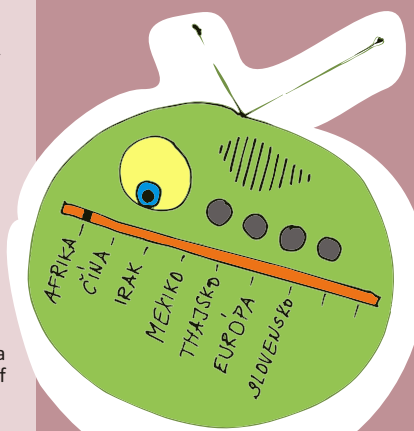


"Raz som si cestou do práce chcela vypočúť správy, tak som vošla do obchodu s elektronikou. Našla som tam šikovné malé zelené rádio za 4 doláre a 99 centov. Kým som stála v rade, premýšľala som nad tým, ako je možné, že za 4,99 USD sa dá vyrobiť rádio a ešte mi ho privezú až pod nos. Kov bol pravdepodobne vyťažný v Južnej Afrike, ropa v Iraku, plasty sa vyrábali v Číne a celé to možno poskladal dohromady 15-ročný chlapec v mexickej maquiladore. 4,99 dolára by ani nestačilo na zaplatenie nájmu za policu, v ktorej ležalo, kým som si poň prišla. Možno ani časť platu chlapíka v obchode, ktorý mi ho pomohol vybrať. Alebo niekoľko zaoceánskych letov a jazd kamiónom, ktorý kúsky rádia prevážal. Ja som za to rádio nezaplatila. Tak kto zaňho zaplatil? Hmm, akísi ľudia zaplatili stratou svojho prírodného bohatstva – stratou svojho čistého vzduchu, zvýšením výskytu astmy a rakoviny. Možno deti niekde zaplatili svojou budúcnosťou..."

Annie Leonard, americká kritička konzumu, autorka filmu Story of stuff



Považujeme sa za vyspelejšiu časť tohto sveta - viac zarobíme, viac spotrebujeme, viac vyprodukuje... výrobkov, služieb a... viac odpadu. Úmerne stúpajúcim hospodárskym výsledkom stúpa aj množstvo odpadu, ktorý v čoraz väčšom množstve zaplavuje naše okolie, zaplňa brázd v krajine, zamoruje naše ovzdušie... Naša nadspotreba je vykúpená utrpením a chudobou na „druhom konci sveta“...

Preto je na mieste sa pýtať, či tejto "vyspelosti" neprospeje revízia, či je dobré nechať sa unášať prúdom spotreby, pôžitkov, bez toho, aby sme sa zaoberali dôsledkami.

Tieto dôsledky pritom môžeme znížiť - **drobnými zmenami v našich každodenných zvyklostiach.** Prinášame Vám pár tipov, ktorých dodržiavaním môžeme prispieť k predchádzaniu vzniku odpadov a minimalizácii množstva a znečistenia z odpadov.

čo môžeme urobiť...:

Dennodenne sme konfrontovaní s reklamou, ktorá sa stala omamným koloritom verejného priestoru i éteru našich domovov. Reklamné agentúry nápadiť vymýšľajú spôsoby, ako nás presvedčiť o tom, čo všetko nové potrebujeme... ale je pravdou to, čo sa nám snaží vsugerovať reklama?

✓ Kupujeme iba to, čo skutočne potrebujeme. Snažíme sa sami rozhodovať o našich životných potrebách a nenechávame o tom rozhodovať reklamné agentúry a firmy vyrábajúce rôzne produkty. Využívame viac služby namiesto nákupu nových výrobkov.

✓ Premýšľajme, koľko odpadu z nákupu vznikne, ako je výrobok zabalený. Uprednostňujeme bezobalovú distribúciu (prenos tovaru vo vlastnej taške, nádobe, čapovanie saponátov, mlieka, sirupov do vlastnej nádoby), nezabalený chlieb, zeleninu, ovocie... Uprednostňujeme nákup väčších balení výrobkov a koncentrátov. Dobrým príkladom sú pracie prášky, olej, cukor, múka...

✓ Vyberajme si s ohľadom na kvalitu, trvácnosť, energetickú účinnosť a recyklovateľnosť výrobku, preferujeme výrobky z recyklovaných materiálov. Pri výrobkoch z dreva uprednostníme tie, ktoré majú certifikát, že sú pôvodom z ekologicky obhospodarovaneého lesa - FSC.

✓ Uprednostňujeme miestne výrobky a drobných predajcov, remeselníkov, v drobných svojráznych obchodoch, miestne dopestované plodiny na trhovisku.

