



# Opiskelijan ympäristöopas



# Sisällys

1. Ympäristön huomioiva elämäntapa.....	3
2. Ruoka.....	4
Miksi kasvisruokaa.....	4
Reseptejä.....	6
Ekologiset valinnat eläinkunnasta.....	6
Linkkivinkkejä.....	6
3. Asuminen ja energiankulutus.....	7
Lämmitys.....	7
Valaistus.....	7
Vihreä sähkö.....	7
Kodinkoneet ja viihde-elektronikka.....	7
4. Liikkuminen.....	9
5. Jätteet.....	11
Paperinsäästö.....	11
Lajittelu.....	12
6. Puhtaus.....	14
Henkilökohtainen hygienia.....	14
Tiskaaminen.....	15
Siivous.....	15
Pyykinpesu.....	16
7. Pukeutuminen.....	17
8. Ympäristömerkit.....	18
9. Yhteystietoja.....	20

JYYn ympäristövaliokunta 2011

Toimituskunta: Ulla Kannisto, Ida Kauppinen, Heidi Kirkonpelto, Panu Mäkinen, Saara Määttäinen, Aino Sirén

Taitto: Oskari Rantala

# 1

# Ympäristön huomioiva elämäntapa

**Y**mpäristön kannalta kestävä elämäntapa tarkoittaa sitä, että huomioi valintojensa vaikutukset niin kanssaeläjien kuin luonnonkin kannalta. Kestävä elämäntapa ei vaadi suuria ponnistuksia – itse asiassa tekemättä jättämisellä on usein suurin vaikutus. Tärkeintä on kiinnittää huomiota asumiseen, liikkumiseen ja ruokaan, joista koostuvat yksilön suurimmat ympäristövaikutukset.

## EKOLOGISEN ELÄMÄNTAVAN PERIAATTEET

- Mieti toimintasi ja kulutusvalintojesi ympäristövaikutuksia.
- Älä osta, ellet tarvitse - koskee myös palveluja. Voit myös lainata tai vuokrata
- Suosi ympäristöystävällisiä ja kierrätysmateriaaleista valmistettuja tuotteita ja palveluja.
- Korjaa ja käytä loppuun tai käytä uuteen tarkoitukseen.
- Kierrätä.

**TÄSTÄ** oppaasta löydät paljon tietoa ekologisten valintojen tueksi. Oppaassa esitellään kattavasti helppoja, mutta myös hieman viiteliäisyyttä vaativia keinoja, joilla voit pienentää omaa ekologista selkäreppuasi.

Ympäristöongelmia ei kannata jäädä muirehtimaan yksin, sillä voit vaikuttaa asioihin muutenkin kuin omalla elämäntavallasi. JYYn ympäristövaliokunnassa toimiminen on yksi tapa edistää kestäviä ratkaisuja yhteiskunnassamme. Lisäksi voit toimia muissa järjestöissä (niitä löydät mm. tämän oppaan yhteystietojä- osasta), osallistua opintopiiriin, kirjoittaa lehtiin, järjestää tempauksia ja lobata päätäjiä. Tapoja on lukemattomia, joten löydät varmasti omasi.

## VÄLILLINEN KULUTUS

Tuotteen ekologiseksi selkärepuksi kutsutaan sitä luonnonvarojen määrää, minkä tuote vaatii elinkaarensa aikana. Kaikesta kulutuksesta noin 60 % on tällaista huomattomaksi jäävää välillistä kulutusta. Se tarkoittaa pitkälle teollistuneissa maissa noin 300 muovikassillista luonnonvaroja viikossa henkeä kohden.

# 2

## Ruoka

### MUISTILISTA

- ☑ Suosi lähellä tuotettua ja luomua kasvisruokaa.
- ☑ Käytä riisin sijaan kotimaista perunaa, ohraa tai pastaa.
- ☑ Vältä yksittäispakattuja elintarvikkeita ja turhaa pakkausmateriaalia.
- ☑ Kerää luonnonyrttejä, villivihanneksia, marjoja ja sieniä säilöön talven varalle.
- ☑ Raaka-aineiden lisäksi myös valmistusmenetelmillä on väliä. Vesi kiehuu tehokaimmin vedenkeittimessä, mutta muista kansi liedellä keittäessäsi.
- ☑ Kauppakassin hankkiminen tulee ajan myötä edullisemmaksi. Tyhjät leipäpusit korvaavat keittiössä kelmun ja pakastuspussit. Kertakäyttöt tuotteita voi käyttää useita kertoja.

### 2.1 Miksi kasvisruokaa?

**K**olmasosa keskivertosuomalaisen aiheuttamista ympäristövaikutuksista tulee ruoasta, joten ei ole yhdentekevää mitä syömme. Runsaasti eläintuotteita sisältävä ruokavalio kuormittaa ympäristöä huomattavasti enemmän kuin kasvipöytä. Kasvisruokavalio on maapallon, eläinten ja ihmisten parhaaksi.

Eläinperäisen ruoan tuotantoon liittyy suuria kysymyksiä liittyen eläinlääkintään, ympäristöön, ilmastoon ja sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen. Nykymuotoinen eläinten tehotuotanto pyrkii mahdollisimman suureen kustannustehokkuuteen ja edullisiin kulutta-

jahintoihin: tilakoot ovat suuria, eläintä kohden on minimimäärä liikkumatilaa, yksilöllinen hoito on mahdotonta, eivätkä eläimet pysty toteuttamaan lajityypillisiä tarpeitaan.

Pyri suosimaan lähellä tuotettua, luomua ja vegaanista eli mitään eläinperäistä sisältämätöntä kasvisruokaa. Voit aloittaa vaikkapa pitämällä yhden vegepäivän viikossa tai opettelemalla pikkuhiljaa uusia kasvisreseptejä. Opiskelijahintainen kasvis- ja vegaanilounas on päivittäin tarjolla Ilokiven ruokalassa, useimmissa Sonaatin toimipisteissä sekä Kasvisravintola Katriinassa. Pyydä vegaaniruokaa erikseen keittäjältä, jos sitä ei ole listalla.

World Watch Instituten tutkimuksen mukaan ihmisen toiminnan aiheuttamista hiilidioksidipäästöistä 51% ja metaanipäästöistä 37% tulee karjataloudesta. Eläintuotanto siis tuottaa enemmän kasvihuonekaasupäästöjä kuin liikenne. Suosimalla kasviperäistä ruokavaliota toimit myös ilmaston parhaaksi.

