

Święta u ekospryciarzy

“Święta u ekospryciarzy” to pakiet przygotowany do publikacji przed świętami Bożego Narodzenia, czyli od początku grudnia do 24. grudnia.

Pakiet dotyczy zagadnień związanych z ograniczeniem konsumpcji oraz problemem segregacji na 5 frakcji. Na ten zestaw materiałów składają się:

- instrukcja, czyli podpowiedzi, jak użyć poszczególnych artykułów czy grafik
- krótki tekst wstępny zapowiadający serię
- seria 24 krótkich tekstów podzielonych tematycznie: 1-7 (Wielkie porządki u ekospryciarzy), 8-14 (Ekospryciarze dekorują i dają prezenty), 15-21 (Na stole u ekospryciarzy), 22-24 (Ekospryciarze w święta i po świętach).
- 4 grafiki do serii tematycznych.
- grafiki do serii tematycznych z numeracją.

“Święta u ekospryciarzy” to materiały edukacyjne (artykuły, grafiki etc.) dotyczące segregowania odpadów i ochrony środowiska przygotowane przez ekspertów RLG. Możesz użyć ich bezpłatnie w swojej firmie. Więcej znajdziesz na [RLG SOFT](http://www.rlgsoft.pl).

Przy publikacji prosimy o podanie źródła materiałów: RLG, www.rlgsoft.pl

Jak użyć materiałów?

Materiały wspierają odbiorcę w przygotowaniu do obchodów świąt Bożego Narodzenia. Mogą być publikowane między 1. a 24. grudnia w następujących wariantach:

- na początku każdego tygodnia grudnia jednotygodniowa seria 7 porad, z dodatkowymi trzema tuż przed świętami
- po jednej wskazówce dziennie, z kumulacją trzech w piątek (tj. razem z poradami na sobotę i niedzielę) lub z dodatkowymi wskazówkami publikowanymi po południu od środy
- jako jeden tekst opublikowany przed świętami.

Każdej serii towarzyszy inna grafika tematyczna. W przypadku publikacji codziennej należy wykorzystać pakiet grafik z numeracją.



Przy publikacji prosimy o podanie źródła materiałów: RLG, www.rlgsoft.pl

Święta u ekospryciarzy

Święta to piękny czas, w trakcie którego nie chcemy narzucać sobie jakichkolwiek ograniczeń. To ma być okres inny niż codzienność - mamy sobie nareszcie dogodzić. Tyle że można to zrobić sprytnie, bo z szacunkiem do własnego portfela (czyt. eko-nomicznie), a przy okazji również środowiska (eko-logicznie).

Chcesz świętować, ale też odpocząć? Rozpieszczać siebie, domowników i gości, ale nie doprowadzić do ruiny domowego budżetu i bez wyrzutów sumienia spoglądając na stertę odpadów? Wypróbuj sprytnie patenty na świętowanie Gwiazdki.



Wielkie porządki u ekospryciarzy

1. Rozplanuj pracę na trzy przedświąteczne tygodnie, przesuając się sukcesywnie po pomieszczeniach, zamiast łąpać się za wszystko naraz tuż przed świętami. Nie masz siły na wykonanie planu w dni robocze? Nastaw timer w telefonie na 10 minut i sprawdź, ile uda Ci się osiągnąć w takim czasie. A kartkę z już zrealizowanymi zadaniami wrzuć do niebieskiego pojemnika na papier.
2. Jeśli masz pod ręką stary ręcznik czy koszulkę, zamiast wyrzucać te tkaniny do kosza, potnij je na wygodne kawałki i użyj zamiast kuchennych ręczników papierowych lub gąbeczki do zmywania. A po porządkach wrzuć je do pralki. Posłużą Ci jeszcze długo. Jeśli jednak zdecydujesz się korzystać z papierowego ręcznika, pamiętaj, trzeba go wrzucić do czarnego pojemnika na odpady zmieszane. Niestety, nie nadaje się do recyklingu.
3. Zachowaj butelkę po płynie do mycia okien. Wypełnij ją przygotowanym w domu środkiem czystości, np. 1 szklanką ciepłej wody zmieszaną z ¼ szklanki octu i kilkoma kroplami olejku eterycznego. W ten sposób zaoszczędzisz na detergentach. W Internecie znajdziesz wiele przepisów na środki czystości z użyciem składników, które masz pod ręką. Kiedy butelka nie będzie Ci już potrzebna, wrzuć ją do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne i metale.
4. Narzekasz na zbyt mało miejsca w mieszkaniu? Może czas pozbyć się przedmiotów, które albo dublują funkcję innych albo po prostu nie są Ci już potrzebne. Oddaj je potrzebującym, np. zostawiając w różnych "podzielnich", czyli miejscach do dzielenia się rzeczami. Jeśli są zepsute - pozbadź się ich. Np. porwane silikonowe foremki wyrzuć do czarnego pojemnika na odpady zmieszane, a nadwyżkę

metalowych pokrywek od słoików - do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne i metale.

