

Herkes için Sürdürülebilir Yaşam Rehberi

Editörler:

Doç.Dr. Meneviş Uzbaý Pirili

Prof. Dr. Meltem Onay

Leyla Ögüt



Tasarlayan | Leyla Ögüt

HERKES İÇİN SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM REHBERİ

**Editörler: Doç.Dr. Meneviş Uzbay Pirili, Prof. Dr. Meltem Onay
Leyla Öğüt**

Genel Yayın Numarası: 412
ISBN: 978-625-94145-6-0
1. Basım Ocak 2024

EFLATUN Basım Dağıtım Yayıncılık Danışmanlık Yatırım ve Tic. Ltd.
Şti.©2023 Efil©2023

Bu kitabın tüm hakları saklıdır.
Herhangi bir şekil ya da yöntemle çoğaltılamaz.
Sertifika No: 45550

Genel Yayın Yönetmeni: Serenay Dıraz
Grafik Tasarım: Ferhat Önder
Dizgi - Kapak Tasarım: Leyla Öğüt

Baskı ve Cilt:

Meteksan Matbaacılık ve Teknik Sanayi Ticaret Anonim Şirketi
Beytepe Köy Yolu No.3 Bilkent, Çankaya/Ankara
Telefon: 0312 266 44 10
Sertifika Nu.: 46519



EFİL YAYINEVİ

EFLATUN Basım Dağıtım Yayıncılık Danışmanlık Yatırım ve Tic. Ltd. Şti.
Bağcılar Mahallesi Şemsettin Günaltay Caddesi 283. Sokak Ata Apartmanı
No: 9/7 06670 Çankaya/Ankara Türkiye
Tel : (+90) 312 442 52 10
GSM : (+90) 541 232 00 46
www.efilyayinevi.com • instagram.com/efilyayinevi • twitter.com/efilyayinevi



RÖPORTAJLAR

Aslı AKSOY

Neptün SOYER

Nazlı UYANIK YILDIZ

Teşekkürlerimizle.

