

Proiectul "O viață mai verde"
este finanțat de Comisia Europeană
prin programul "Tineret în acțiune",
program implementat de A.N.P.C.D.E.F.P
– Acțiunea 1.2 "Inițiative ale tinerilor".



"O viață mai verde"

**Ghid de bune practici
în protecția mediului**



*„A proteja mediul înconjurător costă mult.
A nu face nimic va costa mult mai mult.”*

Kofi ANNAN

Descoperirea și cunoașterea planetei de către om a fost un proces lent care s-a desfășurat pe măsura evoluției societății omenești și a perfecționării mijloacelor de deplasare și investigare.

Creșterea demografică a necesitat terenuri noi pentru agricultură și o tot mai rapidă și intensă exploatare a resurselor biologice și minerale. Modificarea mediului natural este tot mai intensă și rapidă, acesta fiind transformat sau chiar înlocuit cu alte tipuri de medii. Exploatarea excesivă a terenurilor agricole și a resurselor naturale, degradarea solului și accelerarea procesului de poluare a solului, a apei și a aerului, mai ales datorită dezvoltării industriei și agriculturii, mari producătoare de deșeuri, restrâng aria de răspândire a numeroase specii de plante și animale și modifică semnificativ calitatea mediului.



Deși populația lumii a crescut (și crește în continuare) exponențial în ultimele secole, resursele de apă au rămas aceleași. Astfel, noi avem acum la dispoziție aceeași cantitate de apă pe care o aveau și primii homo sapiens sapiens: 1.460

petatone (1 petatona = 1015 tone). Apa acoperă aproximativ 71% din suprafața Pământului, cea mai mare parte a apei de pe glob găsindu-se în oceane (97.2%), urmate de ghețari/calote glaciare/etc. (1.8%), în timp ce 0.9% se găsește în subteran, iar 0.001% sub forma de vapori. Apa "dulce", utilizată de majoritatea organismelor de pe Terra, reprezintă doar 0.02% din totalul apei de pe Terra și se găsește în râuri, lacuri, subteran etc., de aceea trebuie prețuită.

Pe glob, există diferențe foarte mari ale consumului de apă între diferite țări: americanii consumă, de exemplu, de 5 ori mai multă apă decât europenii (500 litri vs. 100 litri), în timp ce locuitorii din țări precum Gambia trebuie să se mulțumească doar cu 4.5 litri.

Acest ghid a fost realizat ca urmare a experienței adolescenților participanți la proiectul „*O viață mai verde!*” și dorim prin acesta să vă apropiem de natură, să vă ajutăm să-i apreciați frumusețea, să o înțelegeți și să o protejați.



Mic dicționar de termeni ecologici

MEDIUL

reprezintă totalitatea condițiilor de climă și relief în care trăiesc organismele.

MEDIUL ÎNCONJURATOR

reprezintă totalitatea factorilor naturali și cei creați de om într-un anumit loc și care sunt în stransă legătură și care influențează echilibrul ecologic și determină condiții de viață pentru om și dezvoltarea societății.

ECOLOGIE

provine din cuvintele grecești: “ecos”-casă și “logos”-știință, adică “știința studierii habitatului”

POLUAREA

reprezintă contaminarea mediului înconjurător cu materiale care interferează cu sănătatea umană, calitatea vieții sau funcția naturală a ecosistemelor (organismele vii și mediul în care trăiesc)

POLUANȚII

sunt elemente ale mediului înconjurător existenți în mod natural sau introduși de către om ca urmare a activității sale

COLECTARE SELECTIVĂ

depozitarea deșeurilor de tipuri diferite de materiale (plastic, hârtie, metal, sticlă) în locuri special amenajate în vederea reciclării.

COLECTARE SELECTIVĂ

a prelucra anumite deșeuri în vederea re-folosirii lor.

VIAȚA DEȘEURILOR

(perioada de descompunere)

- coaja de banană se descompune în 2 – 10 zile.
- bobinele de ață se descompun de la 3 la 14 luni
- sacoșele de hârtie se descompun timp de 5 luni.
- coaja de portocală se descompune timp de 5 luni.
- pantofii de piele se descompun de la 25 la 45 de ani.
- procesul de descompunere a șervețelilor umede și scutecelor durează de la 500 până la 800 de ani
- trestia de zahăr se descompune de la 3 la 14 luni.
- batista de hartie se descompune timp de 3 luni
- punga de plastic se descompune timp de 450 ani
- cotor de măr se descompune până la 6 luni
- cutie de aluminiu se descompune până la 500 ani
- muc de țigară se descompune 3 până la 5 ani
- sticla de plastic se descompune până la 1000 ani
- guma de mestecat se descompune 5 ani
- sticla de sticlă se descompune până la 1 milion de ani



