

בחן את עצמך - טביעת הרגל האקולוגית



1. באיזו קטגוריה נמצא סוג הדיור שבו אתה מתגורר?

1. דירה בבניין רב קומות
2. בית דו-משפחתי או דירה בבניין עם עד 4 דירות
1. בית צמוד קרקע



2. כיצד אתה משתמש בנייר?

1. כותב רק על נייר טיוטה ומחברות משומשות
2. משתמש בניירות טיוטה ככל האפשר
3. משתמש בניירות חדשים ובניירות טיוטה
4. כותב רק על דפים ומחברות חדשות, משני הצדדים
5. כותב מצד אחד של הדף, במחברות חדשות בלבד



3. האם אתה נוהג לקנות דברים שאינם באמת נחוצים לך?

1. אף פעם לא
2. לעיתים רחוקות
3. לעיתים קרובות
4. הארונות שלי מלאים בדברים שאיני משתמש בהם



4. באיזו תדירות אתה רוכב על אופניים?

1. כמעט כל יום
2. לפעמים
3. לעיתים רחוקות
4. רכבתי פעם או פעמיים
5. כמעט אף פעם
6. אף פעם לא





5. מהו כלי התחבורה העיקרי שאתה נעזר בו?

1. הולך ברגל או רוכב על אופניים
2. נוסע באוטובוס או ברכבת
3. אופנוע
4. מכונית קטנה
5. מכונית משפחתית
6. מכונית גדולה
7. רכב שטח



6. כאשר אתה רוכש מוצרים שונים אתה...

1. בוחר על פי התוויות האקולוגיות שעל המוצר
2. בוחר על פי התוויות האקולוגיות של המוצר והתאמתו לצרכיך
3. בוחר על פי המותג והתאמת המוצר לצרכיך
4. בוחר על פי המלצות חברים והתאמת המוצר לצרכיך
5. בוחר על פי המותג
6. בוחר על פי חשק רגעי



7. האם ביציאתך לטיול בטבע אתה דואג לשמור עליו?

1. כן אני תמיד לוקח איתי שקית אשפה, אוסף אשפה במסלול, מעיר ומדווח על מי שפוגע בטבע
2. אני שומר על הניקיון אבל לא אוסף אשפה של אחרים ולא מעיר לאחרים
3. אני משליך בצידי המסלול רק אשפה אורגנית ודואג לכסותה באדמה כי זה מסייע לטבע
4. אני מטייל ומעלים עין מהלכלוך במסלול - יש מי שיטפל בו במקומי!



8. כשאתה משתמש במחשב אתה...

1. לא מדפיס בכלל
2. משתדל להדפיס כמה שפחות
3. מדפיס על דפי טיוטה או נייר משרדי ממוחזר
4. מדפיס על נייר חדש משני צידיו
5. מדפיס כמעט כל פעם, על נייר חדש מצד אחד



9. האם אתה חוסך חשמל?



1. כן, הן בהתנהגות והן בצרכנות נבונה, בשימוש בנורות חסכוניות ובבידוד הבית
2. כן, בהתנהגות האישית למשל מכבה אורות, לא מחמם או מקרר את הבית מעבר למידה סבירה
3. כן, דואג לבידוד טוב של הבית
4. כן, קונה מכשירי חשמל יעילים
5. לא

10. האם אתה חוסך מים?



1. כן, בהתנהגות היומיומית וגם אביזרי חסכון בבית
2. כן, בהתנהגות היומיומית
3. לא

11. כמה פעמים בשבוע אתה אוכל מחוץ לבית?



1. לעיתים רחוקות
2. פעם בשבוע
3. פעמיים-שלוש בשבוע
4. כמעט כל יום

12. כמה מן האוכל שאתה אוכל הוא אוכל מעובד, ארוז או מיובא?



1. מעט מאוד. רוב האוכל שאני אוכל הוא לא מעובד, לא ארוז ומגודל בישראל
2. כרבע
3. כמחצית
4. כ-3/4
5. רוב האוכל שאני אוכל הוא מעובד
6. הרוב ארוז ומגיע מרחוק



13. באיזה תדירות אתה אוכל אוכל מהחי? בשר, עוף, דגים, ביצים, מוצרי חלב.



1. אף פעם
2. צמחוני (לא אוכל בשר ועוף, אוכל מדי פעם ביצים/מוצרי חלב)
3. לעיתים רחוקות
4. בדרך כלל (בשר פעם או פעמיים בשבוע, ביצים ומוצרי חלב כמעט כל יום)
5. פעם ביום (בשר כל יום)
6. כמעט בכל ארוחה (בשר וביצים/מוצרי חלב)

14. האם אתה ממחזר אשפה?



1. מפריד זבל אורגני לקומפוסט וממחזר פלסטיק, נייר, בטריות
2. ממחזר פלסטיק, נייר, בטריות
3. פלסטיק לכלובים ומחזיר בקבוקים לחנות או למרכז המחזור
4. רק פלסטיק לכלובים ברחוב
5. כלל לא

15. האם אתה נוהג לטעת עץ?



1. בט"ו בשבט
2. כל שנה
3. פעם בשנתיים
4. נטעתי פעם
5. מעולם לא נטעתי

שימו לב!

ככל שהניקוד שצברת גבוה יותר, כך טביעת הרגל האקולוגית שלך גדולה יותר ואורח החיים שלך גוזל משאבים רבים יותר מהסביבה.