YAZARLAR

Prof.Dr. Meltem ONAY

Prof.Dr. Neşe KUMRAL

Prof. Dr. Funda BARBAROS

Doç.Dr. Meneviş UZBAY PİRİLİ

Doç.Dr. Cenk KÜÇÜKYUMUK

Dr. Pınar BÖRÜ

Bahar ÖZAY

Leyla ÖĞÜT

Pelin POLAT YOKUŞ

Tülay TEKER

Halil Tolga İLÇİN

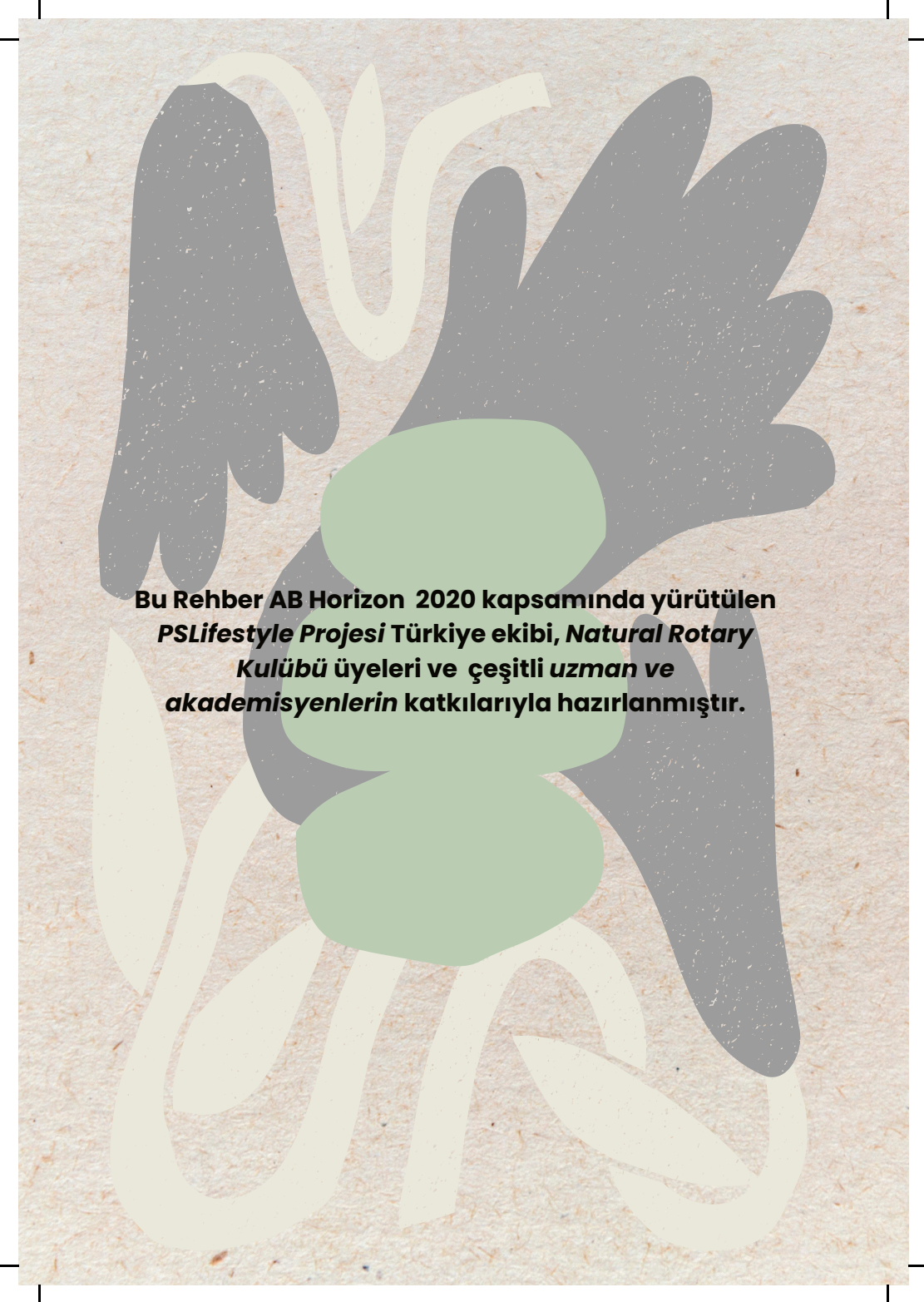
Elif Talu DEMİRCİ

Akın ERDOĞAN

Özge YILMAZ

Hasan TURUNÇKAPI

Burcu BATUR SÜTÇÜOĞLU



**Bu Rehber AB Horizon 2020 kapsamında yürütülen
PSLifestyle Projesi Türkiye ekibi, *Natural Rotary*
Kulübü üyeleri ve çeşitli uzman ve
akademisyenlerin katkılarıyla hazırlanmıştır.**



Editörler ne der?

Gezegelimiz ve adeta sessiz olarak kabul edegeldiğimiz doğa, son otuz yıldır kendine özgü diliyle insanlara bir şeyler söylüyor. Esasında doğa her zaman bizlerle iletişim kurar ve konuşur; bu bizlerin anladığı anlamda bir dil değil elbette, ama doğayla içi içte yaşayan insanlar bu dili çok iyi bilirler. Oysa özellikle 1990'lardan bu yana doğanın bizlerle kurduğu iletişim ve dil, doğadan kopuk olarak yaşayan biz modern insanların bile duyabileceği bir uyarıya dönüşmüş durumda: Tsunamiler; sıcak dalgaları, küresel ısınma; okyanus seviyelerinin yükselmesi, buzulların erimesi, mercan resiflerinin bir anda yok olması, gibi şimdiye değin insanların hiç bilmediği işaretlerle kendini ifade etmekte ve bizleri ekolojik krize dair uarmaktadır gezegenimiz. Biyoçeşitlilik kaybı, iklim krizi, toprakların bozulması, aşırı su kullanımı gibi insan kaynaklı baskılar, gezegenimizin üzerinde güvenli bir şekilde yaşamımızı sürdürmemizi tehdit etmekte.