Cei 3 R



1. REDUCERE

(MICȘORARE, SCĂDERE, DIMINUARE A UNOR MATERIALE CONSUMABILE)

- *alege produsele cu o rată scăzută de descompunere
- *folosește alternative: pahare de sticlă sau metal în locul celor din plastic
- *folosește șervete din material textil în locul celor din hârtie
- *folosește sacoșe din pânză sau pe cele ecologice în locul celor din plastic

2. REFOLOSIRE

(A DA O NOUĂ ÎNTREBUINȚARE DUPĂ O PRELUCRARE A UNOR MATERIALE)

- *înainte de a arunca la gunoi, gândește-te cum se poate refolosi
- *încearcă să refolosești orice obiect poți
- *refolosește recipientii din plastic, metal și sticlă

3. RECICLARE

(PRELUCRAREA UNOR ANUMITE DEȘEURI ÎN VEDEREA REFOLOSIRII LOR)

- *producția din materiale reciclate reduce semnificativ poluarea apei și a aerului, comparativ cu folosirea materialelor prime brute
- *reciclarea crează locuri de muncă, economisește resurse materiale și energetice.
- * materialele reciclabile sunt: aluminiul, sticla, hârtia, tabla, alama, cuprul, oțelul, bateriile, anvelopele, uleiul de motor etc.

COLECTAREA SELECTIVĂ se referă la colectarea deșeurilor în containere diferite, special amenajate (colectare selectivă).



**TIPURI DE DEȘEURI
ȘI CONTAINERE**

Hârtie și carton (ziare, reviste, tipărituri, cutii de detergenți, de

cereale etc.), ce pot fi vândute la tonetele special amenajate – în containerele **ALBASTRE**;

Ambalaje PET și alte materiale plastice (pungi, folii, cutii de iaurt, butelii de la produse cosmetice și de curățenie etc.), ce pot fi reciclate în containerele **GALBENE**;

Deșeurii metalice (fier, tablă ș.a) și doze metalice – în containerele **GALBENE**;
Sticlă (vânzarea ambalajelor din sticlă la centrele care se ocupă cu achiziționarea acestora) – în containerele **VERZI**;

Deșeurii umede (resturi vegetale, animale, etc.) – în containerele **MARO**.



De ce reciclăm sticla?

- Sticla se poate recicla la nesfârșit fără să își piardă din calitate?
- Prin reciclarea unei tone de sticlă se economisesc 1,2 tone de materii prime (sodă, nisip, feldspat)?

- Sticla are nevoie de 1,000,000 de ani pentru a se descompune în bucățele mici?

De ce reciclăm plasticul?

- Descompunerea naturală a plasticului în mediul înconjurător necesită 500 de ani din cauza materialelor din care este compus?
- Din 10 PET-uri reciclate se poate fabrica un tricou sau un metru pătrat de covor?
- Din 50 de PET-uri se poate face un pulover?
- Cu fiecare tonă de plastic reciclat se economisesc între 700-800 kg de petrol brut?

De ce reciclăm hârtia?

- La tipărirea unui ziar de mare tiraj se folosesc 3000 m³ de lemn, adică 1500 de arbori cu o vârstă de 50 de ani ?
- Ziarele conțin hârtie reciclată în proporție de 50% ?
- Este nevoie de un copac de 15 ani pentru a produce 700 de pungi de hârtie?
- Fiecare tonă de hârtie reciclată poate salva 17 copaci și 95% din poluarea aerului?
- Hârtia și cartonul pot fi reciclate doar de 10 ori?
- O familie folosește în medie pe an o cantitate de hârtie echivalentă cu 6 copaci?

De ce reciclăm metalul?

- Alumiuniul este 100% reciclabil?
- În fiecare secundă se reciclează 630 cutii de oțel?
- Un televizor poate funcționa trei ore încontinuu cu energia economisită prin reciclarea unei cutii de aluminiiu?

Ce să facem acasă!

Pentru a putea sorta deșeurile mult mai ușor, vă puteți improviza acasă propriile mici containere pentru colectarea selectivă: folosiți câte o cutie de carton pentru fiecare tip de material: una pentru **Plastic și Metal (galben)**, una pentru **Hârtie și carton (albastru)** și una pentru **Sticlă (verde)** . Puteți personaliza cutiile desenând pe ele sau lipind abțibilduri haioase.

