

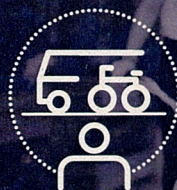
# ODPOWIEDZIALNY KONSUMENT



MINISTERSTWO  
FUNDUSZY I POLITYKI  
REGIONALNEJ

Zespół ds. Zrównoważonego Rozwoju  
i Społecznej Odpowiedzialności  
Przedsiębiorstw

## Transport



## Dlaczego zrównoważone podróżowanie jest ważne?

Nieodpowiedzialny transport przyczynia się do ocieplenia klimatu i powoduje choroby związane ze smogiem. W krajach Unii Europejskiej w 2016 r. transport odpowiadał za 27% emisji gazów cieplarnianych wytwarzanych przez człowieka. Z tego 72% przypadło na transport samochodowy, 13% lotniczy, a 0,5% szynowy<sup>1</sup>. Spaliny są odpowiedzialne za powstawanie smogu – z transportu samochodowego pochodzi 10% pyłów PM10, będących składnikiem smogu. Samochody przyczyniają się do powstawania smogu nie tylko poprzez emisję spalin, ale także pyły z opon i ścieranych klocków hamulcowych oraz poprzez unoszenie pyłów pochodzących z innych źródeł<sup>2</sup>.

## Fakty

- Przejazd pociągiem na trasie Warszawa – Gdańsk jest szybszy niż przelot samolotem, jeżeli weźmiemy pod uwagę całkowity czas podróży z centrum jednego do centrum drugiego miasta.
- Jeden przegubowy autobus miejski zajmuje tyle miejsca co 4 samochody, a może przewieźć 150 pasażerów.
- Emisja zanieczyszczeń wynikająca z dojazdu różnymi środkami lokomocji jest zróżnicowana. Przeliczenie gramów CO<sub>2</sub> emitowanych na 1 pasażera na 1 kilometr w zależności od środka transportu (wraz ze średnią liczbą pasażerów) przedstawia się następująco<sup>3</sup>:

■ **Pieszy** – 0 g

■ **Rower** – 0 g

■ **Pociąg** (156 os.) – 14 g

■ **Przegubowy autobus miejski** (12,5 os.) – 68 g

■ **Motocykl** (1,2 os.) – 72 g

■ **Mały samochód os.** (1,5 os.) – 104 g

■ **Duży samochód** (1,5 os.) – 158 g

■ **Samolot** (88 os.) – 285 g

## Co możesz zrobić?

- **Rzadziej korzystaj z samochodu** | Wybieraj spacer, rower lub komunikację miejską.
- **Dziel się pojazdem** | Korzystaj z samochodu razem z innymi, osoby pracujące w niektórych biurach mają dostęp do aplikacji do *car-sharingu*.
- **Zastanów się nad środkiem lokomocji** | Na trasach do 500 km wybieraj pociąg zamiast samolotu.
- **Korzystaj z telekonferencji** | Zamiast latać na drugi koniec świata, wybierz współczesne technologie IT.
- **Ograniczaj zużycie paliwa** | Stosuj zasady ekonomicznej jazdy.

<sup>1</sup> <https://www.eea.europa.eu/data-and-maps/indicators/transport-emissions-of-greenhouse-gases/transport-emissions-of-greenhouse-gases-11>

<sup>2</sup> <https://www.polskialarmsmogowy.pl/polski-alarm-smogowy/smog/szczegoly,skad-sie-bierze-smog,18.html>

<sup>3</sup> <https://www.eea.europa.eu/media/infographics/carbon-dioxide-emissions-from-passenger-transport/view>



