

കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം തടയുന്നതിൽ ഗൃഹങ്ങളുടെ പങ്ക്



'നമ്മളാണ് കാരണമെങ്കിൽ നമ്മൾ തന്നെ അത് പരിഹരിക്കണം'



ഐ സി എ ആർ-സെൻട്രൽ മനോർ ഫിഷറീസ് റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
 ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് അഗ്രികൾച്ചറൽ റിസർച്ച്
 എറണാകുളം നോർത്ത് പി.ഒ
 വെബ്സൈറ്റ്: www.cmfri.org.in



ClimEd Series - VC

‘കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം തടയുന്നതിൽ ഗൃഹങ്ങളുടെ പങ്ക്’ എന്ന ഈ നിർദ്ദേശക ലഘുലേഖ ബെൽമോണ്ട് ഫൺഡ് പ്രോജക്റ്റ് - “ഗ്ലോബൽ അണ്ടർസ്റ്റാന്റിംഗ് ഓഫ് ആന്റർനാഷണൽ ഫോർ ലോക്കൽ സൊല്യൂഷൻസ്: റെഡ്യൂസിംഗ് വൺനാബിളിറ്റി ഓഫ് മനൈൻ ഡിപെൻഡന്റ് കോസ്റ്റൽ കമ്മ്യൂണിറ്റീസ്” എന്നതിന്റെ ഭാഗമായി വികസിപ്പിച്ചെടുത്ത ഒന്നാണ്.

പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നത്:

ഡയറക്ടർ, കേന്ദ്ര സമുദ്ര മത്സ്യ ഗവേഷണ സ്ഥാപനം

പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത്:

ഡിസംബർ 2017

തയ്യാറാക്കിയത്:

ഡോ. ശ്യാം എസ്. സലീം
ആതിര പി. ആർ.

രൂപരേഖ

സ്മിത ആർ. എക്സ്.

ആമുഖ വിവരണം:

ഈ ഭാഗം പ്രധാനമായും എങ്ങനെ ഓരോ കുടുംബങ്ങൾക്കും ഒരു കാലാവസ്ഥാ ഏജന്റായി പ്രവർത്തിച്ചു അവരുടെ വിഭിന്നമായ കർത്തവ്യങ്ങൾ വഴി അനുരൂപീകരണവും, ഉപശമനവും, കാര്യക്ഷമമായ ഊർജ്ജോപയോഗവും, വെള്ളത്തിന്റെ ഉപഭോഗവും, കാർബണിന്റെ പുറംതള്ളൽ കുറയ്ക്കുന്നതും വഴി സാധ്യമാക്കാം എന്ന് വരച്ചു കാട്ടുന്നു.

**കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം തടയുന്നതിൽ
ഗൃഹങ്ങളുടെ പങ്ക്**



ഐ സി എ ആർ-സെൻട്രൽ മനൈൻ ഫിഷറീസ് റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് അഗ്രികൾച്ചറൽ റിസർച്ച്
എറണാകുളം നോർത്ത് പി.ഒ.
വെബ്സൈറ്റ്: www.cmfri.org.in

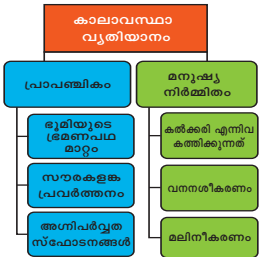


കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം

കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം എന്നാൽ ഭൂമിയുടെ ആകെ മൊത്തമുള്ള കാലാവസ്ഥയിലെ മാറ്റത്തെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്, അഥവാ ഒരുഗണ്യമായ കാലയളവുവരെ ഒരു പ്രദേശത്തെ കാലാവസ്ഥയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ദീർഘകാലമാറ്റം. ഭൂമിയുടെ ആഗോള താപനിലയിലെ മാറ്റം, അല്ലെങ്കിൽ ഭൂമിയുടെ സാധാരണ വർഷപാത ക്രമത്തിലെ വ്യത്യാസം എന്നിവ ഇതിനുദാഹരണങ്ങളാണ്.

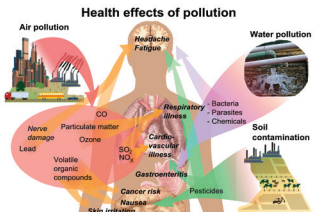
ഭൂമിയുടെ കാലാവസ്ഥ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ?