Deșeurile Echipamentelor Electrice și Electronice (DEEE)



Ce sunt acestea?

Orice se bagă în priză sau funcționează cu baterii! Adică: televizoare, frigidere, dozatoare automate, aparate radio și CD-playere, becuri arse, telefoane mobile sau play-station-uri și chiar aragazuri. Orice aparat odată ce s-a stricat sau nu mai este util trebuie colectat și reciclat după reguli special create, pentru a se recupera componentele utile și a le elimina nepoluant pe cele inutilizabile astfel încât să nu se dăuneze mediului înconjurător.

DEEE au în compoziție substanțe deosebit de periculoase pentru mediu și sănătate: mercur, plumb, crom, brom, substanțe halogene precum CFC (clorofluorocarbon, responsabil pentru diminuarea

stratului de ozon). DEEE aruncate la coșul de gunoi, pe câmp, prin păduri sau pe malul apelor poluează solul, apa și aerul pe care îl respirăm.

Efectele pe care aceste DEEE-uri le pot genera:

- Un tub catodic al unui televizor polueaza 50 de metri pătrați de sol timp de 30 de ani;
- Sistemul electronic al ceasului deșteptător conține mercur; frigiderile contin CFC;
- Telefoanele celulare, calculatoarele conțin metale grele și rare;

- Dacă ar fi incinerate, deșeurile de echipamente electrice și electronice ar elibera anual o cantitate de 36 de tone de mercur și 16 tone de cadmiu.

SFATURI DIN PARTEA NOASTRĂ:

Produ mai puține deșeuri!



☺ Cumpără produse făcute din materiale reciclate! Cumpără produse din lemn sau hârtie reciclate, de la furnizori autorizati. Astfel, te asiguri că, indiferent de unde este importat și tăiat lemnul, nu încurajezi practici iresponsabile.

☺ Cumpara produse ce pot fi reciclate!

☺ Transformă resturile de mancare în compost!

☺ Cumpără bunuri și produse care au puțin ambalaj sau chiar deloc, de fiecare dată când ai ocazia! Multe lucruri sunt împachetate inutil în mai multe straturi de hârtie sau carton.

☺ Refolosește de mai multe ori pungile de plastic!

Alege produse care îți oferă posibilitatea de a le reumple, cum ar fi săpunul lichid.

Folosește mai puțină energie!



Arderea combustibililor fosili pentru încălzirea casei sau pentru a produce electricitate eliberează dioxid de carbon ce poluează atmosfera și duce la încălzirea temperaturii. Energia folosită acasă reprezintă probabil cea mai mare contribuție la încălzirea climei. 80% din energie este folosită pentru încălzire și pentru apa caldă, astfel că

reprezintă un bun punct de pornire pentru a schimba lucrurile.

1. Modifică temperatura la un grad mai mic – acest lucru poate economisi și până la 10% din costul facturii.
2. Inchide ușile din casă pentru a separa camerele încălzite de cele reci.
3. Oprește căldura sau aerul condiționat când pleci de acasă!
4. Stinge luminile când iesi dintr-o cameră!
5. Dacă pleci de acasă pentru mai multe zile, oprește boilerul sau alte aparaturi - scoate-le din priză!
6. Asigură-te că mașina de spălat este plină când o folosești! Nu spăla doar

câte 2-3 tricouri o dată.

7. Dacă ești curajos să iei inițiativa pe termen lung, izolează casa! Mai mult de jumătate din căldură se pierde prin pereți și acoperiș; pe termen mediu și lung, economisirile pe care le realizezi acoperă costul inițial al lucrărilor.

Donează!



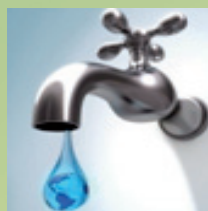
☺ În fiecare zi, multe lucruri pot fi refolosite acasă sau pot fi donate, dacă se află într-o condiție acceptabilă.

☺ Donează manualele școlare elevilor din clasele mai mici, o dată ce le-ai folosit și nu mai ai nevoie de ele.

☺ Donează hainele, încălțămintea, paturile sau prosoapele, mobila sau aparatura de care nu mai ai nevoie către centre caritabile

din orașul tău.

Redu consumul de apă!



Putem acționa în multe feluri pentru a reduce consumul de apă, amintindu-ne de cei **4R – Redu, Refolosește, Reciclează și Regândește:**

☺ Spală fructele și legumele într-un vas, în loc de chiuvetă, sub jetul de apă.

☺ Nu dezgheța mâncarea, lăsând apa să curgă pe ea.

☺ Oprește robinetul când te speli pe dinți.