**TÄYSIPAINOISEEN** kasvisruokavalioon kuuluu monipuolisesti erilaisia proteiininlähteitä kuten papuja, herneitä, täysjyväviljatuotteita, soijajalosteita, pähkinöitä ja siemeniä. Kasviperaiset proteiininlähteet ovat usein huomattavasti edullisempia kuin eläinperäiset, sillä pavut ja soijajalosteet myydään yleensä kuivatuotteina. Syötäväiksi valmistettuina tuotteet liotetaan, jolloin niiden tilavuus jopa kolminkertaistuu.

Kasvisruokatuotteiden kuten kasvimaitojen ja papujen valikoimat ovat nykypäivänä tavallisissa ruokakaupoissa todella laajat, eikä tuotteita tarvitse enää etsiä erikoisliikkeistä. Jyväskylässä erikoistuotteita löytyy Ekokauppa Ekolosta, Maailmankauppa Mangosta, Punnitse & Säästä -liikkeestä, Katriinan Kaupasta sekä itämaisten elintarvikkeiden liikkeistä, kuten Silkkitiestä, Keitaasta ja Asian Foodista.

**Kasvisruoan osuuden lisääminen ruokavaliossa ei tarkoita askeesia tai herkuttelusta luopumista.** Suklaajäätelöä ja hampurilaisiakin on nykyisin saatavana täysin vegaanisina.

Edullista ruokaa voi kerätä itse metsistä: marjat ja sienet ovat terveellisiä ja maukkaita. Kesäisin voit palsta- tai parvekeviljelyllä tuottaa todellista lähiruokaa.

Huolellisesti koostettuna vegaaninen kasvisruokavalio on riittävä takaamaan välttämättömien ravintoaineiden saannin kaikissa elämänvaiheissa. Sekaruokavalioon verrattuna kasvissyöjät saavat ravinnostaan vähemmän tyydyttynyttä rasvaa ja kolesterolia sekä enemmän kuituja ja antioksidantteja. Runsas kasvien käyttö voi vähentää riskiä sairastua 2-tyyppin diabetekseen, helpottaa painonhallintaa ja veren kolesterolitason pysymistä normaalina sekä auttaa ehkäisemään sydän- ja verisuonitauteja.

On huomattava, että kotimainen ruoka ei välttämättä ole paras vaihtoehto. Esimerkiksi kasvihuonevihannesten tuonti Espanjasta tuottaa vähemmän päästöjä kuin vastaavien kasvattaminen Suomessa talviaikaan, kasvihuoneiden valaistus ja lämmitys huomioiden. Vältä eineksiä ja pitkälle prosessoituja tuotteita. Pitkä jalostus- ja kylmäkuljetusketju kuluttaa paljon energiaa ja ruoasta tuhoutuu prosessoidessa ravintoaineita. Suosi myös Reilun kaupan kahvia, teetä, suklaata, hedelmiä ja muita tuotteita. Alkossa myydään luomutuotettuja viinejä - luomuoluita ja -siidereitä saa hyvinvarustelluista ruokakaupoista. Tekeillä itse kotiviiniä säästää pitkän pennin.

Eläinrehuksi käytetään mm. viljaa, soijaa, perunaa, rypsiä ja maissia. Tämä on noin 40% koko maailman viljasadosta ja samaan aikaan noin joka kuudes maapallon ihminen kärsii aliravitsemuksesta. Näitä elintarvikkeita voidaan käyttää suoraan ihmisravinnoksi sen sijaan, että niitä tehotomasti kierrätetään eläinten kautta: yhden lihakilon tuottaminen vaatii 7-10 kg rehua.

# VINKKI

Lainaa ympäristövaliokunnan muoviasiastoa ja ruokailuvälineitä, kun järjestät tapahtumia. Kuljeta mukanas omaa kestomukia. Ota omat aterimet ja astiat retkille ja festareille!

## 2.2 Reseptejä

**Helppo soijarouhebolognese**  
pastakastikkeeksi tai pizzan päälle

- 2 dl tummaa soijarouhetta
- 1 prk tomaattimurskaa
- 1 sipuli
- 1-2 kpl valkosipulinkynsiä
- 2 rkl ruokaöljyä
- 1 tl paprikajauhetta
- ½ tl rouhittua mustapippuria
- 1 rkl soijakastiketta
- 1 tl sokeria
- 1 rkl pizzamausteseosta

Hienonna sipuli ja valkosipuli. Mittaa kuiva soijarouhe siivilään. Kaada päälle runsaasti kiehautettua vettä, jotta rouhe turpoaa kokonaisuudessaan. Puristele ylimääräinen vesi pois. Keitä liotettua soijarouhetta, sipulei-

ta ja tomaattimurskaa pannulla öljyssä noin 10min. Lisää mausteet ja anna hautua vielä noin 5 min.

### Kookos-linssikeitto

- 200g kuivattuja punaisia linssejä
- pari sipulia
- pari porkkanaa
- öljyä
- 1,5 l vettä
- 1 prk kookosmaitoa
- suolaa

Kuullota pilkotut sipulit ja porkkanat öljyssä kattilassa. Lisää vesi ja linssit. Keitä noin 15 minuuttia. Lisää kookosmaito, mausta suolalla ja halutessasi esimerkiksi mustapippurilla tai currylla.

## 2.3 Ekologiset valinnat eläinkunnasta

**SEKASYÖJÄKIN** voi tehdä parempia ja huonompia valintoja. Vähennä juuston syöntiä - sen tuottamisen ympäristövaikutukset ovat suunnilleen yhtä suuret kuin sianlihan. Vältä suurimmat kasvihuonepäästöt aiheuttavaa

naudanlihaa. Suosi kalaa, mutta valitse MSC-sertifikaatilla varustettu tuote. Siten voit varmistua siitä, että kala on pyydystetty ekologisesti kestäväällä tavalla.

## 2.4 Linkkivinkkejä

Kasvissyöntiä aloittelijoille -opas:  
[www.vegaaniliitto.fi/ksa](http://www.vegaaniliitto.fi/ksa)

Valitse Vege -kampanja:  
[www.valitsevege.fi](http://www.valitsevege.fi)

Vegaanisten tuotteiden kartoitus:  
[www.vegaani.antisankari.net](http://www.vegaani.antisankari.net)

Vegereseptiblogi:  
[www.chocochili.net](http://www.chocochili.net)

# 3

# Asuminen ja energiankulutus

**A**suminen on yksi suurimmista tekijöistä yksilön energiankulutuksessa. Asu-  
mismukavuudesta tinkimättäkin voi helposti säästää satoja kilowatteja sähköä ja rahaa, kun opettelee muutamia ekotehokkaita käyttäytymismalleja. Pienissä asunnois-

sa tai soluissa asuminen - mikä on tavallista opiskelijalle - on itsessään ekoteko. Voit saada lisätietoa energiansäästöstä osallistumalla paikallisiin energiaeksperttikoulutuksiin ja myöhemmin vaikuttaa taloyhtiösi asiantuntijuudellasi.

