

Natuurlijk kan het anders, maar niet zonder u!

Leden en donateurs vormen de ruggengraat van Milieudefensie. Dankzij hen kunnen we onafhankelijk ons werk doen.

Steunt u ons ook?

JA, ik steun Milieudefensie als lid. Ik word:

lid-abonnee voor € 32,50 per jaar en ontvang 10 x per jaar het actuele milieumagazine Milieudefensie

lid voor € 17,50,- per jaar en ontvang 4 x per jaar de Nieuwsbrief Actief van Milieudefensie

Ik ben jonger dan 28 jaar en ik wil óók gratis lid worden van de jongerenafdeling JMA* (* verplicht geboortedatum invullen)

Wilt u eerst meer informatie over het lidmaatschap, Bel dan met onze Servicelijn: 020 6262 620 (9.30 – 16.30 uur)

Heeft u aangekruist wat van toepassing is en uw gegevens ingevuld? Stuur de bon dan in een envelop naar:

Milieudefensie
Antwoordnummer 8391
1000 RA AMSTERDAM
(postzegel hoeft niet)

Hartelijk dank voor uw steun!

Naam

m/v

Adres

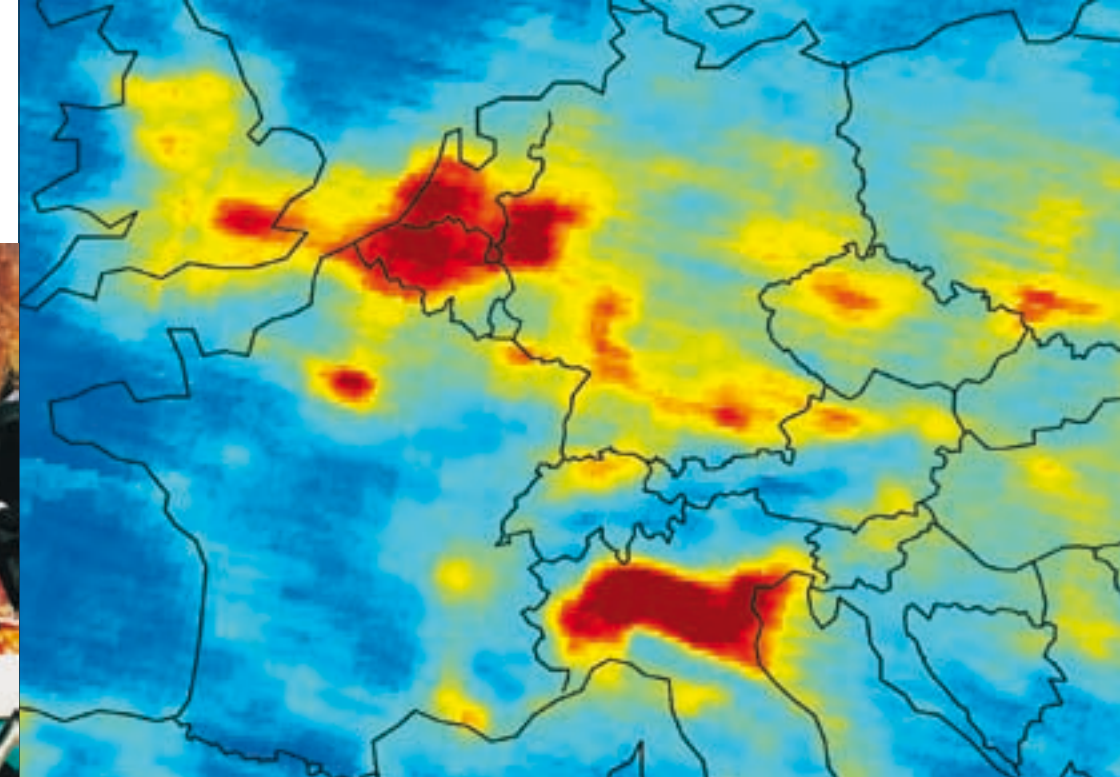
Postcode, plaats

geboortedatum (alleen voor JMA)

Tien tips voor milieubewuste mobiliteit

Geen enkel Europees land is zo vervuild als Nederland. Jaarlijks sterven er in ons land 18.000 mensen tot tien jaar eerder door de langdurige inademing van vervuilde lucht. De boosdoeners zijn kleine deeltjes fijnstof. Deze worden volgens het Ministerie van VROM voor vijftig procent veroorzaakt door autoverkeer. Naast de uitstoot van fijnstof veroorzaakt (auto)verkeer ook voor uitstoot van broeikasgassen wat niet direct een gevolg heeft voor het lokale milieu, maar des te meer een negatief effect heeft op het klimaat.

