

# Uderzenie w przeszłość

Według Federalnego Urzędu Statystycznego (stan na 2019 r.) na osobę zużywa się około 3983 litrów wody dziennie. Rozróżniamy bezpośrednie i pośrednie zużycie wody

Bezpośrednie zużycie wody odnosi się do wody pitnej. Średnio każda osoba mieszkająca w Niemczech zużywa 128 litrów wody pitnej dziennie na przykład do higieny osobistej, sprzątanania, prania, gotowania, picia lub spłukiwania toalety.

Pozostałe 3855 litrów to pośrednie lub wirtualne zużycie wody. Odnosi się to do wody, której używamy do produkcji żywności lub produktów codziennego użytku. Na przykład dzinsy, telefon komórkowy, a nawet kanapka.



Spójrz, mamo! Tam jest fontanna. Napełnię tylko butelkę z wodą.

Na świecie żyje ponad 8 miliardów ludzi, z czego

2,2 miliarda ludzi nie ma dostępu do czystej wody pitnej,

3,5 miliarda ludzi nie ma dostępu do odpowiednich urządzeń sanitarnych,

500 milionów ludzi ma możliwość ulżenia sobie tylko na zewnątrz

## Co możesz robić?

- Ekonomiczna słuchawka prysznicowa pozwala zaoszczędzić dużo wody podczas kąpieli
- Informuj się o pośrednim zużyciu wody
- Używaj przyjaznych dla środowiska środków czyszczących
- Używaj przycisku start/stop podczas spłukiwania toalety.
- Nie puszczaj wody w sposób ciągły podczas namydlenia się.
- Używaj funkcji ekologicznych podczas płukania lub mycia

W temperaturach od 25 do 30 stopni, boisko piłkarskie potrzebuje 30 000 litrów wody dziennie. Dlatego na stadionie Ajax Amsterdam boisko jest nawadniane wodą deszczową zbieraną z dachu stadionu. Klub piłkarski Forest Green Rovers zbiera mocz od gości korzystających ze specjalnych toalet, filtruje go i wykorzystuje do podlewania boiska piłkarskiego.

Co robi twój stadion/klub, aby zmniejszyć zużycie wody?



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!

# Mobilność



Bruno, z naszą wspaniałą siecią transportu publicznego naprawdę nie musielibyśmy się spieszyć. Alternatywnie możemy wypożyczyć rower elektryczny.

Mamo, chodź, musimy się pospieszyć, U46 odjeżdża za 5 minut.



Mobilność i dostępność mają kluczowe znaczenie dla uczestnictwa społecznego i wymiany gospodarczej. Jednocześnie transport prowadzi do poważnego zanieczyszczenia środowiska.

Dlatego też rządy wyznaczają cele w zakresie redukcji emisji gazów cieplarnianych. Środki takie jak unikanie ruchu drogowego, bardziej przyjazne dla środowiska środki transportu i bardziej efektywne wykorzystanie zasobów są niezbędne do osiągnięcia tych celów przy jednoczesnym zachowaniu mobilności.

## Co mogę zrobić?

- Zostaw samochód na krótkie podróże i weź rower (cargo).
- Korzystaj z wspólnych przejazdów, gdy odwiedzasz znajomych/krewnych
- Korzystać z transportu publicznego
- Jeździć z rozługą i powoli przyspieszać
- FdH = Przeleć połowę dystansu i ciesz się krajobrazami podczas podróży pociągiem.
- Jeśli sam uprawiasz sport, możesz wykorzystać trasę jako lekką rozgrzewkę przed treningiem i przejechać ją na rowerze.



z centrum Dortmundu na stadion nie zużywa się CO<sub>2</sub>.



2,5 kg CO<sub>2</sub>

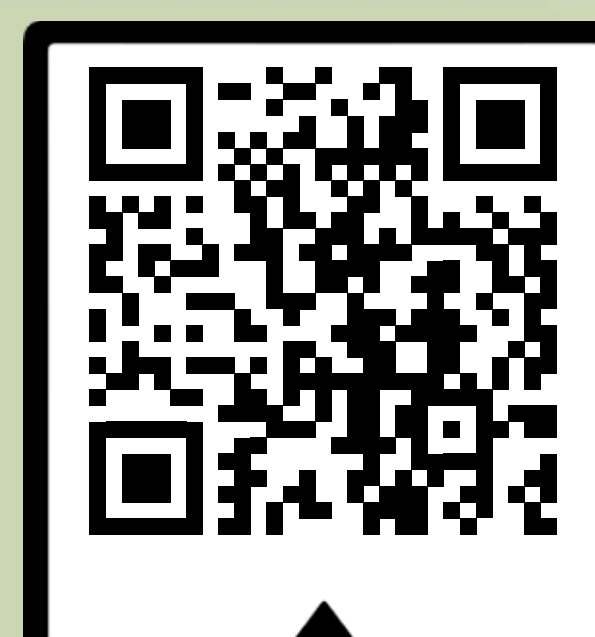
Jadąc samochodem z centrum Dortmundu na stadion zużywa się ok. 2,5 kg CO<sub>2</sub>.



