

## Začať šetriť peniaze a planétu môžeme aj maličkosťami

**Menej jazdiť autom, obmedziť spotrebu energie a vody, minimalizovať používanie plastov a papiera. To je len niekoľko spôsobov, ako možno ušetriť nielen svoje financie ale aj životné prostredie. 365.bank sa pozrela aj na ďalšie oblasti, v ktorých môžeme malou zmenou v správaní začať fungovať ekonomickejšie a popri tom tiež ekologickejšie.**

### 1. Nechajte auto doma, jazdíte len na dlhšie vzdialenosti

Podľa dát Štatistického úradu SR (ŠÚ SR) sa **ceny pohonných hmôt** na Slovensku medziročne **zvýšili o 3 %**. Pokiaľ pri aktuálnej cene na úrovni 1,288 eura (95 – oktánový benzín) spotrebuje mesčne jeden Slovák jednu nádrž, tak ho môže tankovanie vyjsť ročne aj **tisíc eur**. Okrem toho, že nás jazda autom vyjde drahšie, má negatívny dopad aj na životné prostredie. Preto ideálnym spôsobom, ako minimalizovať oboje, je **vymeniť auto za ekologickejšie dopravné prostriedky**, akými sú napríklad **vlak, električka, bicykel** a na malé vzdialenosti chodiť radšej **pešo**.

Pokiaľ sa auta nemôžete vzdať, **jazdíte pomalšie a ekonomickejšie**. Vďaka nižšej spotrebe ušetríte aj niekoľko stoviek eur ročne. Riešením môže byť aj využívať auto s ostatnými, ktorí idú rovnakým smerom ako vy. Stačí sa dohodnúť s kolegami a vyraziť do práce spoločne. Na dlhšie a príležitostnejšie trasy sú dobrým pomocníkom aj rôzne **mobilné aplikácie**, ktoré vám nájdu spolucestujúcich a znížia tak účet za benzín.

### 2. Zhasínajte svetlo a vypínajte vodu

Trojčlenná domácnosť minie podľa dát ŠÚ SR za elektrinu, vodu, plyn a kúrenie v priemere takmer 2 000 eur ročne. Ušetrí sa pritom dá tak, že **nebudete svietiť v miestnostiach, kde sa nenachádzate, vypnete televíziu, ak ju nesledujete a spotrebiče**, ktoré nepoužívate, **vytiahnite zo zásuvky**. Počas zimných mesiacoch **neprekurujte** svoj príbytok, namiesto toho sa doma oblečte primerane k danému ročnému obdobiu. Spotrebu vody zas môžete znížiť tým, že uprednostníte sprchu pred kúpeľom vo vani a **nenecháte ju tiecť „na prázdno“**, napríklad pri umývaní zubov. Prať sa oplatí väčšie množstvo bielizne naraz a na umývanie riadu zvolte radšej umývačku.

### 3. Šetríte papier alebo používajte recyklovaný

Vždy, keď je to možné, v práci ale aj mimo nej, **minimalizujte spotrebu papiera**. Uchovávajte si dokumenty v **elektronickej podobe** a ak predsalen potrebujete z času na čas niečo vytlačiť, použite radšej **obojsmernú tlač alebo recyklovaný papier**. Nielen jednotlivci, ale predovšetkým firmy, veľké korporácie či kamenné banky spotrebujú ročne stovky ton papiera.

*„Ekologickejšie, ale aj ekonomickejšie je využívať bankové služby digitálne. Založiť si účet alebo načerpať úver sa dá na pár klikov v mobilnej aplikácii a nespotrebujeme pritom ani hárok papiera. Dnešné technológie nám totiž umožňujú využívať digitálny kanál a namiesto desiatok strán dokumentov a nutnosti ich fyzického podpisovania to zvládneme v mobile. Eliminovať papier môžeme aj doručovaním výpisov z bankového účtu elektronicky, prípadne vyberaním hotovosti z bankomatu bez potvrdenky,“* uvádza Linda Valko Gáliková, PR manažérka 365.bank.

