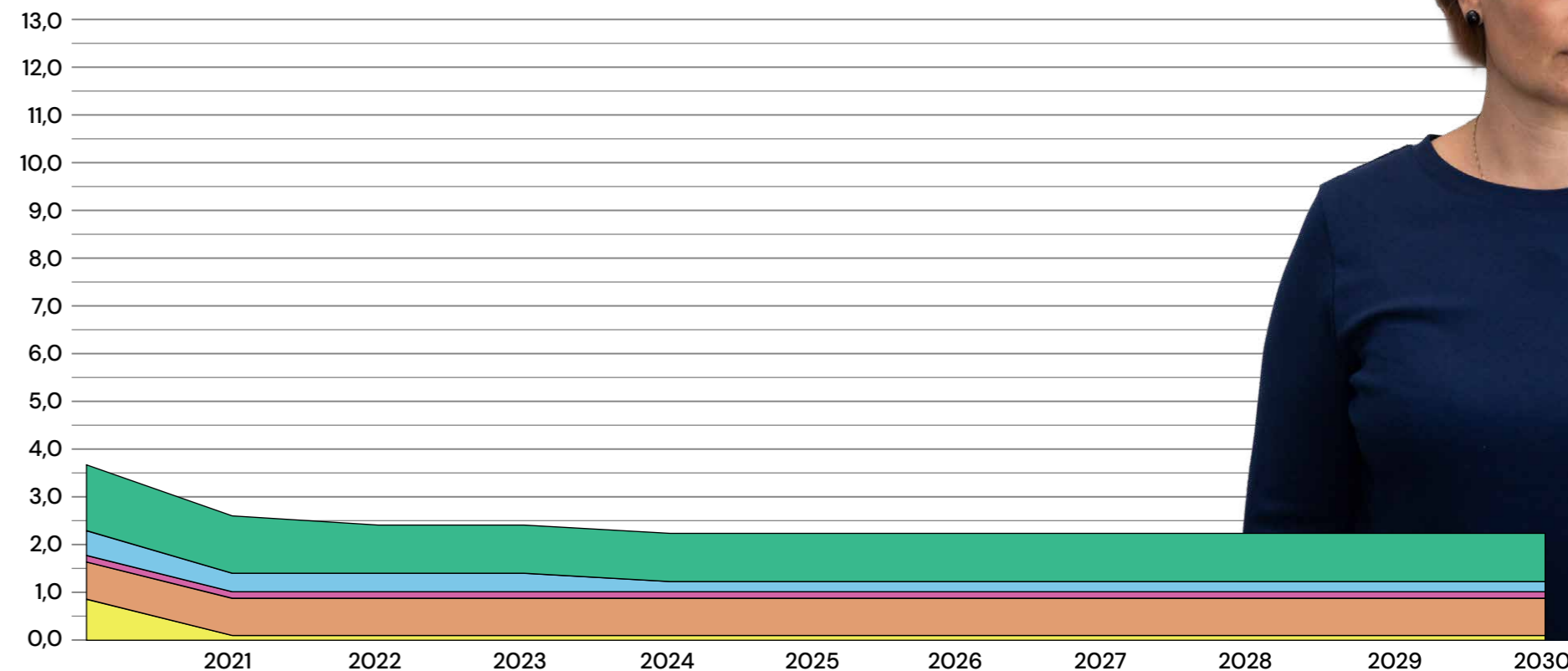


Pia pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Hankkimalla tavaraa vain tarpeeseen ja kierrättämällä tarpeettoman -840 kg
- Sijoittamalla kestävästä elämäntavoista säästyneet rahat vihreästi -500 kg
- Muuttamalla kimppa-asuntoon -170 kg

Elämäntapamuutosten avulla Pia perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 1,5 tonnilla per henkilö. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 2,2 tonnia, eli jo alle 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatiman tason, joka on 2,5 tonnia.

Pia: Hiilijalanjälki 3,7 → 2,2 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



Ruoka Asuminen Arkiliikuminen Vapaa-aika ja lomat Tavarat ja muu kulutus



1,5 asteen muuttuja: kirjailija ja metsänomistaja Jenni Räinen Oulusta

Lähtötaso vuonna 2021

40-vuotias Jenni Räinen asuu perheineen sähkölämmitteisessä omakotitalossa. Räinen perheeseen kuuluu kaksi pientä lasta, puoliso sekä kaksi kissaa. Vuonna 2021 Räinen perheen hiilijalanjälki on noin 5,1 tonnia per henkilö. Noin puolet heidän hiilijalanjäljestään aiheutuu asumiseen ja ruokaan liittyvästä kulutuksesta.