Jadąc pociągiem z centrum Dortmundu na stadion zużywa się około 0,5 kg CO<sub>2</sub>.



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



Podczas meczu Borussia Dortmund bilet na stadion jest jednocześnie biletem na transport publiczny, dzięki czemu można zaoszczędzić na dojeździe na stadion samochodem. kështu që ju mund të ruani udhëtimin me makinë në stadium. W Signal-Iduna-Park znajdują się parkingi rowerowe strzeżone przez ADFC, a także kolumny do naprawy rowerów.



Jaka jest najbardziej zrównoważona droga do klubu?

# Sprawiedliwy handel

Zrównoważona odzież zużywa niewiele zasobów podczas produkcji, powoduje niewielkie lub żadne szkody dla środowiska, a użyte materiały mogą być ponownie wykorzystane po długim okresie użytkowania.



Uczciwa odzież oznacza, że pracownicy otrzymują płacę wystarczającą na utrzymanie, a ich godziny pracy są rozsądne. Ponadto w miejscu pracy gwarantowane jest bezpieczeństwo i higiena pracy, lokalne gleby i mieszkańcy nie są niszczeni przez toksyczne chemikalia używane w produkcji, a podstawowe prawa (człowieka) są przestrzegane.

**Sprawiedliwy**

- Uczciwe wynagrodzenie (200 - 400 € / miesiąc)
- Uczciwe godziny pracy (8 godzin dziennie) z przerwami i dostępem do świeżego powietrza
- Istnienie związków zawodowych
- Brak pracy dzieci
- Brak substancji chemicznych używanych w produkcji
- Bezpieczeństwo pracy dzięki inspekcjom budowlanym
- Bezpieczeństwo pracy poprzez np. odzież ochronną
- Nawiązanie kontaktów społecznych/pracowniczych

**Niesprawiedliwy**

- Brak godziwego wynagrodzenia (40-100 €/miesiąc)
- Brak uczciwych godzin pracy (10 godzin dziennie) bez przerw, bez okien, bez świeżego powietrza
- Zakaz/przeciwdziałanie związkom zawodowym
- Praca dzieci jest normą
- Stosowanie substancji chemicznych/syntetycznych
- Brak bezpieczeństwa pracy
- Brak odzieży ochronnej, brak ochrony dróg oddechowych przed chemikaliami
- Pracownicy pozostają anonimowi i czasami nie znają firm, dla których pracują

## Co możesz zrobić?

- Zwracaj uwagę na znaczące pieczęcie podczas zakupów
- Od czasu do czasu zajrzyj do sklepu z używaną odzieżą.
- Organizuj lub uczestnicz w imprezach wymiany ubrań
- Zapytaj swój klub, czy istnieje możliwość zakupu koszulek pochodzących ze sprawiedliwego handlu.

Każdego roku mieszkańcy Niemiec kupują od 12 do 15 kilogramów tekstyliów odzieżowych. (Zdjęcie stosu ubrań)



„Wyprodukowano w Bangladeszu“ niekoniecznie oznacza, że odzież została wyprodukowana w nieuczciwy sposób. Firmy zajmujące się sprawiedliwym handlem również produkują swoje ubrania w Bangladeszu, ale płacą uczciwe wynagrodzenie, które pokrywa koszty utrzymania i zapewnia dobre warunki pracy. Zwróć uwagę na etykietę.

Szybka moda: Nowe trendy i kolekcje pojawiają się na rynku w coraz krótszych odstępach czasu. Używane materiały są bardzo niskiej jakości i gorszej jakości (tkaniny syntetyczne, toksyczne chemikalia), dzięki czemu ubrania są zaprojektowane na krótki okres użytkowania. Rozpoczyna się niekończący się cykl kupowania nowych ubrań. Pojawia się kolejny problem: Odpady!

Na przykład koszulki Forest Green Rovers na sezon 2021/2022 zostały wykonane z odpadów plastikowych i resztek kawy, podczas gdy poprzednie koszulki były wykonane z bambusa. Kluby takie jak BVB, Hamburger SV i Eintracht Frankfurt przyłączyły się do inicjatywy „From the Field to the Fanshop”, aby zaopatrzyć swoje sklepy w produkty dla kibiców wykonane z indyjskiej bawełny pochodzącej ze sprawiedliwego handlu.

