

DANIJELA JOKIC VAISLAY

WWW.RECEPTIVEGETARIJANSKI.COM

Zero Waste Priručnik

Vodic za život sa manje
(bez) plastičnog otpada.



Šta je to Zero Waste?



Zero Waste predstavlja filozofiju temeljenu na praksi izbjegavanja otpada koliko je moguće. Propagira ponovnu upotrebu predmeta, minimaliziranje (prvenstveno plastičnog) otpada koje proizvodimo, te recikliranje otpada kojeg proizvedemo.

Gorka Istina O Plastici

Plastika za jednokratnu upotrebu...

baca se svakodnevno, a može joj trebati i 450-500 godina da se razgradi (*WWF).

Jedna trećina plastičnog otpada završi u prirodi, a samo 9% biva reciklirano!





Kako Plastika Šteti Okeanima

TONE PLASTIČNOG OTPADA BACAJU SE U MORA

Ukoliko slamke završe u morima i okeanima nerijetko se "zabodu" u noseve kornjača. Ribe jedu kese (i umiru), jer napunjene vodom izgledaju kao meduze.

PTICE, MEDUZE, KORNJAČE I RIBE UMIRU ZBOG PLASTIKE!

Plastični otpad koji jedu ptice, prema trenutnim procjenama WWF-a, ubije oko milion morskih ptica godišnje.

300,000 TONA PLASTIČNOG OTPADA "PLUTA" OKEANIMA

čestice plastike pronađene su čak i u arktickom ledu - ono sto bacamo u okeane "doći"će k nama u vodi ili hrani.



NOSITE PLATENI CEGER U KUPOVINU

Kažite NE plastičnim vrećicama -
nosite svoj ceger u kupovinu!



"NE" PLASTIČNIM SLAMKAMA

Koristite metalnu slamku ili slamku
od bambusa, ili pijte bez slamke.



"NE" PLASTIČNOM PRIBORU

Kupite trajni set pribora koji mozete
nositi sa sobom u torbi.





5 R-ova Zero Waste Življenja

**Refuse (Odbij), Reduce
(Smanji), Reuse (upotrijebi
ponovo), Recycle (recikliraj),
Rot (kompostiraj)**



Refuse (Odbij)

Kažite NE plastičnim vrećicama, plastičnom priboru, plastičnim slamkama, nepotrebnoj ambalaži.



Reduce (Smanji)

KUPITE I KORISTITE MANJE PROZIVODA KOJI SU KVALITETNI I DUGO TRAJU

Od materijala koji se mogu potpuno reciklirati i razgraditi, poput metala, stakla, bakra, glass, keramike, bambusa, drveta, granita...



ISKORISTITE PONOVO
STAKLENU, PAPIRNU I
METALNU AMBALAŽU.



PRIJE NEGO BACITE,
POKUŠAJTE POPRAVITI



ISKORISITITE ONO ŠTO
VEĆ IMATE

REUSE (PONOVNA UPOTREBA)





Recycle (Recikliraj)

KUPUJTE I KORISTITE
PROIZVODE OD MATERIJALA
SE MOGU 100% RECIKLIRATI

Poput stakla i alumijuma. Ukoliko je moguće, dajte prednost proizvodima koji su već napravljeni od recikliranog materijala.

RAZDVAJAJTE OTPAD

Ukoliko u vašem gradu imate za to planirane kante.



Rot (Kompostiraj)

Raspitajte se za kompostiranje
u vasem gradu, ili naucite
kako praviti svoj kompost
(Google + YouTube :-).



Trajne boce za vodu,
četkice za zube od
bambusa, metalne kutije
za jelo za ponijeti...

Promovirajte eco-friendly alternative

Dijelite fotke na socijalnim mrežama,
kupujte eco-friendly proizvode porodici i
priateljima za poklone.

**Život bez
plastike - male
navike koje
prave veliku
razliku**





Piknik bez plastike

Ponesite vodu u staklenoj ili metalnoj boci, jelo u metlanim ili alumijumskim kutijama. Umotajte kruh u papir, krpu, ili "foliju" of pčelinjeg voska.



Kozmetika bez plastike

Dajte prednost sapunima i čvrstim šamponima za njegu tijela. Isprobajte rolere od žada, četke od bambusa ili drveta, kokosovo ulje, česalj od bambusa ili drveta.

Koristite za čišćenje čvrste deterdžente, sodu bikarbonu, ocat, te četke od drveta ili bambusa.

Koriste čvrste sapune umjesto tečnog za tuširanje i pranje ruku





Održiva moda

Dajte prednost lako razgradivim i prirodnim materijalima, poput pamuka, lana, konoplje, vune, odjevnim predmetima napravljenim od recikliranog materijala, te nakitu od drveta, zlata, srebra, poludragog kamenja, tkanine...

