

ЕКОЛОГІЧНИЙ
ВСЕОБУЧ

ЦЕ МОЖЕ ЗРОБИТИ КОЖЕН



Тернопіль - 2012

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЕКОЛОГО-НАТУРАЛІСТИЧНИЙ
ЦЕНТР УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

**ЦЕ МОЖЕ ЗРОБИТИ
КОЖЕН
(ЕКОЛОГІЧНИЙ ВСЕОБУЧ)**

Тернопіль - 2012

Це збірка рекомендацій для людей, які прагнуть зробити свій внесок в охорону довкілля та збереження ресурсів нашої планети. Поради будуть цікаві для всіх, хто любить природу і прагне жити в гармонії з нею.

Книжка розрахована на широке коло читачів.

Рекомендовано до друку методичною радою обласного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді (протокол № 3 від 06. 09. 2012р.)

Рецензенти: заступник директора по навчальній частині Тернопільського обласного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді Кухарська Т.А.

Підготувала: методист Тернопільського обласного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді Березіцька М.М.

Відповідальний за випуск: директор Тернопільського обласного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді Герц І.І.

ВСТУП

Людство вступило в епоху не тільки бурхливого розвитку науки техніки, а й негативних наслідків науково-технічної революції та демографічного вибуху. Неконтрольоване зростання населення Землі, кількість якого вже перевищила критичну межу, дедалі більше забруднення атмосфери, гідросфери та літосфери, накопичення величезних обсягів відходів людської діяльності при одночасному виснаженні майже всіх видів природних ресурсів призвели до розвитку глобальної екологічної кризи. Біосфера сьогодні вже не спроможна само очищуватися, саморегулюватися й самовідновлюватися – вона дедалі активніше деградує. Людству загрожує вимирання, якщо суспільство терміново не змінить свого ставлення до природи, не змінить стилю своєї діяльності й існування. Людству потрібні нова філософія життя, висока екологічна культура й свідомість.

Екологічна криза все більше нівечить природу нашої країни. Загинули сотні малих річок, деградують Чорне й Азовське моря, перетворюються на стічні брудні відстійники дніпровські та інші водосховища, ставки й озера. Задихаються від промислових і транспортних забруднень міста, знищуються ліси, забруднюються, виснажуються й деградують орні землі.

Настав час зупинитись і керуватись в наших діях правилами екологічного гуманізму. Основна його ідея – людина є лише частиною природи і космосу, із законами й силами яких вона повинна рахуватися. Не владарювати над природою, а співпрацювати з нею, бути не «царем природи», а її невіддільною часткою.

Море складається з крапель. Змінити ситуацію можна зусиллями кожного з нас. Достатньо зрозуміти, що навіть незначний, на перший погляд, внесок у справу довкілля має величезну цінність. Всього дві-три нові звички зроблять наше

життя більш якісним з меншим використанням природних ресурсів. Ми частина природи і екологія має стати нормою життя. Піклуючись про довкілля, ми дбаємо про збереження життя на Землі та здорове майбутнє наступних поколінь.

Хотілося б, щоб кожен з нас пам'ятав слова римського мислителя Сенеки, сказані ще в IV ст. н. е.: «Жити щасливо і жити в злагоді з природою – одне й те саме».



ЕКОНОМТЕ ВОДУ !

Економте воду. Третина води в побуті витрачається марно.

При нинішніх темпах споживання питної води людству вистачить її лише на 50 років. Закривайте крани туго – несправний кран за добу може «накапати» від 30 до 200 літрів води!

Використовуйте менший струмінь води. При сильному струмені за хвилину витікає 10-15 літрів.

Віддавайте перевагу економній сантехніці. Наприклад, за кожен злив унітазу витрачається понад 11 літрів води. Придбавши унітаз з двома режимами зливу (подвійна кнопка на бачку), ви щомісяця економите 200 літрів води. Обирайте ричагові змішувачі – вони швидше змішують воду, ніж змішувачі з двома кранами. Отже, підбираючи температуру, менше води витече марно.

Не полощіть білизну під проточною водою й вимикайте воду на якийсь час, коли чистите зуби. Щоб сполоснути рота досить склянки води.

Не мийте посуд під проточною водою. Якщо мити посуд у раковині, води йде у чотири-п'ять разів менше. Якщо змога, користуйтеся посудомийною машиною, так ви зекономите близько восьми тисяч літрів води на рік.

Не розморожуйте продукти під проточною водою. Перекладіть їх заздалегідь з морозильної камери в холодильник.

Приймайте душ, а не ванну. Таким чином ви зменшите використання води у п'ять-сім разів. Зекономити воду також можна з використанням економічного розсіювача з меншим діаметром отворів.

ЕКОНОМТЕ ЕЛЕКТРОЕНЕРГІЮ !