5. W kuchennych szafkach większość z nas znajdzie przeterminowane produkty. Niektóre nadal nadają się do spożycia, ale te, które zmieniły smak lub kolor, należy wyrzucić. Żywność pochodzenia roślinnego wrzucić do brązowego pojemnika na bioodpady, a tę pochodzenia zwierzęcego - do czarnego pojemnika na odpady zmieszane. Zdobytą w ten sposób przestrzeń wykorzystaj na ułożenie produktów tak, aby więcej nie zniknęły Ci z oczu.
6. Stary odkurzacz ledwo działa? Piekarnik słabo się nagrzewa, zżerając przy tym mnóstwo prądu? Przyszedł czas na naprawę lub wymianę zużytego sprzętu. Stary zawieź do PSZOK-u, czyli Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, którego adres znajdziesz na stronie gminy. A nowy kup mądrze - wybierz sprzęt o mniejszym zużyciu energii elektrycznej, a może także ten, który... zrobi coś za Ciebie (np. automatyczny odkurzacz).
7. Przejrzyj szuflady z kablami, zepsutymi słuchawkami i starymi telefonami... a potem zabierz te sprzęty do kontenera na elektroodpady. Możesz je też oddać przy okazji zakupów, w sklepie z elektroniką o powierzchni sprzedaży pow. 400m² - tylko pamiętaj, że pozbędziesz się w ten sposób małego sprzętu, którego żaden wymiar nie przekracza 25 cm.



Ekospryciarze dekorują i... dają prezenty

8. Samodzielnie zrób dekoracje świąteczne: włóż do szklanego naczynia bombki i lampki, które już masz pod ręką; do znalezionych lub kupionych gałązek dodaj ozdoby choinkowe albo pierniczki. Pamiętaj, żeby wysuszone i niepotrzebne już odpady zielone ostatecznie wyrzucić do brązowego pojemnika na bioodpady, a pobite bombki, nawet te szklane, do czarnego pojemnika na odpady zmieszane.
9. Wypróbuj patenty na bezodpadowe pakowanie prezentów: wykorzystaj papierowe torby, które zostały Ci z poprzednich Świąt (jeśli się podarły, wrzucić je do niebieskiego pojemnika na papier, chyba że są powleczone z obu stron folią, wtedy wyrzucić je do czarnego pojemnika na odpady zmieszane); sprawdź w sieci, co to furoshiki, i sięgnij po ozdobną apaszkę lub ściereczkę; uszyj lub zaopatrz się w wielorazowe worki na prezenty z imionami domowników.