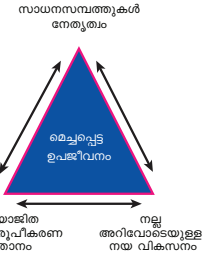
ഭൂമിയുടെ കാലാവസ്ഥ എപ്പോഴും മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഭൂമിയുടെ കാലാവസ്ഥ തണുപ്പേറിയതും ഉഷ്ണം ഉള്ളതുമായ കാലഘട്ടങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോയിട്ടുണ്ട്. ആയിരക്കണക്കിനു വർഷങ്ങളായി ഈ പ്രതിഭാസം നിലനിട്ടു മുണ്ട്. കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം പ്രധാനമായും മനുഷ്യ നിർമ്മിതമായ പ്രവർത്തനങ്ങളാലും പ്രാപഞ്ചികമായ പ്രവർത്തനങ്ങളാലും സംഭവിക്കാവുന്നതാണ്. പ്രാപഞ്ചികമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെട്ടവ സൗരകങ്ങളായ പ്രവർത്തനം, ഭ്രമണപഥ വ്യതിയാനം അഗ്നിപർവത സ്പോടനങ്ങൾ എന്നിവയാണ്. എന്നാൽ അടുത്തിടെ ഭൂമിയുടെ താപനില ക്രമാതീതമായി വർദ്ധിക്കുന്നതിന് ഒരു പ്രധാന കാരണം മനുഷ്യനിർമ്മിത പ്രവർത്തനങ്ങളാണ്. ഉദാഹരണത്തിന് പ്രകൃതി വാതകങ്ങൾ, കൽക്കരി, എന്നിവയുടെ അമിതമായ ഉപയോഗം ഭൂമിയുടെ സന്തുലിതാവസ്ഥയെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു.



കാലാവസ്ഥാ മാറ്റവും ഗൃഹങ്ങളും

കാലാവസ്ഥാമാറ്റം പ്രധാനമായും, തീരദേശപ്രദേശങ്ങളിലും, വരൾച്ചബാധിത പ്രദേശങ്ങളിലും, സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്നും താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങളിലും ജീവിക്കുന്നവരെയാണ് പ്രധാനമായും ബാധിക്കുന്നത്. അവയ്ക്കുപുറമെ കുടിയേറ്റക്കാരും, ദരിദ്രരും, പ്രായമായിട്ടുള്ളവരും ഇവയുടെ പരിണിതഫലങ്ങൾ അനുഭവിക്കേണ്ടി വരുന്നു.

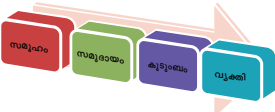




വരൾച്ച, വെള്ളപ്പൊക്കം, വായു മലിനീകരണം എന്നിവയുടെ ദുഷ് ഫലങ്ങൾ നേരിട്ടും അല്ലാതെയും മനുഷ്യന്റെ ശാരീരികവും, മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ ആരോഗ്യത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു. സമുദ്രനിരപ്പ് ഉയരുന്നതിനനുസരിച്ച് വെള്ളപ്പൊക്കം, കൊടുങ്കാറ്റു വ്യതിയാനങ്ങൾ എന്നിവ തീരദേശ വീടുകൾക്കും കെട്ടിടങ്ങൾക്കും ശുദ്ധ ജലസ്രോതസ്സുകൾക്കും ഭീഷണിയായി മാറുന്നു. കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം ഭക്ഷ്യലഭ്യത, ജലലഭ്യത എന്നിവ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്നു. താപനിലയിലെ മാറ്റം, വർഷപാതത്തിലെ വ്യത്യാസം എന്നിവ മൂലം കാർഷിക ഉൽപാദനക്ഷമത കുറയുന്നു. സമുദ്രനിരപ്പിലെ വ്യത്യാസം ഉപജീവിതത്തെ ബാധിക്കുന്നു. അതു കൂടാതെ സമൂഹത്തെ കൂടിയൊഴിപ്പിക്കാനും പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. ഇതുവഴി ഖജനാവിന് വലിയ ചിലവുവരുന്നു. ചുരുങ്ങിയ കാലയളവിൽ മെച്ചപ്പെട്ട അനുരൂപീകരണം ഉപശമന മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നതു വഴി സ്വമേധയാലുള്ള വ്യക്തികളുടെയും കുടുംബങ്ങളുടെയും കൂടിയേറ്റം സാമൂഹികവും, പരിസ്ഥിതി സംബന്ധമായ ബുദ്ധിമുട്ട് അകറ്റാൻ ഏറെ സഹായകമാകുന്നു. നീണ്ടകാലയളവിൽ പദ്ധതീകരിച്ച ഒരു സ്ഥലം മാറ്റം ചിലസമൂഹങ്ങളിൽ ആവശ്യമാണ്. പ്രധാനമായും ഉയർന്ന ജനസാന്ദ്രത ഉള്ള പ്രദേശങ്ങളിൽ.