Bu sürdürülebilir bir varoluş değildir. Büyük kayıplar vererek yaşadığımız Covid 19 krizi, doğayla uyumsuz yaşam biçimimizin ne denli riskli sınırlara dayandığını gösterdi. Sürdürülebilirlik çok boyutlu bir kavramdır ve ekonomik, sosyal ve ekolojik boyutları içermektedir.

Dolaşısıyla hem doğayla/gezegente kurulan ilişkide hem de sosyal ve ekonomik anlamda "iyi" bir yaşam tasarımına ilişkin toplumsal taahhüdüdeki temel değerlere ve ideallere işaret etmektedir.

Brutland Konferansında, 1987, (WCED, 1987) sürdürülebilirliğin ekolojik boyutu esas olarak "doğayı korumak" gibi nispeten romantik bir hedefti. Oysa o günden bu yana insanların yer yüzü sistemlerinin istikrarını bozma noktasına gelmesiyle, ekolojik risklerin arttığı yeni bir jeolojik çağa - Antroposen çağına- girmiş bulunuyoruz. Bu risklere ilişkin olarak günümüzde ekolojik sürdürülebilirlik, doğayı korumanın çok ötesinde, insanlığın gezegen üzerindeki güvenli yaşam alanı olarak ifade edilmektedir.

Ekolojik sürdürülebilirlik, insanların; evimiz olan yer yüzünde güvenli bir şekilde yaşamımızı ve varoluşumuzu sürdürebilmek için, gezegensel sistemlerle ve dolayısıyla doğayla uyumlu yaşamlar ve toplumlar tasarlaması ve hayata geçirmesidir.

İklim ve çevre kriziyle mücadelede, Paris İklim Anlaşması kapsamında küresel düzeyde dönüştürücü stratejiler ve girişimler gündeme gelmektedir; ekonomik modelde dönüşümden finansmana, temiz enerjiden ve teknolojiye kadar çözümler ve dönüşümler her ülke bazında hayata hızla geçirilmeye devam etmektedir.

Ekonomi/teknoloji/enerji alanlarındaki bu büyük dönüşümler gerek finansman, gerek yasal çerçeve, gerekse ölçek açısından ancak hükümetlerin, uluslararası kurumların ve büyük şirketlerin topyekün çabalarıyla gerçekleştirilebilecek gibi gözükse de; bireyler ve sivil toplum da bu süreçte önemli bir çözüm ortağı olarak kabul edilmektedir. Bir diğer ifadeyle gezegenimiz ve doğayla uyumlu yaşamların hayata geçirilebilmesinde vatandaşların ve sivil toplumun katılımına ve sürdürülebilir yaşam tarzlarını benimsemelerine, geniş kitlelerin desteğine ve aynı zamanda yeni bir yaşam kültürünün oluşmasına ihtiyaç var.

Yaşam tarzı çoğunlukla tüketim alışkanlıklarımızla ifade bulur ve her yaşam tarzı belli yaşam pratiklerini ve tüketilen mal ve hizmetleri içerir. Ancak yaşam tarzı, tüketim alışkanlıklarının da ötesinde, yaşamımıza ilişkin algımızı, duyguları, belli rutinleri, zevkleri kısacası yaşantımızı nasıl kurduğumuzu içermektedir. Bir diğer ifadeyle biz insanların bireysel ve sosyal dünyamızı nasıl algıladığımızı ve sosyal kimliklerimizi nasıl oluşturduğumuzu da kapsamakta. Özellikle çağımızda yaşam tarzlarımızı nasıl oluşturduğumuz belli bir yaşam kültürünü de gerektirmekte.

Örneğin bohem yaşam tarzı, aristokrat yaşam tarzı, modern yaşam tarzı farklı tüketim kalıplarını içerdiği gibi farklı yaşam kültürlerini de barındırmaktadır.

Bugün, güvenli ve dayanıklı bir gezegen üzerinde yaşamlarımızı sürdürmek istiyorsak, vatandaşlar olarak iklim ve çevre kriziyle mücadelede bizlerin de doğayla uyumlu yaşam tarzları benimseyerek, bu sürecin önemli bir çözüm ortağı olmamız gerçekten çok kıymetli.

