



Co-funded by
the European Union



Μαζί για μια υπεύθυνη κοινότητα

**-Υποστήριξη Μαθημάτων
1-**



Υλικό που παράγεται με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού είναι αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και ο Εθνικός Οργανισμός και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν είναι υπεύθυνη για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο αυτών των πληροφοριών.

Erasmus+ Programme - Strategic Partnership
Project: "Together for a responsible community"
2021-2-R001-KA210-ADU-00004844

Υποστήριξη Μαθημάτων
Μαζί για μια υπεύθυνη κοινότητα

Μέρος 1

Σχέδιο Erasmus+: "**Πρωώθησιμιας υπεύθυνης κοινότητας**"

Αριθμός έργου **2021-2-RO01-KA210-ADU-000048442**

Εταίρους

- BUMIR srl – Βουκουρέστι, Ρουμανία
- Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων (Ο.Π.Ε. Θ.) – Πάφος, Κύπρος

Υλικό που παράγεται με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού είναι αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και ο Εθνικός Οργανισμός και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν είναι υπεύθυνη για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο αυτών των πληροφοριών.

Υποστήριξη μαθημάτων - Μαζί για μια υπεύθυνη κοινότητα

Μέρος 1

Θεματικές ενότητες:

1. Αιτίες υποβάθμισης του περιβάλλοντος και ανθρώπινης συμμετοχής
2. Η τροφική αλυσίδα και ο κύκλος στη φύση
3. Ο οδηγός 3 Rs
4. Χρωματική κωδικοποίηση και γενικοί κανόνες ανακύκλωσης
5. Σωστά βήματα και συμβουλές τσέπης

Γ.1 ΑΙΤΙΑ ΥΠΟΒΑΘΜΙΣΗΣ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

Η υποβάθμιση του περιβάλλοντος αποτελεί ζήτημα μεγάλης ανησυχίας παγκοσμίως, ως προειδοποίηση από επιστήμονες που έχουν εντοπίσει εδώ και καιρό τις αρνητικές επιπτώσεις της υπερβολικής χρήσης και, σε αρκετές περιπτώσεις, της κατάχρησης στο περιβάλλον. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η υποβάθμιση του περιβάλλοντος έχει δει αρκετούς σημαντικούς ορισμούς τις τελευταίες δεκαετίες που μπορεί να διαφέρουν μεταξύ τους, προκαλώντας κάποια σύγχυση.

Κατά συνέπεια, «Η υποβάθμιση του περιβάλλοντος είναι μια διαδικασία με την οποία το φυσικό περιβάλλον διακυβεύεται με κάποιο τρόπο, μειώνοντας τη βιοποικιλότητα και τη συνολική περιβαλλοντική υγεία. Αυτή η διαδικασία μπορεί να είναι απολύτως φυσικής προέλευσης ή μπορεί να επιταχυνθεί ή να προκληθεί από ανθρώπινες δραστηριότητες. Πολλοί διεθνείς οργανισμοί αναγνωρίζουν την υποβάθμιση του περιβάλλοντος ως μία από τις κύριες απειλές που αντιμετωπίζει ο πλανήτης, επειδή οι άνθρωποι έχουν λάβει μόνο μία Γη για να εργαστούν και εάν το περιβάλλον τεθεί ανεπανόρθωτα σε κίνδυνο, θα μπορούσε να σημάνει το τέλος της ανθρώπινης ύπαρξης».

