Eco-friendly domácnost



Nakupujeme bez obalů

Ruku na srdce – kolik plastových obalů vyprodukuje vaše domácnost za týden, měsíc nebo rok? Ať už jsou to plastové sáčky od pečiva, ovoce nebo zeleniny, obaly od salámů a sýrů, kelímky od jogurtů či nevratné lahve od nápojů, vždycky je co zlepšovat.

Především v generaci takzvaných mileniánů roste trend bezobalového nakupování a zero waste (nulového odpadu). Myslete nejenom na likvidaci jednorázových obalů, ale také na jejich výrobu. I ta totiž stála nemalé množství energie, vody a chemických látek!

Výsledkem skutečně může být nulový odpad, ačkoliv se to běžnému spotřebiteli může zdát jako nápad z říše sci-fi. K dosažení tohoto cíle vede **pyramida pěti důležitých pravidel, tzv. 5R: refuse, reduce, reuse, recykle, rot (přeloženo z angl.: odmítnout, omezit, znovu použít, recyklovat, kompostovat)**. Tedy **odmítnout odpad**, přemýšlet nad tím, co nakupujeme, co potřebujeme, jaký to má obal. Na základě toho můžeme **omezit své potřeby** – ať už se jedná o spotřebu vody, jídla, oblečení, spotřebního zboží atp. **Znovu použijeme věci, které už někdo jiný nepotřebuje třeba prostřednictvím nákupu v second handu či bazaru**, zodpovědným nákupem kvalitního oblečení a zboží celkově. Můžeme naopak **darovat zboží, o něž sami nemáme zájem**. Namísto jednorázových výrobků (plenky, kapesníky, dámské hygienické potřeby atp.) **nakupujeme znovupoužitelné alternativy**. Teprve až na čtvrtém místě je **recyklace toho, co nelze omezit či znovu použít**. Kompostování stojí na vrcholu pomyslné pyramidy a je jakýmsi protipólem popelnice běžně využívané českou domácností.

Zero waste je životní styl, změna myšlení. Rodiny, které se na tuto cestu vydaly, mnohdy nepotřebují vlastní

popelnici. Inspiraci a podrobnější informace najdete např. na stránkách bezpopelnice.cz

S igelitkou to nepůjde

Do „bezobalového“ obchodu míříte s vlastními nádobami (sklenice, sáčky, dózy, plata na vejce atp.), do kterých vám prodavač odměří požadované zboží. V těchto obchodech často narazíte také na obaly od ostatních zákazníků – můžete sem darovat vlastní zavařovací sklenice nebo kartonové boxy na vejce. Pokud tápete a nevíte, kde byste mohli nákup bez obalu vyzkoušet, napoví třeba on-line mapa: *mapa.reduca.cz*.

Říkáte si, proč to všechno podstupovat? Třeba proto, že ušetříte nejenom životní prostředí, ale také svou energii. Čím méně odpadu totiž vyprodukujete, tím méně kroků směrem ke kontejnerům budete muset dělat.

Proč to nezkusit?

Možná budete argumentovat tím, že ve vašem okolí se nenabízí možnost nakupovat bez obalu. Nevadí! I tak si můžete vybrat, zda v nákupním košíku skončí zboží, které je zabaleno nevhodně nebo zbytečně. Místo jednorázových plastových sáčků dostupných na prodejně můžete používat **látkové nebo alespoň papírové pytlíčky**. U nápojů **upřednostňujte vratné obaly**. Pokud nejste spokojeni s kvalitou pitné vody tekoucí z vašeho kohoutku, **zkuste pořídit filtrační konvici**. Ta zbaví vodu nežádoucích látek a vylepší její chuť, vám ušetří tahání lahví z obchodu.

K zero waste ale patří mnohem více věcí než pouhé bezobalové nakupování. Snažte se nahradit používání papírových utěrek, plastového nádobí včetně brček nebo sáčků na led. V poslední době roste trend látkových plenek, nabízí se znovupoužitelné či ekologické hygienické potřeby pro ženy. **Zakoupit můžete také kompostovatelné sáčky do koše vyrobené z kukuřičného škrobu a rostlinných olejů** Jednorázové náklady na znovupoužitelné zboží jsou sice vyšší, ale zase odpadá nutnost hlídat jejich „dostupnost na domácím skladě“, běhání do obchodu. Za pár měsíců se vyrovná i finanční bilance.