## 3.1 Lämmitys

**HANKI** asuntoosi lämpömittari lämpötilan selvittämiseksi. Sopiva lämpötila on 19-21 astetta. Jokainen laskettu lämpöaste vähentää energiankulutusta 5 %.

- Säädä termostaattia pienemmälle pitkien poissaolojen ajaksi.
- Sulje verhot ja sälekaihtimet pakkasilla öiksi.
- Tarkasta, ettet estä lämpimän ilman virtausta huoneeseen kalusteilla tai verhoilla.

- Tuuleta talvella nopeasti ristivedolla. Älä pidä ikkunaa raollaan yötä päivää.
- Ilmoita kaikista patterin ja ilmastoinnin toiminnan häiriöistä sekä vetävistä ikkunoista huoltomiehelle tai isännöitsijälle.
- Sisällä ei tarvitse tarjeta t-paidassa talvella.
- Ole aktiivinen taloyhtiössäsi, sillä energian säästö ei ainakaan nosta vuokria.

## 3.2 Valaistus

- Pidä vain tarvittava määrä valoja päällä.
- Sammuta valot aina kun poistut huoneesta. Tee näin myös kodin ulkopuolella.
- Loisteputket kannattaa sammuttaa jo 10 minuutin poissaolon ajaksi, toisin kuin vanhastaan kuvitellaan. Lamppujen sammuttaminen ei vaurioita loisteputkilamppuja, eikä aiheuta kulutuspiikkiä

- sytytettäessä.
- Tee töitä auringonvalossa silloin, kun luonto sen sallii. Se on silmillekin ystävällisempää kuin keinovalo.
- Pöly ja lika loisteputkissa voi vähentää valaistustehoa 20 % . Puhdista lamput ja valaisimet säännöllisesti.

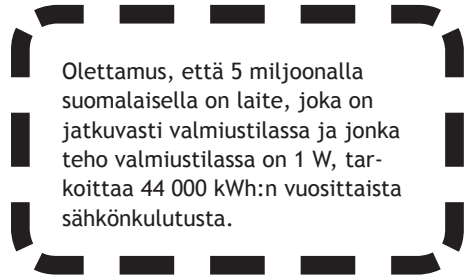
## 3.3 Vihreä sähkö

**VALITSE** kestäväällä tavalla - eli tuulella, auringolla, vanhalla vesivoimalla tai biopolttoaineilla - tuotettua energiaa. Sähkö tulee yhä samasta töpselistä, mutta rahasi menevät puhtaampien energiaratkaisujen tukemiseen. Nykyisin lähes kaikilla sähköyhtiöillä on tarjot-

tavana vihreää voimaa, jonka toimittamisesta voit sopia yhdellä puhelinsoitolla, jos maksat itse sähkölaskusi. Jos sähkölaskusi kuuluu vuokraan, pyydä vuokranantajaasi vaihtamaan ekosähköön.

## 3.4 Kodinkoneet ja viihde-elektroniikka

- ☑ Älä jätä laitteita valmiustilaan, vaan sammuta ne kokonaan.
- ☑ Ota kännykän, kameran yms. laturi seinästä kun et lataa laitetta.
- ☑ Älä pidä radiota, televisiota tms. turhaan päällä.
- ☑ Tutustu käyttämiäsi laitteiden käyttöohjeisiin ja energiansäästötoimintojen asennusohjeisiin.
- ☑ Paikallisilta energiayhtiöiltä voit lainata sähkönkulutusmittarin, jolla voit tarkistaa taloutesi energiasyöpöt.
- ☑ Televisioon ei saa päästää kertymään pölyä, sillä se lisää tulipalon riskiä.
- ☑ Kodinkoneita ostaessasi valitse vähiten kuluttava malli.



### Tietokoneet

- ☑ Asenna tietokoneesi virransäästöasetukset käyttöön. Älä käytä näytönsäästäjää.
- ☑ Sammuta tietokone, kun et tarvitse sitä useampaan tuntiin. Sammuta myös näyttö näytön omasta virtapainikkeesta.
- ☑ Älä tuhlaa sähköä yliopistollakaan. Sammuta tietokoneiden näytöt myös julkisissa tiloissa.
- ☑ Aseta keskusyksikkö virransäästötilaan, kun olet poissa koneelta kauemmin.
- ☑ Keskitä tulostus- ja kopiointityöt yhteen kertaan.
- ☑ Valitessasi tietokonetta ota selvää sen päivitys- ja laajennusmahdollisuuksista.
- ☑ Energiaa säästäville tietokoneille on myönnetty Energy Star -merkki.
- ☑ Kannettavat tietokoneet kuluttavat vähemmän energiaa kuin pöytäkoneet.

### Liesi

- ☑ Suosi keittolevyjä uunin sijaan.
- ☑ Valitse levyn kokoinen tai vähän suurempi kattila.
- ☑ Käytä kannellista kattilaa ja uunivuokaa.
- ☑ Kypsennä uunissa useita ruokia kerralla ja hyödynnä jälkilämpö.
- ☑ Vedenkeitin kuluttaa vähemmän energiaa kuin veden keittäminen kattilassa.

### Jääkaappi ja pakastin

- ☑ Imuroi pölyt jääkaapin ja pakastimen takaa säännöllisesti.
- ☑ Sulata pakastin 2-5 kertaa vuodessa ja jääkaapin pakastelokero muutaman kerran kuukaudessa. Sulatustiheyden pienentämiseksi voit poistaa huurretta puu- tai muovikaapimella
- ☑ Laita ruoat jääkaappiin ja pakastimeen jäähtyneinä.
- ☑ Älä availe turhaan jääkaapin ja pakastimen ovia.
- ☑ Sijoita jääkaappi kauas uunista ja muista lämmönlähteistä.
- ☑ Tarkista ovien tiivisteiden kunto säännöllisesti ja varsinkin ostaessasi käytettyä laitetta.

### Muista termospullo!

- ☑ Keitä kahvia tai teetä kerralla kokonullinen ja säilytä loput termarissa. Ota termari mukaan reissuun ja luennolle.

### Ohjeita energiansäästöön:

[www.motiva.fi](http://www.motiva.fi) > Kuluttajalle



# 4

## Liikkuminen

### MUISTILISTA

- Kävele, pyöräile, käytä linja-autoa tai junaa, lifttaa ja järjestä kimpakyytejä – matkanteko on hauskeempaa yhdessä!
- Vältä yksityisautoilua ja lentämistä.

