

## Teetkö arjessasi valintoja ympäristösi parhaaksi?

Itämeren tilaan vaikuttavat eniten teollisuuden ja maatalouden ravinnepestöt. Silti yksittäisillä kotitalouksilla ja arkisilla kulutustottumuksilla on merkitystä.

Kansalaisen - myös sinun - ympäristötietoisuuden nousu on ympäristömme tilan parantumisen ehdoton edellytys.



S Y K E

Suomen ympäristökeskus  
www.syke.fi

# Itämeren suurin rehevöittäjä olemme me, eli se mitä syömme

## Kevennä ympäristön kuormitusta: syö vähemmän eläinperäisiä tuotteita

Lihapitoisen ruokavalion seurauksena vesistöjä rehevöittävien ravinteiden määrä wc-jätevesissä on jopa kaksinkertainen kasvisruokavalioon verrattuna.

### Rehunkasvatus

noin 0,7 miljoonaa hehtaaria, eli Pohjanmaan maakunnan verran

### Lihankulutus

kaksinkertaistunut vuodesta 1970

**2x**

### Viljelty ala

noin 2,2 miljoonaa hehtaaria, eli Kainuun maakunnan verran

### Mitä muuta minä voin tehdä?

- ✓ Käytä ympäristöä vähän kuormittavia pesuaineita.
- ✓ Älä pese mattoja rannoilla tai laiturilla.
- ✓ Käsittele mökkisi sauna- ja käymälävedet asiallisesti.
- ✓ Ole vastuuntuntoinen veneilijä.