

# ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΑΝΘΡΑΚΑ

## Τι είναι το αποτύπωμα άνθρακα;

Το αποτύπωμα άνθρακα μετρά την ποσότητα διοξειδίου του άνθρακα (CO<sub>2</sub>) και άλλων αερίων του θερμοκηπίου που απελευθερώνονται στην ατμόσφαιρα λόγω των ανθρώπινων δραστηριοτήτων. Οι εκπομπές αυτές προέρχονται από την καύση ορυκτών καυσίμων για την παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας, τις μεταφορές και τη βιομηχανία, καθώς και από την παραγωγή τροφίμων και τα απόβλητα.

## Πλαίσιο πληροφοριών

- Λαμπτήρας που λειτουργεί για 24 ώρες παράγει ~ 0,63 kg CO<sub>2</sub>
- Η φόρτιση του τηλεφώνου σας μία φορά την ημέρα για ένα χρόνο απελευθερώνει ~ 12 kg CO<sub>2</sub>
- Η κατανάλωση 0,45 kg βοδινού κρέατος απελευθερώνει ~ 12,25 kg CO<sub>2</sub>
- Η λήψη ενός 10λεπτου ζεστού ντους μπορεί να παράγει ~ 1,8 kg CO<sub>2</sub>

## Πώς επηρεάζει τη ζωή μας;

Το αποτύπωμα άνθρακα επηρεάζει τη ζωή μας προκαλώντας κλιματική αλλαγή, η οποία οδηγεί σε θερμότερο καιρό, ισχυρότερες καταιγίδες, λιώσιμο των πάγων και άνοδο της στάθμης της θάλασσας. Αυτές οι αλλαγές δυσκολεύουν την άνετη διαβίωση των ανθρώπων, των ζώων και των φυτών και μπορούν επίσης να προκαλέσουν προβλήματα όπως έλλειψη τροφίμων και κατεστραμμένα σπίτια. Μειώνοντας το αποτύπωμα άνθρακα, συμβάλλουμε στην προστασία της Γης και διατηρούμε τη ζωή ασφαλέστερη για όλους.

## Τι μπορούμε να κάνουμε για να το μειώσουμε

Για να μειώσουμε το αποτύπωμα άνθρακα, μπορούμε να εξοικονομήσουμε ενέργεια σβήνοντας τα φώτα και χρησιμοποιώντας αποδοτικές συσκευές, περπατώντας ή κάνοντας ποδήλατο αντί να οδηγούμε, τρώγοντας περισσότερα τρόφιμα φυτικής προέλευσης, ανακυκλώνοντας και επαναχρησιμοποιώντας αντικείμενα και χρησιμοποιώντας λιγότερο νερό και ενέργεια.

## Πώς να υπολογίσετε το ανθρακικό σας αποτύπωμα

1 Χωρίστε τις δραστηριότητές σας σε κατηγορίες που συμβάλλουν στο αποτύπωμα άνθρακα και καταγράψτε τη χρήση σας σε κάθε κατηγορία για ένα μήνα.

2 Χρησιμοποιήστε συντελεστές εκπομπών για να μετατρέψετε τα δεδομένα χρήσης σας σε αποτύπωμα CO<sub>2</sub>, χρησιμοποιήστε τον Υπολογιστή Καταναλωτικού Αποτυπώματος της ΕΕ

3 Αθροίστε τις εκπομπές και από τις τέσσερις κατηγορίες για να λάβετε το συνολικό ετήσιο αποτύπωμα άνθρακα.

## Δραστηριότητες με το μεγαλύτερο αποτύπωμα CO<sub>2</sub>



Co-funded by  
the European Union

Πηγή: Climate change in Europe page  
@ europarl.europa.eu website



VOYAGER  
EMPOWERING YOUTH.  
TRANSFORMING  
TOMORROW!