10. Ekospryciarze nie dają się nabrać na sztucznie wykreowane potrzeby 😊 Przemysł więc dobrze zakup, zanim wybierzesz największą dostępną choinkę. Zajmuje sporo miejsca i kończy jako odpad - naturalna po pocięciu nadaje się do większego kompostownika, w bloku zbierana jest często w altanie śmietnikowej w ramach specjalnej akcji; sztuczna, jeśli już wysłuży swoje lata, skończy w czarnym kontenerze na odpady zmieszane. Może lepiej kupić mniejsze, symboliczne drzewko? Przygotować ozdobę w kształcie choinki z tego, co masz pod ręką?
11. Poproś wszystkich gości, których chcesz obdarować, o spisanie listy prezentowych życzeń. Wówczas każdy otrzyma to, co sobie wymarzył. Twoi goście wolą niespodzianki? Postaw może na wejściówki, bilety i vouchery - pozostawią po sobie jedynie (aż!) wspaniałe wspomnienia i tylko jeden odpad: papierowy kartonik lub wydruk, który jeśli trafi do niebieskiego pojemnika, zyska szansę na kolejne "życie".
12. Przejrzyj uważnie listę prezentów zamieszczoną w liście dzieci do Mikołaja. Niektóre punkty możesz usunąć, nie sięgając wcale do kieszeni. Jaś chce przeczytać kolejną książkę z ulubionej serii? Zaprowadź go do biblioteki, gdzie znajdzie wszystkie tomy - a przy okazji może nawet odkryje nowe, wspaniałe pozycje? Marta marzy o smartfonie? Zapytaj rodzinę, czy ktoś nie ma przypadkiem w szufladzie od dawna nieużywanego aparatu, który chętnie by sprezentował dziewczynce. Sięgaj po rzeczy z drugiej ręki - za darmo dostaniesz je w różnych lokalnych dzielnicach, a za dużo mniejsze pieniądze niż w zwykłym sklepie znajdziesz je w portalach i aplikacjach, gdzie inni oferują to, co już im nie potrzebne.
13. Uwielbiasz sprawiać radość prezentami? Nie bój się kupować rzeczy praktycznych - one też wywołają uśmiech. W anglosaskim kręgu kulturowym dzieciaki często otrzymują pakiet złożony z rzeczy, których 1. pragną 2. potrzebują 3. mogą na siebie nałożyć 4. mogą przeczytać. W ten sposób członkowie rodziny z jednej strony mogą spełnić jedno marzenie dziecka, a z drugiej - mają szansę nauczyć wartości rzeczy, których na co dzień nie doceniamy. Takie ubranie, ręcznik czy pościel mogą być wyjątkowej jakości albo z ulubionym przez dziecko motywem - zrobią więc odpowiednie wrażenie, a jednocześnie nie wylądują zaraz w czarnym pojemniku na odpady zmieszane jak wymarzona zabawka, która się po kilku dniach znudziła.
14. Co zrobić ze stertą pozostałą po odpakowaniu prezentów? Kokardki, sznurki i wstążki, a także torby i torebki odłóż na następny rok. Kartony zgnieć i wyrzucić do niebieskiego pojemnika na papier, plastikowe opakowania i folie - do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne. Zwykle styropian, np. po ociekającym olejem śledziu, wyrzucisz do czarnego pojemnika na odpady zmieszane, ale ten użyty do pakowania np. sprzętu komputerowego i RTV czy innych delikatnych przedmiotów wrzucić do żółtego pojemnika - taki surowiec może zostać przetworzony.



Na stole u ekospryciarzy

15. Ekospryciarze zamiast przygotowywać jedzenie “na oko”, starannie planują menu. To sprawia, że mogą łatwo obliczyć, ile czego potrzebują, i nie marnują tyle żywności. Jak iść w ich ślady? Opracuj menu świąteczne z uwzględnieniem liczby gości (np. na obiedzie w pierwszy dzień świąt będzie 7 osób, więc każdy powinien zjeść po trzy faszerowane pieczarki). Lepiej zaniżyć ilość zakładanej konsumpcji i uzupełnić ją deserem, który dłużej pozostanie zdatny do zjedzenia, np. taki piernik czy keks (lub owoce czy orzechy) będą nadawały się do uzupełnienia ilości potrzebnych kalorii, a jednocześnie przetrwają w spiżarni dużo dłużej. Pamiętaj, że zmarnowanie jedzenia to co roku ogromny koszt - i dla Ciebie, i dla środowiska. Roślinne resztki (np. zepsute owoce czy warzywa) zawsze wyrzucaj do brązowego pojemnika na bioodpady, a te zwierzęce (np. ości ryb, nabiał czy niedojedzone wędliny) - do czarnego na odpady zmieszane.
16. Idąc na zakupy, oprócz listy weź ze sobą woreczki do ważenia warzyw i owoców, a także więcej wielorazowych toreb - ekospryciarze wiedzą, że jedna w szale przedświątecznych zakupów nie starczy. Pęknięte reklamówki i foliowe “zrywki” wyrzucisz do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne i metale, ale dalej takie marnotrawienie surowców to ogromny koszt dla środowiska, a przy okazji Twojej kieszeni. Najlepiej zaopatrzyć się także w wielorazowe torebki na pieczywo.
17. W święta nie kupujemy na bieżąco świeżego pieczywa, a zapas, niestety, dość szybko się psuje. Co zrobić, żeby nie wyrzucać dużej ilości suchego chleba czy bułek do brązowego pojemnika na bioodpady? Kup krojony chleb i zamroź, potem na bieżąco możesz rozmrażać po kilka kromek. Jeśli kupisz taki chleb w foliowym opakowaniu, pamiętaj, aby wrzucić go do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne. Natomiast z czerstwych bułek można zrobić bułkę tartą, wystarczy poczekać, aż bułka stwardnieje, i zetrzeć ją na tarce. Chleb można wykorzystać w różnych przepisach, np. obsmażyć w jajku lub jak pakorę w sosie z mąki z ciecierzycy.
18. Papier do pieczenia świątecznych pierniczków trzeba wyrzucić do czarnego pojemnika na odpady zmieszane. Ale wystarczy posypać blachę mąką, aby pozbyć się takiego odpadu. Folię aluminiową, którą po użyciu należałoby wrzucić do żółtego