Ani kůrka nazmar

Pro šetrnou domácnost je takésamozřejmostí snaha vyhnout se plýtvání potravinami. **Ve spižírně by vám neměly chybět základní ingredience s dlouhou trvanlivostí, ostatní věci nakupujte s rozmyslem.** Pomůže předem naplánovaný jídelníček, ve kterém uplatníte i zbytky z předcházejících dní. **Pokud víte, že některé potraviny už nedokážete zkonzumovat, můžete je rovnou zamrazit nebo věnovat potřebným.** Ve větších městech fungují tzv. sdílené lednice, do kterých můžete neupotřebené potraviny odnést.

Třídím, třídíš, třídíme?

S otázkou bezobalového nakupování úzce souvisí následné třídění použitých obalů a odpadků obecně. **Třídíte poctivě všechny věci, se kterými míříte k odpadkovému koši?** U některých čistých plastů, skla či papíru je to snadné. Jakmile ale věc vyžaduje vymytí nebo např. oddělení částí z jiného materiálu, spousta spotřebitelů raději ušetří čas a svou energii a obal skončí rovnou ve směsném odpadu.

Do žlutých kontejnerů na plasty patří sáčky, folie, plastové tácky a sešlápnuté PET lahve, obaly od pracích a kosmetických přípravků, kelímky od jogurtů atp. Rozhodně by tam neměl končit polystyren, znečištěné obaly od potravin nebo obaly od nebezpečných látek. **Nápojové kartony (mléko, víno, džusy) se vhazují do kontejnerů označených oranžovou nálepkou** a kódem (C/PAP, 81, 84). Do modrého kontejneru patří papírový odpad – časopisy, noviny, knihy i obálky s plastovým okénkem nebo papír s kancelářskými sponkami.

Čisto i bez chemických pomocníků

Propadli jste názoru, že bez desítek speciálních čisticích prostředků nebude vaše domácnost zářit čistotou? Nechte se vyvést z tohoto omylu. **Uklízet zvládnete i s trochou teplé vody a babskými radami** bez škodlivých látek, jako jsou fosfáty, triclosan, ropné deriváty, syntetické vůně, chlo, EDTA, formaldehyd a mnoho dalších.

Díky octu, citronové šťávě a jedlé sodě si poradíte s mastnotou, zápachem i vodním kamenem. Postačí vám vymytý rozprašovač, ve kterém smícháte převařenou vodu, ocet a podle potřeby esenciální olej na ovonění. Ocet nejenom výborně čistí, zároveň dokáže zničit celou řadu patogenů. Potřebuje na to však více času než komerční výrobky. Obecně se doporučuje nechat ocet působit od 15 do 30 minut.

Při používání octu si dejte pozor na jeho bělicí schopnosti. Opatrně s ním zacházejte u kamene (mramor) nebo přírodních dřevěných povrchů. Poškodit může i gumové komponenty – pozor při tolik oblíbeném čištění myček nebo praček, do kterých se hojně doporučuje právě použití octa. Ocet můžete nahradit citronovou šťávou. Nemá tak intenzivní vůni, přitom čistí stejně dobře a dokáže také odstraňovat nepříjemný zápach.

Soda může být alternativou k čisticím pískům. Je velmi jemná, takže nepoškrábe ani citlivé povrchy. Výborně s ní vyčistíte koupelnu, záchod i nerezové příslušenství. Pokud máte doma zvířecího mazlíčka, soda vám pomůže s likvidací nevítaného zápachu. Nasypejte ji na skvrny na koberci, do odpadkového koše nebo zvířecího pelíšku – nechte zhruba 20 minut působit a vysajte.

Jestliže se nechcete s nákupem drogistického zboží rozloučit úplně, zaměřte se na ekologické výrobky. Nejsou škodlivé pro přírodu, často myslí na osoby trpící alergií na kosmetiku, jsou šetrné pro zvířecí mazlíčky. Velká část ekologické kosmetiky se prodává v koncentrovaném stavu a je třeba ji před použitím naředit. Vydrží vám tedy déle a navzdory vyšším pořizovacím nákladům v důsledku ušetříte rodinnou pokladnu. Dobře si však přečtěte podmínky použití – kvůli použitým látkám, které nejsou tak agresivní, je často potřeba nechat přípravek působit delší dobu, abyste dosáhli kýžených výsledků.

Zakoupit můžete také ekologické prací prostředky, snadno odbouratelné tablety a gely do myček na nádobí i saponáty. Tyto prostředky stále více vyhledávají domácnosti se septiky a vlastní čističkou odpadních vod. Pokud používáte ekologické čisticí prostředky, budete muset přidat na teplotě vody, ať už je řeč o mytí nádobí, čištění domácnosti nebo praní prádla.

Internet je zaplavený recepty na domácí prací gely, prášky či gely do myčky. O jejich používání se ale

nebudeme rozšiřovat, protože při nevhodném použití mohou poničit elektrická zařízení – a z rádoby ekologie by byla spíše domácí katastrofa.