

Kislábnymos életmód:

Kislábnymos családok, háztartások, közösségek, filozófia



4 tagú észak-amerikai család = évi 1 liter szemet



Bea Johnson
Gabriela Hasbun
fényképe, forrás:
<http://metro.co.uk>

Hogy lehetséges ez?

Lehetséges vajon, hogy egy amerikai, San Francisco-ban élő 4 tagú család évente csak 1 liter szemetet termeljen? De ha fejlenként évi 1 literrel számolunk, még az is jó teljesítmény lenne... Íme egy rövid összefoglaló arról, hogyan csinálják.

Bea Johnson, a *Nulla Hulladékos Otthon (Zero Waste Home)* szerzője korábban elképzelhetetlennek tartotta, hogy ennyire kevés szemetet termeljen, ahogy legtöbbször még mi is... 2006-ban férjével és két kisfiával San Francisco külvárosában éltek egy közel 300 m²-es házban. Akkori életükkel azonban elégedetlenek voltak, ezért úgy döntöttek, hogy megpróbálnak rajta egyszerűsíteni. Dolgaik 80-90%-át kiselejtezték (Lásd pl.: [Kislábnymos Hírlevél 57. szám](#)), többek között egyik autójukat, és átköltöztek egy 130 m²-es házba, közelebb a központhoz, hogy gyalog is közlekedhessenek.

Azóta vissza sem néztek: életük és a háztartás minden részletét úgy alakították ki, hogy a lehető legkevesebb szemetet termeljék. Csak újrahasználatos szatyrot és üvegeket, dobozokat használnak a bevásárláshoz. A legtöbb élelmiszert nagy kiszerelesben veszik. A családtagok szinte minden ruhája használt ruha, és mindegyi-

kük teljes ruhátára elfér egy kis méretű bőröndben - így utazni is könnyen tudnak, figyelembe véve azt is, hogy életük egyszerűsítésével kiadásuk is kb. 40%-kal csökkentek. Ha elutaznak, lakásukat kiadják, hogy hasznosítva legyen. Tavaly nyáron Bea Franciaországban volt, hogy népszerűsítse könyvének francia verzióját. Utazása alatt közösségi médián közzétett fényképekkel bizonyította, hogyan lehet ugyanazt a fekete lapszoknyát egy hónapig viselni minden nap máshogy megkötve...

Bea szerint az egyszerű élet titka, hogy elsősorban a lakásunkba bevitt szemet mennyiségét csökkentsük. Mantrája, hogy: **"Utasítsd vissza, Csökkentsd, Használd újra, Gyűjtsd szelektíven, Komposztáld"** -- és bár a szelektív gyűjtés fontos, véleménye szerint ez csak a legutolsó opció kellene, hogy legyen. Íme Bea néhány tipje, hogy hogyan csökkentsük otthon a szemet mennyiségét:

Utasítsd vissza: ne fogadjunk el szórólapokat, ingyenes újságokat és termékeket.

Csökkents/Selejtezz: Tegyük szellősebbé otthonunkat. Használjunk bevásárló listát, hogy kevesebb dolgot vigyünk haza, és aztán kevesebb szemetünk is keletkezzen.

Használd újra: váltsunk eldobható dolgokról újrahasználatosokra: vegyünk mosható zsebkezdőket és szalvétákat, újratölthető üvegeket, mosható törülközőket (ami a kiselejtezett ruhából is lehet). A bevásárláshoz használjunk mosható vászonszatyrot, üvegeket és dobozokat a sajtnak, hústermékeknek, savanyúságnak.

Gyűjtsd szelektíven: derítsük ki, hogy milyen hulladékot hová lehet vinni lakókönyünkön, de ez csak a legutolsó opció legyen. Kérdőjelezzük meg, hogy tényleg szükségünk van-e arra, amit meg szeretnénk venni, és járjunk utána a kiválasztott termék életciklusának. Elsősorban nagy kiszerelesben és használt dolgokat vegyünk, és kerüljük a műanyagot. Rengeteg dolog, amit szelektíven gyűjtünk végül az óceánokban vagy hulladéklerakókban köt ki...

Komposztáld: amit csak lehet, komposztáljunk! Jó nagy méretű komposzt-gyűjtőt válasszunk, hogy biztosan használjuk. (Arról, hogy mi minden komposztálható, ld. pl. a [Kislábnymos Hírlevél 27. számát](#).)

Bea elutasítja azt a vádat, hogy ezt a fajta életmódot csak a jómódú középosztály tagjai tudják megvalósítani, vagy legalábbis nekik könnyebb. Családja pont azért vágott bele az egyszerűbb, szemet-mentes életmódba, mert anyagi nehézségeik voltak, és pont a nulla hulladékos életmód segített nekik ebből kilábalni: kisebb házba költöztek, eladták az egyik autót, lényegesen kevesebb dolgot vásárolnak, és rengeteg mindent maguk készítenek természetes összetevőkből.

Az keseríti el leginkább, ha az emberek azt hiszik, ilyen módon élni nehéz... mikor valójában így élni olcsóbb és sokféle szempontból könnyebb, felszabadultabb létezéshez vezet. Ha kevesebb cuccunk van, például, kevesebbet is kell takarítanunk - rengeteg szempontból javul komfortérzetünk, életminőségünk.

Forrás és további érdekes részletek:

<http://www.treehugger.com/green-home/inspiring-family-generates-only-1-quart-waste-annually.html>

<http://metro.co.uk/2013/07/10/bea-johnson-we-said-no-to-plastic-and-are-much-healthier-since-adopting-zero-waste-3875289/>

Béa Johnson honlapja: <http://www.zerowastehome.com/>

A tippek és ötletek forrása a Kislábnymos Hírlevél 58. száma.



Bea és családja ilyen zárható üvegedényeket visz magával magvak, száraz termények, hús és sajt vásárláshoz.

Hasznos információk, kapcsolat

Szerkeszti: Vadovics Edina
Közreműködött: Antal Orsolya, Vadovics Kristóf és Vásárhelyi Csenge

Design: Iconica Bt.

Szerkesztőség:

GreenDependent Egyesület
2100 Gödöllő, Éva u. 4.
Telefon: 06-20/386-0922
E-mail: info@greendependent.org
Honlap: www.kislabnyom.hu
www.greendependent.org



A GreenDependent Egyesület a következő szakmai szervezet tagja:

Resource Cap Coalition
(Európai Koalíció az Erőforrás Használat Csökkentéséért)

resourcecapcoalition