✓ Uprednostňujeme produkty spravod-

livého obchodu (označenie fair-trade), ekologického poľnohospodárstva (označ. eko, bio...) a produkty s eko-certifikátom, alebo certifikátom energetickej efektívnosti - Environmentálne vhodný produkt, Európsky kvet, Energy Star.

✓ Na nákup si nosme trvácnu plátnenú tašku, odmietajme ponúkané plastové vrecúška, tašky - pokiaľ ich už používame, snažíme sa o opakované použitie až kým sa neopotrebnú a potom ich triedime pre recykláciu.

✓ Prednostne nakupujeme v second handoch, antikvariátoch, nábytok z bazáru, centra opätovného použitia, profesionálneho predaja, starožitníctva... mnoho ponúk nájdete na internete.

✓ Nekupujeme materiály, ktoré sú pre životné prostredie a zdravie nebezpečné, alebo sú ťažko recyklovateľné - napr. PVC.



1 ...na nákupe

Naše domovy sú často obrazom vyumelkovaného sveta, ktorý vidíme v reklame. Módné trendy a kolekcie nás presvedčujú, že je aktuálne sa stále po niečom "opičiť". Otázkou je však, nakoľko trvalá je naša spokojnosť v tomto stále aktualizovanom vyumelkovanom prostredí. Odráža skutočne nás, našu autenticnosť, naše skutočné potreby?

✓ Odmietajme reklamné materiály, poštovou schránku označme nápisom "nehadzujte reklamy".

✓ Opravujeme a renovujeme pokazené veci ako šaty, topánky, elektroniku alebo nábytok - renovovať, opraviť, dotvoriť sa dá takmer všetko, objavme čaro starých vecí, ktorým môžeme vdýchnuť nový život. Požiadajme zručného remeselníka, aby nám pomohol s opravou.

✓ Pokiaľ potrebujeme materiály na opravu pokazených vecí, nábytku, navštívme zberný dvor, šrotovisko, opýtajme sa známych...

✓ Pri maľovaní uprednostníme vodou riediteľné farby pred syntetickými, látky prírodného pôvodu, včelí vosk namiesto syntetického laku na drevo...

✓ Veci, ktoré už nepotrebujeme / nepoužívame, ponúknime na využitie iným - rodine, kamarátom, charite, bazáru alebo aj sociálne slabším postavením spoluobčanom...

✓ Nespaľujeme odpady, pri pálení odpadu môžu vzniknúť zdravie škodlivé látky, napr. dioxíny... Domáce spaľovanie je zakázané zákonom o odpadoch.



2 ... pri údržbe domácnosti, okolo domu

✓ Triedme odpady pre recykláciu - môžeme "zachrániť" až 80% materiálov pred spálením alebo uložením na skládku.

✓ Kompostujeme si všetok bioodpad, ktorý vzniká v záhrade a v domácnosti svojipomocne. Kompost je kvalitným hnojivom do našej záhradky alebo na izbové kvety. Viac o správnom postupe kompostovania, o tom ako kompostovať, čo sa kompostovať dá a čo nie - nájdete na našej stránke.

✓ Snažíme sa dopestovať vlastné ovocie a zeleninu, ekologickým spôsobom, osvojme si princípy organického pestovania. Nepoužívajme agresívne prostriedky, syntetické hnojivá, postreky, pesticídy, herbicídy, jedy...

✓ Znovupoužívajme stavebné materiály, kamenivo, tehly... Zo starej dlažby, kachličiek, môžeme vytvoriť zaujímavú mozaiku, ktorú v hypermarkete nenájdeme...

3 ...pri starostlivosti o seba, deti, blízkych

Hovorí sa že šaty robia človeka... nehovorí sa však akého. Urobia z nás lepšieho človeka šaty na jednu módnú sezónu? Nakoľko sme ovplyvnení poslednou módou a premenlivými štýlmi a nakoľko svojim výzorom prezentujeme sami seba?

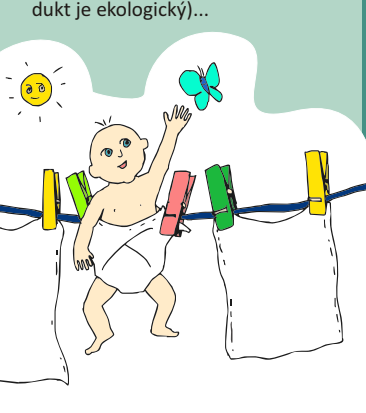
✓ Využívajme bazáre, second handy, ekoburzy, často v nich nájdeme kvalitné i ťažko dostupné oblečenie, výrobky. Šatstvo, ktoré už nepotrebujeme, ponúknime do second handu alebo ho darujme charite. Starú deku odnesme do psieho útulku.