Veel mensen beseffen niet goed dat ze zelf iets aan de uitstoot van fijnstoffen kunnen doen. Als iedereen bewust gebruik zou maken van zijn auto, zou dat de uitstoot van fijnstof aanzienlijk verminderen. Bent u bereid wat beter op uw autogebruik te letten? U wilt toch ook een schone omgeving voor uzelf en uw kinderen?



Meer weten over luchtkwaliteit of over de activiteiten van Milieudefensie?

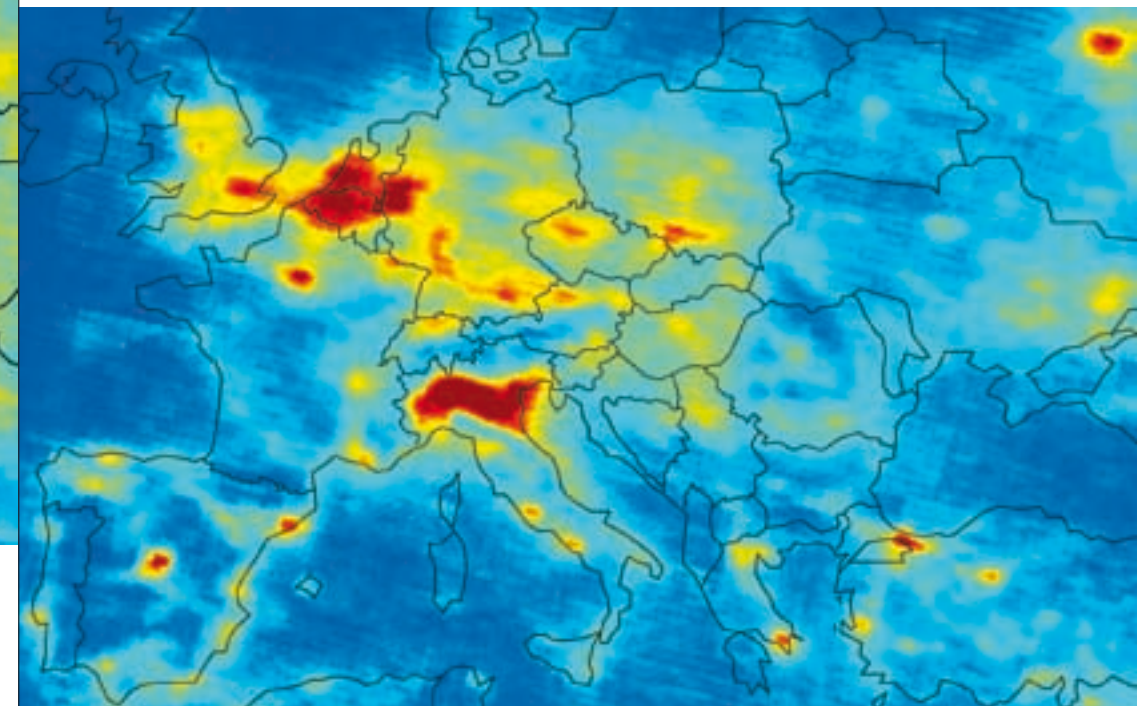
www.milieudefensie.nl/verkeer
www.weekvandevoortgang.nl
Tel. 020 6262 620
service@milieudefensie.nl

Milieudefensie
Campagne Verkeer
Postbus 19199
1000 GD Amsterdam



Wat kunt u zelf doen aan de luchtkwaliteit?

Tien tips voor milieubewuste mobiliteit



1 Pak voor korte ritjes de fiets

Filerijden, misschien heeft u zich er inmiddels bij neergelegd. Maar onvermijdelijk is het niet. In ons land worden onnodig veel kilometers gereden. Voor ritjes van tien kilometer of minder, pakt nog steeds 75% van de mensen de auto. Terwijl juist dan fietsen een goed alternatief is. Fietsen heeft veel voordelen: het is goedkoper, gezonder en beter voor het milieu. Dus laat die auto eens wat vaker staan, ook als u bijvoorbeeld naar uw werk moet. Als meer mensen dat zouden doen, staan we minder vaak in de file. Doe bijvoorbeeld uw boodschappen op de fiets.