☺ Fă un duș în loc de baie.

☺ Dacă totuși vrei să faci o baie, umple cada doar pe jumătate.

☺ Dacă locuiești la casă, udă grădina lent pentru ca aceasta să poată absorbi umezeala.

☺ Niciodată nu uda grădina pe timp de vânt.

☺ Dacă locuiești la casă, în timpul lunilor calde, udă grădina de dimineața sau seara pentru a diminua procesul de evaporare.

☺ Dacă știi cum, repară scurgerile de apă din casă! Sau roagă pe cineva să te ajute. Verifică toate robinetele și dispozitivele pentru apă, ca să eviți scurgerile și pentru a reduce mari cantități de apă irosită.

☺ Dacă ești curajos să iei inițiativa pe termen lung, instalează robinete care reduc consumul de apă, atât la chiuvetă, cât și la duș. În timp, economisirile pe care le realizezi acoperă costul inițial al noilor robinete.



Păstrează apa mai curată!

Nu este important doar să reducem consumul de apă, ci și să păstrăm calitatea ei.

- 🕒 Înlocuiește produsele de curățat și detergenții clasici cu alternative biodegradabile.
- 🕒 Nu vărsa grăsimi sau substanțe toxice în chiuveta din bucătărie. Informează-te despre cum le poți arunca în siguranță, fără să dăunezi mediului.
- 🕒 Nu folosi toaleta pe post de coș de gunoi; nu arunca în ea vată, scutece de copii sau alte produse non-degradabile.



Fă o schimbare la școală!

Contribuie la reducerea deșeurilor produse la școală!

- 🕒 Folosește mai puțină hârtie! Spre exemplu, în loc să începi o pagină nouă pentru fiecare exercițiu, trage o linie și continuă pe aceeași pagină.
- 🕒 Gândește-te de două ori înainte să printezi; dacă ai într-adevăr nevoie de un document, folosește ambele fețe ale hârtiei.
- 🕒 Când iei prânzul la școală, nu folosi recipiente de unică folosință.
- 🕒 Folosește întotdeauna ambele părți ale foii de hârtie, înainte de a o recicla sau a o arunca.
- 🕒 Folosește pixuri sau stilouri reîncărcabile, în loc de cele de unică folosință.
- 🕒 Folosește un recipient de apă care poate fi reumplut zilnic. Nu folosi sticle de unică folosință.
- 🕒 Creează un colț al reciclării în sala de clasă unde poate fi pusă hârtia ce mai poate fi folosită și pentru a colecta hârtia pentru reciclat.
- 🕒 Implică-te în crearea unui sistem pentru colectarea hârtiilor de la toate clasele. Această hârtie poate fi dusă apoi la un centru de colectare, la sfârșitul fiecărei săptămâni sau luni.



Ș T I A T I C Ă ?

- ▶ Energia economisită dintr-o singură sticlă reciclată ar putea alimenta un TV timp de 20 de minute sau un bec timp de 4 ore?
- ▶ Fiecare sticlă de 1,5 l de coca-cola reciclată economisește destulă energie pentru a alimenta un bec de 60 W timp de 6 ore?
- ▶ Dacă o familie obișnuită ar recicla toate recipientele din sticlă folosite timp de un an, energia economisită ar putea alimenta TV-ul lor cca 100 de ore?
- ▶ Un monitor de PC lăsat aprins toată noaptea folosește destulă energie electrică pentru a imprima cu laser 800 de pagini A4?
- ▶ Un bec economic reduce consumul de electricitate cu 80% față de un bec normal?
- ▶ 25% din ce aruncăm fiecare este hârtie sau carton?
- ▶ Cutiile și foliile de aluminiu reprezintă cam 2% din deșeurile domestice ca volum, dar aproape 25% din deșeurile reciclabile?
- ▶ Dacă ați aduna tot gunoiul pe care îl produceți într-un an, ar cântări de 10 ori mai mult decât dumneavoastră?
- ▶ Reciclând 1 kg de aluminiu se salvează 8 kg de bauxită, 4 kg de chimicale și 14 kwh de electricitate?
- ▶ O mașină obișnuită produce într-un an 3 tone de dioxid de carbon care se evaporă în atmosferă?
- ▶ În trafic greoi, nivelul de poluare este de 2-3 ori mai mare înăuntrul mașinii decât afară?
- ▶ O familie obișnuită poate economisi până la 68 000 litri de apă pe an închizând robinetul în timpul spălării vaselor, spălatului pe dinți sau spălării mașinii?

Ș T I A T I C Ă ?