**M**itä nopeammin ja mitä kauemmas matkustetaan, sitä enemmän energiaa kuluu ja päästöjä syntyy. Matkakohde kannattaa valita läheltä - houkuttelevista halpalentotarjouksista huolimatta. Suomessa on kiinnostavia kaupunkeja ja sohasurffaus tarjoaa jännittäviä kokemuksia kotimaassakin. Juna on ulkomaillekin matkustettaessa lentokonetta ekologisempi vaihtoehto, ja ainakin Euroopassa etäisyydet ovat junailuun sopivan lyhyitä. Jos sinulla on aikaa ja rahaa matkustella, kokeile lentoretken sijasta rautatiematkaa Venäjän kautta Kiinaan! Noudata ekologisia elämäntapoja myös mat-

kalla ja harkitse, miten elät tai minkälaisia matkamuistoja ostat. Paikallisen kulttuurin ja elinkeinojen tukeminen on rihkamaa mielekkäämpää.

Jyväskylän kaltaisessa kaupungissa pyöräily ja kävely ovat yksityisautoilua toimivampia liikkumismuotoja. Polkupyörä on helppo pysäköidä ja ruuhkista riippumaton. Pyöräillä voi mainiosti talvella, kunhan pukeutuu asianmukaisesti ja käyttää pyöräilykypärää. Pyörä kannattaa huoltaa tai huollattaa säännöllisesti. JYY toimii yhteistyössä kaupungin kanssa julkisen liikenteen parantamiseksi.

Pyöräily on kaupungissa autoilua nopeampaa aina kuuden kilometrin matkaan asti. Lentokoneessa matkustava kulkee yhden kilowattitunnin energiamäärällä vain 0,7 kilometrin matkan, henkilöautossa 0,8-1,7 km, bussissa 5-10 km, junassa 10-20 km, kävellen 17 km ja pyörällä peräti 100 km.

**JOS** jostain syystä kuitenkin käytät autoa, mieti ajoreitit etukäteen sujuvan ajon takamiseksi.

- ☑ Hoida monta asiaa samalla matkalla.
- ☑ Aja taloudellisen ajotavan mukaisesti.
- ☑ Vältä ruuhkia ja liikennevaloristeyksiä.
- ☑ Tarkasta auton renkaiden ilmanpaineet ja moottorin säädöt säännöllisesti.
- ☑ Valitse mahdollisimman vähän kuluttava auto: hybridi- tai sähköauto.
- ☑ Käytä moottorilämmitintä lämpötilan ollessa +5 °C tai sitä alempi. Älä pidä autoa joutokäynnillä.

- ☑ Vilkasliikenteisillä tieosuuksilla ohittaminen ei tuo oleellista aikasäästöä, mutta lisää polttoaineen kulutusta.
- ☑ Kiinnitä huomiota autosi huollossa käytettävien aineiden ympäristövaikutuksiin.
- ☑ Hanki kimppakyytiläisiä samalla suunnalla asuvista. Auton yhteisomistus on suosittua Euroopassa - kokeile!
- ☑ Biokaasu on kaikkein ilmastoystävällisin polttoaine. Kaikeksi onneksi Suomen ainoa julkinen biokaasun tankkausasema sijaitsee Laukaan Leppävedellä, aivan Jyväskylän kupeessa.

# 5

## Jätteet

**E**nsisijaista on jätteen synnyn ehkäisy. Kaikkea ei tarvitse ostaa omaksi, vaan tavaroita voi lainata ja vuokrata. Hanki tavaroita ja laitteita, jotka kestävät ja joita on helppo huoltaa ja korjata. Varmista, että varaosia on saatavilla tuotteen käyttöiän ajan. Noudata tuotteiden käyttöohjeita ja pidä niistä hyvää huolta, jotta niiden käyttöikä olisi

mahdollisimman pitkä.

Ympäristötietoinen kuluttaja pyrkii tähän samaan päämäärään kierrättämällä jätteensä ja tarpeettomat tavaransa keräyspisteiden ja kirpputorien kautta. Luonnossa ei tunneta käsitettä jäte, vaan edellisen prosessin jäännökset ovat seuraavan vaiheen materiaalia.

Suosi tuotteita, jotka ovat:

- Kestäviä ja pitkäikäisiä
- Uudelleen täytettäviä
- Uudelleen käytettäviä
- Mahdollisimman monilta osin kierrätettäviä
- Valmistusmateriaaleiltaan ympäristöystävällisiä
- Ympäristömerkin saaneita

Vältä tuotteita, jotka ovat:

- Ylipakattuja
- Kertakäyttöisiä
- Huonosti kierrätettävissä
- Hankalasti huollettavissa, paristo- tai akkukäyttöisiä.

Vinkki:

- Taittele biojätepussi sanomalehdestä, jota saat keräyslaatikoista. Sanomalehti maatuu parissa viikossa.

### 5.1 Paperinsäästö

- Tulosta vain ne asiakirjan sivut, jotka tarvitset. Vältä turhaa kopiointia.
- Tulosta ja kopioi kaksipuolisena sekä useita sivuja samalle arkille. Kopioitaessa pienennä useampia sivuja mahtumaan samalle arkille. Neuvo kaverillesikin, miten

se tehdään!

- Käytä aina esikatselutoimintoa ennen tulostamista.
- Tarvittaessa siirrä teksti internetsivulta tekstinkäsittelyohjelmaan, niin et tulosta turhaan tyhjää tilaa tai grafiikoita.

- Käytä toiselta puolelta puhtaita papereita uudelleen esimerkiksi muistiinpanojen tekemiseen.
- Pyydä edellisvuotisia monisteita joltakulta kurssin jo suorittaneelta opiskelijalta.
- Vaihda e-laskuun.
- Tilaa lehti yhdessä lähellä asuvien ystäviensä kanssa tai lue lehdet kirjastossa.
- Käytä kirjekuoret moneen kertaan: liimaa lappu vanhan osoitteen päälle. Tee uusia kuoria lehtien sivuista ja muusta käyttökelpoisesta paperista.
- Vie jätepaperi keräysastiaan mahdollisimman usein: alle kolme kuukautta vanhasta paperista painomusta lähtee vielä hyvin.

**ÄLÄ** huoli mainospostia: Laita postilaatikkoonsi “Ei mainoksia eikä ilmaisjakeluja kiitos”-ilmoitus ja estä osoitteellinen mainonta lähettämällä Asiakkuusmarkkinointiliittoon kielto kortti, joita saa posteista. Haluamasi ilmaisjakelulehdet voit hakea jakelupisteistä. Voit myös kieltää Väestörekisterikeskusta luovuttamasta henkilötietojasi suoramarkkinointiin.