İşte bu "Herkes İçin Sürdürülebilir Yaşam Rehberi", ekolojik olarak sürdürülebilir kentlerin, toplumların hayata geçirilmesinde, bizlerin de çözüm ortağı olarak yaşam tarzlarımızı sürdürülebilir kılmamıza ilişkin bir yol gösterici olmayı hedefliyor.

Bu doğrultuda rehber bir yandan iklim ve çevre krizine ilişkin bir farkındalık yaratmayı amaçlamakta ve rehberin I. ve II. bölümleri ekolojik sürdürülebilirlik ve ekolojik kriz üzerine temel kavramsal çerçeveyi ve bilgileri aktarmaktadır. Ancak diğer yandan rehberin ana vurgusu doğayla uyumlu bir yaşam kültürü ve yaşam tarzı oluşturabilmemiz için yaşamımızın çeşitli alanlarını kapsayan pratik önermelerde bulunmaktadır. Bu nedenle, akademik bir çalışma olmaktan çok her düzeyde okuyucunun yararlanabileceği bir üslupta ele alınmış ve gündelik yaşamımıza ilişkin öneriler görsel olarak beğenileceğini umduğumuz bir tasarımla sunulmuştur.

Bu rehber, Naturel Rotary Kulübü üyelerinin ve Avrupa Birliği tarafından desteklenen **PSLifestyle Horizon 2020-Pozitif ve Sürdürülebilir Yaşam Tarzı Projesi** ekibinin katkılarıyla hazırlanmıştır. Ayrıca konuyla ilgili akademisyenler ve uzmanlar da katkı vermiştir. Tüm katkı verenlere teşekkür ediyoruz ve rehberimizin sizlerin yaşantılarında önemli bir yol gösterici olmasını umuyoruz ve diliyoruz.

Doç Dr. Meneviş Uzbaý Pirili
Prof. Dr. Meltem Onay
Leyla Ögüt



İÇİNDE NELER VAR?

SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

I. BİRLEŞMİŞ MİLLETLER SÜRDÜRÜLEBİLİR KALKINMA AMAÇLARI VE KÜRESEL SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK YOL HARİTASI

17 Küresel Amaç: Küresel Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları

II. SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİN EKOLOJİK BOYUTU VE STRATEJİLER: EKOLOJİK KRİZ İLE MÜCADELE

Ekolojik Krizin Neresindeyiz?

Ekolojik Krizin 3 Temel Boyutu

Ekolojik Sürdürülebilirlik

Ekolojik Sürdürülebilirlik için Güvenli ve Dayanıklı Gezegen

Koşulları

Küresel Isınma: Gezegenimizin Ortalama Yüzeş Isısı Neden

Artıyor?

Ekolojik Sürdürülebilirlik ve Paris İklim Anlaşması

Ekolojik Sürdürülebilirlik için 5 Temel Strateji

III. YAŞAM TARZIMIZDA AYAK İZİMİZ

Karbon Ayak İzi

Su Ayak İzi

IV: SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM TARZI İÇİN İPUÇLARI

Atıksız Yaşam Nedir?

Yeme & İçme Alışkanlıklarımızın 1.5 Derece Hedefine Etkisi

Gıda Tarım Okuryazarlığı Nedir?





Kentlerde Atık Yönetimi Evde Başlar

Siyah Altın: Kompost

Sürdürülebilir Gıda Sistemleri

Ulaşımında Sürdürülebilir Yaşam Önerileri

Evden Çalış ya da Ofisini Değiştir

-  **Gıdada Sürdürülebilir Yaşam Önerileri**
-  **Ulaşımında Sürdürülebilir Yaşam Önerileri**
-  **Barınmada Sürdürülebilir Yaşam Önerileri**
-  **Alışverişlerde Sürdürülebilir Yaşam Önerileri**

V. SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM TASARIMI

Sürdürülebilir Yaşamlar Tasarlama da Zeytinden

Öğreneceklerimiz Var

Sürdürülebilir Yaşam için Fırsatlar ve Kısıtlar

Tüketim Alışkanlıkları

VI. ÖNEMSEDİĞİMİZ GÜNLER & HAFTALAR

VII.EKOLOJİ TEMALİ SİVİL TOPLUM KURULUŞLARI

VIII.BAZI SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK HERKETLERİ: SİVİL TOPLUM VE EKOLOJİ

IX. SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM ÜZERİNE RÖPORTAJLAR

YAZARLAR KENDİNİ TANITIYOR

KAYNAKLAR



Sürdürülebilirlik

"İnsanlığın; gezegenin dayattığı biyo-fiziksel sınırlarla uyumlu ve dolaşısıyla güvenli, dayanıklı bir gezegende adalet, barış, refah içinde yaşamını sürdürmesidir."

Johan Rockström
Potsdam İklim Etkisi Araştırma Enstitüsü Direktörü

"Sürdürülebilir bir toplum; girişimleri, ekonomisi, kentleri, teknolojisi ve fiziksel yapılarıyla, gezegensel sistemlerin istikrarını ve dayanıklılığını bozmayacak biçimde tasarlanmış olan bir toplumdur."

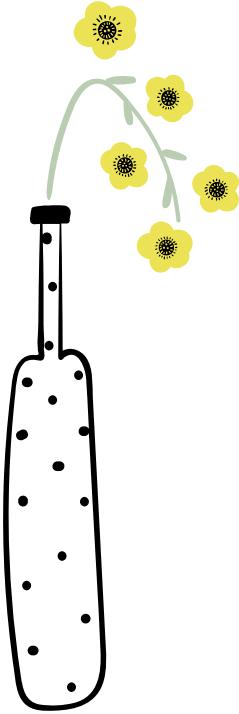
Fritjof Capra
Fizikçi, Ecolitareçü Merkezi Kurucusu

"Sürdürülebilirlik, gelecek nesillerin kendi ihtiyaçlarını karşılayabilme yeteneklerinden ödün vermeden bu günkü ihtiyaçlarımızı karşılamaktır."

Birleşmiş Milletler Brutland Komisyonu, 1987

"Antroposen çağı bizlere şunu açıkça göstermiştir. Artık masada yeni bir aktör var; dostumuz olan ama ona gerekli özeni göstermediğimiz takdirde bize meydan okuyan yeni bir aktör var; "doğa". Onu düşünmeden, ekolojik döngülerin kendisini yenileme koşullarını gözetmeden, ekonomik modellerimizi oluşturmamız ve hatta gezegen üzerinde uygarlığımızı sürdürmemiz olanaklı gözüküyor."

Anonim



"Sürdürülebilirlik kavramının sunduğu yeni bakış açısı karşılıklı bağlantısallıkları anlamayı, gerek insanların gerekse doğanın kendini var edebilme ve yeniden yaratarak gelişme sınırlarını ihlal etmemeyi, ötekine karşı sorumluluğu ve dirençli toplumlar oluşturabilmeyi önemli koşullarından birisinin de dayanışma ve uzlaşma olduğunu önermektedir."

Kate Raworth
Ekonomist

I.
BİRLEŞMİŞ MİLLETLER
SÜRDÜRÜLEBİLİR
KALKINMA AMAÇLARI
VE KÜRESEL
SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK
YOL HARİTASI

Prof. Dr. Neşe KUMRAL
Doç. Dr. Meneviş UZBAY PİRİLİ



17 Küresel Amaç: Küresel Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları

Çağımızda karşı karşıya olduğumuz en önemli sorunlardan birisi, sürdürülebilir yaşam biçimlerini ve toplulukları tasarlamak ve hayata geçirmektir(UNDP, 2019).

Sanayi devriminden bu yana sürdürdüğümüz yaşam biçimleri gezegenimiz üzerinde hızlanarak artan ciddi baskılar yaratmaya devam etmektedir. Gezegenimizin ekolojik sistemlerine ilişkin hangi parametreye bakılırsa bakılsın, yeryüzünün biyo-fiziksel kapasitesinin sınırlarına yaklaşıldığı ve dolayısıyla insanlığın gezegen üzerinde güvenli bir şekilde yaşamını sürdürmesini tehdit edecek riskli sınırlara girildiği görülmektedir.

