

BAŞARISIZ OLURSAK

Hepimiz Sonuç- larına Katla- nacağız



Uzman Dr. Sinan İbiş
Medikal Turizm Derneği
Başkanı

Çevreyi kirleten şeyleri, farkında olmadan alışkanlık haline getiriyoruz fakat bunlardan her ne pahasına olursa olsun kaçınmalıyız.

Çevreye nasıl bakacağınızı bildiğinizden emin misiniz? Çoğumuz doğa dostu bir hayat yaşadığımızı düşünüyoruz, ancak tüketim alışkanlıklarımız bizi ele veriyor. Alışkanlıklarımız sera gazı emisyonlarının %60'ından fazlasını ve dünyadaki su tüketiminin yaklaşık %80'ini oluşturuyor.

Farkında olmasanız bile çevreyi kirleten, yaptığınız küçük şeyler ile dünya-

mıza nasıl zarar verdiğinizi bir düşünün. Dişlerinizi fırçalarken musluğu açık bırakmak, şişelenmiş su içmek ve sakızı yere atmak. Bunlar ve diğer günlük alışkanlıklar bazen çevreyi nasıl kirlettiğimizin farkında olmadığımızı gösteriyor. Gezegene fayda sağlamak için değiştirebileceğimiz küçük günlük alışkanlıkları mutlaka öğrenmeliyiz ve yaşamımızda tutmalıyız.



İnsanların çevreyi kirlletmeyi durdurmak ve gezegeni korumak için küçük değişiklikler yapması gerekiyor. Dünyamızın bize sunduğu doğa ve çevrenin kısa bir süre öncesine kadar yalnızca akıllı değil, aynı zamanda yok edilemez olduğunu düşünüyorduk. Volkanların, buzul çağlarının ve 10 milyar atom bombası kadar yıkıcı meteorların üstesinden gelebileceğine inanıyorduk. Ancak 21. yüzyılda, plastikle boğulmuş okyanuslar, eriyen buzullar ve kurak ormanların çöle dönüştüğü, yangınlar ve sellerin tahribatları ile yüzleştığımız bir gezegenle karşı karşıyayız. Kanıtlar ortada: gezegen bir uçurumun kenarında ve biz de onunla birlikte batıyoruz.

Çevreyi Nasıl Kirlletiyoruz?

Çevre tahribatı yeteneklerimiz konusunda korkunç bir rekor kırıyoruz ve bu insanlık tarihinde hiç görülmemiş bir rekor. Hayvanlar ve bitkiler son 500 milyon yılda olduğundan binlerce kat daha hızlı yok

Çevre tahribatı yeteneklerimiz konusunda korkunç bir rekor kırıyoruz ve bu insanlık tarihinde hiç görülmemiş bir rekor.

oluyor ve Uluslararası Doğa Koruma Birliği'ne (IUCN) göre, eğer şimdi biz insanların neden olduğu bu çevre katliamı konusunda bir şey yapmazsak, yaşadığımız şu yüzyıl içinde şu anda tehlike altında olan faunanın %67'sini kaybedeceğiz ve %99,9'u ciddi bir yok olma tehlikesiyle karşı karşıya kalacak.

İnsanların kalkınma, endüstriyel tarım ve hayvancılık, orman tahribatı, daha çoğa odaklanan hırs- ların dünyamızda neden olduğu kitlesel ve kültürel yok oluşlarda CO₂ emisyonlarının artması gibi diğer eylemlerin etkileriyle; küresel ısınma, kuraklık ve çölleşme,

okyanusların ve nehirlerin kirlenmesi, biyolojik çeşitliliğin kaybını hızlandırmaktadır.

Bazı Anahtar Eylemler

PLASTİK TÜKETİMİNİZİ AZALTIN

Dolayısıyla plastik tüketimini azaltmak için zihniyet değişikliğine ihtiyaç var.