Kun olet kerännyt paperia painosi verran, olet säästänyt yhden kuusen. Yhden wc-paperirullan saa valmistettua 38 kappaleesta A4-arkkeja. Kilo paperia vaatii 2-3 kiloa puuta, kun se on valmistettu neitseellisestä kuidusta.

## 5.2 Lajittelu

JYVÄSKYLÄN kaupungin sivuilta osoitteesta <http://www.jyvaskyla.fi/jate/esitteet> kohdasta Jätteiden lajitteluopas löytyy ohjeet kaikkien jätteiden lajitteluun. Oppaasta voit tarkistaa, mihin keräysastiaan mikäkin jäte kuuluu laittaa. Seuraavassa lisävinkkejä ja -tietoja aiheesta.

### Paperijäte

- lehdet, mainokset, kirjekuoret ja muut postin tuomat paperit
- kopio- ja tulostuspaperit (myös värilliset)
- ruutu- ja piirustuspaperit
- vihkot, kirjat ilman kansia, puhelinluettelot
- ei märkää tai likaista paperia ja pahvia
- ei muovikasseja tai styroksia
- ei lahjapaperia tai kartonkia

### Kartonki

- pahvi
- kartonkipakkaukset ja -tölkit
- paperikassit, -pussit ja säkit
- pizzarasiat, munakennot, paperirullien hylsy
- ei muovivaikkeitä tai styroksia
- ei märkää tai likaista kartonkia

Litistä laatikot, niin astia täyttyy tasaisesti. Niittejä, teippejä tai nestekartonkien korkkeja ei tarvitse poistaa. Huuhtelee tölkit kylmällä vedellä, kuivata ja litistä mahdollisimman tiiviiksi. Yhteen avattuun mehutölkkiin mahtuu hyvin 10 litistettyä nestepakkausta. Tiiviisti pakattua tölkipakettia on helppo käsitellä eikä se vie jatkokuljetuksessa turhaa tilaa.

Älä koskaan polta suolaisia elintarvikepaketteja, kuten makkarapaketteja, koska suolasta muodostuu palaessaan erittäin haitallisia klooriyhdisteitä. Vaikka muovipakkauksessa lukisikin “Voidaan hävittää polttamalla”, polta vain tarpeeksi kuumassa liekissä puhdasta ja löyhästi pakattua muovivaikkeitä pienessä määrin. Yksi maitopurkillinen uunipesälistä kohden on sopivasti.

## Biojäte

- ruokajäte
- hedelmien ja vihannesten kuoret
- kahvin- ja teenporot, suodatinpussit
- kalanruodot, luut, munankuoret
- talouspaperit, lautasliinat
- kukkamulta, kasvijätteet
- kissanhiekka (puu- tai savipohjainen), lemmikin häkin siivousjätteet
- ei muovia, lasia tai metallia
- ei vaippoja, imurin pölypusseja tai tupakantumppeja
- ei nestetölkkipakkauksia
- ei tuhkaa
- luonnonkuituisia tekstiilejä ja viinipulonkorkkeja voi kompostoida pienissä määrin.
- ruokarasvat (joita ei saa laittaa WC-altaaseen)

Bioastiaan soveltuvat paperiset tai biohajojavat pussit. Voit itse taitella sellaisen sanomalehdestä. Löydät ohjeet netistä. Myös tyhjä jauhopussit yms. ovat sopivan kokoisia biojätteen keräämiseen. Heitä jätteet keräysastiaan pusseineen haju- ja likaantumishaittojen estämiseksi. Valuta biojätteen nesteet viemäriin, sillä märkyys vaikeuttaa astian tyhjentämistä varsinkin talvella. Omakotitaloissa kunnallisen biojätekeräyksen vaihtoehtona on oma kompostori. Sen hoitamiseen kannattaa etsiä lisätietoa kirjastosta ja jäteneuvojalta.

Kun eloperäiset jätteet kerätään erilleen muusta jätteestä ja käsitellään oikeissa olosuhteissa, lopputuloksena on multaa. Jos biojäte sen sijaan heitetään roskien joukossa kaatopaikalle, ruuantähtien energia vapautuu ilmaan metaanina, joka on voimakas kasvihuonekaasu.

## Sekajäte

- muovikääreet, -pussit ja -pakkaukset
- likaiset tai märät paperit ja pahvi
- posliini ja keramiikka, ikkuna-, peili- ja autonlasi
- vaipat, siteet
- imurin pölypussit, tupakantumpit, purukumit

- lahjapaperit, kertakäyttöastiat ja -aterimet
- styroksipakkaukset
- hehkulamput, palvaroitinimet (ilman paristoja)
- tyhjä aerosoli- tai spraypullot
- käyttökeltomattomat vaatteet ja jalkineet
- muu kierrätykseen kelpaamaton jäte
- ei biojätettä
- ei ongelma- tai rakennusjätettä
- ei hiekoitusshiekkaa

## Ongelmajäte

Ongelmajätteitä ei saa koskaan laittaa muun jätteen joukkoon, vaan ne on toimitettava rangaistuksen uhalla ongelmajätteen vastaanottopisteisiin. Ongelmajätteet (öljyt, liotintimet, valkaisuaineet, torjunta- ja suojausaineet, raskasmetallit, maalit, liimat, lakat, hapot, emäkset, loisteputket, lääkeaineet...) ovat luonnossa hyvin haitallisia jo pieninä pitoisuuksina.

## Laitteet, paristot ja akut

- Kodinkoneliikkeillä on velvollisuus vastaanottaa ja kierrättää käytetyt kodinkoneet.
- Jyväskylässä laitetaan kaikki paristot erillisiin keräysastioihin, mutta kiinnitä kuitenkin ostaessasi huomiota paristojen ympäristöystävällisyyteen.
- Kännykän akut tulee toimittaa paristojen ja akkujenkeräyspisteeseen.

Akku- ja paristokäyttöisten laitteiden korvaaminen verkkokäyttöisillä laitteilla vähentää ongelmajätteen määrää. Kertakäyttöisten paristojen tilalle voidaan hankkia ladattavia akkuja. Akkukäyttöisten laitteiden akkuja voi kennottaa uudelleen. Uudelleenkennotus maksaa noin puolet uuden akun hinnasta.

# 6

## Puhtaus

### 6.1 Henkilökohtainen hygienia

- Suosi lyhyitä ja viileitä suihkuja.
- Kuivaa hiuksesi pyyhkeellä hiustenkuivaajan sijaan.
- Käytä kestokuukautissuojia, -nenäliinoja ja -vaippoja sekä vaihtoharjaksilla varustettua hammasharjaa.
- Käytä luonnon raaka-aineista valmistettuja, biohajoavia pesuaineita ja kosmetiikkatuotteita.
- Etsi tuotteita, joita ei ole testattu eläinkokeilla.
- Ota oma laudeliina mukaan saunailtoihin.

