

GHID PENTRU UN STIL DE VIAȚĂ
SUSTENABIL

SUSTENABILITATEA

este calitatea unei activități antropice de a se desfășura fără a epuiza resursele disponibile și fără a distruge mediul, deci fără a compromite posibilitățile de satisfacere a nevoilor generațiilor următoare.

CONFORM DEX.

de ce un stil de viață sustenabil?

Schimbările climatice reprezintă problema definitorie a timpului nostru, iar acum, mai mult ca niciodată, ne aflăm într-un moment critic. Tiparele meteorologice s-au schimbat, iar acestea amenință producția de alimente, provoacă inundații catastrofale și viituri care afectează comunitățile noastre deja fragile. Din păcate, fără a acționa drastic azi, costul adaptării la aceste schimbări în viitor va fi mai costisitor și mai dificil.

Un pas important pentru noi cât și pentru planetă este să ducem un stil de viață **sustenabil**, dar ce este sustenabilitatea?

Să începem cu începutul:

Sustenabilitatea reprezintă echilibrul dintre mediul înconjurător, economie și etică.

Ce trebuie să facem pentru a trăi sustenabil?

REducem consumul și evităm generarea deșeurilor de ambalaj;

REfolosim & REparăm ;

REciclăm – colectăm separat;

REgândim stilul de viață actual.

ce impact au acțiunile tale zilnice asupra mediului?



PIRAMIDA – REFUZ, REUTILIZEZ, RECICLEZ

Folosim mai multe materiale și fabricăm obiecte noi într-un ritm mai rapid ca niciodată, în loc să le refolosim sau să le valorificăm.

Drept urmare, ne confruntăm cu multe provocări, cum ar fi:

1. poluarea aerului, a apei și a solului;
2. saturarea gropilor de gunoi;
3. epuizarea materiilor prime.

METODOLOGIA ZERO WASTE

Este o metodologie ce vizează ca niciun deșeu să nu mai ajungă la groapa de gunoi și reutilizarea materialelor pe care le avem deja în circulație pentru a produce noi obiecte de care avem nevoie.

În topul priorităților consumatorului ar trebui să fie evitarea generării de deșeu de ambalaje, urmată de reutilizarea ambalajelor rămase în urma consumului, iar ca ultimă soluție ar trebui să apelăm la reciclare.



În topul priorităților consumatorului ar trebui să fie:

1

EVITAREA GENERĂRII
DE DEȘEU DE
AMBALAJE

2

REUTILIZAREA
AMBALAJELOR RĂMASE
ÎN URMA CONSUMULUI

3

RECICLARE & COMPOST

4

DEPOZITARE DEȘEURI

PRIMII PAȘI SPRE

un stil de viață ZERO WASTE

CE POȚI SCHIMBA ACUM



Zero Waste este un concept cu scopul principal de eliminare a deșeurilor.

Este o inițiativă de încurajare a persoanelor fizice și a întreprinderilor să oprească toate resursele valoroase care merg la depozitele de deșeuri/groapa de gunoi sau incineratoare prin găsirea de modalități de a le menține în circulație.

Pentru ca acest concept – Zero Waste – să poată fi realizat la scară largă, trebuie să fie adoptat atât în faza de producție industrială, cât și de consumatori. Producătorii trebuie să regândească procedurile, produsele și ambalajele pentru a avea ca scop recuperarea materialelor folosite în loc să folosească materii prime. Pe de altă parte, consumatorii trebuie să facă o schimbare și să cumpere produse ecologice, produse “verzi” și să-și reducă consumul.

primii pași



ZI DE ZI

Când îți începi ziua și pornești la drum, poți să iei cu tine următoarele:

- ➡ o traistă reutilizabilă
- ➡ un set de baie reutilizabile
- ➡ o sticlă de apă pe care o poți reumple
- ➡ pungi pentru produsele la vrac
- ➡ bicicletă sau mijloace de transport alternativ



ÎN BUCĂTĂRIE

□ știi că pliculețele de ceai conțin plastic și nu sunt biodegradabile?

➡ Încearcă să cumperi ceai vărsat și să folosești o sită pentru ceai.

□ știi că simpla folie alimentară de plastic pe care o folosim în mod constant este imposibil de reciclat și nu este biodegradabilă?