✓ Pri obliekaní preferujeme osobný štýl, nie módné trendy. Ak už chceme vyzerať móдне, preferujeme eko-módu. Nehanbime sa nosiť zachovalé kabáty a svetre našich starých otcov, mám...

✓ Uprednostňujeme odevy z prírodných materiálov, ktoré sú v prírode ľahko rozložiteľné, od miestnych výrobcov, odevy z certifikátom Bio, Fair-trade (pozri v minislovníku). Prešívajme a opravujeme odevy.

✓ Uprednostňujeme prírodnú kozmetiku, kozmetiku, ktorá nebola testovaná na zvieratách (napr. Weleda, Lavera, Alverde, Nobilis Tilia, Saloos...) a kozmetiku, ktorá je certifikovaná (zahraničné označenia BDIH, ECOCERT, EcoControl).

✓ Nepoužívajme jednorazové detské plienky a utierky, uprednostníme opakovane použiteľné, z prírodných mate-



riálov. Okrem šetrenia prírodných zdrojov "ušetříme aj peňaženku".

✓ Nepreháňajme to s nakupovaním rôznych hračiek, uprednostníme rozvoj tvorivosti vytváraním vlastných jednoduchých hračiek z prírodných materiálov (slama, listy, gaštany, hlina alebo včelí vosk na modelovanie...) alebo vytriedeného odpadu (vrchnáky z plastových fliaš, tetrapaky, handričky...). Keď už hračky kupujeme, uprednostníme kvalitné a trvanlivé hračky z dreva, ošetrené prírodnými prostriedkami. Keď deti prestanú zaujímať, predajme ich na burze, alebo si ich vymieňajme s priateľmi.

✓ Buďme dobrým príkladom pre svoje deti, pestujme v nich vzorce správania, ktoré sú v súlade so zásadami "trvalej udržateľnosti", vysvetľujme im dopady konzumného spôsobu života, "klamy" reklamy a metódy "green washingu" (klamlivé marketingové metódy, ktoré nás majú presvedčiť, že produkt je ekologický)...

4 ...v kuchyni, pri stole

Na naše stoly putujú potraviny z celého sveta. Je skvelé že máme taký výber a že i v zime môžeme „Marušku poslať na jahody“. Zaujímajú nás však aj ďalšie súvislosti, pôvod toho, čo jeme? Koľko odpadov vzniká pri balení, preprave? A vieme, že veľkú časť zvyškov z kuchyne môžeme vrátiť prírode?

✓ Nákup potravín a prípravu jedál robme len v takých množstvách, ktoré dokážeme spotrebovať - zabránime tým ich neetickému a neekologickému vyhadzovaniu.

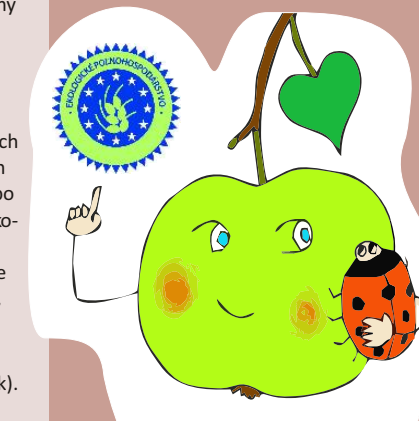
✓ Na pitie uprednostňujeme vodu z vodovodu pred balenou vodou, minerálnu vodu si zjardíme nabrať ku prameňu. Pokiaľ kupujeme nápoje, uprednostníme tie vo vratných sklenených obaloch.

✓ Zvyšky jedál (okrem mliečnych, rybích a mäsitých) kompostujeme. Viac o kompostovaní sa dozvieme na našej stránke.

✓ Oleje, tuky nevyliavajme do výlevky, ale ich zberajme do starej nádoby, ktorú odovzdajme na zberný dvor.

✓ Namiesto papierových obrúskov a utierok používajme textilné, ktoré sa dajú opätovne používať. Namiesto fólií alebo jednorazových vrecúšok na uskladnenie potravín využívajme sklenené poháre alebo plastové dózy, ktoré sa dajú opakovane naplniť a uzavrieť. Desiatu, stravu si z domu nosíme v nádobe na potraviny, nepoužívajme fólie, allobal na jej balenie.