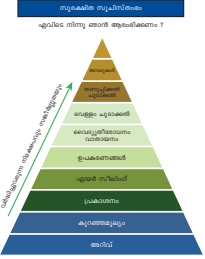
കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനത്തിൽ സമൂഹത്തിന്റെ പങ്ക്

കാലാവസ്ഥാമാറ്റം നമ്മുടെ സമൂഹത്തെ വിവിധ തരത്തിൽ ബാധിക്കുന്നു. ചിലവിഭാഗം ജനങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരെ അപേക്ഷിച്ച് കൂടുതൽ വെല്ലുവിളികൾ നേരിടേണ്ടി വരുന്നു. വ്യക്തികൾ തങ്ങളുടെ മൂല്യങ്ങൾ, വികാരങ്ങൾ, വ്യക്തിത്വം എന്നീ വശങ്ങളെകണക്കിലെടുത്ത്



പലപ്പോഴും കുറഞ്ഞ കാർബൺ എന്ന ജീവിതരീതിയോടു ഇണങ്ങിപ്പോകാൻ ജീവിക്കാൻ പരാജയപ്പെടുന്നു. കാലാവസ്ഥാമാറ്റത്തെ പൊതുജനങ്ങൾ വീക്ഷിക്കുന്നത്, ചിലസ്ഥലങ്ങളിൽ

മറ്റുള്ളവയെക്കാൾ കൂടുതൽ ചൂടോ തണുപ്പോ അനുഭവപ്പെടുന്നു എന്നുള്ള അവസ്ഥയാണ്. എന്നാൽ ജനങ്ങൾ കാലാവസ്ഥാ പ്രക്രിയയെക്കുറിച്ചോ അവയുടെ മാറ്റം മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന വിപത്തുകളെക്കുറിച്ചോ മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. കാലാവസ്ഥാഘടനയ്ക്ക് ഭീഷണി ആയി മാറാവുന്ന മനുഷ്യന്റെ അതിക്രമങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക എന്നുള്ളതാണ് ഉപശമനത്തിന്റെ പ്രധാന ലക്ഷ്യം. എന്നാൽ അനുരൂപീകരണത്തിന്റെ പ്രധാനലക്ഷ്യം കാലാവസ്ഥാവ്യതിയാനം



മൂലമുണ്ടാകുന്ന ദോഷഫലങ്ങൾ കുറയ്ക്കുക എന്നുള്ളതാണ്. സമൂഹം/സമുദായം/വ്യക്തി/കുടുംബം എന്നീ തലങ്ങളിൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്നതുവഴി കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനത്തിന്റെ ആഘാതം മനസ്സിലാക്കാനും അർത്ഥവത്തായമാറ്റങ്ങൾ വരുത്താനും സാധിക്കുന്നു.

വിവിധഘട്ടങ്ങളിലായി വീടുകളിൽ കൈക്കൊള്ളേണ്ട നടപടികൾ

പരിസ്ഥിതി സൗഹൃദപരമായ ജീവിതരീതി നയിക്കാൻ നമ്മുടെ ജീവിത ശൈലികളിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തേണ്ട ആവശ്യം ഇല്ല. വളരെ ലളിതവും സരളവുമായ മാർഗങ്ങൾ വഴി ഏതൊരു വ്യക്തിക്കും പരിസ്ഥിതിയെ സംരക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്. ആദ്യത്തെ കടമ സ്വന്തം കുടുംബത്തോടും സ്നേഹിതന്മാരോടുമാണ്.



1. കുറയ്ക്കുന്ന ഉപയോഗം

❖ കുറയ്ക്കുന്ന ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുന്നതിലൂടെ കാലാവസ്ഥവ്യതിയാനം ഒരു പരിധി വരെ നമുക്ക് തടയാം.

- ശരിയായ സ്ഥലങ്ങളിൽ ഭക്ഷണം സൂക്ഷിക്കുക.
- യാഥാർത്ഥ്യ ബോധത്തോടെയും സമർത്ഥമായും സാധങ്ങൾ വാങ്ങിക്കുക.
- നിങ്ങളുടെ ഫ്രിഡ്ജിലും ഫ്രീസർലും ഉള്ള ചവർ ഒഴിവാക്കുക.
- ഭക്ഷണം പാകംചെയ്യുമ്പോൾ അമിതമായി സേവിക്കാതിരിക്കുക.
- അമിതമായി വരുന്ന ഭക്ഷണം പാവപ്പെട്ടവർക്കും ആവശ്യക്കാർക്കും ദാനം ചെയ്യുക.
- പാത്രത്തിൽ ഇട്ടുവെക്കുകയോ ഉപേക്ഷിച്ചു വെക്കുകയോ ചെയ്തുകൊണ്ട് ഉപയോഗ പരിധി വർദ്ധിപ്പിക്കുക.
- ഭക്ഷണം വലിച്ചെറിയുന്നതിനു പകരം ഭക്ഷ്യാവശിഷ്ടങ്ങൾ പോഷകസമ്പുർണ്ണമായ കമ്പോസ്റ്റ് വളമാക്കി മാറ്റാവുന്നതാണ്.



