Советы начинающему ЭКОгерою



Санкт-Петербург
2020

Всем известно, что мы живем в эпоху глобализации. Человек освоил практически каждый уголок нашей планеты, пытаясь заполучить титул «Царь природы». Удобства и комфорт нашей жизни дошли до уровня жизни королей прошлых столетий. И если в XIII веке Людовик XV мог смело сказать: «После меня хоть потоп!», то сегодня такие понятия как «экологические проблемы» или «загрязнение окружающей среды» стали известны практически каждому из нас. Что же мы можем сделать?



Выход есть! В XXI веке люди начали думать не только о благосостоянии современного человека, но и о будущем нашей планеты. Вместо принципов губительной расточительности политики Людовика XV мы приходим к прицинципам Устойчивого развития и циклической экономики. Многие понимают, что необходимо умерить свои потребности, если мы не хотим подобно Людовику оставить в наследство потомкам разоренное «царство».

ЭКОгерой или ЭКОзлодей?

Давайте оценим ваш собственный вклад в защиту планеты. Для этого вам необходимо пройти этот тест. Выбирайте наиболее подходящие ответы и подсчитывайте баллы!



У друга скоро день рождения, а вы не знаете, что ему подарить:

a) Куплю что-нибудь наугад

b) Вспомню, что он когда-то хотел

c) Лучше спрошу, что он хочет, чтобы не дарить ненужную вещь



Вы выехали на природу и обнаружили там кучу мусора, ваши действия:

a) Какая знакомая куча мусора, уж не я ли оставил/-а ее в прошлый раз

b) Это испортит мою прогулку, не переношу такое отношение к природе

c) Для меня это повод провести незапланированную экологическую акцию!



Вы навели порядок дома и нашли вещи, которыми не пользуетесь, как вы поступите с ними?

a) Выкину на помойку

b) Спрячу подальше в шкаф, вдруг еще понадобятся

c) Отдам тем, кому они будут нужны, или сдам на переработку



Часто ли вы приобретаете вещи, которые потом оказываются ненужными?

a) Да, я люблю спонтанные покупки и могу купить вещь только потому, что она есть у моих друзей

b) Иногда я покупаю вещи, а потом оказывается что они годами лежат в шкафу

c) Я стараюсь умерить свой потребительский пыл и покупаю только то, что мне нужно



Вы заметили возле вашего дома контейнеры для раздельного сбора отходов, ваша реакция:

a) Я не понимаю, зачем это нужно?

b) Задумаюсь о том, чтобы начать сортировать отходы

c) Я уже сортирую отходы и буду пользоваться контейнерами!

6 Что вы используете, чтобы донести покупки из магазина?

a) Всегда покупаю в магазине новые пакеты

b) Использую пакеты для покупок несколько раз

c) Беру с собой прочную сумку/рюкзак для покупок

7 Что вы будете использовать в качестве украшений на празднике?

a) Куплю побольше воздушных шаров, серпантина и хлопушек

b) Использую свои украшения или возьму их в аренду

c) Выберу красивое место для праздника, не требующее украшений

8 Как часто вы покупаете новый телефон?

a) Как только выйдет новая модель, я люблю следовать трендам

b) Покупаю новый телефон, если не могу починить старый

c) Покупаю подержанные или пользуюсь старыми телефонами родственников и друзей

Подсчитываем баллы!

За каждый ответ А вы получаете 0 баллов, за В – 1 балл, С – 2 балла



0–2 балла Дарт Вейдер!

Вы на темной стороне, вернее, в тени своей горы мусора



3–6 баллов Барт Симпсон!

Вы все еще бьете окна в школе, чтобы сдать побольше стекла на переработку



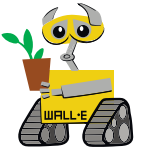
7–10 баллов Железный человек!

Вы ведете неустанную борьбу со злодеями, оставляющими мусор где попало



11–13 баллов Гермиона!

Вы почти освоили все заклятья по защите окружающей среды от загрязнений, но вам еще есть к чему стремиться!



14–16 баллов Валли!

Вы считаете жизнь на планете самой большой ценностью, поэтому сделаете всё, для того чтобы сохранить природу

Результаты вас впечатляют? Как говорится, «предупрежден - значит вооружен»! В первую очередь, стоит вооружиться простыми и полезными советами о том, как стать настоящим «ЭКОгероем». Для этого не нужна супер сила, просто необходимо постепенно вводить в обиход следующие правила и привычки:

1. Природа



Шаг 1.

Убирайте за собой после пикников на природе и проводите самостоятельно экологические акции по уборке замусоренных территорий.



Шаг 2.

Участвуйте в посадке деревьев и других растений, которые встречаются в естественных лесах вашего региона.



Шаг 3.

Не беспокойте зверей в местах их обитания.



Шаг 4.

Разводите костры только в отведенных для этого местах.



Шаг 5.

Кормите птиц полезным кормом.

Неправильно подкармливая птиц, человек может им навредить, а закармливая – даже убить.





МОЖНО ВСЕМ

Подсушенные крошки белого хлеба
Нежареные и несоленые семечки
Овсяная крупа
Пшеничка
Перловка
Чечевица
Горох
Просо



НЕЛЬЗЯ НИКОМУ

Чипсы, сухарики и пр.
Свежий белый хлеб
Консервированное
Черный хлеб
Копченое
Жареное
Соленое
Пшено
Сыр

2. Красота, еда и здоровье



Шаг 6.

Отдавайте предпочтение местным производителям и продуктам без лишней упаковки.

Не покупайте слишком много еды. Одна треть всех производимых продуктов питания в мире попадает на свалку.



Шаг 7.

Берите в магазин список продуктов.



Шаг 8.

Используйте морозильник.



Морозильник поможет вам значительно сократить количество выбрасываемой пищи. В морозильной камере можно хранить фрукты, овощи, скоропортящиеся блюда.



Шаг 9.

Делитесь ненужной едой.



Продукты, которые вы не съедите и не хотите выбрасывать, можно передать через фудшеринговые группы в социальных сетях или в благотворительные организации в качестве корма для животных.

Шаг 10.

Используйте косметику по уходу за лицом и телом с натуральным составом.



Блестки, содержащиеся в декоративной косметике, средствах для маникюра, скрабах для тела и иных средствах по уходу, производятся из материала, который не разлагается. Это - микропластик! Через канализацию блестки попадают в водоемы и океаны, а затем вместе с пищей оказываются внутри речных и морских рыб и животных.

Шаг 11.



Выбирайте бытовую химию из натуральных компонентов, содержащие поверхностно-активные вещества естественного происхождения, без фосфатов и хлора.

Фосфаты — работают как удобрение для водорослей в водоемах, морях и океанах, вызывают их бурное цветение. В результате в воде уменьшается количество кислорода, что приводит к гибели рыбы.

3. Покупки и вещи

Шаг 12.

Потребляйте разумно, сократите количество спонтанных покупок, даже если это касается экологичной продукции.

Отдавайте предпочтение долговечным и качественным вещам. Так вы избавитесь от бесконечного захламления и будете производить меньше мусора.

Шаг 13.

Откажитесь от использования пластиковых пакетов. Используйте вместо них сумку или рюкзак.

Вместо пластиковых пакетов для взвешивания используйте невесомые мешочки из органзы или сетки, которые можно купить или сшить самостоятельно. Для взвешивания сыпучих продуктов можно использовать многоразовые пакеты с застежкой (зип-пакеты). Гроздь бананов или одно яблоко вовсе не нуждаются в упаковке.

Из 200 пластиковых пакетов перерабатывается только 1. Обычно мы пользуемся пакетом около 12 минут, в то время как период его разложения — порядка 400 лет.



Шаг 14.

Ремонтируйте и чините вещи, продлевая их срок службы.

Шаг 15.

Применяйте принцип многократного использования.

По итогам народных проверок пластикового загрязнения берегов рек, озер и морей России среди всех обнаруженных пластиковых отходов 96 % - это части одноразовых вещей и упаковки.

4. Дом



Шаг 16.

Берегите воду.

Выключайте воду, когда чистите зубы и намыливаете посуду для экономии ресурсов, которые будут потрачены на ее очистку. Загружайте стиральную и посудомоечную машины на 100% и выбирайте низкотемпературные режимы.





Шаг 17.

Берегите энергию.

Выключайте свет и электроприборы из сети, когда ими не пользуетесь. Пользуйтесь энергосберегающим лампами и энергоэффективной бытовой техникой (с маркировкой А, А+, А++).



Покупайте светодиодные лампы вместо ртутных.



Шаг 18.

Избегайте использования пестицидов и гербицидов в своем саду и на газоне.



Шаг 19.

Компостируйте пищевые остатки и другие органические отходы на даче.



Шаг 20.