✓ Pre našu kuchyňu preferujeme "bio" potraviny (pozri minislovník).



✓ Uprednostňujeme sezónne dostupné ovocie a zeleninu. Namiesto nakupovania zaváranín si dopestované plodiny zavárame sami, vyrábajme si vlastné sirupy, lekvár...

✓ Vyhýbajme sa používaniu jednorazového príboru a riadu, v stravovacom zariadení žiadajme jeho nahradenie opakovane použiteľným. Namiesto nápojov z automatov, ktoré sú plnené do jednorazových pohárov, zjardíme do zariadenia, v ktorom používajú opakovane použiteľné poháre a riad. Pri výbere podniku preferujeme zariadenia s certifikátom "bio", ktoré ponúkajú jedlá a nápoje v "bio" kvalite. Uprednostňujeme produkty spravodlivého obchodu (označenie fair-trade) a bioprodukty, žiadajme ich zaradenie do ponuky.

✓ Neobjednávajme si jedlo, pizzu na donášku - predídeme vzniku znečistenia z dopravy, odpadu z obalov potrebných na prevoz a jednorazové servírovanie.

5 ...v kúpeľni, na toalete

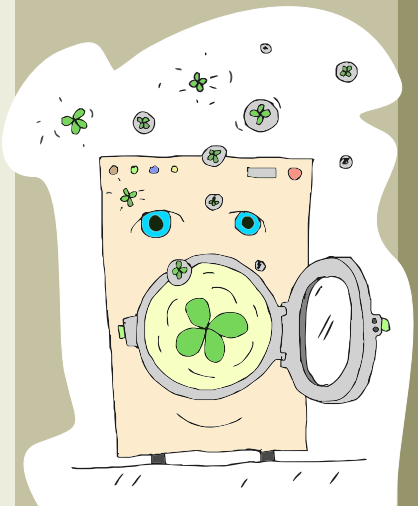
V každom štvorcovom milimetri sú stovky rôznych baktérií, mikroorganizmov, s ktorými tisíročia žijeme v homeostáze - v rovnováhe. Zrazu sú však tieto mikroorganizmy v reklamách vykresľované ako príšery, ktoré nám siahajú na život, dozvedáme sa, že je dobré dieťaťko každý deň mydlíť, podlahu sterilizovať chlórrom, zničiť, zničiť... Naozaj nám prospieva "život v sterilnom skleníku"?

✓ Nepoužívajme agresívne čistiace a pracie prostriedky, napr. s obsahom silných kyselín, chlóru, fosfátov. Uprednostníme prostriedky s ekologickým certifikátom. (Sonett, Missiva, Ecover...). Niektorí výrobcovia poskytujú možnosť opätovného naplnenia, alebo čapovanie do vlastných prinesených obalov - využijme túto možnosť, znížime množstvo odpadov z obalov.

✓ Namiesto špecializovaných čistiacich prostriedkov vyskúšajme účinnok tých prírodných: ocot na plesne, sódu bikarbónu na bielenie, citrónovú šťavu na škvrny, vodný kameň... Namiesto aviváže skúsme do prania pridať trochu octu, zároveň zabránime aj tvorbe vodného kameňa.

✓ Čistiace prostriedky nedávajme "od oka" - pri cieľnom dávkovaní môžeme ušetriť až polovicu bežnej spotreby čistiadla.

✓ Nepoužívajme sušičky na bielizeň, keď ju necháme vysušiť voľne vonku, navyše povysťieranú (vytrase-nú) a úhľadne zavesenú, nebude-me ju musieť ani žehliť.



✓ Nepoužívajme jednorazové holiace strojičky, jednorazové utierky, čistiace tampóny... nahradíme ich opakovane použiteľnými.

✓ Používajme recyklovaný toaletný papier.

✓ Namiesto jednorazových papierových utierok používajme prateľné textilné uteráky.

✓ Ak už používame jednorazové čistiace vatové tampóny, obrúsky na odstraňovanie mejkapu, nehádzme ich do záchodu, ale do odpadkového koša.

✓ Vodu, ktorou sa umývame, oplachujeme, zberajme do vedra, môžeme ju použiť ešte raz - v záchode na splachovanie toalety :). Pre zníženie spotreby vody pri splachovaní tiež môžeme do nádržky pre splachovanie vložiť fľašu naplnenú vodou.