Czy masz już w swoim klubie zrównoważone koszulki?



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!

# Odżywianie

Uff! Potrzebuję czegoś słodkiego po tym meczu. Co powiesz na truskawki w czekoladzie?

Możemy je odebrać w centrum miasta po meczu. Masz szczęście, bo jest sezon na truskawki i dostajemy je świeże z targu.

Sezon truskawkowy? Dlaczego to takie ważne?

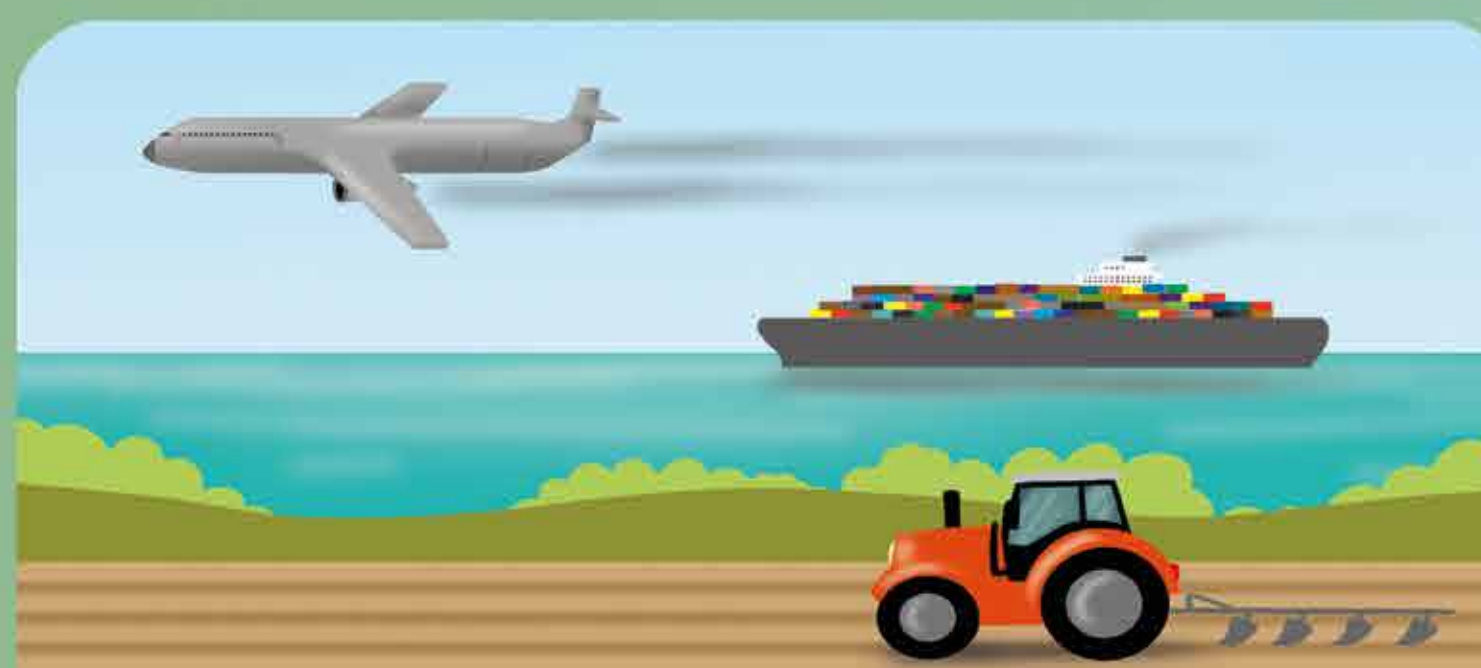
Żywność regionalna i sezonowa zużywa mniej zasobów i gazów cieplarnianych niż towary importowane na szeroką skalę. (Możliwości uprawy warzyw i długość tras transportowych, a także wybór środków transportu, odgrywają decydującą rolę w tym, jak zrównoważone są warzywa w każdym przypadku). Kupowanie regionalne oznacza kupowanie sezonowe.

**Sezonowe:** Produkty sezonowe to żywność, która rośnie naturalnie o określonej porze roku i jest również zbierana o tej porze roku.

**Regionalne:** Produkty regionalne pochodzą z okolic miejsca, w którym są sprzedawane lub konsumowane, ponieważ zostały wyhodowane, wyprodukowane lub wytworzone w regionie.