Τύποι περιβαλλοντικής υποβάθμισης

- a) *Υποβάθμιση των υδάτων:* Η υποβάθμιση των υδάτων οφείλεται στη συνεχιζόμενη ρύπανση των υδάτινων πόρων, όπως τα ποτάμια και οι ωκεανοί, προκαλώντας σοβαρές ζημίες στην τοπική πανίδα και χλωρίδα, τόσο στην ξηρά όσο και στην υποθαλάσσια. Οι σημαντικότερες επιπτώσεις είναι η μη αναστρέψιμη υποβάθμιση της ποιότητας των υδάτων, η οποία επηρεάζει την αλιεία και την ικανότητα των ανθρώπων να συνεχίσουν να πίνουν και να ζουν από το νερό. Άλλες σχετικές επιπτώσεις: πρόληψη της ωοτοκίας των ψαριών, μόλυνση της τροφικής αλυσίδας, περιορισμός του πόσιμου νερού, αύξηση της παιδικής θνησιμότητας και αύξηση των ασθενειών.
- b) *Υποβάθμιση της γης (ρύπανση του εδάφους):* Η υποβάθμιση της γης, η οποία ονομάζεται επίσης ρύπανση του εδάφους, έχει προκύψει ως αποτέλεσμα της υπερβολικής και παράνομης χρήσης γης σε πυκνοκατοικημένες περιοχές. Τα παραδείγματα υποβάθμισης της γης που έχουν εντοπιστεί από τους επιστήμονες είναι πολλά. Μερικά από αυτά είναι τα εξής. «Διάβρωση του νερού (συμπεριλαμβανομένης της διάβρωσης των πλακών, των ρεμάτων και των καναλιών), αιολική διάβρωση, αλατότητα (περιλαμβάνει ξηρή, αρδευτική και αστική αλατότητα), απώλεια οργανικής ύλης, απώλεια γονιμότητας, οξύτητας ή αλκαλικότητας του εδάφους, απώλεια δομής (περιλαμβάνει συμπίεση εδάφους και επιφανειακή σφράγιση), μετακίνηση μάζας, μόλυνση του εδάφους. Τα περισσότερα από αυτά επηρεάζουν τη γεωργία.
- c) *Ατμοσφαιρική υποβάθμιση:* Η ατμοσφαιρική υποβάθμιση αναφέρεται στην εκτεταμένη ατμοσφαιρική ρύπανση. Η ατμοσφαιρική υποβάθμιση οφείλεται σε διάφορους παράγοντες. Ωστόσο, οι εκπομπές των οχημάτων και της βιομηχανίας θεωρούνται οι δύο πιο κοινές αιτίες. Η ατμοσφαιρική υποβάθμιση συνδέεται με την υπερθέρμανση του πλανήτη.

Αιτίες υποβάθμισης του περιβάλλοντος

α) *Διατάραξη της γης:* Για να αυξηθεί η παραγωγή τροφίμων, οι πολίτες και οι παραγωγοί τροφίμων χρησιμοποιούν τη γη για να φυτέψουν και να παράγουν προϊόντα που θεωρούνται «ξένα» στην περιοχή. Προϊόντα όπως σκόρδο και κρεμμύδια και άλλα βότανα

β) *Ρύριανση*: Η ρύριανση είναι ορατή τόσο στα ύδατα όσο και στην ξηρά, εγείροντα ανησυχία για τη ακροοιρόθεση ειρίριτώσει στηνανθρώρινη υγεία. Παραδείγματα: απορρίμματα, απόρριψη σκουριδιών εκτός καθορισμένων χώρων.

γ) *Υπερπληθυσμός*: Ο υπερπληθυσμός σημαίνει ότι περισσότεροι άνθρωποι θα απαιτούν περισσότερα τρόφιμα και νερό, πιο συχνά. Αυτό οδηγεί σε περισσότερη παραγωγή που η γη δεν μπορεί να αντέξει οικονομικά, προκαλώντας μόνιμες ζημιές.

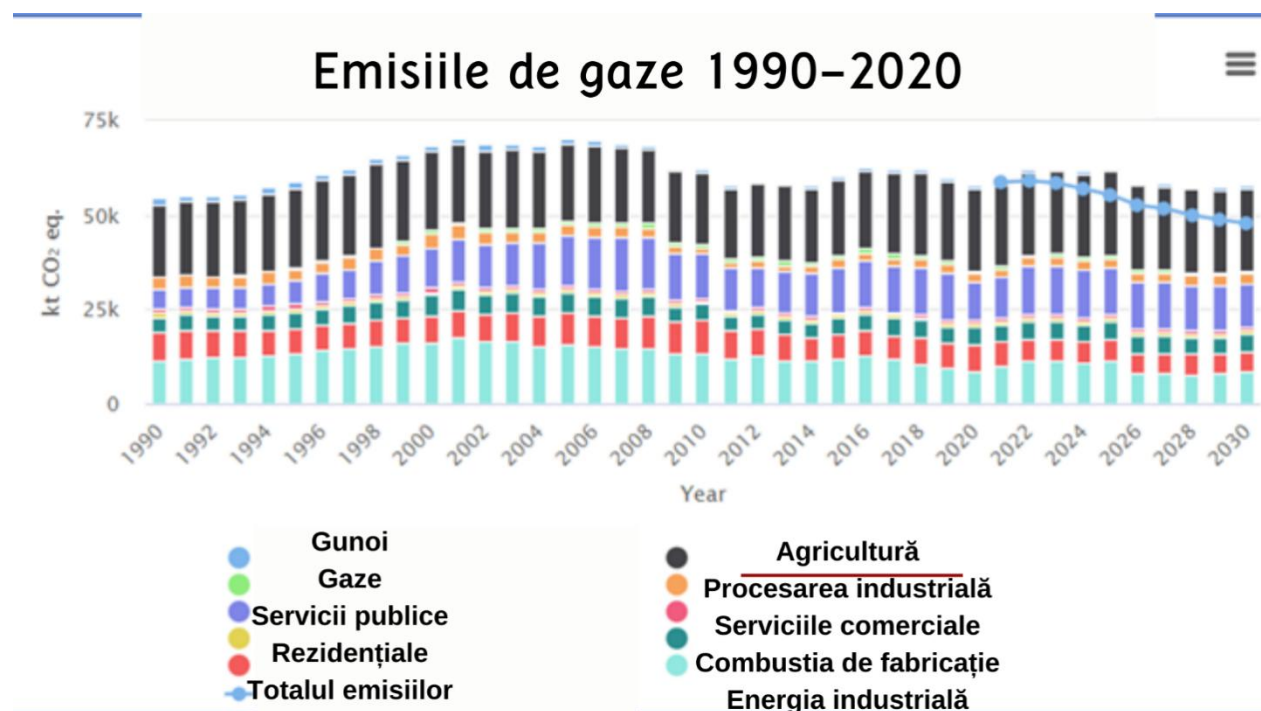
δ) *Χώροι υγειονομικής ταφής*: Η υπερβολική χρήση προϊόντων, όπως έχει ήδη εντοπιστεί, οδηγεί στη δημιουργία περισσότερων χώρων υγειονομικής ταφής σε μικρότερη απόσταση μεταξύ τους.