”Yksilön hiilijalanjäljen pienentäminen on vähän kuin treenaisi maratonia varten: matkaa lisätään vähän kerrallaan. Viime kädessä vastuu ympäristökriisien ratkaisemisesta on kuitenkin kunnilla, yrityksillä ja päättäjillä”, sanoo kirjailija ja toimittaja Jenni Räinen. Hän on jo suojellut metsää, mutta voisi ryhtyä arkivegaaniksi ja tutustua vihreään sijoittamiseen.

”**P**erheemme ottaa ilmaston huomioon jo nyt monessa arjen asiassa luonnonsuojelusta ruokavalioon. Emme ole esimerkiksi lentäneet lomille useampaan vuoteen, vaan suosineet kohteita joihin pääsee maata pitkin. Lentojen kanssa hiilijalanjälkeni olisi varmasti reilusti isompi. Lapsiperheen arkihäsäkässä ei koko elämää voi kuitenkaan kerralla rysäyttää uusiksi. Onneksi kaikkea ei tarvitsekaan tehdä yhdellä kertaa. Ajattelen, että hiilijalanjäljen pienentäminen on vähän kuin treenaisi maratonia varten: matkan pituutta lisätään vähän kerrallaan.

Yksilöiden teot ovat tärkeitä, mutta minua kiinnostavat erityisesti suuret poliittiset linjaukset. Erityisesti metsät, niiden suojelu ja ekologisesti kestävät käsittelytavat ovat minulle sydäntä lähellä. Omistamme kahden siskoni ja äitini kanssa 30 hehtaaria metsää Lapin ja Pohjois-Pohjanmaan rajalla. Metsä on monimuotoista ja vanhaa. Suojelun avulla vältimme palstan pirstaloitumisen tulevaisuuden perinnönjaoissa. Samalla hieno metsä ja hiilivarasto jatkaa eloaan tulevaisuudessakin.

Kotimme on elämäntilanteeseemme sopiva. Tarha- ja alakouluikäiset lapset ja kaksi kissaamme tarvitsevat tilaa temmeltää. Pystyisimme parhaiten vaikuttamaan asumisen päästöihin vaihtamalla sähkösopimuksen tuulisähköön, joka suurin piirtein nollaisi kotimme lämmityksestä aiheutuvat päästöt. Sanoisinkin, että teemme sen heti.

Vaikka pienemmin asuminen vähentäisi päästöjä, ei pienempään muuttaminen ole meillä ajatuksissa. Työskentelen kotona ja tarvitsin oman työhuoneen, siis lisää tilaa. Sen sijaan ruokavalio on helppo ja konkreettinen asia, johon puretuta. Ruoan kotimaisuus on meille tärkeää. Kaupasta ostamme usein sesongissa olevia vihanneksia ja lähivesistöistä kalastettua kalaa.

Järvikalapuikot ovat arkemme peruspelastaja. Vaikka muut meillä ovat sekasyöjiä, vaihdoimme esimerkiksi kahvimaidon kokonaan kasvimaitoihin. Seuraavaksi voisin ehdottaa juuston korvaamista leivän päällä erilaisilla kasvisleivitteillä, kuten hummuksella.

Olen itse pääasiassa kasvissyöjä, mutta syön myös maitotuotteita, kalaa ja kananmunia. Haluaisin syödä enemmän kotimaista vegaaniruokaa. Voisin ajatella ryhtyväni arkivegaaniksi viitenä päivänä viikossa. Parhaiten siirtymä varmaan onnistuu ajan kanssa, yksi tuoteryhmä kerrallaan.

Ekologiset valinnat on usein myös edullisia: vähemmän kuluttamista tarkoittaa vähemmän kulutusta. Jatkossa voisin ajatella näistä tulevien säästöjen sijoittamista vihreästi. Olen pohtinut sitä, että voisin irrottaa 50 euroa kuukaudessa vihreään sijoittamiseen. Haluan kyllä perehtyä vihreään sijoittamiseen enemmän ennen kuin lähden sijoittamaan rahaa kestävästä kehitystä edistäviin rahastoihin tai yrityksiin.

Ilmastonmuutoksen hillitsemisessä yksilön teot kantavat vain tiettyyn pisteeseen asti. Vastuu muutoksen mahdollistamisesta on kuitenkin minusta ennen kaikkea kaupungeilla, seurakunnilla ja julkisilla toimijoilla. Aikamme ympäristökriisien tulee näkyä vahvemmin julkisessa toiminnassa.”