2 Breng uw kinderen lopend of fietsend naar school

Durft u uw kinderen vanwege het drukke verkeer ook nauwelijks naar school te laten fietsen of lopen en

In een auto kunnen doorgaans meer boodschappen, maar u kunt ook een hippe fietstas kopen waarin veel boodschappen passen. Zover is dat ritje naar die supermarkt toch niet? Een half uur fietsen per dag is voldoende om uw gezondheid op peil te houden. U valt er van af, het maakt u stressbestendiger en het is goed voor hart en bloedvaten, aldus het Nederlands Instituut voor sport en beweging.

3 Fiets naar uw werk

Fietsen is een gemakkelijke manier om uw gezondheid op peil te houden en te verbeteren. Op het werk betekent een betere gezondheid van

brengt u ze daarom met de auto? Een van de belangrijkste redenen dat het verkeer 's ochtends zo druk is rondom scholen, is dat veel ouders er hetzelfde over denken. Dus doorbreek die vicieuze cirkel en breng uw kinderen op de fiets of lopend naar school. Onderzoek wijst uit dat dat ook beter is voor de zelfstandigheid van uw kinderen en dat het helpt hun eventuele overgewicht te voorkomen, of verhelpen.

4 Rijd zuiniger

Bent u bekend met het nieuwe rijden? Oefentips: schakel bij maximaal 2500 toeren naar een hogere versnelling, laat uw auto voor verkeerslichten uitrollen in de versnelling en hou een constante snelheid aan.

werknemers minder stress, een betere productie en minder ziekteverzuim. Bovendien leiden meer fietsende medewerkers tot minder parkeerproblemen en een betere bereikbaarheid van de onderneming. Fietsen naar het werk is dus niet alleen goed en prettig voor uzelf, ook uw werkgever profiteert er van.

5 Vermijd de spits

Buiten de spitsuren rijden vergroot uw rijplezier en is beter voor het milieu. En als u elke dag grote afstanden naar uw werk aflegt, kunt u overwegen om wat dichterbij in de buurt van uw werk te gaan wonen. Of u kunt wat vaker thuis werken als dat mogelijk is, want dat scheelt geld, tijd en is minder belastend voor het milieu.

Pomp verder uw banden op; de juiste bandenspanning zorgt er voor dat u zuiniger rijdt. Het Nieuwe Rijden is veiliger, bespaart geld en is beter voor het milieu. Kijk voor meer informatie op www.hetnieuwerijden.nl

6 Koop een zuinige auto

Misschien vindt u een zware auto met een groot motorvermogen cool, maar ze slurpen veel brandstof. Kies liever voor een licht en zuinig model. De meest zuinige optie is een zogeheten hybride auto. Hybride auto's rijden in de stad op een accu, die zich oplaadt zodra u buiten de bebouwde kom rijdt. Met een hybride auto stoot u in de stad geen schadelijke stoffen uit en, niet onbelangrijk, u bespaart er veel geld mee.

7 Koop geen dieselauto

Dieselauto's stoten veel meer roet uit dan benzine-auto's.

8 Overweeg alternatieven voor een vliegtreks

Vliegtreks zijn enorm vervuilend, kijkt u eens naar mogelijkheden dichterbij huis en denk daarbij vooral aan het reizen per touringcar of trein.

9 Maak vaker gebruik van het openbaar vervoer

Pak eens wat vaker de trein of bus in plaats van de auto, dat is veel milieuvriendelijker. Bovendien is het afwisselend en het brengt u in contact met andere mensen.

10 Maak een autodate

De gemiddelde auto staat maar liefst drieëntwintig uur per dag stil. En dat terwijl de meeste steden kampen met een parkeerprobleem! Een oplossing voor dit probleem is het zogeheten autodate, een vorm van bewust autogebruik waarbij u een auto deelt met buurtbewoners. Zo bespaart u geld en ruimte. Deze 'groene auto' staat geparkeerd op een vaste plaats in uw woonwijk, het enige dat u hoeft te doen is deze van tevoren te reserveren. En het zijn er genoeg, dus u kunt hem nagenoeg altijd meenemen.



Tien tips voor

milieubewuste

mobiliteit