**L**istoja eläinkokeilla testaamattomista tuotteista saa Animaliaista (<http://animalia.fi/kosmetiikkalista>).

Käytä taloyhtiösi yleinen saunavuoro hyväksesi. On havaittu, että saunoessa kulutetaan paljon vähemmän vettä kuin suihkussa käydessä - saunomisen jälkeen virtaavan veden alla ei tarvitse lämmitellä. Kimppasaunominen säästää sähköä ja on mukavampaakin kuin yksin köllöttely. Sitä paitsi se voi olla opiskelijan ainoa mahdollisuus päästä saunaan. Käy suihkussa kylvyn sijaan ja vältä lutraamista.

Kierrätyskuituisia wc-papereita saa joka kaupasta. Kertakäyttövaipat kannattaa korvata kestovaipoilla tai pestävien harsovaippojen ja villaisten vaippahousujen yhdistelmällä. Vaihtoharjaksilla varustettuja hammasharjoja on saatavilla Ekolosta, Mangosta ja joistakin marketeista sekä apteekeista. Pesuainepullo-

si voit täyttää uudestaan Body Shopin, Maailmankauppa Mangon tai Ekolon kierrätyspalvelussa. Paperisten pyyhkeiden ja nenäliinojen sijaan voi käyttää kankaisia. Kertakäyttöisten kuukautissuojien sijaan voi hankkia pestäviä siteitä tai kuukupin. Kuukuppi on silikonista valmistettu kupin muotoinen kuukautissuoja, jota voi hyvin hoidettuna käyttää useita vuosia. Se on useimmille erittäin mukavakäyttöinen, luontoystävällinen ja pidemmän päälle halpa kuukautissuoja. Kuukuppeja saa Jyväskylässä mm. Ekokauppa Ekolosta ja luontais-  
tuotekauposta (ks. yhteystietoja).

Jos kylpyhuonettasi remontoidaan, pyydä vettä säästävää suihku. Wc-säiliöön voi lisätä pari vedellä täytettyä muovipulloa vähentämään veden kulutusta, mutta tämä saattaa haitata vanhojen wc-laitteiden toimintaa. Yritä sen sijaan saada taloyhtiö hankkimaan vettä säästäviä wc-kalusteita.

## 6.2 Tiskaaminen

- Älä tiskaa astioita juoksevan veden alla.
- Käytä biohajoavia tiskiaineita.
- Käytä tiskiharjaa, jossa on vaihdettava harjaspää.
- Sulje hana aina tiiviisti käytön jälkeen.
- Ilmoita vuotavista vesikalusteista heti taloyhtiösi huoltomiehelle.
- Jos astianpesukone on käytettävissä, se on useimmiten vettä säästävämpi vaihtoehto kuin käsin tiskaaminen.

**K**ymmenen erillisen astian tiskaaminen juoksevan veden alla kuluttaa suurin piirtein yhden altaallisen vettä. Jos hankit astianpesukoneen, osta malli, joka kuluttaa mahdollisimman vähän energiaa (vähintään energialuokka A), vettä ja pesuainetta.

Ekokauppojen lisäksi tavallisissakin kaupoissa on ympäristömerkittyjä pesuaineita. Käyttämällä vaihtoharjaspäällä varustettua tiskiharjaa vähennät tuottamaasi jätemäärää. Maailmankauppa Mangosta ja ekokauppa Ekolosta saa myös luonnonharjaksisia tiskiharjoja.

Keskivertosuomalainen kuluttaa noin 155 litraa vettä vuorokaudessa. WC:n vetämiseen menee tästä määrästä 40 l. Suihkussa käynti kuluttaa 50-100 litraa vettä, kylpy n. 200-300 l.

## 6.3 Siivous

- Siivoa ennen kuin lika pinttyy.
- Käytä puhdistukseen ympäristöystävällisiä pesuaineita tai vaikkapa etikkaa.
- Käytä maatuvaa uusioliinoja tai vanhojen tekstiilien palasia rätteinä esim. vanhat, puhtaat lakanat.

**VOIMAKKAITA** tehopesuaineita tarvitsee hyvin harvoin, saippuaphajaiset puhdisteet ja etikka riittävät useimmissa tapauksissa. Älä käytä

viemärin avaamiseen puhdistusainetta, sillä kemialliset putkiston avaat ovat melkoisia myrkkyyjä.

Hajoamattomia keinokuiturättejä ei kannata ostaa. Maatuvia uusioliinoja löytyy tavallisista tavarataloista ja sitä voi käyttää myös laudeliinana. Talouspaperin voi hyvin usein korvata rätillä. Älä osta talouspaperia ja huo- maat, että selviät hyvin ilman sitä!

## ETIKKA & MÄNTYSUOPA

- ☑ Vedenkeittimestä poistat kalkan keittämällä liuoksen, jossa on kolme osaa vettä ja yksi osa etikkaa. Anna vaikuttaa yön yli ja huuhdeltuasi keitä puhdasta vettä kunnes etikan haju on hävinnyt.
- ☑ Silitysraudan kalkkisaostumia voi ehkäistä tyhjentämällä vesisäiliön jokaisen käytön jälkeen.
- ☑ Teräsastiat voi puhdistaa ja kiillottaa puhtaalla etikalla.
- ☑ Wc-pöntön puhdistat kuuman veden ja etikan sekoituksella. Et tarvitse wc-raikastimia tai desinfiointiaineita.
- ☑ Kylpyhuoneen lattian voit pyyhkiä etikkavedellä. Kastele kuitenkin kaakelipintojen saumat ensin pelkällä vedellä, etteivät ne syövy.
- ☑ Ikkunanpesuaineeseen tarvitset vain etikkaa ja vettä samassa suhteessa. Rasvajäljet lähtevät mäntysuovalla. Ikkunoiden kuivaamiseen käy sanomalehtipaperikin.

Desinfioivat pesuaineet ovat tarpeettomia kotitalouksissa - bakteerien määrä palaa ennalleen noin kahden tunnin kuluttua.

Uninluukun puhdistukseen voi myrkyllisen puhdistusaineen sijaan käyttää saippualla hyvin vaahdotettua teräsvillaa. Vaahdotettu teräsvilla sopii myös pohjaan palaneiden kattiloiden yms. puhdistukseen.

## 6.4. Pyykinpesu

- ☑ Pese aina täysiä koneellisia.
- ☑ Käytä ympäristöystävällisiä pesuaineita.
- ☑ Kuivata pyykkisi narulla kuivausrummun sijaan.