TEK KULLANIMLIK PLASTİKLERE SON VERİN

5 Temmuz 2021'de Avrupa tek kullanım plastiklerin satışını yasaklamıştır.

PLASTİKLERİ AZALTMAK İÇİN AMBALASIZ GIDA VEYA PLASTİK AMBALAJ İÇERMİYEN GIDALARI SATIN ALIN

Ambalajsız gıda satın almak daha esnek ve ne kadar satın alınacağına karar verebilirsiniz.





Küresel Isınmaya Yönelik Bazı Rakamlar ve Tahminler

İnsanoğlunun faaliyetleri nedeniyle 2017 yılında gezegenin sıcaklığı sanayi devrimi öncesine göre maalesef 1°C daha yüksek. Küresel deniz seviyesi 1880'den bu yana 20 cm yükseldi ve 2100 yılına kadar 30 - 122 cm daha yükselmesi bekleniyor. Isınmayı 1,5 °C ile sınırlamak için küresel CO₂ emisyonlarının 2050 yılına kadar sıfıra indirilmesi gerekiyor. Cesur bir iklim eylemi kararlılığı ve uygulanması 2030 yılına kadar en



az 26 milyar dolar kar sağlayabilir. Dünyanın ısınmasını 2°C'nin altında tutmak için gereken CO₂ azaltımının üçte birini AB iklim anlaşması kapsamındaki ülkeler karşılayacak. 2030 yılına kadar sürdürülebilir enerjiyle ilgili 18 milyondan fazla istihdam yaratılması öngörülüyor.

Küresel Isınmadan Hepimiz Sorumluyuz

Çevreyi kirleten şeyleri, farkında olmadan alışkanlık haline getiriyoruz fakat bunlardan her ne pahasına olursa olsun kaçınmalıyız.



Aerosol deodorant kullanımı; Aerosoller soluduğumuz hava kalitesine zarar verir, ancak bazı bilim çevrelerine göre, sıcaklık üzerindeki etkileri kullandıkları dünyaya göre değişmektedir.

Şişelenmiş su; Plastik su şişelerinin doğada parçalanması 450 yıl sürüyor ve üretiminden tüketimine, atılmasından yok olmasına kadar sağlığa zararlı mikroplastiklere ayrılarak sağlığı tehdit ediyor.

Sakızları yere atmak; Sakızlar çoğunlukla doğal plastikten oluşur ve sokakları kirletmenin yanı sıra, onu yiyecek sanan birçok kuşun boğulmasına ve ölümüne neden olur.

Musluk açıkken yıkanmak; Bilim insanları, ellerimizi yıkarken ve dişlerimizi fırçalarken musluğu kapatarak kişi başına ayda 1.400 litreden fazla su tasarrufu sağlanabileceğini hesaplamıştır.





Palmye yağı içeren yiyecekleri tüketmek; Yüksek koruma değerine sahip tropik ormanların ve diğer ekosistemlerin geniş alanları, geniş monokültür palmye yağı tarlalarına yer açmak için temizlendi. Bu açıklık; gergedanlar, filler ve kaplanlar da dahil olmak üzere nesli tükenmekte olan birçok türün kritik yaşam alanlarını yok etti.

Sahilde sigara izmaritleri bırakmak; Sahillerde en sık rastlanan atık türü olan bu atıkların parçalanması ve kirletici metallerin açığa çıkması 10 yılı bulabiliyor ve bu atıklar tüm canlıların biyolojisine zarar veriyor.

Tek kullanımlık mendilleri tuvalete atmak; Bunlar tuvalet kağıdı gibi parçalanmazlar, su arıtma tesislerinde ve kanalizasyonlarda oluşan tıkanıklıkların çoğundan sorumludurlar.



Helyum balonlarını havaya bırakmak; Kuşlar, balıklar ve diğer deniz canlıları için son derece tehlikelidir; yanlışlıkla yemeleri durumunda boğulabilirler.

Pilleri çöpe atmak; Bunlar dünyadaki en zehirli metallerden biri olan civa içerir ve parçalanması 500 ila 1.000 yıl sürer. Tek bir pil 3.000 litreye kadar suyu kirletebilir. Bir kalem pil 5 ton çöpü zehirleyebilir.