**Ekologiczne i „eko”:** Terminy te są prawnie chronione przez rozporządzenie UE w sprawie rolnictwa ekologicznego. Podlegają one ścisłym regulacjom i kontrolom łańcucha produkcyjnego. Produkty są wytwarzane bez użycia syntetycznych pestycydów, herbicydów, nawozów chemicznych lub GMO (organizmów modyfikowanych genetycznie). Spełniają one określone normy środowiskowe i mogą być zdrowsze. Żywność gleby ma bardzo wysoki priorytet i nie ma na nią chemicznego wpływu.

Truskawki są sezonowe latem, ponieważ wtedy są dojrzałe. Jeśli kupujemy je zimą, były przechowywane w zamrażarkach od lata lub pochodzą z regionu, w którym jest lato.



Kilogram żywności transportowanej drogą lotniczą powoduje 170 razy więcej emisji niż kilogram transportowany statkiem.

## Co możesz zrobić?

- Upewnij się, że kupujesz żywność sezonową i regionalną
- Pobierz kalendarz sezonowy jako aplikację na swój telefon komórkowy.
- Nie marnuj jedzenia / przygotuj plan posiłków
- Odwiedź nieopakowany sklep w swojej okolicy.
- Spójrz dwa razy zanim wyrzucisz jedzenie. Data przydatności do spożycia jest wskazówką.
- Sprawdź, czy możesz na przykład użyć roślinnych źródeł białka zamiast zwierzęcych.
- Idź na zakupy z pełną listą zakupów



Niestety, ani „regionalne”, ani „sezonowe” nie są terminami chronionymi. Fałszowanie lub kłamanie na temat pochodzenia żywności jest jednak nielegalne. Producenci żywności i sprzedawcy detaliczni są prawnie zobowiązani do podawania prawidłowych i dokładnych informacji o pochodzeniu swoich produktów. W związku z tym, aby wiedzieć, czy jesz regionalnie lub sezonowo, powinieneś tylko uważnie przyrzeć się, skąd pochodzi Twoja żywność.

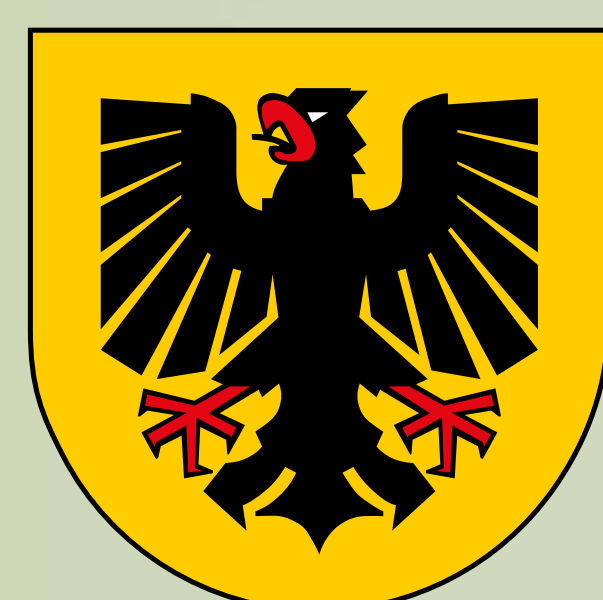
Ponieważ każda organizacja i każda firma może opracowywać etykiety, istnieje obecnie prawdziwa powódź pieczęci i etykiet, z których nie wszystkie są renomowane. Informacje o godnych zaufania etykietach można znaleźć w Internecie.

FC Schalke 04 i Borussia Dortmund zostały koronowane na mistrzów i wicemistrzów za wegańską ofertę na swoich stadionach przez organizację PETA 2023.

Czy Twój klub/stadion oferuje już zrównoważoną żywność? Nie wahaj się zapytać!



Wyrzucasz około 80 kilogramów żywności rocznie. To średnio równowartość 230,00 euro