Енергозбереження – це єдиний шлях для скорочення темпів видобутку корисних копалин.

Використовуйте енергозберігаючі лампочки та побутову техніку класу А.

Вимикайте комп'ютерну та побутову техніку з розетки. Багато електроприладів продовжують використовувати невелику кількість електрики, навіть коли вони вимкнені. Така «фантомна напруга» підвищує енергоспоживання на декілька ват на годину.

Від'єднуйте від електромережі також зарядні пристрої. Наприклад, зарядки для мобільних телефонів споживають близько 5 Вт, а в «холостому режимі» (якщо телефони заряджено або відключено) – близько 300 мВт.

Використовуйте залишкове тепло електроконфорок при приготуванні їжі: вимикайте їх трохи раніше, ніж блюдо буде готове.

Користуючись електродуховкою, посудомийною та пральною машиною, намагайтеся, аби вони були повністю завантажені.

Користуючись електрочайником, нагрівайте стільки води, скільки вам наразі необхідно.

Максимально використовуйте природне освітлення й обов'язково вимикайте світло в порожніх приміщеннях.



ЕКОНОМТЕ ТЕПЛО!

Використовуйте сучасні технології енергозбереження, які дозволяють економити теплову енергію та зменшити витрати на опалення. Наприклад, установка терморегуляторів на радіаторах, дозволяє на 20% зменшити витрати на опалення квартири або приватного будинку.

Утепліть вікна та двері. Це дозволить зекономити тепло й відмовитись від електрообігрівачів.

СТАНЬТЕ ЕКО - СПОЖИВАЧЕМ!

Не купуйте зайвого. Зменшуйте кількість непотребу, купуючи лише те, що вам справді необхідно.

Віддавайте перевагу товарам лише у екологічній упаковці. Сік чи молоко краще купувати в картонному пакеті, ніж у пластиковому (термін розкладання пластику – до 400 років!). В основу упаковки покладений картон, що виготовляють з відновлювального природного ресурсу – деревини. Така упаковка не шкодить лісам і набагато менше впливає на ґрунт, ґрунтові води, атмосферу та клімат умілому. Також вона підлягає переробці на 100%: з деревинного волокна роблять вторинний папір та картон, а з суміші алюмінію та поліетилену, що залишився після вилучення волокна, формують гранули, з яких надалі виробляють пластикові вироби.

Непотрібний одяг та інші речі віддавайте нужденним (дитячі будинки, притулки). Піддаючись «шаленому шопінгу» майже 90% жінок купують речі, які потім роками висять на вішалках.

Якщо у вашому дворі вже проводиться роздільне збирання відходів, викидайте сміття попередньо його відсортувавши. Переробці підлягають тільки роздільно зібрані відходи!

Якщо роздільне збирання відходів у вашому дворі відсутнє, то використані вироби зі скла, пластику, металу, а також макулатуру, здавайте до пунктів прийому вторинної сировини. 60 кг макулатури рятує ціле дерево! Знайте, ви маєте право звернутися до ЖЕКів, ОСББ, ОСН, та ЖБК, а також до районної адміністрації з вимогою впровадження роздільного збирання відходів (забезпечення роздільного збирання є обов'язковим за законом України №1825-VI від 21.01.2010р.).

У розвинених країнах відходи підлягають обов'язковому сортуванню. З них вилучають і відправляють переробку пластмасу, поліетилен, гуму, скло, папір і метали, а з органічних решток роблять компост або біогаз. Таким чином, на вторинну переробку йде до 80% об'єму побутових відходів! Проте це можливо тільки у разі впровадження системи роздільного збирання відходів. В іншому разі все це потрапляє на сміттєзвалища. Приміром, загальна площа сміттєзвалищ в Україні майже дорівнює площі національних парків.

Відмовтесь від одноразових речей. Наприклад, замість поліетиленових пакетів використовуйте господарські сумки. За рік для доставки продуктів з супермаркету родина з чотирьох осіб купує у касира приблизно 160 пакетів!

Використовуйте багатозарядні акумулятори з низьким вмістом ртуті. Одна викинута на смітник батарейка забруднює важкими металами 20 квадратних метрів землі!

Віддавайте перевагу виробам з вторинної сировини. Наприклад, купуючи такий туалетний папір, сім'я з трьох-чотирьох осіб може за рік зберегти одне дерево. Більше 1000 гектарів лісів щорічно «відправляють» до каналізації!

Віддавайте перевагу органічним й екологічним миючим засобам, до складу яких входять виключно натуральні й безпечні для людей і довкілля компоненти. Якщо ви не готові повністю відмовитись від токсичної хімії, використовуйте засоби, в яких

вміст ПАР (поверхнево-активних речовин небезпечних для здоров'я та довкілля) не перевищує 5%.

Якщо можна, замість хімічних користуйтеся природними засобами для миття та чистки – харчова сода, оцет, господарське мило, сік лимону тощо.