- ❖ പ്രാദേശികമായി നിർമ്മിക്കുന്ന ജൈവഭക്ഷണം വാങ്ങുക.
- ❖ സുസ്ഥിരമായ ഭക്ഷണരീതിയിലൂടെയും മാംസാഹാരങ്ങൾ കുറയ്ക്കുന്നതിലൂടെയും ആഘാതം കുറക്കാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്.
- ❖ പോഷകാംശം കുറഞ്ഞ ആഹാരം കഴിക്കാതിരിക്കുക. ഇത് വഴി ആരോഗ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കാനും ഒപ്പം പരിസ്ഥിതി ആഘാതം കുറയ്ക്കാനും പറ്റും.
- ❖ കുറഞ്ഞ കാർബൺ ഭക്ഷണരീതി: മലിനീകരണം കുറയ്ക്കുന്ന വിധം ഉചിതമായ ഭക്ഷണം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതും കഴിക്കുന്നതും ആഘാതം കുറയ്ക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു വഴിയാണ്.

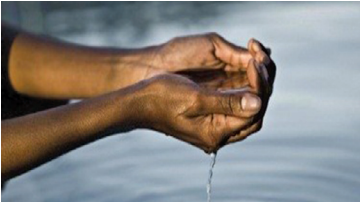
2. കാർഷ്യാവശ്യമായ വെള്ളത്തിന്റെ ഉപയോഗം

വെള്ളം പമ്പ് ചെയ്യാനും, ചൂടാക്കാനും മറ്റും ധാരാളം ഊർജ്ജം ആവശ്യമാണ്. ഉചിതമായ രീതിയിൽ വെള്ളം ഉപയോഗിക്കുന്നതിലൂടെ പരിതക ഗൃഹവാതകങ്ങളുടെ പുറംതള്ളൽ നമുക്കു കുറയ്ക്കാൻ സാധിക്കും.

- ❖ വീണ്ടും ഉപയോഗിക്കുക: അടുക്കളയിൽ പാത്രങ്ങൾ കഴുകിയതിന് ശേഷമുള്ള വെള്ളം ചെടികളും മറ്റും നന്നാക്കാൻ ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.
- ❖ കുറയ്ക്കുക: പല്ലുതേക്കുന്ന സമയത്തു അനാവശ്യമായി വെള്ളം പാഴാക്കാതിരിക്കുക.
- ❖ മഴവെള്ള സംഭരണി സ്ഥാപിക്കുക: വെള്ളം പാഴായി പോവാതിരിക്കാൻ ഏറ്റവും നല്ല മാർഗ്ഗങ്ങളിൽ ഒന്നാണിത്.
- ❖ ടോയ്ലറ്റുകൾ അനാവശ്യമായി ഫ്ളഷ് ചെയ്തു വെള്ളം പാഴാക്കാതിരിക്കുക, പാഴ്വസ്തുക്കൾ ടോയ്ലറ്റിൽ നിക്ഷേപിക്കാതിരിക്കുക.

ശരാശരി ദൈനംദിന വെള്ളത്തിന്റെ ഉപയോഗം (ലിറ്റർ)	
ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്യൽ	5
കുടിക്കാനുള്ള വെള്ളം	5
ശുചീകരണം	10
പാത്രം കഴുകുന്നതിനായുള്ള വെള്ളം	10
വസ്ത്രം കഴുകുന്നതിനായുള്ള വെള്ളം	20
കുളിക്കാനുള്ള വെള്ളം	55
ടോയ്ലറ്റ് ഫ്ളഷിംഗ്	30

- ❖ പ്രയോഗ ക്ഷമമായ വാഷിംഗ്മെഷീൻ എന്നിവ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിലൂടെ ധാരാളം വെള്ളം നമുക്ക് ലഭിക്കാം.
- ❖ പൈപ്പിന് ചോർച്ചയുണ്ടെങ്കിൽ പരിഹരിക്കുക.
- ❖ ഉറപ്പുള്ള പൈപ്പുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിലൂടെ: ISI അംഗീകൃതമായ പ്ലാസ്റ്റിക്/പി വി സി എന്നിവയെ പോലെ ഉറപ്പുള്ള പൈപ്പുകൾ വീടുകളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നത് വെള്ളത്തിന്റെ കാര്യക്ഷമമായ ഒഴുക്കിനു സഹായകമാണ്.
- ❖ വെള്ളം പല വിധത്തിൽ സംഭരിക്കാവുന്നതാണ്. ഉചിതമായ ഒരു രീതി, ഒരു ഉയർന്ന തട്ടിൽ ഒരു ഡ്രം വച്ച് മഴവെള്ള ശേഖരണ ഉറവിടത്തിന്റെ നേരെ കീഴിൽ കൊണ്ടു പോയി വയ്ക്കാവുന്നതാണ്. മഴക്കാലത്ത് അതുപോലെ വെള്ളം ബക്കറ്റിലും ശേഖരിക്കാവുന്നതാണ്.
- ❖ കാർ കഴുകുവാൻ ഹോസ് പൈപ്പിനു പകരം ബക്കറ്റിൽ വെള്ളം ഉപയോഗിക്കുക.
- ❖ ഓരോ ദിവസവും ഏതെങ്കിലും ഒരു മാർഗ്ഗം ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം സംരക്ഷിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക. ഓരോ തുളിയും അമൂല്യമാണ്.