**PESUKONETTA** ei kannata käyttää puolityhjänä. Pikkupyykin voi pestä käsinkin, jos ei voi odottaa kaikkien tietyn väristen vaatteiden likaantumista. Konetta ei auta täyttää liikaakaan, koska silloin pesutulos huononee. Varmista, että pesuaineesi on ainakin ympäristömerkitty. *Jyväskylän vesi on pehmeää, joten pesemiseen ei tarvita paljon pesuainetta.* Annostelussa voi huoletta säästellä, sillä valmistajat suosittelevat usein turhan suuria

pesuainemääriä. Huuhteluainetta ei tarvita lainkaan, tai sen voi korvata vedellä laimentulla etikalla tai sitruunamehulla.

Pyykki kannattaa kuivattaa narulla tai koontaitettavassa telineessä. Koneelliset kuivurit tuhlaavat energiaa ja rasittavat vaatteita. (Sukkien katoamista ei tarvitse ihmetellä, jos tarkistaa nukkasuodattimeen juuttuneen nukkamäärän...) Huolehdi tuuletuksesta, jos kuivatat pyykkisi sisällä. Tuulettamattomassa kylpyhuoneessa voi olla lähes trooppinen ilmasto - ja paha homeongelma. Ulkokuivatus on paras vaihtoehto, tosin allergisten kannattaa välttää sitä pahimpaan siitepölyaikaan.



# 7

## Pukeutuminen

- ☑ Suosi kirpputoreja vaatteiden hankinnassa.
- ☑ Suosi kotimaisia ja luonnonkuiduista tai kierrätysmateriaaleista valmistettuja pukineita.
- ☑ Käytä vaatteesi loppuun.
- ☑ Juhlavaatteet tai muut erikoisvarusteet voi lainata kaverilta.

**H**anki vaatteesi käytettyinä tai osta mieluummin kestäviä ja tyylikkäitä kuin lyhytikäisiä sesonkivaatteita. Ekokauppojen lisäksi monissa ketjuliikkeissä on nykyään luonnonmukaisesti viljellyistä kuidusta valmistettuja vaatteita. Ole tarkkana: suomalaiseksi mainostettu tuote on usein vain ommeltu tai suunniteltu Suomessa. Painosta käyttämäsi vaatekauppaa selvittämään, miten ja missä sen myymät tuotteet on tehty.

Varmin ja edullisin tapa on ostaa kirpputorilta. Kirpputoreilta ja kierrätyskeskuksista löytyy laajat valikoimat momentyyllisiä ja edustaviakin vaatteita. JYYn ympäristö- ja kulttuurivaliokunnat järjestävät kirpputoreja llokevissä lähes joka kuukausi. Sieltä voi varata myyntipöydän muutamalla eurolla. Kaverien kanssa voi myös järjestää vaatteiden-

vaihtoilan, joista saa uutta päälle pantavaa ilmaiseksi. Vaatteiden tuunaaminen on mukava harrastus.

Käytä vaatteesi loppuun. Korjailu tai pieni muuntaminen tekee ihmeitä vähän kulahtaneille, mutta rakkaille vaatteille. Puhkikuluneista vaatteista voi tehdä esim. rättejä (t-paidat ovat hyvin imukykyisiä) ja matonkuiteita mummolle. Käyttökelpoiset vaatekappaleet voi viedä kirpputoreille tai kierrätykseen. Siitä voi myös tienata hiukan rahaa. Jyväskylän alueella on muutamia tekstiilinkeräysastioita, jonne voit viedä ehjät vaatteet, kengät ja kodintekstiilit, sijainnit selviävät UFF:ltä.

Vältä aitoja turkissomisteita ja nahkatuotteita. Turkiseläimet elävät luonnottomissa olosuhteissa: minkki elää puolen vuoden mittaisen elämänsä 0,25 neliömetrin kokoisessa verkkopohjaisessa häkissä. Turkiseläinten ulosteiden mukana luontoon huuhtoutuvat typpi ja fosfori aiheuttavat vesistöjen rehevöitymistä. Turkiseläinten rehuntuotantoon kuluu enemmän fossiilisia polttoaineita kuin tekoturkisten tuottamiseen. Nahka on lihateollisuuden tärkein sivutuote, joten sen tuotannolla on samat massiiviset ympäristövaikutukset kuin lihan tuotannolla (ks. luku 1).

Valmisvaatteiden osat tehdään tavallisesti siellä missä kustannukset ovat alhaisimmat. Vaatteiden kangas on saatettu valmistaa Taiwanissa, langat Pakistanissa, värjäys Kiinassa ja itse ompeleminen Venäjällä. Sen lisäksi, että vaatteita kuljetetaan turhaan, on työntekijöiden oloissa usein puutteita. Lapsityövoimalla tai vaarallisissa olosuhteissa tehtyjä vaatteita kannattaa välttää. Ongelma on, ettei useinkaan voi tietää miten esim. paita on valmistettu. Ekologisia materiaaleja ovat luomupellava (pellavan viljelystä koituvat haitat ovat tavallisen maanviljelyn haittojen luokkaa, toisin kuin puuvillalla), hampuu ja suomenlampaan luomuvilla (suurin osa villasta tulee Australiasta ja Uudesta-Seelannista).

# 8

## Ympäristömerkit

**T**ässä esitellyt merkit ovat varsinaisia ympäristömerkkejä. Niiden lisäksi on olemassa järjestöjen varainhankintamerkkejä ja erilaisia kierrätysmerkkejä, joista suurin osa ei merkitse mitään tuotteen ym-

päristöystävällisyyden kannalta. Esimerkiksi pandamerkki on WWF:n varainhankintamerkki ja saksalainen Der Grüne Punkt -merkki ei tarkoita Suomessa mitään.



**JOUTSENMERKKI** eli pohjoismainen ympäristömerkki myönnetään sellaisille tuotteille, jotka kuormittavat ympäristöä vähemmän kuin muut käyttöominaisuuksiltaan vastaavat tuotteet. Viime vuosina merkki on laajentunut myös palveluihin, kuten hotelleihin ja ravintoloihin. Merkin vaatimukset asetetaan siten, että vain osa (20-30 %) markkinoilla olevista saman tuoteryhmän tuotteista voi sen saada. Joutsenmerkin vaatimukset tarkistetaan 3-5 vuoden välein, jotta ne pysyvät ajan tasalla lainsäädännön kiristyessä ja teknologian kehittyessä.



