

GREENPEACE

KÖZÖSSÉGI JÓGYAKORLATOK GYŰJTEMÉNYE HŐHULLÁMOKRA

Ez a gyűjtemény közösségi (már létező és új) megoldásokat, eszközöket tartalmaz hőhullámok elleni megküzdéshez.
A **csillaggal** jelzett gyakorlatok egyedül is könnyedén megvalósíthatóak.

1

Mit tudsz tenni otthon?



Késő estétől
hajnalig / éjszaka
szellőztess! *



Árnyékolj minél
többet! *



Párásíts! *



Ha van lehetőség,
délután inkább
sziesztázz, és a
hűvösebb, esti órákban
tevékenykedj!



Alakíts ki
balkonkerteket! *

10 ötlet saját
balkonkerthez



A házfalakat,
tetőket ferd
fehérre!



Buzdítsd a
lakóközösségedet
a zöldítésre,
pályázatok közösen!



Ha van kertet otthon:
Hagyd nőni a fűvet és
mulcsolj! *

- No Mow Movement
- Ültess fákat!



Segítsd a környezetekben élő veszélyeztetett
csoportokat (pl. idősebbek, várandós nők)! *

Jó példák:

Csokonyavisonta -helyi időseket segítő önkorm. bevásárló
szolgáltatás, Idősek Barátai Program

2

Mit tudsz tenni, kezdeményezni közterületen?

TIPP:

Sok önkormányzatnak van **közösségi költségvetése**, ezeket az ötleteket hozzájuk is beküldheted!



Telepíts napvitorlákat vagy ideiglenes árnyékolókat!



Indíts vagy csatlakozz be már létező locsoló körökbe! *

[beeco app](#)



Kezdeményezz, népszerűsíts oktató kampányokat közösségeid körében! *

[Ready4Heat - szakemberek felkészítése hőszégre](#)



Kezdeményezd lapostetők zöldítését!

[De hol?](#)



Helyezz ki madáritatót! *



Kezdeményezz esőkerteket!

[Így](#)



Indítványozd klimatizált középületek megnyitását, szabad hozzáférhetőségét hóhullámok idején! (pl. könyvtárak)



Kezdeményezz közösségi, önkormányzati esővízgyűjtést!



Ültess fákat, kezdeményezz közösségi erdőket, Miyawaki-erdőket, a zöldfelület növelését!

- [Faültetési útmutató](#)
- [Így indítsd közösségi kertet](#)
- [Grundkert](#)
- [Józsefváros zöldítése -utcafásítási program](#)





Mit tudsz tenni a munkahelyeden, iskolában?



Alakítsd zöldebbé a munkahelyi környezetet és bátorítsd erre a kollégáidat, fogjatok össze! *

8 tipp



Szervezz beszélgetést a munkahelyeden / iskolákban arról, hogy hogyan tudjátok elviselhetőbbé tenni a forróságot! (pl. sziesztaidő)



Ha helyhez kötött a munkahelyed, tájékozódj, légy jogtudatos, kijár neked az egészséges munkakörnyezet! *



Ha teheted, dolgozz távmunka-barát kávézókból, co-working irodákból! *



Az egyéni és közösségi szinteken túl a kormányzat és a gazdasági vezetők egyaránt sokat tehetnének a hőhullámok elviselhetőbbé tételéért, a forróságtól is védelmet adó élővilág védelmétől kezdve a nyilvános ivóutakon át egészen az építészeti, várostervezési szabályok átalakításáig.

Ez csak néhány példa: a lényeg, hogy ne feledkezzünk meg az **ő felelősségükről** sem.





Ez a jógyakorlat-gyűjtemény a **Greenpeace Magyarország** és a **Mindworks Lab** együttműködésében szervezett “Egy Hőhullámhosszon” műhelysorozat résztvevőinek ötleteiből született.

GREENPEACE

^ ^ Mindworks
v v