

# Hållbart



Roliga och smarta  
val i vardagen

KONSUMERA  
KLOKT

**3** *EXPERTER PÅ  
HÅLLBARHET*

MED HJÄRTA FÖR EN HÅLLBAR FRAMTID. TILLSAMMANS GÖR VI DET MÖJLIGT.





*"Vi vill ta vara på våra resurser och använda våra saker så länge som möjligt"*

## PORTRÄTTET

# EXPERTER MED HJÄRTA FÖR PLANETEN



Nu ska du få träffa våra tre hållbarhetsexperten: Victor, Nicole och Johan. De tipsar om hur du kan vara en hållbar konsument. Du minskar dina utsläpp, sparar pengar och kan till och med hitta fler värden i livet.

### Vad är det egentligen, att vara en hållbar konsument?

- Det är när du tänker till innan du gör dina inköp. Är det en trasig pryl som måste ersättas? Går det att laga eller låna av en kompis istället för att köpa en ny? Om du ändå måste handla så kan begagnat vara ett bra alternativ. Vi vill ta vara på våra resurser och använda våra saker så länge som möjligt. Vi vill också spara in på det som vi förbrukar, energi och vatten. Välj lite smartare: ta tåget i stället för flyget, ät mer vegetariskt och stäng vattenkranen, säger Johan Hagström, avfallsstrateg på Vivab.

Många saker använder vi väldigt kort del av dess livslängd. Johan ger exemplet en bormaskin - den används i snitt 15 minuter under sin livstid. Kanske kan du låna en bormaskin i stället för att köpa en? Och när du inte längre har nytta av en pryl kan du alltid lämna den till återbruk, på en av Vivabs återvinningscentraler till exempel.

### Handlar det bara om att inte slösa?

- Ja, på sätt och vis. Vi lever idag som om vi hade fyra jordklot att använda. Vi vet samtidigt att vår planet håller på att förändras, jordens resurser är ändliga och vi är allt fler som ska dela på dem. Vi behöver börja leva våra liv på ett annat sätt och göra klokare val. Vi vill visa att det går att göra mycket var och en. Om vi alla är

rädda om våra resurser gör det stor skillnad, säger Victor Brandt, miljöingenjör.

Våra tre hållbarhetsexperten på Vivab har fokus på tips för en mer hållbar konsumtion. De finns på sociala medier, på vår webbplats och snart på avfallsbilarna.


### Vad är problemet med att bara köpa mer och nytt hela tiden?

- Om du måste köpa nytt så ska du såklart göra det. Vi vill berätta att det finns andra alternativ och att de kan vara väl så bra. Det kan vara rätt befriande att strunta i prylarna, fokusera på saker som vi vet att vi människor mår bra av, som att ta hand om dina relationer, ägna dig åt dina intressen och upptäcka naturen, säger Johan Hagström.

### Vivab arbetar väl med vatten, avlopp och avfall. Varför ska vi tipsa om hållbar konsumtion?

- Vi vill verkligen göra skillnad och tror att vi kan göra det tillsammans. Vattnet är en värdefull resurs och ganska enkel att spara på med små förändringar i vardagen. Vårt avfall kommer att minska när vi köper mindre. Det avfall som ändå blir kvar ska vi se som en resurs som går att återanvända i ny form, säger Nicole Norlin, miljöingenjör.

### Till sist vad får man ut av att kolla på era tips?

- Ja men de är lite kul. Du lär dig något och kan vara med och minska avtrycket på vår planet. Det är ju rätt stort faktiskt, säger Victor Brandt. 

# SKÖNARE LIV MED HÅLLBARA VAL

Den är härlig, den där känslan i kroppen när du vet att du gjort ett bra val. När du rensat ut och skänkt de kläder du inte längre använder. Eller när du fixade en brakmiddag med resterna från veckan – utan att behöva något alls från affären. Det är lätt att vara mer hållbar i sitt vardagsliv. Och det ger en härlig kick när du vet att du gör något bra.

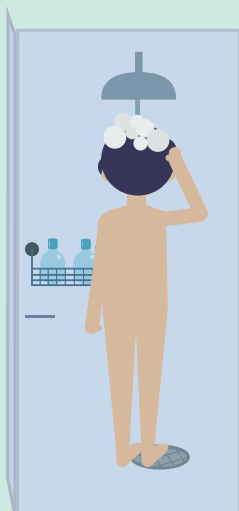
## KREATIVITET & HÅLLBARHET GÅR HAND I HAND

Är du sugen på en ny möbel och shoppinglusten slår till? Innan du ger dig ut på jakt efter det senaste inom inredning, ta en titt på vad du har hemma. Att ta vara på det du redan har istället för att köpa nytt är riktigt smart och hållbart. Klä om, måla eller bygg om gammalt till nytt. Och det bästa av allt? Du får en rolig och kreativ stund som är bra för både hjärna, hjärta och plånbok!



