

Løsninger & lokale indsatser

Borgerinddragelse

Formidling

Lokalpolitisk indsats



plastic change



Hvorfor engagere sig som lokalborger?



Se film her: <https://www.facebook.com/plasticchange/videos/600514663477016/>

Formidling

Infomøder for borgere



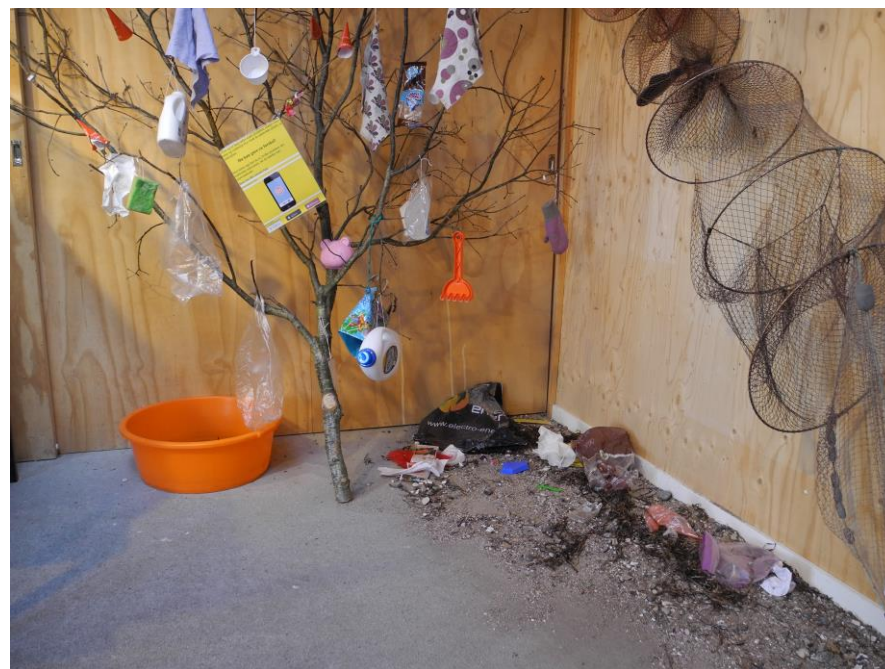
Bæredygtighedsdage på Stændertorvet



Livsstilsmesse på Ledreborg



Plast-udstilling på Roskilde Oplevelseshavn



Blåt flag hejsning på Herslev Strand

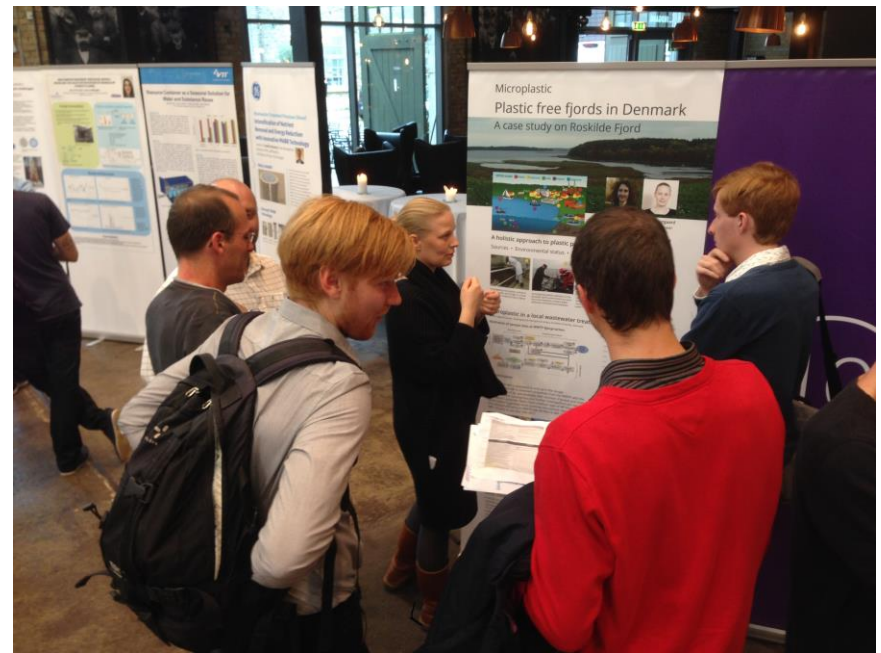


Junior Bæredygtighedsfestival i Jyllinge



Se video her: <https://www.facebook.com/plasticchange/videos/627890674072748/>

Videnskabelige konferencer



Pressen

plasticchange.dk/vores-loesninger/plastfri-roskilde-fjord

DAGBLADET

SN.dk
- en del af Sjællandske Medier

LejreLokalavis
HISTORIEN BEGYNDER HER

Paperboy 

Roskilde Avis

Lokalavisen/Frederikssund

TV2 / NEWS

ROSKILDE DAMPRADIO
FM 97.8 MHZ - 87.7 HYBRID

TV2 / LORRY

DR P1

Radio24syv



Inddragelse af lokalsamfund

Gershøj Fritidsfiskere hjælper med fiskefangst



Roskilde Gymnasiums "Marin med Amtet" hjælper med overvågninger af affald



Workshop om løsninger

- med ideer til lokale tiltag fra borgerne



Temaaften med eksperter



Politisk interesse

Politisk debatmøde



Besøg fra Grønlands Selvstyres Miljøudvalg



Besøg fra Folketingsmedlem Pia Olsen Dyhr (SF)



Se video her: <https://www.facebook.com/plasticchange/videos/745309295664218/>

Lokale indsatser - af borgere og lokalsamfund

Fælles oprydninger omkring Roskilde Fjord



ROSKILDE
KOMMUNE



- **Jyllinge**
Jyllinge Bibliotek kl. 12
- **L. og St. Valby – Ågerup – Gundsølle**
Frederiksborgvej 409 kl. 13
- **Risø**
Risø's port kl. 12
- **Veddelev**
VSBs klubhus kl. 13
- **Roskilde Vig**
Roskilde Oplevelshavns platform kl. 12
- **Kattinge Vig Syd – Boserup Skov**
Boserupgård Naturcenter kl. 10
- **Herslev**
P-plads ud til Herslev Strand kl. 10
- **Lejre Vig Syd - Gevninge**
Bådbroen ud for Strandvang 53 kl. 10
- **Gershøj**
Grillplads ved Gershøj Havn kl. 11



Strandoprydning

i dag kl. 12

← Mødestedet



Enligt en undersökning som gjorts av

Søndag d. 22. april kl. 12-15
Mødested: Jyllinge Bibliotek

[illegible]