Päästöjen vähennys 2021–2030

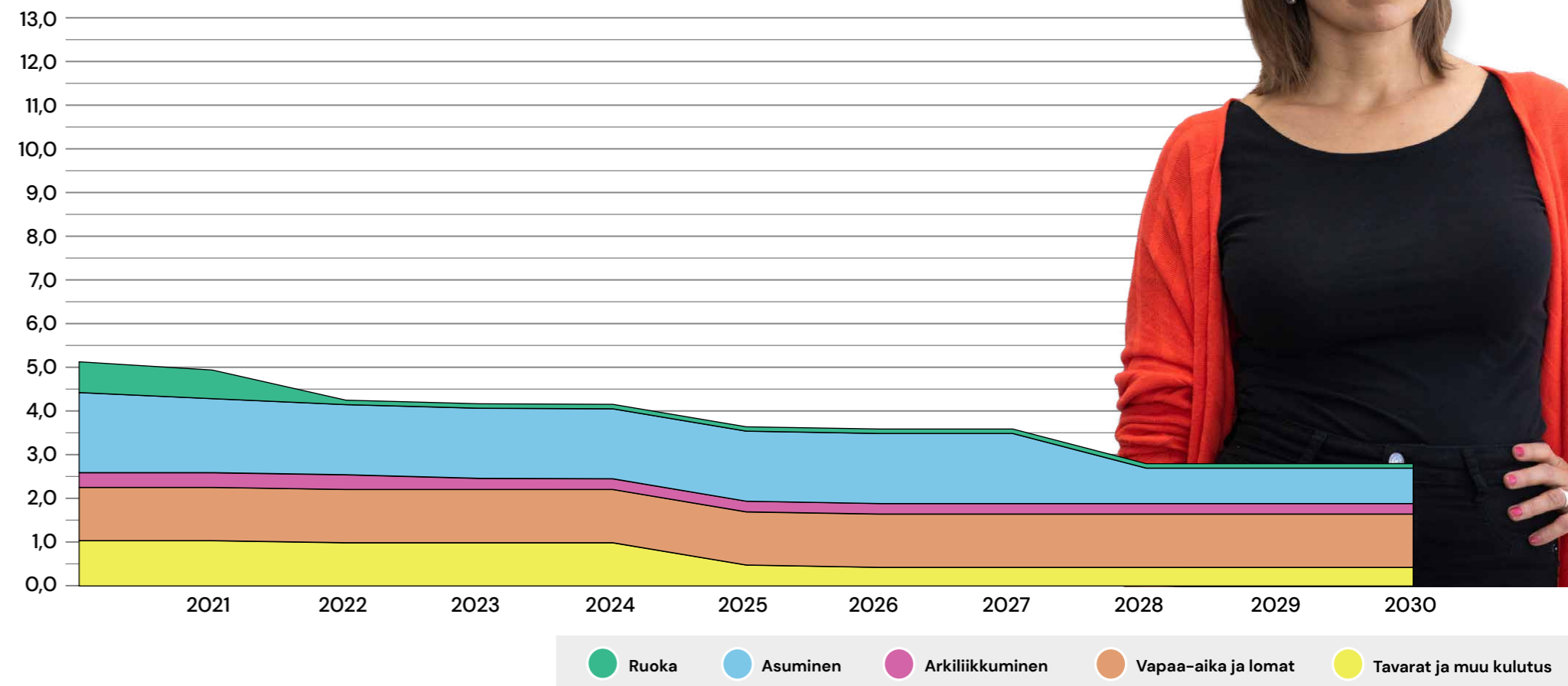


Jenni pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Vaihtamalla tuulisähköön -780 kg
- Ryhtymällä vegaaniksi viitenä päivänä viikossa -660 kg
- Sijoittamalla kestävästä elämäntavoista säästyneitä rahoja vihreästi -500 kg

Elämäntapamuutosten avulla Jenni perheineen voi vähentää hiilijalanjälkeään 2,3 tonnilla henkilöä kohden. Näin heidän hiilijalanjälkensä olisi 2,8 tonnia, eli jo hyvin lähellä 1,5 asteen ilmastotavoitteen vaatimalla tasolla.

Jenni: Hiilijalanjälki 5,1 → 2,8 (tCO₂e/henkilö/vuosi)



1,5 asteen muuttuja: kotona viihtyvä maastopyöräharrastaja Oulusta

Lähtötaso vuonna 2021

27-vuotias ympäristötarkastaja Teemu Mäkelä asuu kerrostaloasunnossa. Mäkelän hiilijalanjälki vuonna 2021 on noin 9,3 tonnia vuodessa. Suurimmat päästöt syntyvät polttomootoriautolla ajamisesta. Autoilu aiheuttaa lähes puolet hänen hiilijalanjäljestään.



”Elämässä ja maailmassa asiat voivat muuttua nopeasti, joten nykyiset valintani riittävät minulle tällä hetkellä. Kunhan luonnonpuistot eivät katoa mihinkään, asiat ovat aika hyvin”, sanoo maastopyöräilyä harrastava Teemu Mäkelä. Hän ajaa paljon autolla tavatakseen eri kaupungissa asuvaa kumppaniaan, mutta voisi lisätä kasvisruokaa ja kuluttaa vähemmän uusiin tavaroihin.