➡ Există, de exemplu, folia alimentară din ceara de albine



ÎN BAIE

Gel de dus ➡ săpun de corp

Șampon ➡ șampon solid

Loțiune de corp ➡ uleiuri naturale

Periuță de dinți ➡ periuța de bambus sau chiar și cea electrică

Pastă de dinți ➡ găsești și în borcanele de sticlă

Deodorant ➡ poți face foarte ușor acasă sau poți găsi în ambalaje prietenoase cu mediul.



TOTUL DESPRE
RECICLARE

ȘI CE TREBUIE SĂ FACI ACUM

Ce este reciclarea?



O parte din deșeurile generate de noi pot fi recuperate și transformate și, astfel, pot fi refolosite pentru crearea de noi produse.

Acest proces se numește reciclare.

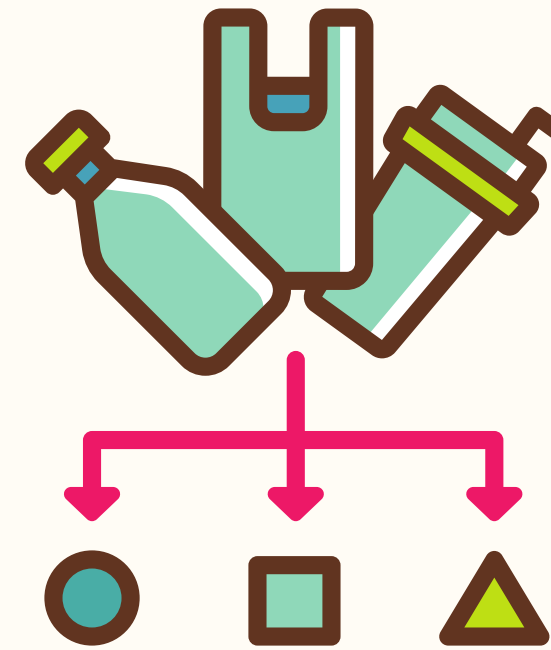
Ce putem recicla?

- Hârtia;
- Cartonul;
- Sticla;
- Metalul;
- Anumite tipuri de plastice.

drumul deșeurilor municipale:

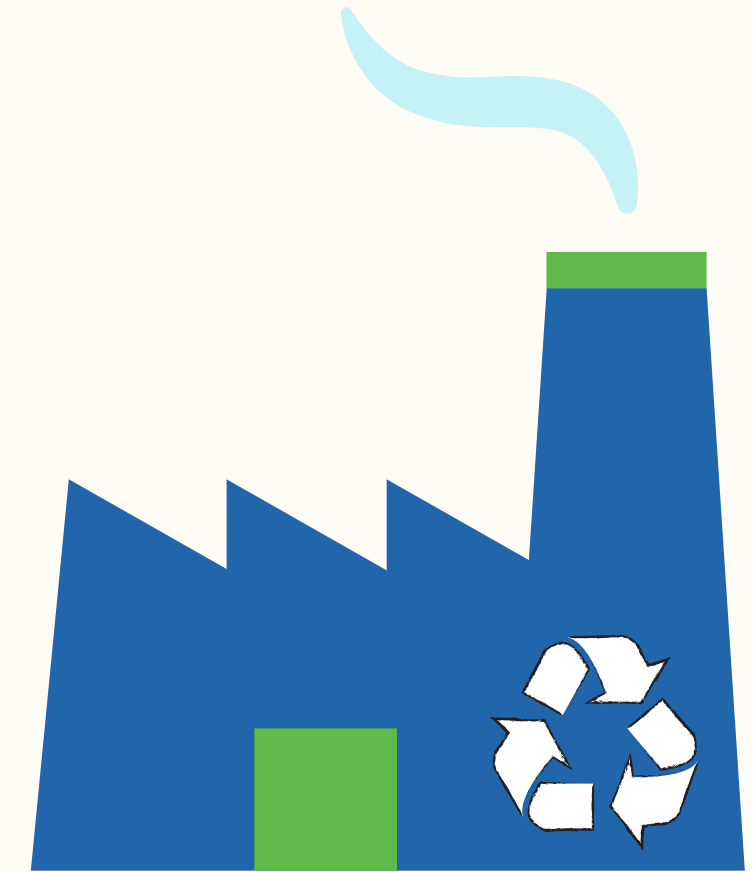
SERVICIUL PUBLIC DE SALUBRIZARE

are datoria să colecteze, să transporte
și să sorteze deșeurile municipale de
la populație, instituții publice, agenți
economici, în vederea eliminării
deșeurilor nereciclabile și valorificării
celor reciclabile



Stația de Sortare

Are rol de-a separa și mai
bine, pe tip de materiale
deșeurile colectate
separat de la populație



Stația de Reciclare

Deșeurile de hârtie, carton, plastic,
sticla, PET, odată sortate pe categorii,
sunt trimise către zona de balotat,
unde o presă va compacta deșeurile.