Tento materiál vydali

Priatel'ia Zeme - SPZ, ktorí - sú neziskovou organizáciou chrániacou životné prostredie - sú nezávislí na vláde, politických či firemných záujmoch - realizujú vzdelávaciu a praktickú pomoc občanom, školám, obciam - pracujú na zlepšení legislatívy

Saňte sa členom
Podporte finančným príspevkom aktivitu Priatel'ov Zeme - SPZ. Číslo nášho účtu: 4350054728/3100

Saňte sa sympatizantom
Ak chcete byť zaradený do Infomailu a dostávať tak mailom správy z našej činnosti, pozvánky na akcie, výzvy na aktívnu pomoc, napíšte nám Váš mail. Ak chcete dostávať náš štvrťročník Ekolisty, napíšte aj Vašu poštovú adresu.

Saňte sa dobrovoľníkom
Ak nám chcete pomôcť s rôznymi aktivitami v rámci celého Slovenska, napr. s účasťou na informačných stánkoch, s prekladmi, umeleckou činnosťou... kontaktujte nás.

Spolu môžeme lepšie chrániť prírodu

Priatel'ia Zeme - SPZ
P. O. BOX H-39
Košice 040 01
mobil: 0903 77 23 23
e-mail: spz@priateliazeme.sk
www.priateliazeme.sk/spz
č. účtu: 4350054728/3100



Tento leták bol vydaný v rámci projektu „Od triedenia k minimalizácii odpadu“, ktorý je spolufinancovaný z finančného mechanizmu Európskeho hospodárskeho spoločenstva, Nórskeho finančného mechanizmu a štátneho rozpočtu Slovenskej republiky.

Vytlačené na 100% recyklovanom papieri.

Intenzita dopravy spôsobuje mnohé problémy, znečistenie životného prostredia, vzduchu... hluk. Sme nútení akceptovať túto daň za luxus rýchleho presunu bez námahy. Do práce sa náhlime na štyroch kolešákach, kontinenty máme „prelietané“, mnohí už poznáme celé pobrežie Španielska, „malé divy“ aj tie veľké. Avšak poznáme prírodu o pár kopcov či dolín vedľa nášho bydliska, kam sa vieme dostať i miestnou verejnou dopravou či na bicykli?

✓ Prednostne sa premiestňujeme peši, na bicykli, kolobežke, kolieskových korčuľoch, prospeje to nielen životnému prostrediu, ale aj našmu zdraviu.

✓ Uprednostňujeme hromadnú dopravu pred vlastným autom, vlakovú dopravu pred autobusovou.

✓ Na krátke vzdialenosti nepoužívame automobil, keď je motor studený, produkuje viac škodlivín. Preto radšej choďte pešo alebo na bicykli.

✓ Využívame zdieľanú jazdu - trasy kto cestuje odkiaľ, kam a kedy sa môže dozvedieť na internete (www.stopar.sk) Pokiaľ vlastnime dopravný prostriedok, zdieľajme ho so známymi, cestou do/z práce zvezme aj suseda...

✓ Nákup nového auta si dobre rozmyslíme, využitie alternatívnych foriem dopravy môže byť efektívnejšie ako vlastniť auto len kvôli víkendovým výletom.



6 ...na cestách, na dovolenke

✓ Správnym hustením pneumatík predĺžime ich životnosť a tiež potrebu paliva až o 10%. Dbajme na technický stav automobilu, opravy prenechávajme odbornému servisu. Náplne ako olej, kvapaliny nevymieňajme sami. Zozbierané náplne nevyliavajme, odovzdajme ich na zbernom dvore.

✓ Využívajme ubytovanie v zariadeniach, ktoré sú držiteľom ekoznačky "Európsky kvet" či "Environmentálne vhodný produkt".

✓ Pri pobyte v cudzine chráňme prírodu, používajme dopravné prostriedky, ktoré ju neznečisťujú. Nákupom podporujeme rozvoj miestnych komunit. Všimajme si mieste zvyklosti, napr. ako kde nakladajú s odpadom, môžeme sa inšpirovať i niečo nové naučiť :)

✓ Ak chceme stráviť nezvyčajne prázdniny, pouvažujme o dobrovoľnej činnosti na ochranu prírody, prihlásme sa na letný ekotábtor Priateľov Zeme.

Žijeme v spoločnosti: denne denne zdravíme susedov, hromžíme na preplnené kontajnery, skoro ráno zohrievame studené motory na cestu do práce... a každodennosť nás akosi oberá o silu aktívnejšie riešiť javy, ktoré nám už pomaly ani neprekážajú, lebo sme sa s nimi zmierili. Nezahadzujeme tak šancu tieto javy meniť? Kto sa má zaoberať riešením týchto problémov, keď nie my?