3. കാര്യക്ഷമമായ ഊർജ്ജഉപയോഗം

- ❖ പ്രയോഗക്ഷമമായ ലൈറ്റ് ബൾബുകൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- ❖ ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ ശീലം വളർത്തിയെടുക്കുക.
- ❖ മുറി വിട്ടു പുറത്തേക്ക് പോകുമ്പോൾ ലൈറ്റുകൾ ഓഫ് ചെയ്യുക.
മാറ്റുക: ഇൻകാന്റസെന്റ് ബൾബുകൾക്കു പകരം എൽ.ഇ.ഡി. അല്ലെങ്കിൽ ഫ്ലൂറസെന്റ് ബൾബുകൾ ഉപയോഗിക്കാം.
- ❖ **പ്ളഗ് ഊരുക:** ചാർജറുകൾ അവ ചാർജിങ്ങ് ചെയ്യാതിരിക്കുമ്പോഴും ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കുന്നു.
- ❖ തുണികൾ ഇസ്തിരിയടുന്ന സമയം ലാഭിക്കുക. എല്ലാതുണികളും ഒരുമിച്ചു ഇസ്തിരിയടുക.
- ❖ **ലേബൽ:** ഗാർഹിക വീട്ടുപകരണങ്ങൾ, ഇലക്ട്രോണിക് ഉപകരണങ്ങൾ മറ്റുഉൽപ്പന്നങ്ങളിലും എൻർജിസ്റ്റാർ ലേബൽ കാണാവുന്നതാണ്. എൻർജിസ്റ്റാർ ലേബൽ ഉള്ള ഉപകരണങ്ങൾ ഒരുപാട് ഊർജ്ജം ലാഭിക്കും.
- ❖ പ്രയോഗ ക്ഷമമായ അടുക്കള ഉപകരണങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുക. വീടുകളിൽ സൗരോർജ്ജ പാനൽസ്ഥാപിക്കുന്നത് ഊർജ്ജം സംരക്ഷിക്കാനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല മാർഗ്ഗമാണ്.
- ❖ നിങ്ങളുടെ ഫ്രിഡ്ജ് കാര്യക്ഷമമായി ഉപയോഗിക്കുക.
- ❖ വേനൽക്കാലത്ത് എയർ കണ്ടീഷനിംഗ് ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുക.
- ❖ വാഷിംഗ് മെഷീൻ ഉപയോഗിക്കുന്നസമയത്തു അത് ഫുൾലോഡ് ആണോയെന്ന് നോക്കുക അതിന്റെ താപനില കുറച്ചുവെയ്ക്കാനും ശ്രദ്ധിക്കുക.

വീട്ടുപകരണങ്ങൾ	വാട്ട്സ്	വൈദ്യുതി ഉപഭോഗം kWh (യൂണിറ്റ്)
സി .എഫ്.എൽലാംപ്	20	0.02
സീലിംഗ്ഫാൻ	100	0.10
സെൽഫോൺചാർജർ	4	0.004
ഇസ്തിരിപെട്ടി	1100	1.10
ടെലിവിഷൻ	100	0.1
ഫ്രിഡ്ജ്	380	0.30
കമ്പ്യൂട്ടർ	270	0.20
ഗ്രൈൻഡർ	750	0.70
ലാപ്ടോപ്പ്	50	0.05
വാഷിംഗ് മെഷീൻ	512	0.50
എയർകണ്ടീഷനിംഗ്	1200	1.20
മൈക്രോവേവ് ഓവൻ	1660	1.60
പമ്പ്സെറ്റ് (1 hp)	746	0.70
വാക്വം ക്ലീനർ	500	0.50

- ✿ ഊർജ്ജം സംരക്ഷിക്കാനുള്ള ശീലം ഉണ്ടാക്കി എടുക്കുക.

4. ഗതാഗത ഉപയോഗത്തിലെ മാറ്റം

- ✿ ഡ്രൈവിംഗ് ചെയ്യുന്നതിന് പകരം സാധ്യമെങ്കിൽ നടക്കുക. ഇത് ഹരിതകൗശലപ്രവർത്തനങ്ങൾ പുറംതള്ളുന്നത് പൂർണ്ണമായും തടയുന്നു.

- ✿ ആവശ്യാനുസരണം മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തുക. നിങ്ങൾ കാറിൽപോകാൻ തീരുമാനമെടുക്കുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ തീരുമാനം മാറ്റുക. ബൈക്കിനു പോകാൻ തീരുമാനിക്കുമ്പോൾ സൈക്കിളിൽ പോകാൻ തീരുമാനിക്കുക.