Odată creați baloții, aceștia sunt
trimiși spre reciclare, fiecare tip de
material plecând spre un reciclator
specializat pe materialul respectiv;

Pași importanți pentru o reciclare corectă

1. SPĂLĂM RECIPIENTELE

eliminăm impuritățile, lichidele sau materie organică



2. FIECARE TIP DE AMBALAJ LA CULOAREA SA

introducem ambrajele în recipiente pentru reciclare separat, în
funcție de materialele din care sunt fabricate.



Cum colectăm separat corect:



CONTAINER VERDE DEPOZITARE DEȘEURI DIN STICLĂ

- sticle de orice culoare,
- borcane sau
- orice recipient din sticlă.



CONTAINER GALBEN DEPOZITARE DEȘEURI DIN METAL ȘI PLASTIC

- PET-uri, recipiente diverse de plastic
- veselă din plastic
- cutii de conserve/doze suc



CONTAINER ALBASTRU DEPOZITARE HÂRTIE ȘI CARTON

- ziare, reviste, cutii
- alte ambalaje din carton
- pungi și saci din hârtie

este bine de știut:

Toate deșeurile solide care nu-și găsesc locul în containerele de mai sus vor trebui aruncate în pubela de deșeuri menajere sau, dacă sunt materiale compostabile, în pubela de bio-deșeuri.



CE ESTE PLASTICUL?

DE CE ESTE O PROBLEMĂ?





Lumea noastră și fiecare ființă care face parte din ea este amenințată de plastic.

Plasticul se găsește în ape, pe străzi, pe marginea drumului, în vârfuri de munte, în parcuri, pe plaje și peste tot unde este lăsat în urmă. De ce? Pentru că plasticul nu se descompune iar viața acestuia se întinde pe sute de ani. Dacă nu ne oprim din a genera atât de mult plastic, vom fi literalmente înghițiți de acesta.

În Oceanul Pacific există "*The Great Pacific Garbage Patch*", un vortex de gunoaie, majoritar plastic, care se întinde pe o suprafață de 1.500.000 km pătrați. Dacă nu producem schimbări acum, Fundația Ellen MacArthur a estimat în anul 2017 că până în 2050 oceanele vor avea mai mult plastic decât viață marină.



PROBLEMA PRINCIPALĂ

Plasticul ajunge în cea mai mare parte în mări și oceane, fiind adus de ape care au curățat prin viituri deșeurile aruncate în natură: pe marginea drumului, vârf de munte sau orice alt loc. Totuși, pe lângă plasticul adus de ape în oceane, acesta poate ajunge și din microfibrele ce se elimină atunci când ne spălăm hainele care nu sunt din fibre naturale și conțin amestec sintetic.

În momentul de față se produce atât de mult plastic încât nicio capacitate de reciclare sau de gestiune a deșeurilor nu poate capta întreaga cantitate.

MICROPLASTICUL

DEȘI PLASTICUL POATE PĂREA UN MATERIAL UTIL,
ACESTA ÎN PREZENT NE SUFOCĂ PLANETA



Problema principală a plasticului este că acesta, odată ajuns în ecosistem, nu se descompune ci se sparge în particule microscopice, particule așa numite „microplastic”.

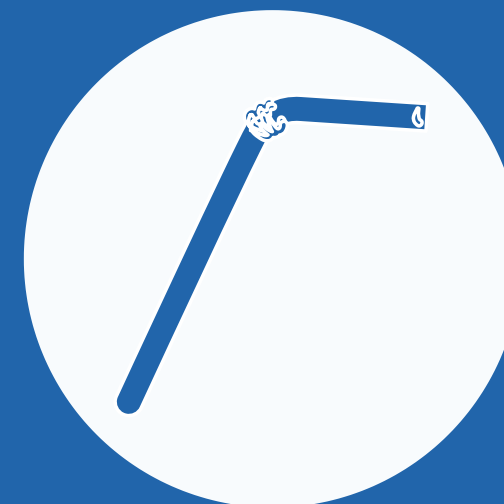
Microplasticul este, în general, mai mic de 5mm și odată ajuns în ape, afectează întreg lanțul – este înghițit de pești, este ridicat în atmosferă și, inevitabil, ajunge să facă parte din noi. Studiile arată că aproximativ 90% din speciile de păsări au ingerat microplastic și că în oceane se află deja 150 de milioane de tone de plastic.