✓ Odpady, ktoré je možné recyklovať, nehadzujeme na ulici do nádob na zmiešaný odpad. Sú na ne určené špeciálne nádoby zväčša farebne odlišené a s popisom: napr. modré na papier, zelené na sklo, žlté na plasty.

✓ Využívajme viac knižnice, požičovne áut a rôzne iné verejné služby, ktoré nám umožnia nekupevať a viac využívať veci. Nástroje a zariadenia potrebne na príležitostné práce si prenajímajme alebo požičiavajme od susedov, známych, alebo v špecializovaných požičovniach.

✓ Prečítané knihy si vymieňajme, alebo ich podarujme. Iniciujeme vytvorenie "hračkárskej knižnice" a namiesto kupovania hračiek si hračky požičiavajme.

✓ Zorganizujeme ekoburzu starých vecí, šatstva. Zabezpečíme verejný priestor, ktorý by slúžil na

zdieľanie a vymieňanie vecí, ktoré už nevyužijeme, ale mohli by ešte niekomu poslúžiť.

✓ Iniciujeme zavedenie triedeného zberu, výstavbu komunitného kompostoviska, vytvorenie komunitnej záhrady...

✓ Založme "eko-hliadku", ktorá bude monitorovať výskyt znečistenia, čierne skládky...

✓ Zapojme sa aktívne do programov miestnych ekologických združení, ktoré usilujú o znižovanie množstva odpadu.

✓ Najdôležitejšie je začať od seba. Buďme dobrým príkladom, vytvoríme eko-nástenku, spoločne sa zamýšľajme, ako by sme mohli zlepšiť nakladanie s odpadom, využiť nepotrebné výrobky, nábytok...



7 ...na ulici, v spoločnosti, komunite

V pracovnom nasadení prestávame vnímať detaily, pritom tieto opakovaním môžu získať nezanedbateľný vplyv na spotrebu prírodných zdrojov, vznik odpadov a znečistenia z výroby, z našej práce. Skúsme sa spýtať: potrebujem tento e-mail naozaj vytlačiť?

✓ Zavedme používanie ekologických prostriedkov (napr. čistiacich prostriedkov, odevov z prírodných materiálov...), obmedzme jednorazové prostriedky, zameňme ich za opakovane použiteľné, zaujímajme sa o dopady našej práce na vznik odpadov a znečistenia.

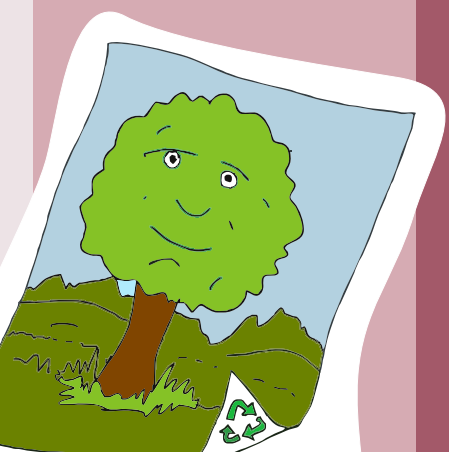
✓ Používajme a kupujeme výrobky z recyklovaného papiera nebielelného chlóróm (kancelársky papier, ale aj obálky, zošity...). Chránime tým naše lesy.

✓ Na papier tlačme obojstranne, pri kúpe tlačiarne žiadajme takú, ktorá umožňuje tlačiť automaticky obojstranne. Používajme menšie písmo, šetríme na dokumentoch miestom.

✓ Nepotlačené zvyšky papierov použime ako kartičky na zápisky.

✓ Opätovne používajme obálky, odkladajme bublinkové fólie a výplňové materiály (polystyrén, polyuretán, papier...), použime ich ako ochrannú vrstvu pri balení balíkov.

✓ Uprednostňujeme ukladanie dát v elektronickej forme, elektronickej komunikácii pred listovou, namiesto kúpy CD nosiča si hudbu zakúpme a stiahneme



online, skopírujme si ju do prehrávača.

✓ Toner z tlačiarne, pásky, dávajme znovu naplniť, používajme perá s vymeniteľnými náplňami. Pri kúpe tlačiarne preferujeme takú, ktorá umožňuje opakované napĺňanie atramentových kaziet, tonera.

✓ Uprednostňujeme spotrebiče, ktoré sa zaobídu bez batérií, s mechanickým generátorom el. prúdu. Pokiaľ používame batérie (monočlánky), uprednostnime nabíjateľné a dbajme na správny cyklus nabíjania kvôli predĺženiu ich životnosti.