Відмовтесь від аерозольних засобів з хлорофторовуглецевими речовинами (позначаються на упаковці, як CFC), а з пральних порошоків віддавайте перевагу тим, що не містять фосфатів.

Віддавайте перевагу продуктам місцевого виробництва, адже так ви не сплачуєте додаткові кошти за їх транспортування і допомагаєте зменшити забруднення довкілля.

Використовуйте всі можливості зекономити паливе вашого автомобіля: на короткі відстані намагайтесь ходити пішки, коли це можливо, подорожуйте велосипедом, слідкуйте за справністю авто. Приміром, правильний тиск у шинах дозволяє скоротити витрати пального на 10%.

Якщо можна, користуйтеся громадським електротранспортом, адже він більш безпечний для довкілля, аніж автомобільний.



БЕРЕЖІТЬ ПРИРОДУ!

Відпочиваючи на природі, віддавайте перевагу багаторазовому пластмасовому або залізному посуду. Компромісний варіант – посуд з вторинного картону, який можна спалити.

Замість неекологічного миття посуду за допомогою хімічних засобів у водоймищі, можна використовувати старі перевірені – пісок, гілочки хвоща або осоки. В особливих випадках використовуйте господарське мило.

Якщо вибір все ж припав на рідкі засоби для миття посуду, виливайте залишки води у ґрунт подалі від берега.

Органічні харчові відходи залишайте в лісі для природного процесу розкладання. Викопайте яму спеціально для харчових відходів, а перед від'їздом засипте її землею.

Сміття, що не можна палити (поліетилен, гума, пластикові пляшки, залізні банки, скло), вивозьте з лісу до найближчого контейнера.

Не бийте скляні пляшки, адже скло фактично є лупою і може зумовити пожежу.

Обов'язково гасіть недопалки та спалюйте їх у вогнищі. За звичкою курці кидають їх під ноги, не знаючи, що недопалки вкрай отруйні, а термін їх розкладання – кілька десятків років.

ФАКТИ

Якщо всі мешканці Землі будуть використовувати ресурси так, як мешканці України, то для збереження їхньої життєдіяльності знадобиться 1,3 планети.

Питомі норми водоспоживання України перевищують аналогічні показники розвинених країн в 1,5-2 рази і становлять понад 300 літрів на добу на одну особу.

В Україні житлово-комунальне господарство споживає у 6-7 разів більше енергоресурсів, ніж в ЄС, що становить третину від усього споживання.

На кожен долар ВВП Україна споживає удвічі більше енергії ніж Німеччина.

Тільки офіційно зареєстровані звалища та полігони твердих побутових відходів сьогодні займають 4,2% території України, тоді як заповідники та національні парки – 5%.

В Україні накопичено 18 млрд тонн відходів на території площею 56 тис. гектарів, що дорівнює площі п'яти заповідників Асканія-Нова.



ЗРОБІТЬ СВОЄ ЖИТТЯ «ЗЕЛЕНИМ»

Віддавайте перевагу паперу з вторинної сировини. Частіше користуйтеся опцією двостороннього друку, а документи-чернетки друкуйте на зворотньому боці паперу. Це вдвічі зменшить витрати паперу. Пропагуйте принцип «Не друкуй зайвого! Читай з екрана». Облаштуйте для непотрібних паперів окрему коробку та щомісяця здавайте макулатуру.

Якщо можна, ведіть електронний документообіг.

Люмінесцентні лампи, зламану комп'ютерну та оргтехніку здавайте до спеціалізованих пунктів прийому втор сировини.

Для економії електроенергії максимально використовуйте природне освітлення, виминайте світло у порожніх приміщеннях, купуйте енергозберігаючі лампи та оргтехніку.

Не залишайте електроприлади в режимі очікування, вимикайте їх з мережі після закінчення робочого дня тижня. Не вимкнений комп'ютер за ніч споживає енергію, достатню для друку 800 сторінок на лазерному принтері.

Оптимізуйте використання автотранспорту. Якщо є змога, користуйтеся громадським транспортом. Для зниження кількості переїздів, перельотів використовуйте систему дистанційного спілкування (відео конференції, online-семінари та інші можливості інтернет-спілкування).

Проінформуйте своїх колег про можливості збереження довкілля. Дотримуючись навіть найпростіших рекомендацій, ви допоможете довкіллю й зекономите кошти.

Література

1. Екологія. Вип.3(11):Реф.журн./Всеукраїнська екологічна ліга; Голов. ред. Тимочко Т.В. – К.,2006.
2. Україна. Еколого-економічна збалансованість території. 1:3 000 000. – К.,2005.
3. Україна. Екологічні проблеми природних вод. 1:3 000 000. – К.,2005.
4. Україна. Стійкість природного середовища. 1:3 000 000. – К.,2005.