Çevreyi Koruyan Eylemleri İş ve Yaşam Kültürünüze Dâhil Edin

Artık çevreye nasıl zarar verdiğimizizin farkındayız, çözümler bulmamız ve alışkanlıklarımızı değiştirmemiz gerekiyor. İşte Birleşmiş Milletler'den (BM) bazı öneriler:



Atıklarınızı ayırın; Evsel atıklarınızı karıştırmayın, her şeyi ayrı kaplara koyun.

Geri dönüştürün ve yeniden kullanın; Tek kullanımlık plastikleri kullanmayı bırakın ve her zaman birkaç kez yeniden kullanılabilen ambalaj ve ürünleri seçin. Bir şeyi atmadan önce, onu ikinci kez kullanıp kullanamayacağınızı düşünün.

Enerji tasarrufu yapın; Doğal ışıktan yararlanın, LED ampuller takın, ihtiyacınız olmayan ışıkları kapatın, termostatınızı ve klimanızı ayarlayın.

Organik gıdalar tüketin; Gübre ve diğer kirleticilerden arındırılmış meyve ve sebzeleri satın alın.

Muslukları kapatın; Bulaşık yıkamayı bitirdiğinizde muslukların damlamadığından emin olun.





Sürdürülebilir ulaşım araçlarını kullanın; Mümkün olduğunca yürüyün, pedal çevirin veya toplu taşıma araçlarını kullanın.

Tek kullanımlık poşet kullanmayın; Plastik ve kağıt poşetler yerine pamuklu poşetleri tercih edin.

Evinizi çiçeklerle doldurun; Bitkiler ve ağaçlar oksijen üretir ve doğa için olmazsa olmazdır.

Sorumlu Tüketim ile Çevreyi Korumak

Sürdürülebilir görünen pek çok küçük alışkanlık aslında tüm yaşamımızı ve geleceğimizi kirletiyor. İşte gezegenimizin sağlığı için en zararlı beş alışkanlık;

Kirlilikle mücadele için tüketim alışkanlıkları; Eğer ulaşırsak 2050 yılına kadar dünyada 9,7 milyar insan, Birleşmiş Milletler'in (BM) öngördüğü gibi, kendimize yetebilmek ve şu anki gibi yaşayabilmek için neredeyse üç gezegene eşdeğer doğal kaynağa ihtiyacımız olacak. Ancak

Dünyadaki tarım arazilerinin %75-80'i hayvancılık için kullanılıyor, aynı arazi sebze yetiştirmek için kullanılsaydı 4 milyar daha fazla insan beslenebilirdi.

tek bir Dünya var, bu yüzden onun için yaptığımız her şey, küçük de olsa, büyük önem taşıyor.

Çok fazla et, balık ve meyve yemek; OECD, sera gazlarının %22'sinin tarım sektörü tarafından üretildiğini belirtiyor. Örneğin et endüstrisi, arazi kullanımında olumsuz bir etkiye sahip. Çünkü dünyadaki tarım arazilerinin %75-80'i hayvancılık için kullanılıyor, aynı arazi sebze yetiştirmek için kullanılsaydı 4 milyar daha fazla insan beslenebilirdi. Kitlesel balıkçılık da çevreye yardımcı olmaz, çünkü deniz ekosistem-



lerinin biyolojik çeşitliliğini azaltır. Ayrıca meyvelerin mevsiminde tüketilmesi önerilir.

Kahve kapsülleri ve çay poşetleri satın almak; Yapılan araştırma verilerine göre Avrupa ve Amerika'da yılda 60 milyar kahve kapsülü tüketilmektedir. Bunlar çoğunlukla alüminyum ve plastikten yapılıyor ve bu da onları çevrenin açık bir düşmanı yapıyor. Bu tek dozluk ambalajların en çok tüketildiği ülkeler ABD, İtalya ve İspanya'dır. Üstelik bunlar genellikle geri dönüştürülmektedir (sadece %27'si geri dönüştürülüyor) veya kötü bir şekilde geri dönüştürülmektedir; çünkü mevzuat bunları ambalaj olarak değerlendirmiyor ve özel toplama noktalarına atılmaları gerekmiyor.

