



Український громадський екологічний кодекс

Це може
зробити кожен



УКРАЇНСЬКИЙ ГРОМАДСЬКИЙ ЕКОЛОГІЧНИЙ КОДЕКС

Український громадський екологічний кодекс – це збірка рекомендацій для людей, які прагнуть зробити свій внесок в охорону довкілля та збереження ресурсів нашої планети. Основний принцип наших порад – це може зробити кожен. Громадський екологічний кодекс розроблено Всеукраїнською екологічною лігою за ініціативи компанії Тетра Пак.



ПРИЄДНУЙТЕСЬ!

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.

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!
- 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.

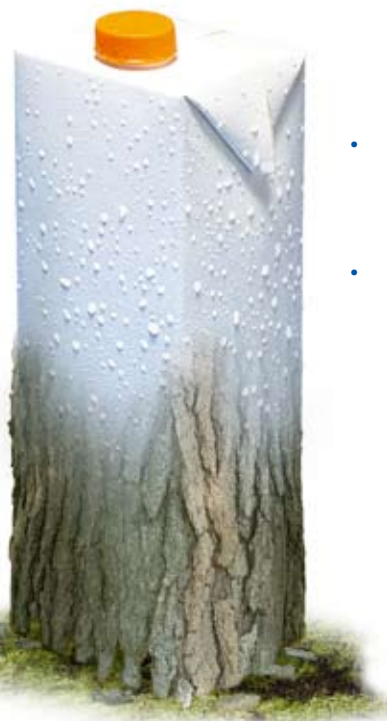
- Не мийте посуд під проточною водою. Якщо мити посуд у раковині, води йде у чотири-п'ять разів менше. Якщо змога, користуйтеся посудомийною машиною, так ви зекономите близько восьми тисяч літрів води на рік.
- Не розморожуйте продукти під проточною водою. Перекладіть їх заздалегідь з морозильної камери в холодильник.
- Приймайте душ, а не ванну. Таким чином ви зменшите використання води у 5-7 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 телефон 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 у порожніх приміщеннях.

ЕКОНОМТЕ ТЕПЛО!

- Використовуйте сучасні технології енергозбереження, які дозволяють економити теплову енергію та зменшити витрати на опалення. Наприклад, установка простого терморегулятора Danfoss у звичайній житловій квартирі, дозволяє на 20% зменшити витрати на опалення!
- Утепліть вікна та двері. Це дозволить зекономити тепло й відмовитись від електрообігрівачів.



ЗРОБІТЬ ОФІС «ЗЕЛЕНИМ»!

- Дотримуючись навіть найпростіших рекомендацій програми «Зелений офіс», ви допоможете довкіллю й зекономите кошти.
- Якщо можна, ведіть електронний документообіг.
- Віддавайте перевагу паперу з вторинної сировини. Частіше користуйтеся опцією двостороннього друку, а документи-чернетки друкуйте на «оборотках». Це вдвічі зменшить витрати паперу. Пропагуйте принцип «Не друкуй зайвого! Читай з екрана». Облаштуйте для непотрібних паперів окрему коробку та щомісяця здавайте макулатуру.
 - Люмінесцентні лампи, зламану комп'ютерну та оргтехніку здавайте до спеціалізованих пунктів прийому вторсировини.
 - Для економії електроенергії максимально використовуйте природне освітлення, вимикайте світло у порожніх приміщеннях, купуйте енергозберігаючі лампи та оргтехніку.
 - Не залишайте електроприлади в режимі очікування, вимикайте їх з мережі після закінчення робочого дня тижня. Невимкнений комп'ютер за ніч споживає енергію, достатню для друку 800 сторінок на лазерному принтері.
 - Проінформуйте своїх колег про можливості збереження довкілля в рамках офісної діяльності та про важливість дотримання правил «Зеленого офісу». Долучайте їх до ресурсозбереження, використовуючи плакати, нагадування, поштові розсилки.

- Оптимізуйте використання автотранспорту для офісних цілей. Якщо є змога, користуйтеся громадським транспортом. Коли Ви дістаєтесь до офісу на авто, кооперуйтеся з колегами, що мешкають неподалік. Для зниження кількості переїздів, перельотів використовуйте систему дистанційного спілкування (відеоконференції, online-семінари та інші можливості інтернет-спілкування).



СТАНЬТЕ ЕКО-СПОЖИВАЧЕМ!

- Не купуйте зайвого. Зменшуйте кількість непотребу, купуючи лише те, що вам справді необхідно.
- Віддавайте перевагу товарам у екологічній упаковці. Сік чи молоко краще купувати в картонному пакеті, ніж у пластиковому (термін розкладання пластику – до 400 років!). Наприклад, в основі упаковки компанії Тетра Пак – картон, що виготовляють з відновлювального природного ресурсу – деревини. Така упаковка не шкодить лісам з відповідальним лісокористуванням і набагато менше впливає на ґрунт, ґрунтові води, атмосферу та клімат уцілому. Також вона підлягає переробці на 100%: з деревинного волокна роблять вторинний папір та картон, а з суміші алюмінію та поліетилену, що залишається після вилучення волокна, формують гранули, з яких надалі виробляють пластикові вироби.
- Непотрібний одяг та інші старі 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 на 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 та довкілля компоненти. Якщо ви не готові повністю відмовитись від токсичної хімії, використовуйте засоби, в яких вміст ПАВ (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 порошків 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 паливо 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 йому 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.



ТІЛЬКИ ФАКТИ

- Якщо всі мешканці Землі будуть використовувати ресурси так, як мешканці України, то для забезпечення їхньої життєдіяльності знадобиться 1,3 планети.
- Питомі норми водоспоживання в Україні 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.



www.ecoleague.net
www.tetrapak.com/ua



Віддруковано на папері, який на 100%
виготовлено з вторинної сировини.
Жодне дерево не постраждало.

Друк: ПП «Тріада +». м. Харків, вул. Киргизька, 19.
Папір: Корпорація «АСС». м. Харків, пров. Динамівський, 4