ε) *Αποψίλωση δασών*: Η αποψίλωση των δασών είναι μια άλλη κοινή αιτία υποβάθμισης του περιβάλλοντος και είναι σαφώς ορατή παγκοσμίως. Οδηγεί σε κακή ποιότητα του αέρα, καθώς τα δέντρα απορροφούν τις εκπομπές.

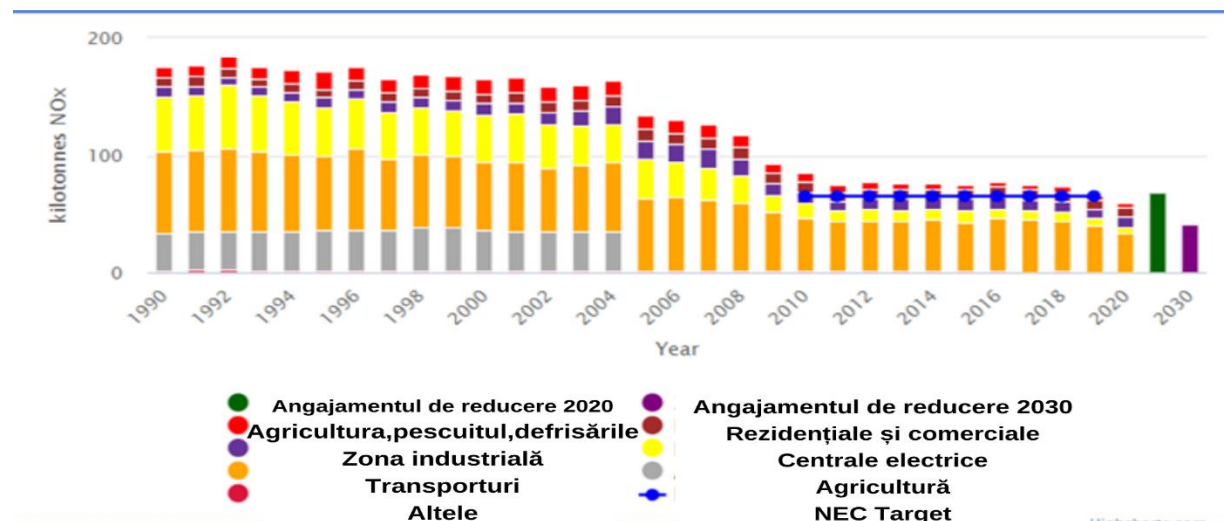
στ) *Φυσικά αίτια*: Φυσικά αίτια, όπως σεισμοί, χιονοστιβάδες, παλίρροιες, καταιγίδες και πυρκαγιές, μπορούν να οδηγήσουν σε ολική καταστροφή του περιβάλλοντος. Σε πολλές περιπτώσεις, τα φυσικά αίτια προκαλούνται από την ανθρώπινη δραστηριότητα. Για παράδειγμα: η αποψίλωση των δασών μπορεί να οδηγήσει σε μαζικές κατολισθήσεις· Η ανοικτή καύση μπορεί να οδηγήσει σε μεγάλες πυρκαγιές.

ζ) *Επιβλαθείς γεωργικές πρακτικές*: σε πολλές περιπτώσεις, οι αγρότες χρησιμοποιούν πρακτικές που δεν ανταποκρίνονται στις ανάγκες και τις επιθυμίες της σύγχρονης εποχής, οδηγώντας σε σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις.

η) *Ελαττωματικές γεωργικές πολιτικές*: Οι προβληματικές γεωργικές πολιτικές είναι κοινές σε πολλές χώρες, είτε λόγω κακής έρευνας και σχεδιασμού είτε, ακόμη χειρότερα, για την εξυπηρέτηση ιδιωτικών ή προσωπικών συμφερόντων.

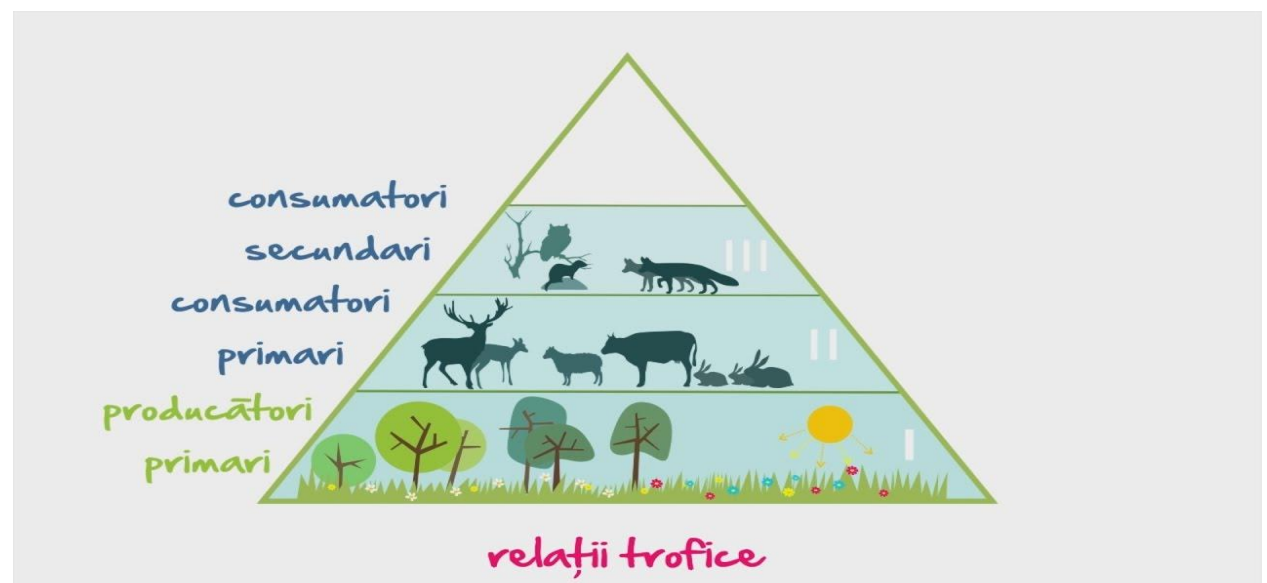


Το διάγραμμα 1 δείχνει ότι ο γεωργικός κλάδος δραστηριότητας είναι ο σημαντικότερος παράγοντας που συμβάλλει στην υποβάθμιση του περιβάλλοντος. Αυτό εξηγεί ορισμένες από τις αιτίες, όπως εντοπίστηκαν, όπως οι κακές γεωργικές πολιτικές και οι καταστροφικές πρακτικές.



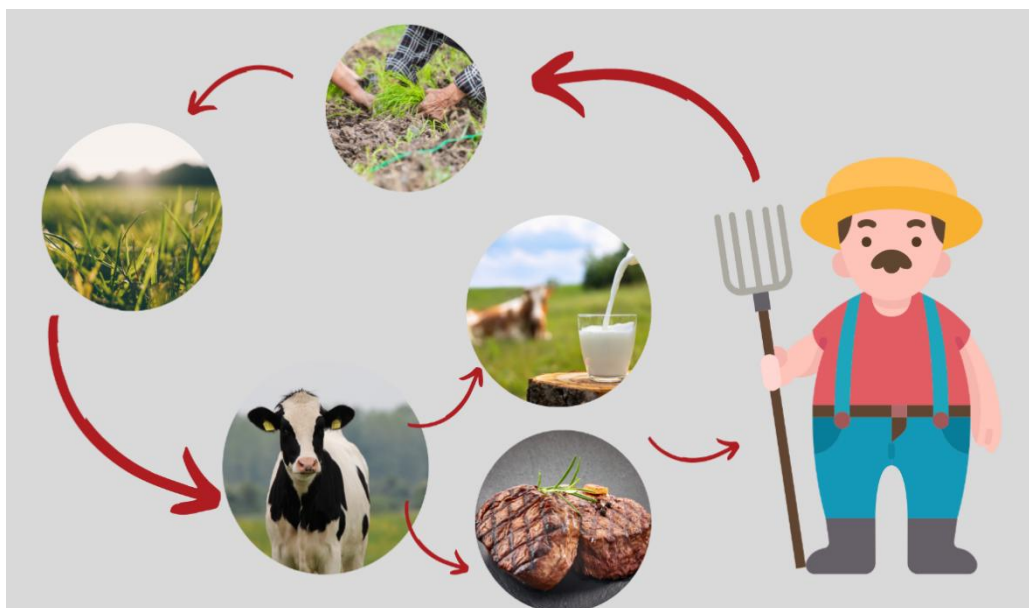
C2: ΤΡΟΦΙΚΗ ΑΛΥΣΙΔΑ ΚΑΙ ΚΥΚΛΩΜΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

Η **τροφική αλυσίδα** είναι μια αλυσίδα που απαριθμεί τις σχέσεις διατροφής μεταξύ των συστατικών οργανισμών ενός συγκεκριμένου οικοσυστήματος. Κάθε οργανισμός εξαρτάται από το προηγούμενο μέλος της τροφικής του αλυσίδας για τροφή.



Ο άνθρωπος συνδέεται στενά με όλα τα συστατικά της αλυσίδας. Είναι και καταναλωτής και παραγωγός. Η ανθρώπινη παρέμβαση μπορεί να διατηρήσει ή να αποσταθεροποιήσει οποιονδήποτε από τους συστατικούς δεσμούς. Για παράδειγμα: το

γρασίδι τρώγεται από τα βοοειδή, παράγουν γάλα και κρέας, ο άνθρωπος τα καταναλώνει για επιβίωση αλλά καλλιεργεί (ή τείνει τη βλάστηση να ταΐσει τα ζώα του).



C3: Ο ΟΔΗΓΟΣ ΤΩΝ 3 R

Όσον αφορά την προστασία του περιβάλλοντος, το σημείο αναφοράς είναι ο κανόνας 3R-Reduce-Reuse and Recycle. Τα 3 Rs σημαίνουν Μείωση - Επαναχρησιμοποίηση - Ανακύκλωση. Η φράση εκφράζει την ευαισθητοποίηση για τα περιβαλλοντικά προβλήματα και έναν τρόπο προώθησης φιλικής προς το περιβάλλον συμπεριφοράς μεταξύ των ανθρώπων. Προστέθηκαν δύο ακόμη βήματα: Ανάκτηση και Διάθεση.

Μείωση σημαίνει μείωση της ποσότητας των σκουπιδιών που παράγουμε.

Επαναχρησιμοποίηση σημαίνει εύρεση νέων ways για να χρησιμοποιήσετε πράγματα που διαφορετικά θα πεταχτούν.

Ανακύκλωση σημαίνει να μετατρέπεις κάτι παλιό και άχρηστο (έναν ξύλινο δίσκο) σε κάτι νέο και χρήσιμο (όπως ένα τραπέζι ή ένα δοχείο σκόνης).

Ανάκτηση - όταν δεν μπορεί να ανακυκλωθεί, πρέπει να βρεθεί ένας τρόπος παραγωγής ενεργειακών ή νέων υλικών με την επεξεργασία μη ανακυκλώσιμων αποβλήτων.

Διάθεση - τα δευτερεύοντα απόβλητα από τη διαδικασία ανάκτησης, τα οποία έχουν γενικά τη μορφή τέφρας ή άλλων

αποβλήτων, μεταφέρονται σε χώρους υγειονομικής ταφής για επεξεργασία, ώστε να μην βλάπτουν το περιβάλλον.



Ελάττωση:

Το πρώτο βήμα είναι να μειώσουμε την ποσότητα των αποβλήτων που παράγει ο καθένας μας, έτσι ώστε να καταλήξουμε να έχουμε όσο το δυνατόν λιγότερες επιπτώσεις στο περιβάλλον. Γι' αυτό είναι καλή ιδέα να ξεκινήσετε αρνούμενοι τις πλαστικές σακούλες, τα πλαστικά καλαμάκια, τα πλαστικά τυλιγμένα φρούτα, τα δοχεία plastic και τα μαχαίροπύρινα μιας χρήσης στα καταστήματα. *Το κλειδί είναι να αγοράσετε μόνο τα αγαθά που χρειάζεστε και στη σωστή ποσότητα.*

Άλλοι τρόποι μείωσης:

Επιλέγοντας τα αντικείμενα που χρειάζεστε, όχι απαραίτητα αυτά που θέλετε αμέσως (Η ερώτηση ισχύει: Χρειάζομαι ένα new ένα; Και ο κανόνας των 24 ωρών. Μπορεί να μην θέλετε αυτό το στοιχείο μετά από 24 ώρες, για παράδειγμα ένα κινητό τηλέφωνο)

Έξυπνες αγορές. Όταν πηγαίνετε για ψώνια προσπαθήστε να στοχεύσετε αντικείμενα που μπορεί να διαρκέσουν περισσότερο , π.χ. επαναχρησιμοποιήσιμα μπουκάλια νερού.