✓ Namiesto kúpy nového počítača si svoj počítač zmodernizujeme. Pri výbere počítača preferujeme jeho ľahkú rozširovateľnosť s možnosťou výmeny jednotlivých komponentov.

8 ...v práci, škole, kancelárii

Vymysleli sme najrôznejšie vynálezy, ktoré by nám mali pomáhať, uľahčiť prácu, pritom voľného času akoby sme mali čoraz menej. Vraj je rýchla doba. Neboľo by dobre trochu spomaliť, prehodnotiť aktivity? Koľko nám trvá nakupovanie v hypermarkete, v ktorom sú obyčajne všetky tie vynálezy, koľko času denne venujeme televízii, ktorá nás presviedča, že bez tých vynálezov sa v dnešnej dobe nezaobídeme?

✓ Obmedzme producentov elektromagnetického smogu, reklamy a informačného pretlaku - televízor, rádio, počítač... siahneme radšej po dobrej knihe, venujeme sa deťom, rodine, záujmom...

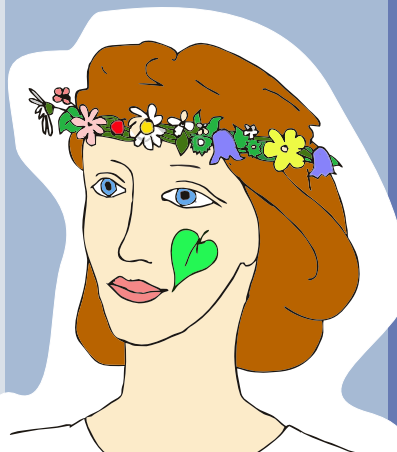
✓ Keď potrebujeme ísť nakúpiť, zjádime do najbližšieho obchodu, kupujeme iba to čo vopred naplánujeme.

✓ Snažme sa nájsť výrobkom, ktoré sa už nedajú ďalej používať, nové využitie.

✓ Opravujeme obnosené odevy, prešívajme starý textil, využime staré odevy: môžeme si jednoduchým spôsobom utkať koberček, zo starého plátna ušiť tašku, zo zvyškov látok ušiť patchworkovú deku...

✓ Z tetrapaku si môžeme jednoduchým spôsobom vyrobiť peňaženku, uzavierateľné vrecúška na drobnosti v domácnosti...

✓ Zo starého papiera si môžeme urobiť ručný papier, ktorý sa výborne hodí na balenie darčiek, orámovanie fotografií, ozdobné škatuľky, ale i rôzne okrasné



blahoželania... Zo starých novín je dokonca možné upliesť košík - postup ako na to nájdete v časopise Ekolisty na našej web stránke.

✓ Sklenené nádoby využime na uskladnenie potravín a drobností v domácnosti, dotvoríme si ich maľovaním, servítkovou technikou... Pekne vyzerať v sklenených fľašiach rôzne farebné druhy fazule, šošovica, pohánka, pšenica...

✓ Zo starých pneumatík zhotovme detské hojdačky do záhrady, preliezky...

✓ Zo starých dosák si zhotovme kompostovisko.

✓ Oslovte Priateľov Zeme - SPZ, prídte na víkendovku, pomôžte nám s prekladom materiálov, praktickou prácou u nás.

9 ...vo voľnom čase

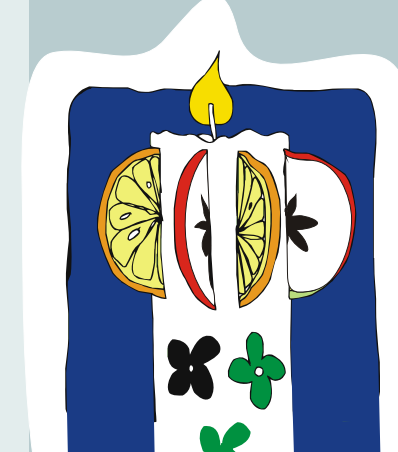
Sviatky, Vianoce, sú často spojené s nakupovaním, zvýšenou spotrebou. Na sviatky sa pripravujeme poriadnym nákupom, kupujeme darčeky, výzdobu, ktorú nám ponúkajú televízne reklamy a letáky s náležitým predstihom... Akoby sláviť sviatkov znamenalo zaistiť všetky statky, ktoré nám ho majú okázalo evokovať. Dostávame sa popri vytváraní týchto zväčša obchodníkmi režírovaných scenérií aj k úvahe o zmysle sviatku? Stihneme prežívať duchovnú podstatu sviatku v kruhu najbližších?