**Podróżuj wg zasad Eco Driving, dzięki temu będziesz bardziej przyjazny środowisku:**

- Nie wciskaj pedału gazu podczas uruchamiania silnika.
- Po uruchomieniu pojazdu możesz jechać od razu, nie musisz rozgrzewać silnika.
- Staraj się zawsze jechać na najwyższym biegu, utrzymując niskie obroty; zmieniaj bieg na wyższy najpóźniej po osiągnięciu 2500 obr./min. w silniku benzynowym lub 2000 obr./min. w silniku Diesla.
- Unikaj jazdy na luzie – wbrew pozorom mniej paliwa jest spalane, kiedy samochód toczy się z włączonym biegiem, bez wciśniętego pedału gazu.
- Wyłączaj silnik na postoju, który potrwa dłużej niż 30 sekund.
- Staraj się korzystać z klimatyzacji tylko wtedy, kiedy zachodzi taka potrzeba. Pamiętaj o odgrzyciu klimatyzacji – ma to wpływ na zdrowie i dobre samopoczucie.
- Unikaj częstych zmian tempa jazdy, każde hamowanie to strata energii. Najlepiej jechać ze stałą prędkością, płynnie.
- Unikaj zbędnego obciążenia pojazdu i zadbaj o aerodynamikę. Każdy zbędny element znajdujący się w samochodzie, jak np. bagażnik rowerowy, zmniejsza aerodynamikę, tym samym zwiększa się ilość zużywanego paliwa.
- Pamiętaj o właściwym ciśnieniu w oponach, odpowiednim wyważeniu kół. Pojazd spala od 5 do 10 % więcej paliwa nawet przy niewielkim ubytku ciśnienia w oponach.
- Pamiętaj, aby styl jazdy dostosować do warunków atmosferycznych i pory dnia, a także do natężenia ruchu.
- Wybieraj paliwa odpowiednie do pory roku. Od 1 maja do końca września benzyny mają obniżoną prężność par. Dzięki temu spada emisja lekkich węglowodorów do środowiska.
- Gdy tankujesz, unikaj rozlewania paliwa, szczególnie po zakończeniu odmierzenia, a przed odstawieniem pistoletu do ramienia dystrybutora. Odczekaj chwilę, aby paliwo pozostałe w przewodzie łączącym dystrybutor i pistolet swobodnie spłynęło do baku.

**W eksploatacji samochodu kieruj się następującymi zasadami:**

- Korzystaj z myjni automatycznych o zamkniętym obiegu wody, zamiast myjni ręcznych. Oszczędzasz wodę i zużycie środków czystości. Myjnia automatyczna jest bardziej ekologiczna ze względu na rodzaj środków używanych do mycia pojazdów (atestowane – szybciej ulegają biodegradacji), a także dlatego, że środki do mycia są automatycznie dozowane – ich ilość jest regulowana w zależności od warunków pogodowych.
- Eksploatacja samochodu generuje dużą liczbę plastikowych pojemników oraz butelek. Opakowania po olejach i płynach eksploatacyjnych są klasyfikowane jako odpad niebezpieczny. Nie wolno ich wyrzucać do zwykłego kosza, nawet tego oznaczonego symbolem tworzyw sztucznych! Stacje paliw prowadzą zbiórki takich opakowań. Każda stacja ma oddzielny pojemnik na opakowania zawierające pozostałości substancji niebezpiecznych lub nimi zanieczyszczone. Po dołaniu oleju możesz takie opakowanie przekazać obsłudze stacji (przy kasie lub pracownikowi przy dystrybutorze), która umieści go w odpowiednim pojemniku.
- Dobieraj opony do pory roku – w ten sposób dłużej zachowają żywotność, a Ty bezpieczeństwo podczas jazdy. Nieużywane sezonowo opony przechowuj w odpowiednich warunkach – dbaj, aby nie sparciały, chroniąc je przed światłem słonecznym, wilgocią i zbyt wysoką temperaturą. Zadbaj także o odpowiednią pozycję składowania.
- Wymieniając opony, zapytaj o możliwość pozostawienia ich w warsztacie lub u sprzedawcy. Opony przyjmowane są także w PSZOK-ach – Punktach Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych.

**Bądź odpowiedzialny/odpowiedzialna w trakcie podróży:**

- Podczas odpoczynku w trakcie podróży korzystaj z miejsc do tego wyznaczonych. Nie śmieć! Minimalizuj zużycie ręczników papierowych. Czy wiesz, że do wchłonięcia wody z rąk dorosłej osoby wystarczy jeden pojedynczy ręcznik? Wyłączaj światło w pustej łazience, jeśli nie ma czujnika ruchu.
- Przygotuj plan podróży, wybieraj optymalną trasę, planuj odpoczynek.
- Pamiętaj o właściwej pozycji za kierownicą, zapinaj pasy, pasażerowie również, przewoź dzieci w fotelikach samochodowych dostosowanych do wieku.

Broszura powstała w wyniku prac Grupy Roboczej ds. Konsumenckich Zespołu ds. Zrównoważonego Rozwoju i Społecznej Odpowiedzialności Przedsiębiorstw, działającego przy Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej.

Koordynatorzy broszury:

Koordynator Grupy Roboczej ds. Konsumenckich:



**Podmioty zaangażowane w przygotowanie broszury:**

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Odpowiedzialne korzystanie ze środków transportu przyczynia się do realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju:



Materiały udostępnione na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0. Treść licencji jest dostępna na stronie [creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl)