

22.04.2020 – DZIEŃ ZIEMI

Drodzy Uczniowie

Dzisiaj obchodzimy Dzień Ziemi.

W tym dniu powinniśmy się wspólnie zastanowić czego nie lubi nasza planeta i co najbardziej jej szkodzi. Zachęcam Was zatem do chwili refleksji i przesyłam dość interesujący materiał znaleziony w zasobach internetu. Może postanowicie coś zmienić w swoich nawykach albo spróbujecie wpłynąć na zwyczaje osób dorosłych.

Dołącz do akcji COŚ DLA PLANETY i napisz, co Ty zrobisz dla Ziemi! Odwiedź stronę Noizz.pl/CosDlaPlanety i daj znać, z czego zrezygnowałeś/zrezygnowałaś. Oto nasze propozycje, od których możesz zacząć już teraz:

1. **Kupuj mniej - po prostu.** Rozmiary i możliwości Ziemi są ograniczone. Każdy nasz zakup, tym bardziej ten bezsensowny, szkodzi planecie. Przecież gdzieś te zużyte rzeczy trzeba gromadzić. Róbmy zakupy odpowiedzialnie, wybierajmy tylko potrzebne towary.
2. **Zawsze miej przy sobie butelkę wielokrotnego użytku.** W kraju, który ma naprawdę niezłą kranówkę, woda w plastikowej butelce wydaje się czymś absurdalnym. Nie dość, że generujemy tony zbędnych śmieci, to przy okazji zatruwamy nasze ciała - w temperaturze wyższej niż 15 stopni Celsjusza, plastikowa butelka zaczyna wydzielać szkodliwe substancje.
3. **Nie wyrzucaj, naprawiaj!** Bolączką dzisiejszego systemu jest ciągle wymienianie produktów na nowe. Kultura naprawiania, a zatem rękodzieło czy rzemieślnictwo, powoli ginie. Tymczasem reperowanie nie dość, że jest lepsze dla środowiska, to w dodatku przynosi ogromną satysfakcję. Powiedzmy NIE polityce dużych korporacji, które produkują rzeczy marnej jakości, zmuszając nas do kupowania nowych.
4. **Noś ze sobą kubek do kawy.** Pijesz kawę na mieście? Większość baristów z wielką chęcią naleje ci małą czarną do twojego kubka. Co więcej - część kawiarni, przynajmniej te w dużych miastach, doceni ten ekologiczny gest i da ci rabat. Polecamy tę opcję, bo kawa we własnym pojemniku/kubeczku smakuje lepiej.
5. **Nie marnuj żywności.** 1/4 naszego jedzenia trafia na wysypisko śmieci. Nie karm kosza na śmieci, planuj racjonalnie zakupy. A jeśli już coś się zepsuje, poszukaj w internecie, jak wykorzystać te resztki. Istnieje wiele poradników i szkoleń, jak żyć w myśl idei zero waste. To wcale nie jest trudne.
6. **Ogranicz spożycie mięsa lub przejdź na wegetarianizm/weganizm.** Jedzenie zwierząt ma nie tylko swój watek etyczny, ale również ekologiczny. "Wyprodukowanie" mięsa jest również szkodliwe, co spaliny z silników samochodów czy samolotów. Przykład? Uzyskanie kilograma wołowiny generuje emisję do atmosfery 26,6 kilogramów dwutlenku węgla.
7. **Staraj się kupować hurtowo produkty, które można długo przechowywać.** Częstsze kupowanie pożywienia generuje więcej plastikowych śmieci. Polecamy robienie zapasów takich produktów jak m.in. makaron, soczewica czy ryż.

8. **Zrób torebki na warzywa i owoce z firanek!** Stanowiska z owocami i warzywami generują gigantyczne pokłady plastikowych śmieci. Zmieńmy to. Idealnym materiałem na siateczkę są stare firanki. Poproś mamę, ale zrób je sam! Sprawdziliśmy - ekspedientki "warzywniaków" bardzo miło reagują na przychodzenie z własnymi woreczkami.
9. **Wybierz rower czy hulajnogę zamiast samochodu.** Nie kwestionujemy samochodów, bo oczywiście są często potrzebne. Żyjąc w dużych miastach, starajmy się wybierać komunikację zbiorową czy rower. Pokazujmy burmistrzom, radnym, prezydentom, że warto inwestować w tramwaje, autobusy elektryczne i ścieżki rowerowe.
10. **Wyprodukuj własny antyperspirant.** Domowy dezodorant jest lepszy niż sklepowy. Jego przygotowanie jest bardzo proste - skutecznym eliminatorem zapachu potu jest zwykła soda oczyszczona, a znakomitym nośnikiem zapachu są cytrusy. Przepis na własny dezodorant znajdziecie na blogu [Ulica Ekologiczna](#).
11. **Produkuj własne detergenty.** Po co generować plastik, kupując detergenty, skoro można zrobić swoje. Naturalnym "domestosem" jest ocet. Niestety, jego zapach jest dla wielu osób nieznośny, dlatego należy mieszać go z olejkami eterycznymi. Przepis znajdziecie [w tym](#) miejscu.
12. **Używaj wielorazowej maszynki do golenia.** Maszynki na wielorazowe żyłki dla dzisiejszego pokolenia nieco przerażające. Ale to błąd. Ich golenie wcale nie jest niebezpieczne, w dodatku - bardziej efektywne. Zresztą "żyłki" przeżywają właśnie swój renesans.
13. **Używaj bambusowej szczoteczki do zębów.** W Polsce coraz więcej firm sprzedaje ekologiczne przybory higieniczne. Jedną z firm jest [Ecobambo](#). Koszt bio bambusowej szczoteczki to 12,99 zł. Trochę drożej niż w przypadku plastikowych, ale o ile zdrowiej. Przy odpowiedniej pielęgnacji bio bambusowych szczoteczek można używać tak długo, jak plastikowych.
14. **Zamień żel pod prysznic na mydło.** Poszukaj też szamponu w kostce. Bo im mniej plastikowych opakowań, tym lepiej.
15. **Wspieraj firmy, które używają opakowań nadających się do recyklingu.** Jest ich coraz więcej.
16. **Staraj się przygotowywać własne posiłki do pracy.** Jesteśmy coraz bardziej zapracowani, a więc zwyczajnie nie chce się nam przygotowywać jedzenia do pracy. W takiej sytuacji najczęściej korzystamy z usług "pana kanapki", który z reguły serwuje dania w plastiku. Dbajmy o to, co i w czym jemy.
17. **Kupuj mniej ubrań, korzystaj z second handów.** Przemysł odzieżowy jest jednym z największych trucicieli naszej planety. Ubrania są coraz niższej jakości, co sprawia, że często je wymieniamy. W tym roku postaramy się wyrzucić presję na infulencerach, by ci odpowiedzialnie korzystali z odzieży.
18. **Lataj mniej samolotem.** Wiemy - to bardzo kontrowersyjny podpunkt. Samoloty są najbardziej szkodliwym dla środowiska środkiem transportu. Niemiecki ZEIT, powołując się na meteorologów z Instytutu Maxa Plancka podaje, że każdego roku na skutek emisji CO2 spowodowanej ruchem lotniczym topi się 6 000 kilometrów kwadratowych lodu w Arktyce. Każda wycieczka za Ocean czy do Tajlandii to kilkanaście kilogramów CO2 na osobę. Jeśli możesz, wybieraj kolej.

19. **Używaj naturalnych pieluch.** W miarę możliwości wybierz pieluchy z tkaniny - to pomaga środowisku i jest przyjemniejsze dla skóry dziecka. Zużyjesz co prawda więcej wody, ale to nic w porównaniu do mikroplastiku, który znajduje się w jednorazowych produktach, a następnie trafia do wód gruntowych.
20. **Kupuj lokalne produkty.** O ile to możliwe, korzystaj z miejscowych warzyw i owoców. Pamiętajmy, że transport na duże odległości równa się ogromnemu zanieczyszczeniu planety.
21. **Wyrzucaj śmieci bezpośrednio z domowego kosza na śmieci.** Zużyte worki na śmieci to też śmieci. Alternatywą mogą być organiczne worki wykonane ze składników roślinnych. W tym przypadku trzeba liczyć się niestety z większymi kosztami, a jak wiadomo, nie lubimy wydawać pieniędzy na śmieci.
22. **Korzystaj z biletów elektronicznych.** Nie tylko zapłacisz kilka złotych mniej, ale również oszczędzisz przy okazji drzewa.
23. **Płać rachunki przez internet.** Faktury online są nie tylko wygodne, ale również mają pozytywny wpływ na środowisko. Życie w XXI w. ma wiele minusów, ale pamiętajmy też o pozytywnych stronach!
24. **Zakręć wodę podczas mycia zębów.** Dzięki temu możesz zaoszczędzić 5 litrów wody dziennie. A jeśli już jesteśmy przy wodzie - wybierz prysznic zamiast wanny. Przeciętnie użytkownicy pryszniców zużywają o połowę mniej wody.
25. **Rozpocznij kampanię na Facebooku i w innych mediach społecznościowych.** Bądź asertywny/asertywna, nie przejmuj się negatywnymi komentarzami. Świadomość na temat ekologii i zmian klimatycznych to aktualnie najważniejszy temat dla ludzkości.

Powodzenia!

Pozdrawiam .

Dariusz Proksa