”**H**otellilomat tai ulkomaanmatkat eivät oikeastaan kiinnosta minua. Mieluummin telttailen isäni kanssa luonnonpuistoissa tai käyn moikkaamassa autolla muualla Suomessa asuvia sukulaisia ja kavereita. Kun en ole töissä, vietän aikaa kotona itsekseni tai kumppanin tai kavereiden kanssa. Käyn kuntosalilla ja ajan pyörää maastossa - tai missä tahansa, missä on mäkiä. Ei sen ihmeellisempää.

Asun tällä hetkellä yksin kerrostaloasunnossa ja onhan kotona tehtäviä kestäviä tekoja vaikka mitä. Ikkunoiden ja ovien tiivisteet voisin uusia, se vähentäisi lämpöhukkaa. Termostaattiakin voisin kääntää pari astetta alemmas ja vaihtaa vesisähkön tuulisähköön. Nämä ovat helppoja yksittäisiä tekoja, jotka voisin tehdä aikalailta heti, eivätkä ne vaatisi suurta vaivaa.

Asun nyt noin neljän kilometrin päässä keskustasta. Poljen työpaikalle pyörällä alle 10 minuuttia. Oulun baanat ovat hyviä: niiden ansiosta pyörällä pystyy liikkumaan keskustassa monesti nopeammin kuin autolla. Vaikka tykkään ajaa pyörällä töihin ja tempuille sillä maastossa, tarvitsen autoa. Kumppanini nimittäin asuu toisessa kaupungissa, ja haluamme nähdä toisiamme sekä työviikolla että vapaa-ajalla. Ajamme siis molemmat omilla autoillamme aika reilusti. Voisimme luopua toisesta autosta, kunhan pääsemme muuttamaan saman katon alle joskus

tulevaisuudessa. Toivottavasti löydämme kivan kodin molempien pitämältä alueelta.

Voisin vaikka heti tehdä helppoja ruokaan liittyviä muutoksia. Olen itse sekasyöjä, mutta kumppanini on kasvisyöjä. Minä yleensä teen ruoat, kun olemme yhdessä. Yhden ruoan tekeminen on helpompaa kuin kahden. Voisin siis helposti itsekini syödä enemmän kasvisruokaa arjessa. En ehkä kuitenkaan ryhdy täysin kasvissyöjäksi, mutta voisin vaihtaa punaisen lihan kokonaan kalaan ja kanaan vaikka heti. Vähennän myös hävikkiä ostamalla tarjouksessa olevia ruokia ja käytän ahkerasti puhelinsovelluksia, joiden kautta voin ostaa ravintoloiden hävikkiruokaa.

Voisin myös kiinnittää enemmän huomiota tavaroiden kulutukseen. Olen itse asiassa puolivahingossa jo jonkin aikaa tehnyt kestäviä valintoja. Tajusin juuri esimerkiksi, että olen hankkinut melkein kaikki huonekaluni käytettynä ajattelematta sitä sen suuremmin ympäristötekona. Tätä hyväksi havaittua linjaa voisin siis jatkaa! Muuten voisin kiinnittää enemmän huomiota laatuun, kun ostan uutta. Näin tavarat kestäisivät pidempään käytössä.

Olen huomannut, että säästän rahaa, kun ostan tavaroita käytettynä. Nämä säästöt voisin laittaa sivuun sitä varten, kun haluan ostaa jotakin laadukasta, joka kestää aikaa. Tai sitten voisin sijoittaa ne joihinkin kestävästi kehitettyä tukeviin rahastoihin.

Elämäni tuntuu nyt aika hyvältä. Kunhan luonnonpuistot eivät katoa mihinkään, asiat ovat hyvin tulevaisuudessakin. Elämässä ja maailmassa asiat voivat muuttua nopeastikin, niin nämä teot riittävät minulle tällä hetkellä.”

Päästöjen vähennys 2021-2030



Teemu pienentää hiilijalanjälkeään eniten näillä teoilla:

- Kakkosautosta luopuminen -1000 kg
- Kulutuksen vähentäminen ja säästöneiden rahojen sijoittaminen ilmastoystävällisiin yrityksiin tai hankkeisiin -500 kg
- Vaihtamalla punaisen lihan kalaan ja kanaan -300 kg

Elämäntapamuutosten avulla Teemu voi vähentää hiilijalanjälkeään 3,8 tonnilla. Näin hänen hiilijalanjälkensä olisi 5,5 tonnia. Vuoden 2030 1,5 asteen ilmastotavoitteen mukainen taso on 2,5 tonnia.

Teemu: Hiilijalanjälki 9,3 → 5,5 (tCO₂e/henkilö/vuosi)