Αποφύγετε τη σπατάλη χαρτιού όταν μπορείτε: Όπου είναι δυνατόν, αντί να εκτυπώνετε χαρτί, επιλέξτε ψηφιακή παράδοση.

Επαναχρησιμοποίηση:

Είναι η βέλτιστη λύση για να μειώσετε την ποσότητα των αποβλήτων που δεν χρησιμοποιείτε πλέον. Μαζί με την εξεύρεση νέων τρόπων επαναχρησιμοποίησης ενός υλικού που αρχικά μπορεί να ταξινομηθεί ως απόβλητο. Εκτός από τα περιβαλλοντικά οφέλη, είναι ένας τρόπος εξοικονόμησης χρημάτων μακροπρόθεσμα.

Το περιουσιακό στοιχείο σας - ο θησαυρός κάποιου άλλου: μπορούν τα υλικά που θέλετε να πετάξετε να χρησιμοποιηθούν από κάποιον άλλο; Τα ρούχα, για παράδειγμα, μπορούν να δωριστούν αντί να πεταχτούν. Η επαναχρησιμοποίηση ισχύει επίσης για έπιπλα ή αντικείμενα από ξύλο ή μέταλλο, τα οποία επισκευάζονται για να δημιουργήσουν νέα κομμάτια από αυτά.

Τα πλαστικά μπουκάλια μπορούν να μετατραπούν σε: κατόχους κοσμημάτων, κατόχους αξεσουάρ μαλλιών, κατόχους για στυλό, κάρβουνα και άλλα σκεύη γραφής, γλάστρες... Τα βάζα μπορούν να επαναχρησιμοποιηθούν για σπιτικές κονσέρβες ή για την αποθήκευση διαφόρων αξεσουάρ στην κουζίνα ή στον κήπο.

Ανακυκλώνω:

Ανακύκλωση είναι η εισαγωγή υπολειμμάτων ή αποβλήτων σε μια τεχνολογική διαδικασία με σκοπό την επίτευξη επαναχρησιμοποίησης και ανάκτησης ή για περιβαλλοντικούς σκοπούς. Η ανακύκλωση μειώνει την κατανάλωση νέων πρώτων υλών και μειώνει επίσης την κατανάλωση ενέργειας και το επίπεδο μόλυνσης του φυσικού περιβάλλοντος.

Πώς ανακυκλώνουμε;

Για να διευκολυνθεί η οργάνωση της ανακύκλωσης, τα απόβλητα χωρίζονται σε δύο κατηγορίες: τα ανακυκλώσιμα οικιακά απορρίμματα και τα υπολειμματικά οικιακά απορρίμματα.

α) Ανακυκλώσιμα οικιακά απορρίμματα - πρόκειται για απορρίμματα που μπορούν να χωριστούν στις κατηγορίες που αναγράφονται στους κάδους (γυαλί, πλαστικό/μέταλλο και χαρτί/χαρτόνι). Για παράδειγμα: περιοδικά, εφημερίδες, σκουπίδια, φάκελοι, κουτιά, φωτογραφίες, χαρτοκιβώτια αυγών, κουτιά πίτσας (μόνο στην κορυφή),

β) υπολειμματικά οικιακά απορρίμματα - πρόκειται για απόβλητα που θεωρούνται σκουπίδια με την πραγματική έννοια του όρου και δεν μπορούν να ανακυκλωθούν, όπως: υπολείμματα τροφίμων (κρέας, γαλακτοκομικά, λαχανικά, αυγά), πάνες μιας χρήσης, απορροφητικά, απορρίμματα/περιττώματα κατοικίδιων ζώων.

Χρωματικός κώδικας:

Μπλε - χαρτί και χαρτόνι

Παραδείγματα: φύλλα A4, απορρίμματα χαρτιού, εφημερίδες, περιοδικά, σημειώσεις post-it, φάκελοι, κουτιά, φωτογραφίες, χάρτινες σακούλες, εφημερίδες, συσκευασίες από χαρτόνι. χαρτοκιβώτια ποτών, χαρτοκιβώτια αυγών, ωχρά κηλίδες, κουτιά πίτσας κ.λπ. **Όλα τα ανακυκλώσιμα πρέπει να είναι καθαρά και απόλυτα στεγνά.**

Κίτρινο - πλαστικό και μέταλλο

Παραδείγματα: πλαστικά φύλλα και σακούλες, πλαστικά δοχεία και βάζα, παιχνίδια, προστατευτικές συσκευασίες, πλαστικά δοχεία και δοχεία από διάφορα ποτά (PET), πλαστικά πώματα, πλαστικά δοχεία για τρόφιμα ποτά, καθαρές σακούλες ή φύλλα, σπρέι τροφίμων, μεταλλικές συσκευασίες (κουτιά, πώματα, κουτιά κ.λπ.).