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



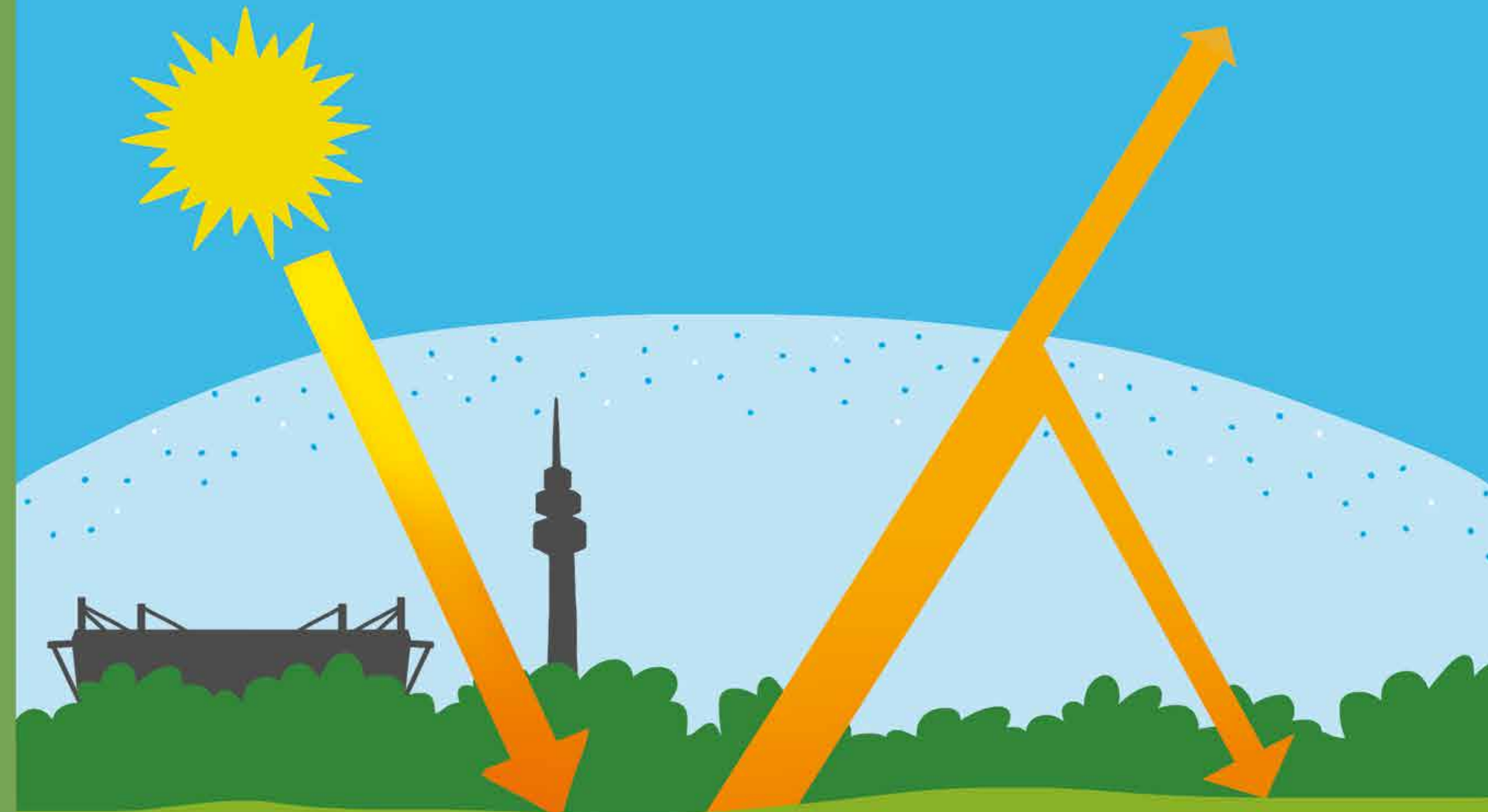
# Energia



Tak Bruno, to nowe zjawisko. Efekt cieplarniany odgrywa tu ważną rolę. Pozwól, że ci to wyjaśnię!