Diğer yandan farklı düzeylerde yoksulluk ve eşitsizliklerdeki artışlar, işsizlik, güvencesiz istihdam, iktisadi krizler, bölgesel çatışmalar ve göçler gibi sosyal ve ekonomik alanlarda da sorunlar süregelmektedir.

Ancak bu olumsuzlukların yanı sıra elimizde bu risklerle baş edebilmeyi ve dönüştürebilmeyi olanaklı kılan müthiş bir bilgi birikimi, teknoloji, finansman olduğu gibi, uluslararası konsensüs ve bu doğrultuda kapsamlı **iki küresel anlaşma var**: 2030 yılına değin küresel düzeyde tüm ülkeler için

belirlenmiş olan Gündem 2030 ve 17 adet sürdürülebilir kalkınma amacı (SDG 17: Sustainable Development Goals) ekonomik, sosyal ve ekolojik boyutları içermektedir (UNFCCC, 2022; UN 2022). Paris İklim Anlaşması ise iklim ve ekolojik krize karşı uluslararası gündemi oluşturmaktadır (SRC, 2018).

Neredeyse tüm devletlerin 2030 yılına değin on beş yıllık kalkınma yol haritası olarak beliren Küresel Amaçlar, "sürdürülebilir kalkınmayı"; gezegensel sınırlara saygılı, müreffeh ve adil bir dünya için insanlık, gezegen ve refah gündemi olarak tanımlamaktadır.

"Kimseyi geride bırakma!"

...sloganı ile hiç bir ülkenin ve hiç kimsenin kalkınma sürecinde geride bırakılmamasıdır. Bu anlayış aynı zamanda gelecek nesilleri gözeterek, gezegensel dayanıklılığı ve adaleti sağlamak için küresel iş birliğinin güvencesi olarak ortaya çıkmıştır.

Gündem 2030-Küresel Sürdürülebilir Kalkınma Anlaşması 2030 yılına değin 17 sürdürülebilir kalkınma amacı kapsamında dünyamızın doğal ve toplumsal habitatlarındaki bozulmayı tersine çevirerek, herkes için daha dengeli, eşitlikçi ve barış içinde bir yol haritasını ortaya koymaktadır. Gündem 2030'un içerdiği 17 Küresel Amaç, ekonomik, sosyal ve ekolojik olmak üzere üç temel boyut üzerinde inşa edilmiştir. Paris İklim Anlaşması ise 2050 yılına kadar küresel ısı artışının +2 ila +1.5 °C arasında tutulduğu gezegensel sınırlar ile uyumlu ve güvenli bir gezegeni öngörmektedir(UNDP,2019).



Sürdürülebilir Kalkınma İçin
KÜRESEL AMAÇLAR



1 YOKSULLUĞA
SON



2 AÇLIĞA
SON



3 SAĞLIK VE
KALİTELİ YAŞAM



4 NİTELİKLİ
EĞİTİM



5 TOPLUMSAL
CİNSİYET EŞİTSİZLİĞİ



6 TEMİZ SU VE
SANİTASYON



7 ERİŞİLEBİLİR VE
TEMİZ ENERJİ



8 İNSANA YAKIŞIR İŞ
VE EKONOMİK BÜYÜME



9 SANAYİ, YENİLİKÇİLİK
VE ALTYAPI



10 EŞİTSİZLİKLERİN
AZALTILMASI



11 SÜRDÜRÜLEBİLİR ŞEHİRLER
VE TOPLULUKLAR



12 SORUMLU ÜRETİM
VE TÜKETİM



13 İKLİM
EYLEMİ



14 SUDAKİ
YAŞAM



15 KARASAL
YAŞAM



16 BARIŞ, ADALET VE
GÜÇLÜ KURUMLAR



17 AMAÇLAR İÇİN
ORTAKLIK