



*Heli Heikkonen*

## **Maalämpö ja lähiruoka ovat Heli Heikkosen keinot ilmastoystävälliseen elämään**

**Tiedote**      **12.1.2022 09:20**

Heikkonen on yksi Hinkua Etelä-Karjalaan! -hankkeen maaseudun ilmastoedelläkävijöistä.

Parikkalalaisen **Heli Heikkosen** perheessä ilmastoasiat ovat tärkeitä.

Perheessä kiinnitetään paljon huomiota ruokavalioon.

Heikkokset syövät lihaa. Lautasille päätyvä liha luontoystävällisesti tuotettua kotimaista lihaa. Luomua, lähellä tuotettua tai itse metsästettyä lihaa Heikkonen hankkii silloin, kun sitä on mahdollista saada.

—WWF:ltä löytyy lista lihoista, jotka ovat saaneet heiltä vihreää valoa ja jotka ovat luonnon kannalta parhaita. Listalla ovat muun muassa nautojen ja lampaiden luomu- ja laidunliha, Heikkonen kertoo.

Laidunnus vaikuttaa positiivisesti luonnon monimuotoisuuteen, jota ilmastonmuutoskin uhkaa. Lisäksi laiduntaminen parantaa eläinten hyvinvointia.

—Näen eläinlääkärin työssäni hyvin läheltä sen, millaista lihantuotanto voi parhaimmillaan olla: eläimet voivat päästä laiduntamaan ja lihantuotantokin voi olla ympäristöystävällistä. Laiduntamisella on suuri merkitys. Maanviljelijät ylipäättään

---

Viimeisin päivitys: 12.12.2022

[https://www.imatra.fi/uutinen/2022-01-12\\_maal%C3%A4mp%C3%B6-ja-l%C3%A4hiruoka-ovat-heli-heikkosen-keinot-ilmastoyst%C3%A4v%C3%A4lliseen-el%C3%A4m%C3%A4n](https://www.imatra.fi/uutinen/2022-01-12_maal%C3%A4mp%C3%B6-ja-l%C3%A4hiruoka-ovat-heli-heikkosen-keinot-ilmastoyst%C3%A4v%C3%A4lliseen-el%C3%A4m%C3%A4n)

ovat merkittäviä toimijoita ilmastoasioissa, mikä kannattaisi meidän kaikkien muistaa.

## Riisi on vaihtunut ohraan

Luontoystävällisen lihan lisäksi Heikkosen perheessä suositaan myös kasviksia, etenkin kotimaisia ja lähellä tuotettuja.

—Esimerkiksi perinteiset kaali ja peruna ovat oikein hyviä raaka-aineita. Riisi on meillä vaihtunut ohrasuurimoihin.

Myös järvikala on hyvä raaka-aine. Kauppoihin on viime aikoina tullut useita helppokäyttöisiä järvikalatuotteita, Heikkonen vinkkaa.

Hän toivoo, että ihmiset suosisivat nykyistä enemmän lähiruokaa. Myös kunnat voisivat painottaa hankinnoissaan lähellä tuotettuja raaka-aineita.

—Luomu- ja lähilihan tukeminen vaikuttaa myös eläinten hyvinvointiin.

## Maalämpö pienensi hiilijalanjälkeä ja sähkölaskua

Parikkalassa sijaitseva omakotitalo lämpenee maalämmöllä. Lämmitystapa on ollut käytössä kuuden vuoden ajan. Kokemukset ovat ainoastaan hyviä.

—Ennen meillä kului 4000 litraa polttoöljyä. Muutos on sen verran iso, että se näkyy paitsi hiilijalanjäljessä, myös lompakossa, Heikkonen kertoo.

Lämmitysmuodon lisäksi Heikkosen perheessä on huomioitu ilmastoasiat muutenkin. Lentäminen on loppunut lähes kokonaan jo ennen korona-aikaa ja autoon tankataan biodieseliä aina, kun se on mahdollista.

—Lähimmät biodieselin tankkauspisteet ovat Lappeenrannassa ja Joensuussa, joten kovin usein se valitettavasti ei ole mahdollista. Olemme myös miettineet sähköauton mahdollisuutta, mutta meille se ei ole vaihtoehto. Työni takia autolla täytyy pystyä ajamaan pitkiä matkoja kerrallaan. Kaasuautoa voisimme harkita, jos tankkauspisteitä olisi tiheämmin myös maaseudulla.

Korona-aika on lisännyt myös eläinlääkärin etätöitä: paperityöt voi hoitaa vastaanoton sijasta kotona. Se puolestaan vähentää ajokilometrejä.

Tänä syksynä Heikkonen liittyi Hinkua Etelä-Karjalaan! -hankkeen maaseudun ilmastoedelläkävijöihin. Ilmastoedelläkävijät saavat hankkeelta vinkkejä oman hiilijalanjäljen pienentämiseen. Verkostolla on myös mahdollisuus jakaa hyviksi havaittuja kokemuksia ja toimintatapoja.

[Hinkua Etelä-Karjalaan! -hankkeen](#) toteuttavat Imatran sekä Lappeenrannan seudulliset ympäristötoimet.

Tavoitteena on löytää maaseudun asukkaista aktiivisia henkilöitä kokeilemaan arjessaan uusia ilmasto- ja huomioivia elintapoja. Hanketta rahoittaa Kaakkois-Suomen ELY-keskus Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahastosta ja valtion osuudesta. Hankkeen budjetti on 350 000 €. Hankeaika on 1.3.2020 – 31.12.2022.