plastice în natură

TOP 5 CEL MAI DES ÎNTÂLNITE



PET-urile



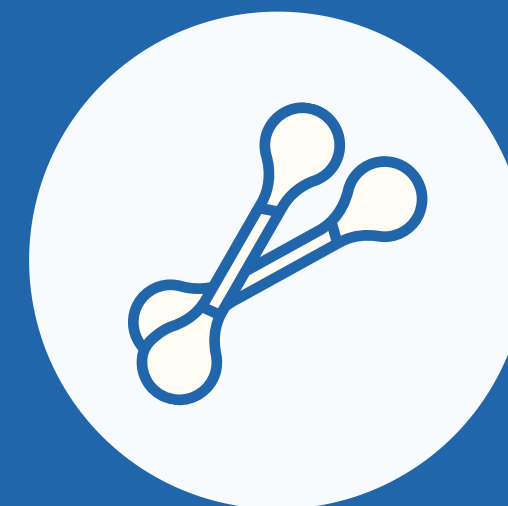
Paiele de plastic



Ambalaje alimentare



Pungi plastic



Șervețele umede &
Bețișoare de urechi

Top 5 cel mai des întâlnite

PET-URILE

În medie, pe an, folosim aproximativ 480 sticle de plastic și în general, nu reciclăm nici măcar jumătate din ele.

Dacă nu sunt trimise spre reciclare, acestea ajung la groapa de gunoi sau în natură. Astfel, nu dispar și nici nu se valorifică.

PAIE DE PLASTIC

Un pai din plastic nu pare mult și nici periculos pentru mediu, atunci când îl folosești.

Gândește-te, însă, ce impact asupra mediului pot avea milioane de paie din plastic.

Se estimează că aproximativ 500 de milioane de paie de plastic sunt folosite și aruncate pe an, la nivel mondial.

AMBALAJE

Fie că mănânci ciocolată, biscuiți, chipsuri sau alune, constăți că majoritatea ambalajelor nu se reciclează, ceea ce înseamnă că toate aceste ambalaje ajung să fie depozitate la groapa de gunoi.

Ideal ar fi să renunțăm la aceste ambalaje.

PUNGI PLASTIC

Pungile de plastic sunt unul dintre cei mai mari poluatori din mări și oceane.

Fie că plutesc, fie că stau în imersie, pungile de plastic pot deveni mortale pentru animalele marine care le înghit sau pur și simplu se încurcă fizic în ele.

ȘERVEȚELE & BEȚIȘOARE

Șervețelele umede și bețișoarele pentru urechi sunt, în aceste vremuri, elemente aproape indispensabile când ne gândim la igiena fiecăruia dintre noi. Numai că atât șervețelele umede cât și bețișoarele pentru urechi sunt produse din materiale care nu se biodegradează.



CUM RECICLĂM
CORECT

plasticul

se reciclează

1. PET-ul,
2. folia de plastic (de la baxurile de apă),
3. găletușele de iaurt sau smântână,
4. lăzile și navetele,
5. caserole transparente,
6. pungi alimentare,
7. sticle de lapte,
8. sticle de detergent și balsam rufe,
9. sticle de șampon și balsam, ambalaje tetra pack — cutii de lapte sau suc care arată ca hârtia.

nu se reciclează

1. Recipiente colorate - caserolele negre/mate
2. recipiente de plastic în care au fost substanțe chimice,
3. folia alimentară subțire transparentă de plastic,
4. pungile de plastic.



plasticul

procesul de reciclare

Plasticul este, în mare parte, reciclabil.

Procesul de reciclare implică spălarea, eliminarea impurităților (etichete și capace) și a contaminanților, măcinarea, tocarea, din nou spălarea, uscarea și prelucrarea materialului în granule – materia primă pentru fibre textile sau alte ambalaje din PET sau alte tipuri de plastic.