pojemnika na tworzywa sztuczne i metale, można raz na zawsze zastąpić naczyniem żaroodpornym z pokrywką. Jeśli nie lubisz szorować wałka, do rozwałkowania ciasta na pierogi użyj szklanej butelki albo słoika, które możesz potem wyrzucić do zielonego pojemnika na szkło.

19. Targanie ze sklepu napojów dla dużej liczby gości nie jest przyjemne, tak jak wynoszenie napchanego do granic możliwości żółtego worka z pustymi butelkami PET. Lepiej zastanowić się, jak odjąć sobie wysiłku. Na rynku są dostępne urządzenia do nagazowywania wody, czyli tzw. syfony, a dla tych, których nie interesują same bąbelki - specjalne naturalne syropy, które po rozcieńczeniu smakują jak napoje kupowane w dużych butelkach PET. Co ciekawe, w niektórych sklepach można również dostać koncentrat soku jabłkowego, z którego można przyrządzić taki sam sok, który jest dostępny na sklepowej półce już w postaci rozcieńczonej. Jeśli jednak zdecydujesz się na sok w kartonie, pamiętaj, żeby puste opakowanie po nim wyrzucić do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne i metale, bo taki "karton" zawiera w sobie różne materiały i nie może trafić do niebieskiego pojemnika na papier.
20. Resztki ze stołu możesz zamrozić. Dojadanie potraw tuż po świętach nie jest łatwe, ale odmrożona po miesiącu kapusta z grzybami świetnie się sprawdzi jako lunch do pracy. Sprawdź w sieci, co możesz przechowywać w zamrażarce i jak długo jest to bezpieczne.
21. Nie każdy lubi gotować, niektórzy w ogóle tego nie potrafią, a jeszcze inni zwyczajnie nie mają czasu. W sukurs przychodzą im firmy cateringowe, które muszą starannie dbać o higienę i pakują jedzenie w stos różnych opakowań. Pamiętaj, że jeśli z opakowania wylewa się tłuszcz, jest ono mocno zabrudzone żywnością, należy wyrzucić je do czarnego pojemnika na odpady zmieszane. Jednak każdy czysty karton powinien trafić do niebieskiego pojemnika na papier, a w miarę czysty plastik - do żółtego pojemnika na tworzywa sztuczne i metale. Serwetki i jednorazowe sztucze, nie nadają się do recyklingu i je również należy wrzucić do czarnego pojemnika.



Ekospryciarze w święta i po świętach

22. Dzielenie się z innymi sprawia nam często wiele radości, ale ma też potencjał nieść pomoc. Jeśli z jakiegoś powodu zebrało się w Twoim domu więcej jedzenia, niż dasz

radę zjeść, albo jeśli podczas przedświątecznych porządków w szafkach znalazło się mnóstwo produktów z krótkim terminem ważności - zanieś ten nadmiar do jadłodzielni. Nie spodobał Ci się prezent, a nie możesz go zwrócić do sklepu? Zamiast odkładać go na półkę, gdzie się tylko będzie kurzył - sprzedaj go lub oddaj. To ważne, aby wytworzone produkty się nie marnowały.

23. Sam(a) jesteś ekospryciarzem lub ekospryciarą? Wymień się pomysłami z rodziną, sąsiadami, przyjaciółmi i współpracownikami. Twoje patenty na niemarnowanie żywności lub ograniczenie konsumpcji mogą wiele pomóc środowisku, na czym przecież sam(a) skorzystasz.
24. Zaplanuj święta tak, aby radość z prezentów i dobrego jedzenia nie była jedyną atrakcją. Dlatego w te święta: wyjdź razem z rodziną na długi spacer w miejsce, do którego zwykle nie zaglądasz z braku czasu; zagraj w karty, Scrabble, pchełki, statki, kółko i krzyżyk albo ulubioną planszówkę - byleby zrobić coś razem ze wszystkimi gośćmi i móc przy tym niespiesznie rozmawiać; zaangażuj wszystkich w przygotowywanie jakiejś potrawy, np. dekorowanie pierników lub lepienie pierogów. Niech to będzie piękny czas. Wesołych Świąt, Ekospryciarze!