## SPARA DUBBELT I DUSCHEN

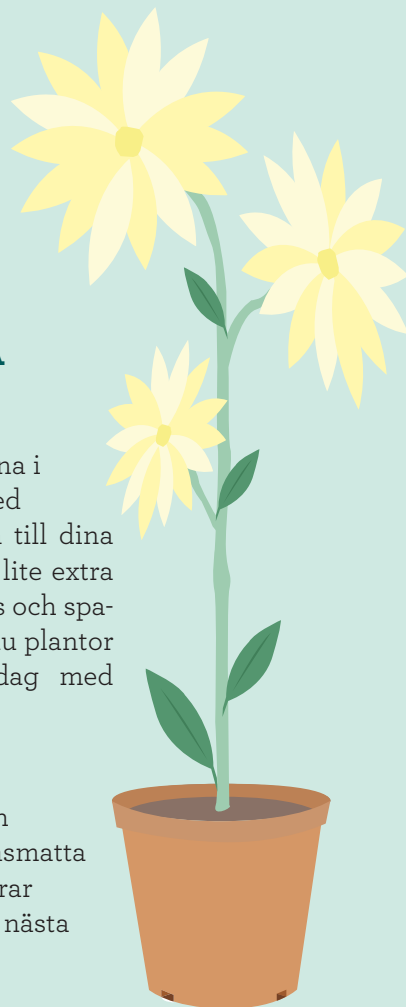
Korta duschar sparar både vatten och el. Sänk värmen i duschen och stäng av när du tvålar in dig. Utmana varandra i vardagen och se vem som blir ren snabbast. Kortaste duschen slipper disken?



## GRÖNA SKÖNA FINGRAR

Älskar du att sätta fingrarna i jorden, odla och pyssla med växter? Samla regnvatten till dina plantor så blir din hobby lite extra grön – regnvatten är gratis och sparar på våra resurser. Har du plantor över? Ordna plantbyttardag med dina grannar och vänner!

Vi älskar gula gräsmattor! Spara på dricksvattnet och strunta i att vattna din gräsmatta i sommar. Gräsmattan klarar torka och väntar gärna på nästa regnskur.



## FLER TIPS PÅ VÅR WEBBPLATS

Få mer inspiration av hållbarhetsexperternas tips på vår webbplats [www.vivab.se/hallbarhetsexperterna](http://www.vivab.se/hallbarhetsexperterna).





Margareta Björksund-Tuominen, VD Vivab

## Vi tar vara på våra resurser

Hur kan du vara en hållbar konsument när det gäller vatten och avfall? På Vivab är det en hjärtefråga. Vi arbetar både för att höja vattnets värde och för att du ska upptäcka hur du kan spara vatten varje dag. Vi kallar det hållbar vattenanvändning.

På avfallssidan ser vi inte längre sopor som just sopor, utan avfall är en resurs. Vi vill att du ska kunna återbruka och återanvända

så mycket som möjligt. Går inte det ska vi kunna återvinna det till andra produkter eller omvandla till energi. Du kan lämna dina gamla prylar på våra återbruk, du kan sortera förpackningar och andra material så att de kan bli nya produkter eller energi. Du kan såklart fundera över om du verkligen behöver något nytt. ♻️

## VISSTE DU ATT...

- 👉 vi svenskar gör **SLUT PÅ VÅR ÅRLIGA RANSON** av jordens resurser redan i april? Resten av året får människor i andra delar av världen och kommande generationer stå för det vi konsumerar. Om alla levde som oss skulle vi behöva **TRE JORDKLOT** till.
- 👉 en kran som står och droppar i en månad fyller **ELVA BADKAR MED DRICKSVATTEN**. En värdefull resurs som kan användas på ett mer hållbart sätt. Ett badkar rymmer lika mycket vatten som du använder på ett dygn.
- 👉 på ett år konsumerar svensken varor och tjänster som motsvarar **ÅTTA TON** koldioxidutsläpp! Det är **TIO GÅNGER** mer än vad som är hållbart. Vi behöver äta mindre kött, åka mer kollektivt, flyga mindre och konsumera på ett mer klimatsmart sätt.
- 👉 ett par nya jeans har redan i tillverkningen orsakat **25 KILO AVFALL** och förbrukat **10 000 LITER VATTEN**. Låt inte ett par slitna jeans stoppa dig, kanske kan de bli ett par shorts istället? Behöver du nya? Köp begagnade.

Genom att Små saker betyder massor!



**FÖLJ OSS PÅ FACEBOOK** och få tips för att leva mer hållbart i vardagen.

**FÖLJ OSS PÅ LINKEDIN** och få en inblick i vår verksamhet och våra spännande jobb.

**PÅ VÅR WEBBPLATS** hittar du mer information om vår verksamhet. Besök oss på [www.vivab.se](http://www.vivab.se).

**FÅ SMS VID DRIFTSSTÖRNING** genom att registrera ditt mobilnummer på [www.vivab.se/sms](http://www.vivab.se/sms).