**HYVÄÄ SUOMESTA -MERKISSÄ** on myös joutsen. Kyseinen merkki ei ole ekomerkki, vaan kertoo, että elintarvike on valmistettu Suomessa ja siinä käytetty liha, kala, kananmuna ja maito on 100-prosenttisesti suomalaista. Kun elintarvikkeen kaikki raaka-aineet lasketaan yhteen, suomalaisuusasteen on oltava vähintään 75 prosenttia.



**EU-KUKKA** eli Euroopan ympäristömerkki on Euroopan yhteisön yhteinen ympäristömerkki. Kuten Joutsenmerkki, se kertoo puolueettomasti tuotteen tai palvelun ympäristöystävällisyydestä. Vaatimustaso asetetaan siten, että 10-20 % tuoteryhmän tuotteista voi saada merkin käyttöoikeuden. Käyttöoikeus on aina määräaikainen. EU-kukan saaneita tuotteita valvotaan jatkuvasti: Suomessa merkkiä valvoo joutsenmerkin tavoin SFS-ympäristömerkintä.



**EUROLEHTI** on EU:n luomumerkki, joka tarjoaa kuluttajille varmuuden tuotteen alkuperästä ja laadusta. Merkki on varmistus sille, että EU:n luomuviljelysäädöksiä on noudatettu.



LEPPÄKERTTUMERKKI on Luomuliiton hallinnoima merkki, jonka luomutuotteet on valmistettu suomalaisista luomuraaka-aineista.



AURINKOMERKKI on vapaaehtoinen ja maksuton viranomaisten myöntämä luomumerkki. Tuotteen aineksista vähintään 95% on luonnonmukaisesti tuotettua.



DEMETER on biodynaamisen yhdistyksen valvoma merkki, joka osoittaa tuotteen täyttävän biodynaamisen viljelyn kansainväliset kriteerit.



REILUN KAUPAN MERKKI ei ole varsinainen ympäristömerkki, vaan kertoo pien-tuottajien saavan kohtuullisen hinnan myymästään tuotteesta, ja ettei tuotannossa käytetä lapsityövoimaa. Merkkiä myöntää ja valvoo Suomessa Reilun Kaupan edistämisyhdistys ry.



EKOENERGIA-MERKKI on Suomen luonnonsuojeluliiton ympäristömerkki sähkölle, lämmölle ja energiansäästölle. Merkin tiukat kriteerit vaativat yrityksiltä parhaan mahdollisen uusiutuvan energian. Lisätietoa löydät osoitteessa ekoenergia.fi.



ENERGIAMERKKI ilmoittaa kodinkoneiden energiankulutusluokan ja vuotuisen kulutuksen. Laitteita verrataan muihin markkinoilla oleviin vastaaviin laitteisiin, ja niiden kulutus luokitellaan sen mukaan asteikolla A-G. A-luokan laitteet kuluttavat vähiten energiaa. Merkki sisältää energialuokan lisäksi tietoa mm. tehoista ja energiatehokkuudesta.



# Yhteystietoja

## 9.1. Kirpputorit

**AJANTASAINEN** luettelo kirpputoreista on myös ylioppilaskylän wikissä osoitteessa <http://wiki.kortepohja.fi/kirpputori>.

- Centrum, Ilmarisenkatu 2, keskusta
- EkoCenter Harjunporras, Gummeruksenkatu 10, keskusta
- EkoCenter Kankitie, Kankitie 10, Seppälänkangas
- EkoCenter Raksa, Kankitie 14, Seppälänkangas
- Fida lähetystori, Tapionkatu 12, keskusta
- Huhtasuon Kylätoimiston kirpputori, Nevakatu 1, Huhtasuo
- Kierukka, Taitoniekantie 9 C, ylioppilaskylä
- Kirppis Löytölähde, Kirrinpolku 4, Palokka
- Kumppanuuskirppis, Vapaudenkatu 4, satunnaisina päivinä, katso ajankohdat Kumppanuustalon kotisivulta
- Pelastusarmeijan kirpputori (liike suljettu, myymäläkirpputori), Yliopistonkatu 44, keskusta, ma-pe 9.30-17, la 10-15
- Salamakauppa, Isännäntie 1 G, Kortepohja
- Seppälän kirpputorimarket, Laukaantie 3, Seppälänkangas
- Sepänaukion kirpputori, Sepänkatu 5, keskusta, (toukokuun puolivälistä elokuun loppuun)
- Silinteri, Laajavuorentie 2, Savela
- SPR-Kirppis, Ahjokatu 10, Seppälä
- SPR-Kirppis, Keskussairaalantie 1, Mattilanpelto
- SPR-Kirppis, Kirrinkuja 1, Palokka
- Suvannon kirpputori, Savonmäentie 9, Vaajakoski
- Vaajapörssi, Huoltopolku 4, Vaajakoski
- Vekaratori, Vasarakatu 2 B 2. krs, Seppälä
- Wanha Veikko, Poratie 6, Seppälänkangas
- Ylioppilaskunnan kirpputori, Ilokivi, Keskussairaalantie 2, Seminaarinmäki, la 11-13 noin kuukauden välein, tarkista ajat JYYn tapahtumakalenterista

## 9.2 Kauppoja

- Ekokauppa Ekolo, Kauppakatu 18
- Maailmankauppa Mango, Kauppakatu 5
- Punnitse ja säästä, Kauppakatu 18

## 9.3 Luontopolut

**LUENTOJEN** ja lukemisen välillä on helpotus päästä välillä metsän siimekseen. Jyväskylässä on lukuisia merkittyjä luontopolkuja, joista lähiluontoon tutustuminen on helppo aloittaa. Isoman retkeilyinnostuksen iskiessä voi lähteä esimerkiksi kansallispuistoihin vähän kauemmaksi.

- <http://www.jyvaskyla.fi/ymparisto/polut>
- <http://www.ymparisto.fi/default.asp?contentid=143737>

## 9.4 Järjestöjä

- Greenpeace [www.greenpeace.org/finland/fi/](http://www.greenpeace.org/finland/fi/)
- JAPA - Jyväskylän paikallisagenda [www.japary.fi](http://www.japary.fi)
- JOPA - Jyväskylän opiskelevat partiolaiset [www.jopary.net](http://www.jopary.net)
- JYPS - Jyväskylän pyöräilyseura [www.jyps.info](http://www.jyps.info)
- JYYn ympäristövaliokunta [jyy.fi/ymparistovaliokunta](http://jyy.fi/ymparistovaliokunta)
- Luonnonsuojeluliitto [www.sll.fi](http://www.sll.fi)
- Luonto-Liitto [www.luontoliitto.fi](http://www.luontoliitto.fi)
- Maan ystävät [www.maanystavat.fi](http://www.maanystavat.fi)