- ✿ നടക്കുക, സൈക്കിൾ ഉപയോഗിക്കുക, കാർപ്പുളിങ് അല്ലെങ്കിൽ പൊതുഗതാഗതം വഴിയോ യാത്രചെയ്യുന്നത് ഉത്തമം.

- ✿ കാർപ്പുളിങ് എന്നാൽ യാത്രപങ്കിടുക എന്നാണ്. ഇത് വഴി വാഹനങ്ങൾക്ക് തേയ്മാനം മറ്റും സംഭവിക്കുന്നത് തടയുക മാത്രമല്ല ഗ്യാസ്, എണ്ണ എന്നീ ചിലവുകൾ ഒഴിവാക്കാനും പ്രകൃതിയെ ബാധിക്കുന്ന എല്ലാവിധത്തിലുള്ള ആഘാതവും തടയുവാൻ സാധിക്കും. കാർപ്പുളിങ് എന്ന ആശയം വ്യക്തികൾക്ക് മാത്രമല്ല സമൂഹത്തിനും വളരെ അധികം ഗുണം ചെയ്യുന്നു. ഇതു വഴി വായു മലിനീകരണം മാത്രമല്ല ധാരാളം പണം ലാഭിക്കാനും സാധിക്കുന്നു.

- ✿ കൂടുതൽ മൈലേജ് എന്നാൽ കുറഞ്ഞ CO₂ എന്നല്ല. കാർ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കുറഞ്ഞ കാർബൺ ഉള്ളത് ഉപയോഗിക്കാം. ഇലക്ട്രിക് കാറുകൾ ആണ് ഏറ്റവും ഉചിതം.

- ✿ സമയാനുസൃതം നിങ്ങളുടെ കാറിന്റെ എണ്ണം, ഗ്യാസ്, ഇന്ധന ഫിൽട്ടറുകൾ എന്നിവ മാറ്റിസ്ഥാപിക്കുക.

- ✿ അമിതവേഗത്തിൽ കാർ ഓടിക്കുന്നത് അനാവശ്യമായ ഇന്ധന, ഗ്യാസ് നഷ്ടങ്ങളും ഇത് കൂടാതെ 33 ശതമാനം വരെകാറിന്റെ മൈലേജ് കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

- ✿ പരമാവധി ഗതാഗതക്കുരുക്കിൽ പെടാതിരിക്കുക. ഇത് ഇന്ധന, ഗ്യാസ് നഷ്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു.



5. കാർബൺ എമിഷൻ കുറയ്ക്കാൻ മറ്റുചില മാർഗ്ഗങ്ങൾ

- ✿ നാലു R പിന്തുടരുക. നിരസിക്കുക, വീണ്ടും ഉപയോഗിക്കുക, കുറയ്ക്കുക, പുനഃചക്രമണം.

- ✿ പ്ലാസ്റ്റിക് ബാഗുകൾ ഉപയോഗം ഒഴിവാക്കുക.

- ✿ വീട്ടിലും ചുറ്റുപാടിലും ധാരാളം ചെടികളും മരങ്ങളും നടുക. മറ്റുള്ളവരെ മരങ്ങൾ നടുന്നതിന്റെ ആവശ്യകതയെപ്പറ്റി ബോധവാന്മാരാക്കുകയും കൂടുതൽ മരം നടാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക.

- ✿ ഭക്ഷണവും ഭക്ഷ്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങളും മറ്റും വാങ്ങുമ്പോൾ പുനഃചക്രമണം ചെയ്യാവുന്നതും വീണ്ടും ഉപയോഗിക്കാവുന്നതുമായ പാക്കേജിൽ ഉള്ളവ തിരഞ്ഞെടുക്കുക.

- ✿ സോളാർ, ജലവൈദ്യുത ഊർജ്ജം എന്നിവ പരമാവധി ഉപയോഗിക്കുക.

- ✿ തുണികൾ ഉണക്കാനായി പുറത്തുകൊണ്ടുപോയി ഇടുക. ഇതിനു വൈദ്യുതിയുടെയോ പ്രകൃതിവാതകത്തിന്റെയോ ആവശ്യം ഇല്ല.

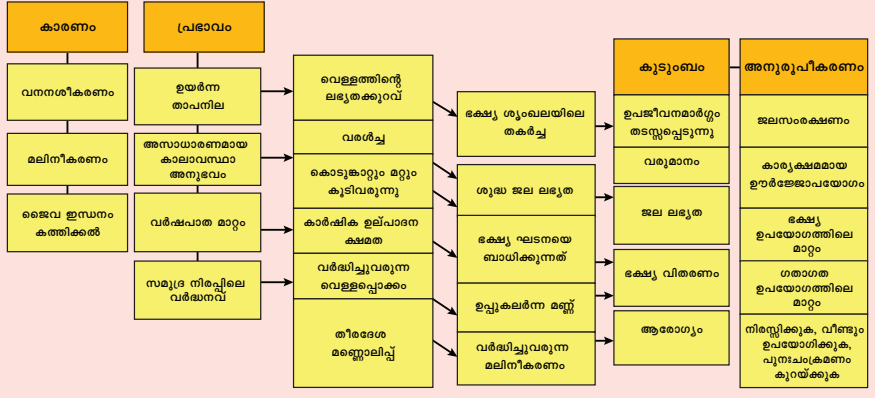
- ✿ വിഷാംശം ഉള്ള രാസവസ്തുക്കൾ വീടുകളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക. രാസവസ്തുക്കൾ അടങ്ങിയിട്ടില്ലാത്ത വീട്ടുപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക.