Отдавайте ненужные вещи другим людям для повторного использования.

Ненужную одежду, обувь, игрушки, книги, предметы интерьера, остатки стройматериалов можно отдать в благотворительные организации, магазины или шеринговые группы в социальных сетях.

Ежегодно в мире выбрасывается 7 000 000 тонн одежды, из которых только 12% перерабатывается и повторно используется. Остальное оказывается на свалке.





Шаг 21.

Собирайте отходы раздельно и сдавайте их на переработку.

Памятка об организации раздельного сбора

Начать сортировать отходы достаточно просто! Самое главное – не допустить смешивания опасных, перерабатываемых и не перерабатываемых отходов.

1 Узнайте, какие отходы принимают для переработки в вашем регионе

Контейнеры и пункты приёма вторсырья, одежды и опасных отходов можно найти на карте по адресу: **rsbor.ru/recyclemap**
Например в Санкт-Петербурге принимается на переработку:



макулатура | пластик | стекло | металл | одежда | тетрапак | крышечки | зубные щетки и тюбики от пасты

2 Не выбрасывайте опасные отходы в общий контейнер

Градусники, батарейки и аккумуляторы, энергосберегающие лампы, картриджи, шины, старую электронику нельзя выбрасывать в общий бак, их следует сдавать в специальные пункты приема.

3 Начинайте постепенно

Начните с сортировки одного вида отходов, наиболее понятного вам и вашим близким или коллегам.

4 Организуйте удобное и практичное хранение отходов

Можно всё вторсырьё складывать в одно ведро, коробку или ящик и сортировать прямо перед сдачей на переработку.



Помой | Сомни

5 Изучите маркировки материалов и упаковок, пригодных для переработки

Смотрите подробные инструкции и наглядные буклеты на сайте **rsbor.ru/materialyi/bukletyi**

Избегайте многослойной и трудно перерабатываемой упаковки!



1 Полиэтилен терефталат (ПЭТ/ПЭТФ)
2 Полиэтилен высокой плотности (ПЭВП)
3 Поливинилхлорид (ПВХ)
4 Полиэтилен низкой плотности (ПЭНП)
5 Полипропилен (ПП)
6 Полистирол (ПС)
7 Другие



Высокий потенциал переработки
Хороший потенциал переработки
Низкий потенциал переработки
Хороший потенциал переработки
Хороший потенциал переработки
Ограниченный потенциал переработки
Низкий потенциал переработки

6 Кооперируйтесьс соседями

Привлекайте к раздельному сбору отходов не только семью, но и соседей. Вызывайте вместе службу экотакси, чтобы отдать на переработку редкие виды отходов.

Мы предлагаем вам сыграть в игру, пройдя которую, вы сможете с уверенностью назвать себя добропорядочным жителем планеты Земля.



Правила игры

На панцире черепахи изображены картинки, обозначающие каждый из 21 шагов, с которыми вы ознакомились на предыдущих страницах.

Если какие-то из этих шагов вы уже применяете в своей жизни, то закрасьте кружочек рядом с нужным изображением.

Не переживайте, если вы не успели пройти некоторые шаги, у вас еще есть для этого время, ведь цель этой игры - постепенно ввести в обиход все привычки.



Экологическое Движение РазДельный Сбор

- сообщество людей, которые считают внедрение раздельного сбора отходов (РСО) обязательным для развития общества ответственного производства и потребления, для улучшения состояния окружающей среды и качества жизни человека.

Проект экологических школьных инициатив «Go Green»

создан чтобы продвигать экологическое просвещение среди школьников, научить их командной работе над полезными, значимыми социальными проектами и превращать свои экоидеи в реальность.

Проект помогает местному сообществу и школе меняться к лучшему – инициативы школьников будут направлены на сокращение количества отходов и их переработку, бережное отношение к природе и развитие добровольчества.

РАЗДЕЛЬНЫЙ СБОР

instagram.com/rsbor
www.rsbor.ru
vk.com/rsbor

КОМИТЕТ ПО МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ОБЩЕСТВЕННЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ

Рады видеть вас в рядах наших волонтеров и на наших мероприятиях.

Авторы: Полякова А. А., Гончаренко М.А.
Редакторы: Шалунова Е.П., Лавочкина О.А.
Иллюстрации: Луговская А. В.
Верстка: Набок Д. И.

При поддержке комитета по молодежной политике и взаимодействию с общественными организациями Администрации Санкт-Петербурга