Πράσινο-Γυαλί

Μπορεί να συλλεχθεί: γυάλινα βάζα και δοχεία από ποτά και τρόφιμα. Δεν πρέπει να συλλέγονται: βάζα, γυαλιά, γυάλινα σκεύη, γυαλί υψηλής θερμοκρασίας, κεραμικά, πορσελάνη, γλάστρες, λαμπτήρες και λαμπτήρες, γυαλί και καθρέφτες.



Γκρι/καφέ - βιοαποικοδομήσιμο

Πρόκειται για τα απόβλητα από τα οποία παρασκευάζεται το κομπόστ, ένα λίπασμα που μπορεί να παρασκευαστεί από ανθρώπους που ζουν στο σπίτι τους στις αυλές τους.

Μπορείτε να ανακυκλώσετε: απορρίμματα φυτικής αυλής, κόκκους καφέ, κελύφη αυγών / ξηρών καρπών, ψωμί, υπολείμματα λαχανικών και φρούτων, υγρά προϊόντα (εφημερίδα, χαρτόνι, τεμαχισμένο ξύλο, βρώμικες χαρτοπετσέτες, βρώμικο χαρτί),

φρέσκα ή μαγειρεμένα απορρίμματα φρούτων και λαχανικών, απορρίμματα ψωμιού και δημητριακών.

Μαύρος

Υπολειμματικά απόβλητα: περιλαμβάνονται όλα τα απόβλητα που δεν μπορούν να ανακυκλωθούν.

Δεν μπορείτε να ανακυκλώσετε: πάνες, περιεχόμενο σακούλας ηλεκτρικής σκούπας, υπολείμματα τροφίμων (κρέας, γαλακτοκομικά, λαχανικά, αυγά), πάνες μιας χρήσης, απορροφητικά

Κόκκινος

Ως «επικίνδυνα απόβλητα» νοούνται τα «επικίνδυνα απόβλητα», π.χ. κενές συσκευασίες χρωμάτων και χρωμάτων, χρησιμοποιημένα έλαια αυτοκινήτων, συσκευασίες μολυσμένες με επικίνδυνες ουσίες, ορισμένα ιατρικά απόβλητα.

Ειδικά απόβλητα

Η κατηγορία αυτή περιλαμβάνει τις ακόλουθες υποκατηγορίες: κλωστοϋφαντουργικά απόβλητα (είδη ένδυσης, υπόδησης), φυτικά απόβλητα (χόρτο, δέντρα, κομμένα χόρτα κ.λπ.), ογκώδη απόβλητα (έπιπλα, χαλιά, στρώματα κ.λπ.) κ.λπ. Αυτά συλλέγονται δωρεάν ως μέρος των εκστρατειών αξιολόγησης, βάσει καθορισμένου χρονοδιαγράμματος.

- Για τα απόβλητα που ανήκουν σε ειδικές κατηγορίες, για παράδειγμα ογκώδη αντικείμενα, συνιστάται στους ιδιοκτήτες να ρωτήσουν το τοπικό δημαρχείο ή τον σύλλογο ιδιοκτητών πώς να προχωρήσουν.



Γενικοί κανόνες ανακύκλωσης

- οι φιάλες, τα δοχεία, τα βάζα πρέπει να εκκενώνονται και να καθαρίζονται. Τα περισσότερα αντικείμενα πρέπει να πλυθούν και να στεγνώσουν πριν απορριφθούν στις εγκαταστάσεις ανακύκλωσης.

- μετά τον καθαρισμό, τα καπάκια αφαιρούνται από τα δοχεία και πιέζονται για εξοικονόμηση χώρου.

- τα λερωμένα ρούχα δεν πρέπει να ρίχνονται με καθαρά ρούχα που μπορούν να ανακυκλωθούν.

- το χαρτί και το χαρτόνι πρέπει να συσκευάζονται όσο το δυνατόν πιο σφιχτά, να κόβονται ή να σκίζονται

- οποιαδήποτε ίχνη λαδιού ή νερού ή βρωμιάς οποιουδήποτε είδους δείχνουν ότι το χαρτί/χαρτόνι δεν μπορεί να τοποθετηθεί στην μπλε κατηγορία, αλλά στη βιοαποικοδομήσιμη κατηγορία·

- τα απόβλητα πρέπει να συλλέγονται σωστά και με μεγάλη προσοχή· γι' αυτά υπάρχει το κόκκινο χρώμα.

- όλα τα υπολειμματικά απόβλητα πρέπει να τοποθετούνται σε σάκους που είναι δεμένοι και τοποθετούνται στον μαύρο κάδο·

-τα απόβλητα δεν εναποτίθενται απευθείας στον μαύρο κάδο, αλλά σε σακούλες που είναι κλειστές/δεμένες πριν από την εναπόθεσή τους στον περιέκτη.