Abstract—The purpose of this study was to determine the effect of a 10-week training program on the heart rate (HR) and energy expenditure (EE) of sedentary, middle-aged women. The subjects were 15 women, 40 to 50 years of age, who were sedentary and had no cardiovascular or pulmonary disease. They were randomly assigned to a 10-week training program or a control group. The training program consisted of three sessions per week of aerobic exercise at 60% of maximum HR. The control group did not exercise. The HR and EE were measured at rest and during exercise at the beginning and end of the 10-week period. The results showed that the training program significantly increased the HR and EE of the subjects. The HR increased from 68 to 72 beats per minute at rest and from 148 to 152 beats per minute during exercise. The EE increased from 1.2 to 1.4 kcal per minute at rest and from 2.8 to 3.2 kcal per minute during exercise. The results suggest that a 10-week training program can improve the cardiovascular and metabolic fitness of sedentary, middle-aged women.

1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 2680, 26

2008



















Tak til vores sponsorer i Jyllinge!
Kvickly, Netto, Rema 1000, Lidl



Plastfri Roskilde Fjord







Affaldsovervågning – Marin med Amtet



Skoletjeneste og interaktiv formidling om plastik



Roskilde

OPLEVELSES
HAVN



PARTNER MED



NATIONALPARK
SKJOLDUNGERNES LAND

"Plastfri Roskilde Fjord" – hvad har vi gjort!

- Stor udstilling i vores Oplevelseshus om hele projektet
- Opsætning af gennemsigtig kasse med fokus på plastaffald
- Opsamlingssted ved forskellige event
- Vise alternative muligheder



Plastfri Roskilde Fjord – hvad vil ROH i fremtiden?

- Nyudviklet skoletjenestetilbud fra bl.a. en turbåd
- ROH et centralt opsamlingssted i Roskilde
- "Den svævende legeplads" ved kanalen i Roskilde Havn. Ny innovationslegeplads med fokus på plastforurening (etableres i 2019)
- Styrket samarbejde og information med forskellige partnere – Nationalparken – DTU Aqua – Aarhus Universitet – Plastic Change



Plastfri Fjord Politisk Netværk



ROSKILDE
KOMMUNE



Lejre
Kommune

FREDERIKSSUND
KOMMUNE



Halsnæs
Kommune



Plastic Change & Plastfri Roskilde Fjord

Hvad bringer fremtiden?



Tak for i aften!

Find og læs mere på
plasticchange.dk/vores-loesninger/plastfri-roskilde-fjord