Çay poşetleri de çevre kirliliğine katkıda bulunur, çay poşetlerinin bir kısmının ambalajları naylon veya polietilen tereftalat (PET) içerdiğinden gezegenimiz için zararlıdır, bu da petrol türevi bir plastik türüdür. Poşetlerin yaklaşık %25'inin tek kullanımlık plastik olduğu düşünülüyor ve bu, AB'nin bu tür ürünlere karşı çabalarına doğrudan aykırıdır. Bu nedenle bu ürünlerin tüketimini azaltıp, geleneksel kahve makineleri veya toptan çay gibi daha sürdürülebilir alternatiflere yönelmek en doğrusudur.

Kağıt torba kullanımı; Kağıttan yapıldıkları için BM'ye göre dünyada her yıl kullandığımız beş milyar plas-





tık poşet kadar zararlı olmadıklarını düşünüyoruz. Ancak gerçek oldukça farklı, neredeyse hiç yeniden kullanılmıyorlar ve genellikle organik atık kutusunda son buluyorlar. Ayrıca, bir kağıt torba üretmenin enerji maliyeti plastik torba üretmenin dört katıdır ve üretimi çok fazla su ve odun gerektirir, atmosfere zararlı gazlar yayar ve su kaynaklarını kirleten, ekosistemlere zarar veren kimyasallar kullanılır. Kağıt torbalar için iyi bir alternatif, sağlam, yıkanabilir ve tekrar kullanılabilir olan pamuklu torbalardır.

Ekolojik olmayan deterjan ve yumuşatıcılarla yıkama; Çoğu çamaşır sabunu toksiktir, çünkü boyalar ve fosfatlar, yüzey aktif maddeler, 1.4 dioksan çözücü veya asla bozulmayan optik parlaticılar gibi diğer kirleticiler içerirler. Bu bileşenler tahrişe ve alerjilere neden olur, suyu kirletir ve deniz ekosistemlerine zarar verir. Sadece ABD’de deterjan kullanımının karbon ayak izi, hane başına yılda 218 kg’a, artı çamaşır



makinesi ve kurutucunun enerji maliyetine denk geliyor. Çözüm, doğal ve biyolojik olarak parçalanabilir içeriklere sahip çevre dostu çamaşır deterjanları kullanmaktır.

Şişelenmiş su içmek; Plastik şişeler çevre kirliliğinin açık bir örneğidir. Çevre bilimciler göre, bunların parçalanması yaklaşık 450 yıl sürer. Dünya çapında her dakika bir milyon adet satılan bu kaplar, şişelenmiş suda bıraktıkları mikro plastiklerin sağlığımızı etkilemesine neden olabilir. Amerika araştırma kaynakları, 2018 yılında önde gelen markaların 250’den fazla şişesindeki su içeriğini test etti ve %93’ünün polipropilen, naylon veya PET içeriği

pozitif çıktı. Sonuç olarak, tek çevre dostu seçenek, musluk suyu içmek veya yeniden kullanılabilir cam şişeler kullanmaktır.

Bu bağlamda, Avrupa Komisyonu 1 Şubat 2018’de içme suyu ve içme suyuna erişim konusunda AB mevzuatının gözden geçirilmesini önermiştir. Amaç, diğer şeylerin yanı sıra, musluk suyuna olan kamu güvenini artırmaktır. Komisyon, yeni önlemlerin içme suyuyla ilişkili potansiyel sağlık risklerinin %4’ten %1’in altına düşürmesini beklemektedir. Ayrıca Komisyon, şişelenmiş su tüketimini azaltarak Avrupa hanelerinin yılda 600 milyon Avrodan fazla tasarruf etmesini beklemektedir.



Kağıt torbalar ve plastik poşetler için iyi bir alternatif, sağlam, yıkanabilir ve tekrar kullanılabilir olan pamuklu torbalardır.