- για να διευκολύνετε, χρησιμοποιήστε χρωματιστές σακούλες στο σπίτι.

Συγκεκριμένα βήματα για σωστή ανακύκλωση: (S.C.P)

1. Είδος
2. Καθαρός
3. Τύπος
4. Ρίχνω

Στο πρώτο βήμα - διαλογή - τα απόβλητα πρέπει να χωρίζονται στις ακόλουθες κατηγορίες: πλαστικό, γυαλί, χαρτόνι, οικιακή (και μέταλλο - κατά περίπτωση). Για να διευκολυνθεί η ανακύκλωση, συνιστάται η χρήση χωριστών δοχείων (κάδων) από την αρχή, επειδή η απομόνωση από τη στιγμή που πετάτε το αντικείμενο είναι ταχύτερη, ευκολότερη και, με την πάροδο του χρόνου, δημιουργεί έναν αυτοματισμό. Στο επόμενο βήμα, συνιστάται να καθαρίζετε αντικείμενα όταν είναι απαραίτητο, για παράδειγμα μια σάλτσα ντομάτας μπορεί, χωρίς να αφήνετε τα τρόφιμα που απομένουν σε αυτό. Μπορεί να ληφθεί και να πλυθεί στο νεροχύτη και στη συνέχεια να προχωρήσει στο επόμενο βήμα. Ανάλογα με το υλικό και το μέγεθος μπορείτε να πιέσετε ή να διπλώσετε. Για παράδειγμα, για ένα πλαστικό μπουκάλι, αφαιρέστε το καπάκι και πιέστε το. Στο τελευταίο βήμα το πετάς στον δεξιό κάδο.

Συμβουλές τσέπης:

- Σβήνοντας το φως.
- Αντικατάσταση πλαστικών σακουλών με βαμβακερές σακούλες ή εναλλακτικά υλικά όπως κομποστοποιήσιμες, βιοδιασπώμενες ή επαναχρησιμοποιήσιμες σακούλες
- Κλείνοντας τη βρύση όταν πλένετε τα χέρια σας
- Αποσυνδέστε τα ηλεκτρονικά όταν δεν χρησιμοποιούνται
- Αγοράστε λαμπτήρες LED
- Απενεργοποιήστε τη βρύση όταν χρησιμοποιείτε σαπούνι
- Αντικαταστήστε τα πλαστικά δοχεία με επαναχρησιμοποιήσιμα ή βιοδιασπώμενα υλικά.
- Για μια γρήγορη βιολογική «διατροφή», τα γυάλινα βάζα, για παράδειγμα, μπορούν να αποτελέσουν καλή αντικατάσταση στην κουζίνα για πλαστικά δοχεία για ρύζι, μπιζέλια, φασόλια, ζάχαρη, αλάτι κ.λπ.

- Αντικατάσταση των προϊόντων προσωπικής υγιεινής με το φυσικό τους ισοδύναμο. Υπάρχουν πιο βιώσιμες εναλλακτικές λύσεις για όλα τα συνηθισμένα προϊόντα: σφουγγάρι, οδοντόκρεμα, ξυράφι, σαπούνι, αποσμητικό. Αυτά μπορούν συχνά να βρεθούν στην ίδια τιμή ή φθηνότερα από αυτά που χρησιμοποιούνται.

- Στήριξη των τοπικών παραγωγών ή χρήση των δικών τους καλλιεργειών. Τα φυσικά προϊόντα των παραγωγών παρασκευάζονται με προσοχή στη φύση και συσκευάζονται κατάλληλα ώστε να συσκευάζονται με βιοδιασπώμενα ή επαναχρησιμοποιήσιμα υλικά.

- Αγοράστε τρόφιμα ανάλογα με το πόσο ξέρετε ότι θα καταναλώσετε (Ως ένα μικρό τέχνασμα, ποτέ μην πηγαίνετε στο κατάστημα πριν φάτε ή όταν πεινάτε, τότε θα έχετε την τάση να αγοράζετε περισσότερα)

- Αποφύγετε την καύση απορριμμάτων στο ύπαιθρο και χρησιμοποιήστε ειδικούς χώρους διάθεσης απορριμμάτων. Οι κίνδυνοι είναι τεράστιοι, από την έναρξη πυρκαγιών που μπορούν να εξαπλωθούν μέχρι την καταστροφή της γης και της βλάστησης. Τα απόβλητα που παράγουμε με την καύση μπορούν επίσης να γίνουν τοξικά για τον άνθρωπο και τη φύση.





Μαζί για μια υπεύθυνη κοινότητα



**Co-funded by
the European Union**

Erasmus+ Programme - Small-Scale Partnerships
Project: "Together for a responsible community"
2021-2-R001-KA210-ADU-000048442