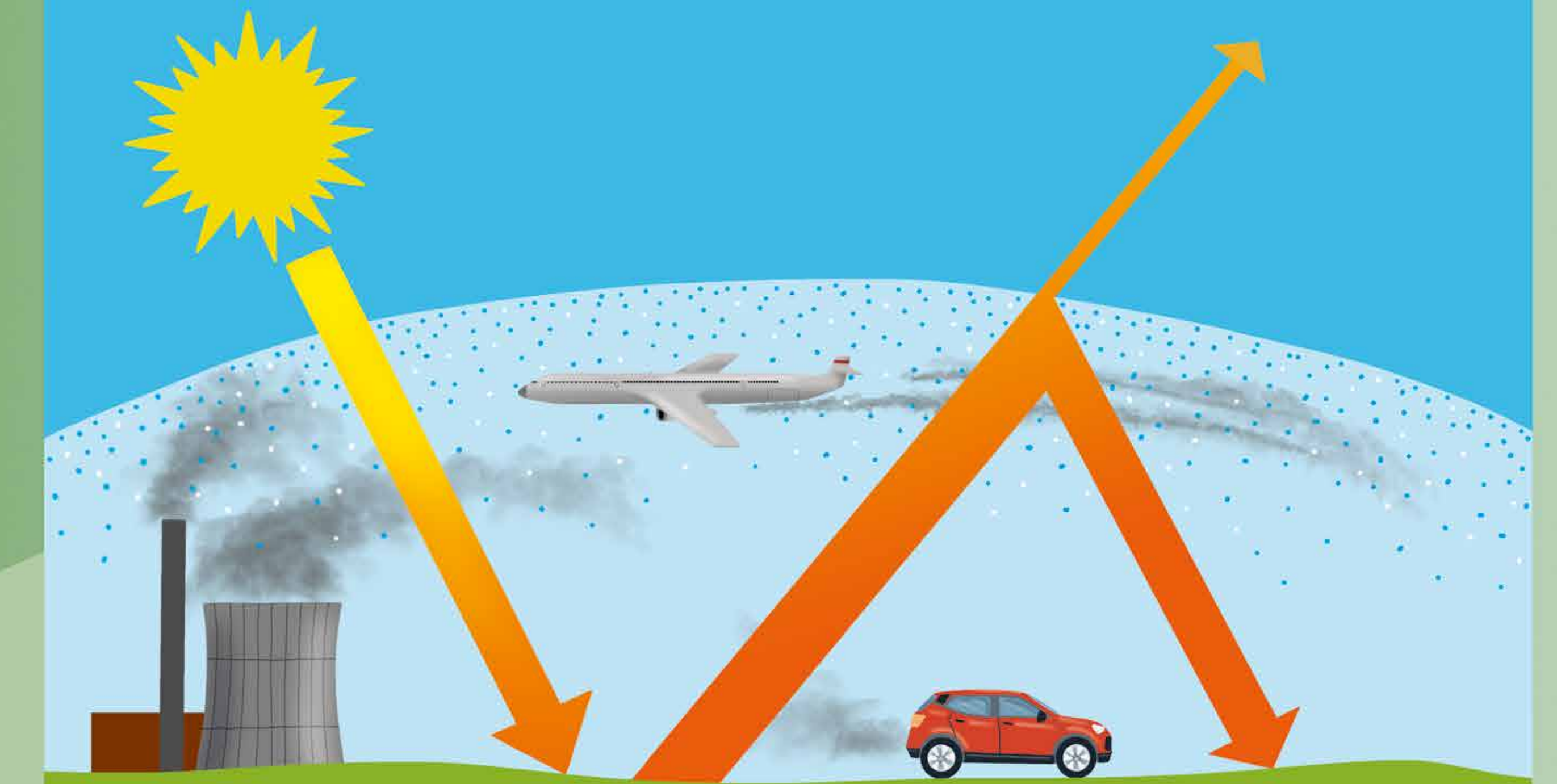
O nie, moje lody znowu się topią. Jest zdecydowanie za gorąco jak na czerwiec... Mam wrażenie, że robi się coraz goręcej...

Wyobraźmy sobie, że nasza Ziemia jest owinięta kocem, który magazynuje ciepło z promieni słonecznych. Jest to dobre i jest to naturalny efekt cieplarniany, ponieważ bez tego koca byłoby tu o wiele za zimno.