✓ Uprednostnime živý stromček v kvetináči, alebo z legálnych prerezávkov pred umelým. Prípadne sa vráťme k pôvodnejším zvykom na našom území - prírbytok si skromne vyzdobme zelenými vetvičkami, uvime veniec a upečme si chlieb kračúň.

✓ Vianočné ozdoby sa snažme vytvoriť sami, stromček si môžeme vyzdobiť i sušeným ovocím, jednoduchými slamenými ozdôbkami od miestneho výrobcu.

✓ Snažme sa darček vlastnoručne vytvoriť - upliesť farebný šál, zo starého papiera upliesť košík, zaliatím sušeného ovocia, kvetov a knôtu voskom vytvoriť voňavú sviečku...

✓ Pri kúpe darčeka uprednostnime výrobok od miestneho remeselníka, ktorý má trvalú hodnotu, hodnotnú knihu, nebojte sa venovať i netradičný darček - lístok alebo permanentku do divadla, na koncert...



10 ...počas Vianoc, sviatkov

✓ Darčeky balme šetrne, do opakovane používaného baliaceho papiera, recyklovaného papiera, vrecúška, do textilu, baliaci papier si odložme na ďalšie roky.

✓ Ak potrebujeme darovať kvet, poprosme ho od suseda, z jeho záhrady. Pri kúpe uprednostnime kvet v kvetináči, od miestneho dodávateľa. Mnohé exotické kvety sa pestujú ďaleko v skleníkoch. Okrem problému s dopravou môžu byť príčinou vysokých sociálnych a environmentálnych nákladov.

✓ Nájdime si čas na zamyslenie nad skutočným významom sviatku, aby sa z neho nestalo len stresujúce obdobie zháňania darčiekov.

✓ Zväžme, či je potrebné zasielanie papierových pozdravov, či nepostačí pozdrav, blahoželanie poslať e-mailom.

✓ Skrytý odpad vyprodukovaný pri výrobe zubnej kefy tvorí 1,5kg, pri výrobe mobilného telefónu 75kg, pri výrobe kávovaru 298kg, pri výrobe počítača 1500kg.

✓ Vo svete sa ročne použije 15 až 20 biliónov papierových plienok, na ktorých výrobu sa použije 1 miliarda stromov.

✓ Množstvo odpadov z obalov neustále narastá, tvorí až 45% objemu domácich odpadov. Priemerná domácnosť dnes zaplatí 10-50% z cien potravín za obaly.

✓ V Európe rastie objem elektronickeho odpadu tempom 3-5% ročne.

Minislovník

Biopotraviny sú potraviny vyrobené výhradne z bioproduktov pri použití len zákonom povolených zložiek, prídavných látok a materiálov.

Bioprodukty sú rastlinné a živočíšne výrobky (obilie, zelenina, krmivá, hydina...), ktoré pochádzajú z ekologického poľnohospodárstva a majú často lepšie kvalitatívne vlastnosti: obsahujú menej dusičnanov, pesticídov, majú vyššiu nutričnú hodnotu a lepšiu chuť.

BDIH, ECOCERT, EcoControl, Vegan, HCS - ekoznačky udeľované produktom podľa rôznych kritérií, napr. či suroviny pochádzajú z ekologického poľnohospodárstva, či produkty neboli testované na zvieratách...

Fair Trade -ekoznačka produktov vyrábaných a distribuovaných alternatívnym prístupom ku konvenčnému medzinárodnému obchodu, kladie dôraz na sociálny a ekologický rozmer výroby a obchodu.

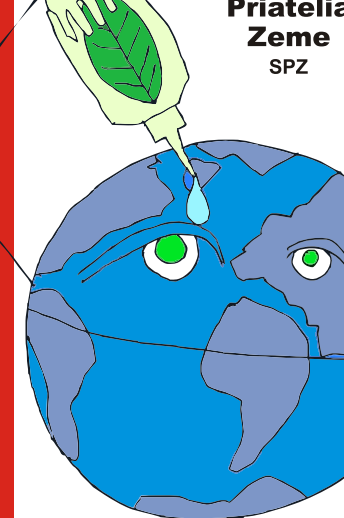
Energy Star, Environmentálne vhodný produkt, Európsky kvet... - ekoznačky udeľované produktom podľa kritérií energetickej efektívnosti, životného cyklu a ďalších kritérií.



Pár čísel, minislovník

Minimalizačné desatoro

Priateľia Zeme SPZ



Predchádzajte vzniku odpadov - minimalizujte a opätovne používajte veci s Priateľmi Zeme - SPZ