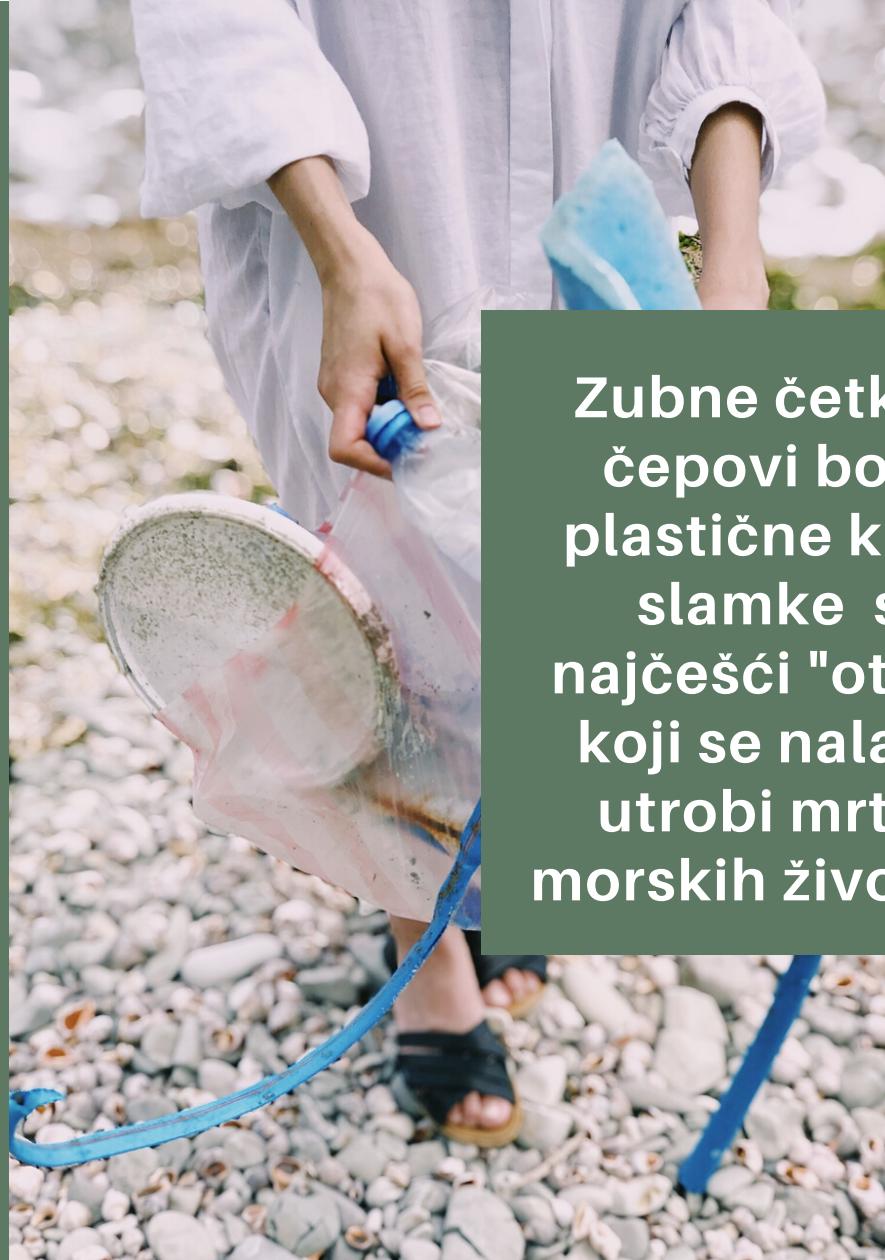


Napici Bez Plastike

Kupite bocu za vodu koju možete trajno koristiti i punite vodu u nju kada putujete i tijekom dana za razne aktivnosti, ili za posao. Kada kupujete sokove, vodu i napitke, dajte prednost (kada god je moguće i koliko god je moguće) pićima koja su upakovana u tetrapak kutije ili u staklene boce. Nakon upotrebe, boce mozete oprati i ponovo ih koristiti u kuhinji. Dajte prednost čajevima u rinfuzi (mnoge kesice sadrže mirkoplastiku).

Pomozite čišćenju plaža

Izbjegavajte plastične slamke na plažama i odmorima, jer im treba i do 200 godina da se razgrade, a ukoliko završe u morima i okeanima nerijetko se "zabodu" u noseve kornjača.



**Zubne četkice,
čepovi boca,
plastične kese i
slamke su
najčešći "otpad"
koji se nalazi u
utrobi mrtvih
morskih životinja.**

Svako od nas ima svoja ograničenja i prednosti - kako finansijska, tako i vezano za dostupnost stvari za kupiti i može biti teško zamijeniti sve plastično u domu - odjednom. No, svaki puta kada kupujemo nešto, možemo se zapitati da li baš MORAMO kupiti plastiku i potražiti alternativu, ili mijenjati jedno-po-jedno kako dotraje. Neke stvari koje su zamjena za plastiku su skuplje, no neke dugoročno umanjuju troškove, poput nošenja platnene torbe, trajnog pribora za piknik i putovanja, trajne boce za vodu, trajnog posuđa... Što manje plastike koristimo, to će manje završiti u smeću!

S ljubavlju, Danijela

www.receptivegetarijanski.com

ZERO
WASTE