#### 4. Uprednostnite slow fashion a lokálnych výrobcov potravín

Ekologickejšie vieme pristupovať aj k **obliekaniu** či iným **nákupom**. Základom je nepodliehať za každú cenu trendom a nakupovať s rozvahou. Spravte si revíziu v šatníku a veci, ktoré nenosíte, darujte. Uprednostnite v obliekaní tzv. **slow fashion** prístup, ktorý dbá na kvalitu oblečenia a rešpektuje pritom aj životné prostredie. **Recyklujte**, nakupujte v **second handoch**, prípadne si môžete vymieňať oblečenie navzájom na rôznych **swap-och**. Kreatívnejšie a zručnejšie povahy môžu dať starým kúskom v šatníku nový vzhľad vlastnou úpravou (tzv. **upcyklovanie**). Pokiaľ nechcete oblečenie kupovať, je možnosť si ho aj **prenajať**.

Čo sa týka potravín, konzumujte **viac ovocia a zeleniny**, menej mäsa a **neplytvajte** nimi. Pri nákupe preferujte **lokálnych výrobcov**. Preprava výrobkov na dlhé vzdialenosti je energeticky náročnejšia, vyžaduje väčšiu investíciu do pohonných hmôt a vytvára tak väčšiu uhlíkovú stopu. Dbajte aj na **krajinu pôvodu** a vyhýbajte sa oblastiam, ktoré vytvárajú nespravodlivé pracovné podmienky alebo nedodržiavajú ekologické štandardy pri výrobe. Nekupujte lacné a nekvalitné tovary.

#### 5. Vyhnite sa balenej vode a plastom

Na Slovensku máme **výhodu pitnej a kvalitnej vody** z vodovodného kohútika, preto **nemusíte** nevyhnutne **kupovať tú balenú**. Kdekoľvek sa vyberiete, majte preto so sebou vždy vodu vo fľaši, ktorú budete používať opakovane. Eliminujte plasty aj pri ostatných nákupoch či stravovaní, vyhýbajte sa jednorazovým igelitovým taškám. Namiesto nich si môžete zadovážiť napríklad pláténé, ktoré viete používať opakovane.

**Plasty** predstavujú z pohľadu životného prostredia najväčšiu ekologickú záťaž. Podľa Európskej komisie tvoria viac ako **80 % morského odpadu**. S cieľom znížiť negatívne dopady plastov implementovalo Ministerstvo životného prostredia v rámci najnovšej novely zákona úplný **zákaz používať jednorazové plastové výrobky**. Najmä pokiaľ ide o plastové nádoby, príbory, vatové tyčinky a fľaše. Do platnosti vstúpi novela v júli budúceho roka. Čím skôr však začneme obmedzovať plasty, tým lepšie spravíme pre naše prostredie ale aj peňaženky už dnes.

#### 6. Triedte odpad

Podľa Správy o stave životného prostredia vyprodukoval v minulom roku každý Slováč v **priemere až 427 kg komunálneho odpadu**. Miera jeho triedenia je pritom v niektorých slovenských obciach menej ako **10 %**, v dôsledku čoho sa zvýšil poplatok za jeho skládkovanie. Zatiaľ, čo za zmesový komunálny odpad musí platiť každý obyvateľ, zber triedeného odpadu financujú jeho producenti, a tak je pre ľudí bezplatný. To znamená, že **čím viac toho vytriedite**, tým viac **ušetrite**. Riešením môže byť napríklad zadovážiť si **domáce kompostéry**. Ešte predtým, ako však začnete triediť, je dobré zamyslieť sa, či neviete konať tak, aby ste odpad ani **nevytvárali**. Inými slovami, najprv sa snažte odpadu predchádzať a až potom, keď to inak nejde a vytvoríte ho, je potrebné ho triediť.

#### O 365 bank:

Sme banka pre dnešných ľudí. Veríme, že súčasné technológie nám umožňujú byť pre klienta naozaj užitočnými. Stačí len zapnúť si smartfón. Preto na Slovensko prinášame bankovníctvo, ktoré je postavené na princípe „mobile first“. V centre všetkého, čo robíme, je klient. Bankovníctvo budujeme tak, aby bolo preňho jednoduché, príjemné na používanie a inteligentné. Našou ambíciou je byť takou bankou, ktorú budete chcieť používať každý deň. Viac na [www.365.bank](http://www.365.bank).