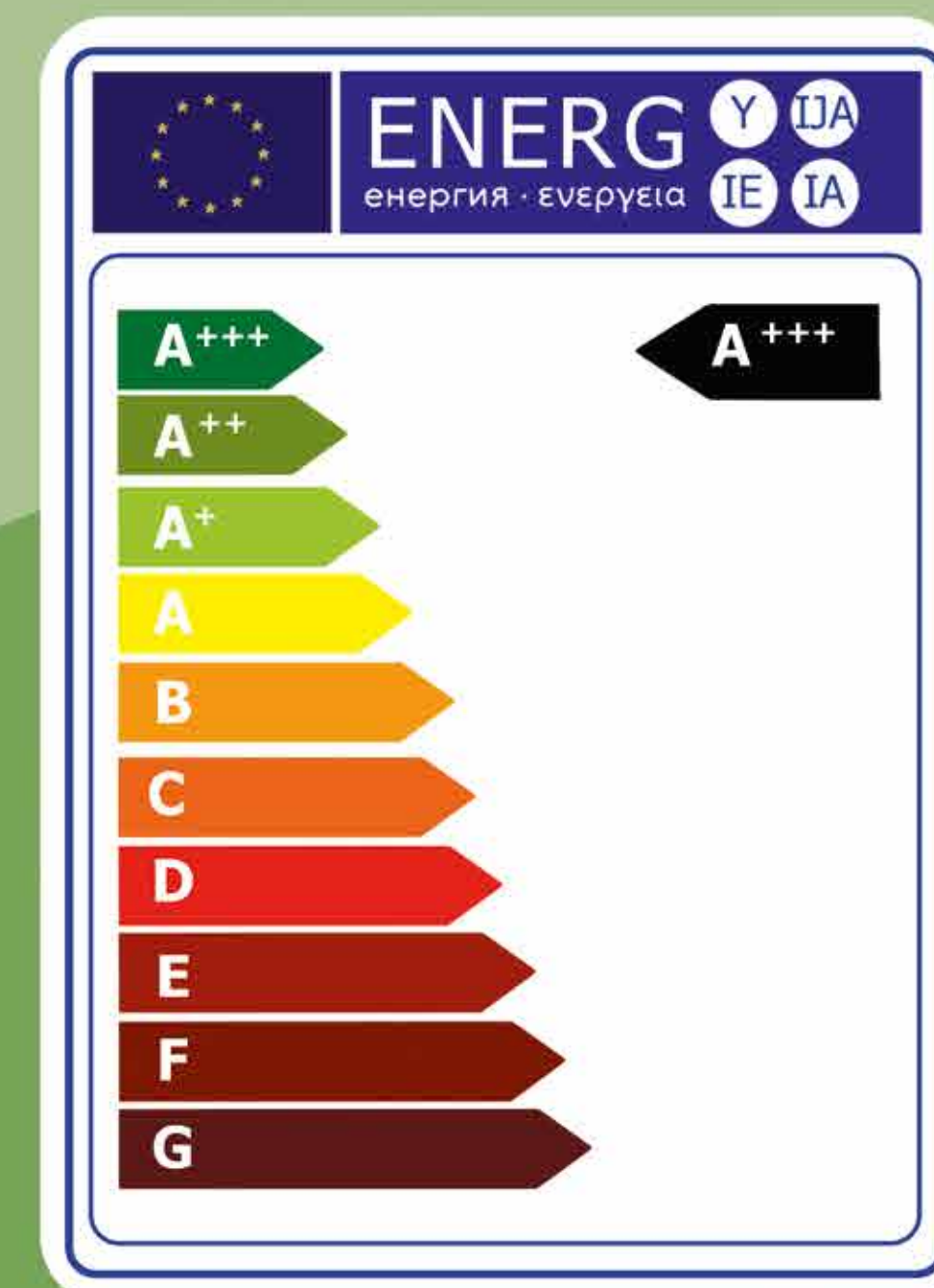


Istnieje jednak również efekt cieplarniany spowodowany przez człowieka.

Niestety, my, ludzie, produkujemy coraz więcej gazów cieplarnianych, zwłaszcza dwutlenku węgla (CO<sub>2</sub>) i metanu (CH<sub>4</sub>), na przykład jeżdżąc samochodami, pracując w fabrykach lub hodując zwierzęta. Naturalny efekt cieplarniany jest potęgowany przez nasze działania.



Powoduje to nagrzewanie się naszej planety, co z kolei prowadzi do problemów, takich jak bardziej ekstremalne zjawiska pogodowe, podnoszenie się poziomu mórz oraz problemy dla zwierząt, roślin i ludzi. Ziemia nagrzewa się coraz bardziej i już teraz doświadczamy długoterminowych zmian klimatycznych.



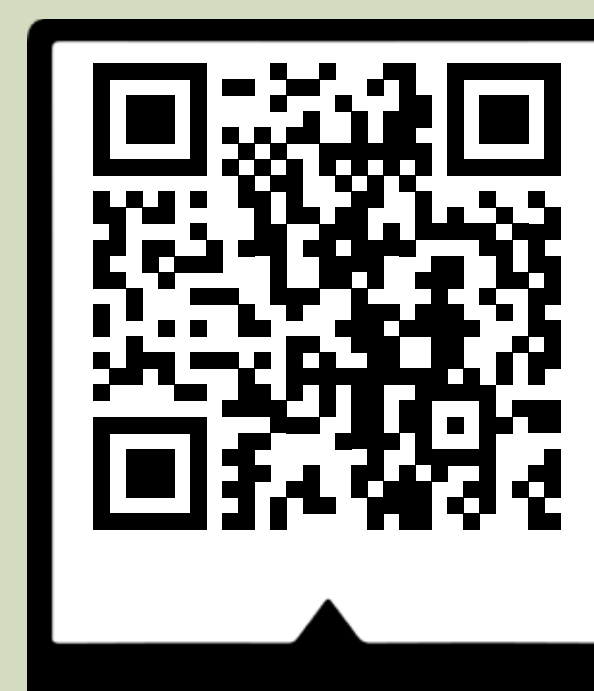
Klasy efektywności energetycznej oceniają zużycie energii przez urządzenia, takie jak sprzęt AGD lub lampy, w skali od A (bardzo wydajne) do G (mniej wydajne). Pomagają one w wyborze energooszczędnych produktów. Im wyższa klasa, tym urządzenie jest bardziej przyjazne dla środowiska i zużywa mniej energii, co jest dobrą wiadomością dla portfela.