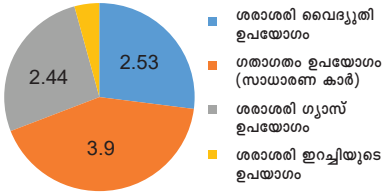
- കുടുംബാംഗങ്ങളെയും ഉൾക്കൊള്ളിക്കുക. ദിവസേനയുള്ള ഊർജ്ജോപയോഗം കുറയ്ക്കുന്നതിനായി വീടുകളിൽ ഒരു വ്യക്തമായപദ്ധതി രൂപീകരിക്കുക. വീട്ടിലുള്ള ഓരോ അംഗങ്ങളും ഉത്തരവാദിത്തം ഏറ്റെടുക്കുക.
- ചുടുവെള്ളം നൽകുന്നതിനായി സോളാർ ഹീറ്റർ ഉപയോഗിക്കുക.
- ജൈവകൃഷി, അടുക്കളതോട്ടങ്ങളും, പച്ചക്കറികൃഷി എന്നിവ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതാണ്.
- അനധികൃത വന്യജീവി ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ വാങ്ങാനോ ഉപയോഗിക്കാനോ പാടില്ല. പകരം പ്രാദേശിക കരകൗശല വസ്തുക്കൾ വാങ്ങുക.
- വീട്ടിൽ നല്ലൊരു തോട്ടം നിർമ്മിക്കുക. ഒരുപാടു ജലവും രാസ വസ്തുക്കളും ഉപയോഗിക്കുന്നതിനുപകരം പച്ചപ്പുറം, കളകൾ ഇല്ലാത്തതുമായ സസ്യങ്ങളും ഉചിതമായ ജലസേചന പദ്ധതിയും ഉൾക്കൊള്ളിക്കുക.
- ഒരു വ്യക്തി എന്ന നിലയിൽ പരിസ്ഥിതി സൗഹൃദ പരമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കുക. മറ്റുള്ളവർക്കു ബോധവൽക്കരണം നൽകുക.
- വിവേക പൂർവ്വം കടലാസുകൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- ഒരു പേപ്പറിന്റെ ഇരു വശവും ഉപയോഗിക്കുക.
- ഇ-പ്രസ്താവനകൾക്കായി അപേക്ഷിക്കുക.
- പ്രകൃതി വാതകങ്ങൾ, കൽക്കരി, എന്നിവയുടെ അമിതമായ ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുക.
- വിമാന യാത്രകൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ഒരുപാടു പാക്കേജിംഗ് ഉള്ള ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ വാങ്ങാതിരിക്കുക.
- അടുക്കളയിൽ പേപ്പർ ടവലുകൾക്ക് പകരം തുണി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.
- പ്രകൃതി സംരക്ഷണമാർഗങ്ങളും മറ്റും നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ആപ്പുകൾ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യുക.



കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം



കൂടുംബങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ള പ്രതിവർഷ കാർബൺ പുറംതള്ളൽ (ടൺ)



ഒരു പത്തുവർഷം പ്രായമായ വ്യക്തത്തിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ഓക്സിജന്റെ അളവ് പത്തണ്ടു മനുഷ്യന്മാരെ പിന്തുണക്കാനുള്ള അത്രയും ഓക്സിജൻ ആണ്. അന്തരീക്ഷത്തിലേക്കു തള്ളപ്പെടുന്ന കാർബൺ വൈ ഓക്സൈഡ് മരങ്ങൾക്കു പിടിച്ചെടുക്കാനും സൂക്ഷിക്കാനും സാധിക്കുന്നു



“നാല് R പിന്തുടരുക. നിരസിക്കുക, വീണ്ടും ഉപയോഗിക്കുക, കുറയ്ക്കുക, പുനഃചക്രമണം”