- ▶ Un recipient de dimensiunea unei cărămizi, pus în rezervorul vasului de toaletă reduce consumul de apă cu 15-40 %, circa doi litri la o folosire?
- ▶ Făcutul de duș în loc de baie într-o săptămână ar economisi atâta apă cât să ajungă pentru 1000 de cești de cafea?
- ▶ O stropitoare de grădină folosește de două ori mai multă apă într-o oră decât o familie de 4 persoane într-o zi?
- ▶ Spălarea vaselor manual necesită cu 37% mai puțină apă decât cu mașina de spălat vase?
- ▶ Un robinet defect (din care curge o picătură de apă pe secundă) pierde 25 litri de apă pe zi, lucru ce nu numai că risipește apa, dar și energia folosită pentru a face acea cantitate de apă potabilă?
- ▶ Două bidoane de 2 litri umplute cu apă puse în rezervorul vasului de toaletă reduc consumul de apă cu 20%?
- ▶ Sticlele de plastic nu se biodegradează complet niciodată; se descompun în granule care sunt mâncate de diverse viețuitoare ca pești, păsări sau viermi, și rămân în stomacul lor până mor?
- ▶ Gunoaiele de pe plajă ca ace, cioburi sau deșeuri toxice pot fi periculoase pentru oameni și animale.
- ▶ Tot ce este spălat de ploi se scurge direct în ocean (gunoi, resturi, ulei folosit, scurgeri din canalizare, chimicale toxice, pesticide, etc.)?
- ▶ Un sfert de litru de ulei de motor contaminează 100 000 litri de apă



CE NE DORIM?

1. Instalarea de coșuri de gunoi în spații publice la distanțe mai mici (din 20 în 20 m).
2. Să se realizeze colectarea selectivă chiar de acasă sau la școală!
3. Construirea de case ecologice în număr cât mai mare folosind materii prime care au perioada de descompunere mai mare (ex. cauciucuri/pneuri, sticlă).



4. Înlocuirea caietelor cu tablete care să se încarce cu ajutorul energiei cinetice proprii (mișcarea corpului în timpul pauzelor).
5. Introducerea ca disciplină de studiu "Protecția mediului" încă din ciclul primar.
6. Protejarea resurselor neregenerabile și aplicarea unor sancțiuni mult mai drastice pentru cei care încalcă Legea Protecției Mediului.
7. Inițierea mai multor activități extrașcolare sau tabere de vară în care tinerii să învețe să utilizeze materiale (ne)reciclabile în construirea de obiecte uzuale, cu folosință casnică.
8. Să se realizeze deplasările cu mij-

loacele de transport în comun și nu cu mașina personală, dacă există această posibilitate, pentru a stopa poluarea aerului în orașe.

9. Deplasarea cu bicicleta de la casă către școală/serviciu și înapoi să fie recompensată anual printr-un stimulent.
10. Plantarea de perdele forestiere în zonele afectate de secetă.

11. Fiecare familie să planteze la nașterea unui copil un arbore.

12. Utilizarea eolienei, a panourilor solare și instalațiilor geotermale pentru obținerea de căldură și electricitate în instituțiile publice: școli, spitale, policlinici, primării, etc. pentru reducerea cheltuielilor ce se datorează încălzirii cu resurse neregenerabile (cărbune, lemn, gaze, păcură, etc).

13. Înființarea unor patrulare la nivelul localităților care să urmărească starea permanentă de igienizare și de menținerea a curățeniei localității. În cazul observării unor abateri de la normele etice privind protecția mediului, persoanele găsite vinovate să presteze muncă în folosul comunității.

14. Crearea de spații de joacă pentru copii realizate din materiale reciclabile: pneuri, carton, PET etc.



Titlul programului: "Tineret în acțiune"

Proiect "O viață mai verde"

Editorul materialului:
Asociația "Voluntariat pentru viață"
Mărășești - Vrancea



Proiectul "O viață mai verde"

Proiect finanțat de Comisia Europeană prin programul "Tineret în acțiune", program implementat de A.N.P.C.D.E.F.P – Acțiunea 1.2 "Inițiative ale tinerilor".

Mai multe despre Programul Tineret în Acțiune găsiți la www.tinact.ro

Editat de Asociația "Voluntariat pentru viață" Mărășești - Vrancea.

www.voluntaryforlife.ro / <https://www.facebook.com/groups/278215079005072/>

Publicat în noiembrie 2014.

Această publicație (comunicare) reflectă numai punctul de vedere al autorului și Comisia Europeană nu este responsabilă pentru eventuala utilizare a informațiilor pe care le conține.