20 MAŁYCH KROKÓW DO RATOWANIA ZIEMI

22 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Ziemi, czyli najważniejsze święto naszej planety. My jednak jesteśmy zdania, że świętowanie raz w roku to zdecydowanie za mało. Co powiecie na to, by robić małe święto Ziemi codziennie? Przedstawiamy 20 małych kroków, dzięki którym możemy pielęgnować naszą Matkę Ziemię na co dzień.

Święto Ziemi jest więc obchodzone od 50 lat, a do zapoczątkowanych przez Stany Zjednoczone obchodów z biegiem lat dołączały kolejne państwa na całym świecie. Co roku, podczas Międzynarodowego Dnia Ziemi, cały świat mobilizuje się do podjęcia najważniejszych zmian w celu walki o dobrą, ekologiczną przyszłość naszej planety. My chciałybyśmy zachęcić do podejmowania takiej walki codziennie – nie na ogromną, światową skalę – a raczej maleńką, domową, osobistą, a jakże ważną. Proponujemy 20 prostych kroków, dzięki którym możemy pielęgnować naszą Matkę Ziemię na co dzień. Bo żeby zrobić coś wielkiego, trzeba zacząć od najmniejszych nawyków.

1.Oszczędzaj prąd – stare żarówki wymień na LED-y, nie zapalaj niepotrzebnie światła, nieużywane urządzenia wyjmij
z kontaktu, sprawdzaj klasę efektywności energetycznej urządzeń.

2.Nie wyrzucaj, naprawiaj – próbuj samodzielnie naprawiać sprzęty, które już posiadasz, a jeśli to się nie uda, pójdź do specjalisty. Jeszcze do niedawna przemysł naprawiania popsutych rzeczy był bardzo silny – wróćmy do tego!

3.Zwracaj uwagę na swoją dietę – korzystaj z produktów sezonowych, ogranicz konsumpcję mięsa i nabiału, za bazę dania głównego staraj się wybierać rośliny strączkowe, wybieraj lokalne produkty.

4.Oszczędzaj wodę – zamiast kąpieli w wannie weź szybki prysznic, nie wylewaj niepotrzebnie wody, zadbaj o szczelność kranów, zreperuj nieszczelną toaletę (nieszczelna toaleta to strata nawet 757 litrów wody dziennie!).

5.Zrezygnuj z plastiku – całkowicie zrezygnuj z używania jednorazowych, plastikowych rzeczy – słomek, reklamówek, kubeczków, talerzy (mogą rozkładać się od 100 do nawet 400 lat!), nie kupuj napojów w plastikowych butelkach, zamiast
z plastikowych butelek, pij wodę z kranu.

6.Na zakupy weź własną torbę i pojemniki – zamiast pakować owoce i warzywa do plastikowych reklamówek, używaj wielorazowych torebek, w wielu sklepach produkty „na wagę” można pakować do własnych pojemników, wystarczy tylko poprosić o to sprzedawcę.

7.Gotuj ekonomicznie – dzięki gotowaniu „pod przykryciem” możesz ograniczyć straty energii o nawet 30 proc., staraj się piec kilka rzeczy jednocześnie, częściej rób dania jednogarnkowe.

8.Nie marnuj jedzenia – staraj się planować zakupy i posiłki tak, by jedzenie się nie psuło, gotuj w duchu „less waste”, wykorzystuj resztki jedzenia.

9.Kupuj mniej – przemysł odzieżowy jest coraz większym zagrożeniem dla środowiska, a

nadmierna konsumpcja jest głównym powodem postępującej zmiany klimatu, dlatego kupuj ubrania tylko wtedy, gdy są ci naprawdę potrzebne, nie wyrzucaj starych ubrań, naprawiaj je, kupuj rzeczy z drugiej ręki.

10.Zamiast samochodu wybierz rower – gdy zrezygnujesz z samochodu bezpośrednio przyczynisz się do zmniejszenia emisji dwutlenku węgla, pomożesz w walce ze smogiem, a w pakiecie dostaniesz lepszą kondycję fizyczną.

11.Segreguj śmieci – to łatwy do opanowania nawyk, pamiętaj jednak, by robić to w odpowiedni sposób.

12.Nie kupuj chemicznych produktów do czyszczenia – można je zrobić w prosty sposób we własnym domu, wystarczy soda oczyszczona, ocet, sok z cytryny i woda.

13.Kupuj produkty ekologiczne – bambusowa szczoteczka do zębów, biodegradowalne podpaski i tampony, kubeczki menstruacyjne, bawełniane płatki, które można prać, ekologiczne pieluchy, papier toaletowy z recyklingu – to wszystko
i wiele innych ekologicznych produktów jest w zasięgu twojej ręki!

14.Wykorzystuj dobrodziejstwa technologiczne – wybieraj e-faktury, e-booki i bilety elektroniczne, skanuj zamiast drukować, a jeśli musisz coś wydrukować, zrób to dwustronnie.

15.Zamrażaj – mrożenie mięsa, warzyw i gotowych już obiadów to dobry sposób na przygotowanie szybkiego obiadu,
a jednocześnie dbanie o środowisko. Zamrażarka zużywa znacznie mniej energii, gdy znajduje się w niej jedzenie.

16.Miej w domu rośliny – większa liczba roślin w twoim otoczeniu to większa ilość tlenu, a co za tym idzie działanie proekologiczne. A zielony dom, to piękny dom!

17.Kupuj online – w dobie pandemii koronawirusa to jedyne słuszne wyjście, słuszne również pod względem ekologicznym. Kupując online bardziej trzymamy się przygotowanej wcześniej listy zakupów i nie kupujemy niepotrzebnych rzeczy.

18.Pracuj zdalnie – kolejna czynność, dzięki której w dobie pandemii dbamy o środowisko. Gdy jednak wrócimy już
do „normalnej” pracy, w miarę możliwości staraj się o pracować z domu. Zmniejszysz dzięki temu emisję dwutlenku węgla.

19.Wybieraj mydło w kostce – to mały krok, a dzięki niemu możemy zrobić wiele. Mydło w płynie plastikowej butelce
to jedno z najgorszych rozwiązań – szybciej się zużywa i zostawia dużo śmieci. Wybieraj mydło w kostce zawinięte w papier, nie w plastik.

20.Czytaj i ucz się – spróbuj edukować zarówno siebie, jak i innych w kwestiach związanych z ekologicznym życiem. Dzięki temu razem, małymi kroczkami, zrobimy coś wielkiego!