വീടുകളിൽ കൈക്കൊള്ളേണ്ട നടപടികൾ

പ്രവർത്തനങ്ങൾ	പരിസ്ഥിതിയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ആഘാതം	കൈക്കൊള്ളേണ്ട നടപടികൾ
ചവറുകുറയ്ക്കുക	ചെട്ടു ചവറുകൾ മലിനീകരണത്തിന്റേയും ഹരിതക ഗ്യാസ് വാതകങ്ങളുടെയും ഒരു പ്രധാന ഉറവിടമാണ്.	പുനരുപയോഗപ്പെടുത്തുക, പുനർനിർമ്മാണം, സഭാവനചെയ്യുക
പേപ്പറുകളുടെ ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുക	വായു, ജലം, മണ്ണ് മലിനീകരണം എന്നിവയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു. പേപ്പർ വ്യവസായം ഒരു പാടുവെള്ളം ഉപയോഗിക്കുന്നു	നിങ്ങളുടെ പിസി അല്ലെങ്കിൽ സ്മാർട്ട് ഫോണിൽ കുറിച്ചുകൾ എഴുതി എടുക്കുക
പ്ലാസ്റ്റിക് ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുക	പ്ലാസ്റ്റിക്കിന്റെ ഉപയോഗം പുഴകൾ, സമുദ്രങ്ങൾ എന്നിവ മലിനമാക്കുന്നു..	പ്ലാസ്റ്റിക് ബാഗുകൾക്ക് പകരം തൂണിസഞ്ചികൾ ഉപയോഗിക്കാം, വെള്ളം ശുദ്ധീകരിക്കുന്ന മെഷീൻ ഉപയോഗിക്കാം അതുവഴി പ്ലാസ്റ്റിക്കുപ്പികൾ ഒഴിവാക്കാം
കൂടുതൽ വ്യക്തങ്ങൾ നടുക	വന നശീകരണം ആവാസവ്യവസ്ഥയെയും കാലാവസ്ഥയെയും ബാധിക്കുന്നു.	ആഘാതം കുറയ്ക്കാനായി കൂടുതൽ മെട്രികളും മരങ്ങളും നടുക
ലൈറ്റിംഗ് മാറ്റുക	ഇൻകൻഡസെന്റ് ബൾബുകൾ കൂടുതൽ വൈദ്യുതിയും ഊർജ്ജവും ഉപയോഗിക്കുന്നു	കുറഞ്ഞ വാർട്ടുള്ള എൽഇഡി അല്ലെങ്കിൽ സിഎഫ്എൽ ബൾബ് ഉപയോഗിക്കാം
പ്രയോജനകരമായ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക	കൂടുതൽ കാർബൺ എമിഷനും വൈദ്യുതി ബില്ലും	പഴയ ഉപകരണങ്ങൾ മാറ്റിവാങ്ങുക, എനർജി സ്റ്റാർ ലേബൽ ഉള്ള ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാം, എല്ലാ തൂണികളും ഒരുമിച്ചു ഇസ്തിതിയെടുക്കുക
സുസ്ഥിരമായ സാധനങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുക	പെയിന്റുകളിലും പശകളിലും മറ്റും ഉള്ള ജൈവ സംയുക്തങ്ങൾ അവയുടെ നിർമ്മാണ സമയത്തു ധാരാളം ഹരിത ഗ്യാസ് വാതകങ്ങൾ പുറം തള്ളുന്നു	വീടുകളിലേക്കുള്ള മറ്റും കുറഞ്ഞ വേലമെന്റെൽ ജൈവസംയുക്തങ്ങൾ ഉള്ളതും സുസ്ഥിരമായ വസ്തുക്കളുള്ളതും ഉപയോഗിക്കുക
പൊതു ഗതാഗതം വഴി യാത്രചെയ്യുക	കാർബൺനിന്നും വരുന്ന പുകയും മറ്റും ആഗോള താപനത്തിനും കാരണമാകുന്നു	നടക്കുക, സൈക്കിളിൽപോകുക, കാർപുളിങ് അല്ലെങ്കിൽ പൊതു ഗതാഗതംവഴിയോ യാത്ര ചെയ്യുക
കാർഷ്ചകരണങ്ങളുടെ വെള്ളം ഉപയോഗിക്കുക	ദുർഗന്ധം ജല ലഭ്യത കുറയ്ക്കുന്ന ആവാസവ്യവസ്ഥയുടെ നാശം	മഴവെള്ളം സംഭരിക്കി സ്നാപിക്കുക. പൈപ്പിന് ചോർച്ചയുണ്ടെങ്കിൽ പരിഹരിക്കുക.
ബോധവൽക്കരണം ഉണ്ടാക്കുക	ശരിയായ ബോധവൽക്കരണം ഇല്ലാത്തതു പരിസ്ഥിതിക്കും കാലാവസ്ഥക്കും ദീഷണിയാവുന്നു	കൂടുതലുള്ളതും സുഹൃത്തുക്കൾക്കും വേണ്ട ബോധവൽക്കരണം നൽകുക



പ്രകൃതിയിലേയ്ക്ക് മടങ്ങൂ

“ഓരോ വ്യക്തിക്കും പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള അവകാശമുണ്ട്. അതുപോലെ ഓരോ നിമിഷവും ആരംഭിക്കാനുള്ള അവകാശവുമുണ്ട്”