## Co możesz zrobić?

- Dowiedz się, w jaki sposób wytwarzana jest energia elektryczna
- Upewnij się, że urządzenia są wyłączone lub używaj wielu wtyczek, aby szybko i łatwo je wyłączyć.
- Używaj diod LED lub energooszczędnych żarówek, ponieważ stare żarówki zużywają znacznie więcej energii elektrycznej.
- Zwracaj uwagę na klasę efektywności energetycznej przy zakupie urządzeń elektrycznych.



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!



Jeśli chodzi o efektywność energetyczną, BVB ma wiele powodów do dumy: 100% energii pochodzi ze źródeł odnawialnych, takich jak energia wodna i słoneczna. Oprócz stadionu BVB Signal Iduna Park, również stadiony Union Berlin i Werderu Brema mają na swoich dachach panele słoneczne.

Jaką energię elektryczną zużywa  piłkarski? Nie wahaj się zapytać!

# Segregacja odpadów

Mamo! Twoje śmieci powinny być w koszu na odpady organiczne! Czy nie wiesz, że segregując śmieci możesz wiele zmienić? Nauczyłam się tego w szkole, wytłumaczę ci to.



Nieprawidłowa segregacja odpadów - taka jak wyrzucanie plastikowych opakowań do odpadów resztkowych - prowadzi do spalania zasobów, które mogłyby zostać ponownie wykorzystane.

Spalanie odpadów uwalnia szkodliwe gazy, opary i cząsteczki, które wpływają na jakość powietrza i przyczyniają się do jego zanieczyszczenia. Zanieczyszczenia te mogą powodować problemy zdrowotne, takie jak choroby układu oddechowego i nowotwory oraz zwiększać zanieczyszczenie środowiska.

Jeśli odpady są prawidłowo posegregowane, papier, szkło, metal i plastik mogą zostać oczyszczone i przetworzone, dzięki czemu ze starego szkła, metalu lub plastiku i papieru można wytworzyć nowe produkty. Niektóre posegregowane odpady mogą być wykorzystywane do generowania energii poprzez ich spalanie w celu wytworzenia elektryczności i ciepła. Przyczynia się to do wykorzystania odnawialnych źródeł energii i zmniejsza ilość odpadów.

W latach 1950-2015 na całym świecie wyprodukowano 8,3 miliarda ton plastiku. Tylko 10 procent plastiku wyprodukowanego na całym świecie zostało kiedykolwiek poddane recyklingowi.

Od 1 stycznia 2023 r. restauracje, firmy cateringowe i sprzedawcy detaliczni żywności są zobowiązani do oferowania żywności na wynos w opakowaniach wielokrotnego użytku. -> Dobrze: Może to zmniejszyć ilość odpadów opakowaniowych. Zapytaj w sklepie przy następnym zamówieniu! Lub przynieś własne opakowanie.

## Co można zrobić?

- Poproś o opakowanie wielokrotnego użytku w lokalnej restauracji i używaj opakowań wielokrotnego użytku do jedzenia/napojów na wynos.
- Zajrzyj do pobliskiego sklepu bez opakowań.
- Ponownie używaj przedmiotów, a nawet opakowań
- Odwiedź kawiarnię naprawczą, aby sprawdzić, czy możesz naprawić rzeczy, zanim je wyrzucisz.
- Zadań sobie pytanie, czy potrzebujesz nowego przedmiotu, czy możesz go pożyczyć?
- Wymiana zamiast kupowania może być również mottem tutaj – Oczywiście nie powinieneś wymieniać swoich śmieci, ale przedmiot, którego nie możesz już używać.

### REDUCE

Minimalizacja zużycia zasobów

### PONOWNE UŻYCIE

ponowne wykorzystanie artykułów

### RECYKLING

segregowanie odpadów w celu ich ponownego wykorzystania

### REPEAT

Klub Bundesligi TSG 1899 Hoffenheim jest pierwszym stadionem piłkarskim, który w 2023 roku otrzymał certyfikat TÜV Süd jako stadion zero odpadów. Klub stara się włączać wytwarzane przez siebie odpady do cyklu materiałowego i poddawać je recyklingowi. W ramach tych starań dostępne są kubki wielokrotnego użytku i papier wykonany z trawy, czyli „papier z trawy”, który można wykorzystać na przykład do drukowania kart z autografami dla piłkarzy.

Czy twój klub/stadion piłkarski posiada już opakowania wielokrotnego użytku?



Stadt Dortmund



Other language? Scan me!