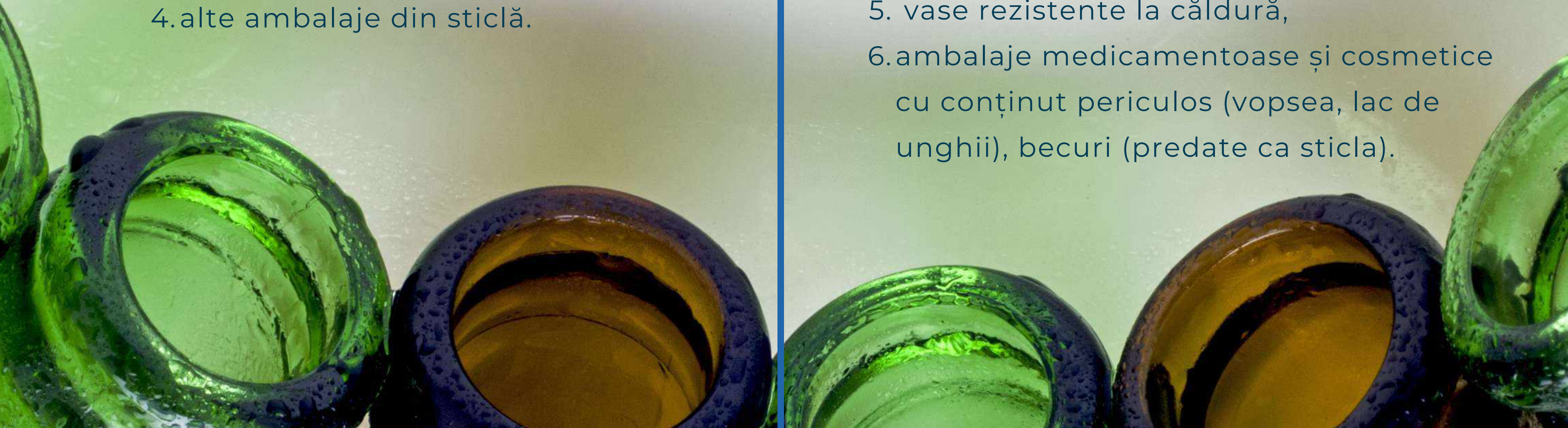
sticla

se reciclează

1. borcane (fără capac),
2. produse cosmetice din sticlă,
3. sticle de vin și alte bauturi,
4. alte ambalaje din sticlă.

nu se reciclează

1. oglinzi,
2. geamuri,
3. parbrize,
4. produse din porțelan, ceramică, cristal,
5. vase rezistente la căldură,
6. ambalaje medicamentoase și cosmetice cu conținut periculos (vopsea, lac de unghii), becuri (predat ca sticlă).



sticla

procesul de reciclare

Sticla este spălată, sortată după culoare, zdrobită, măcinată, sunt eliminate impuritățile (etichete, hârtie, metal, etc.), este topită și transformată în granule de diverse dimensiuni – materia primă pentru diversele utilizări ale sticlei reciclate.

De notat este faptul că sticla este un produs 100% natural (realizat din nisip de cuarț, calcar și soda calcinată), durabil, inert și inactiv biologic (nu afectează în vreun fel calitățile și proprietățile produsului conținut).

De asemenea, sticla poate fi reciclată prin topire la infinit, fără a-și pierde proprietățile.

hârtie & carton

se reciclează

1. ziare & reviste,
2. caiete & cărți,
3. plicuri,
4. cartoane de ouă,
5. cutii,
6. cutii de pizza curate (!),
7. pungi de hârtie,
8. cutii de cereale.

nu se reciclează

1. pahare de hârtie plastifiată,
2. cutii sau foi de carton murdare,
3. șervețele folosite,
4. hârtie igienică și prosoape de hârtie,
5. hârtia cerată,
6. hârtia plastifiată,
7. cutii de pizza murdare.

hârtie & carton

procesul de reciclare

Reciclarea propriu-zisă presupune mărunțirea hârtiei/cartonului și topirea într-un amestec de apă și diverse substanțe chimice pentru a separa fibrele de celuloză.

Amestecul este curățat de diferite resturi (ex. capsule metalice).

Mixtura de pulpă rezultată este formată din 1% fibră și 99% apă și este apoi întinsă pentru a forma o peliculă și presată pentru a elimina mare parte din apă.

Película de hârtie trece prin role de uscare și de subțiere până se ajunge la consistența dorită. Hârtia/cartonul sunt apoi rulate în suluri și transportate la tipografii, producători de ambalaje.

metal

se reciclează

1. doze de bere și suc,
2. cutii de conserve,
3. capace de borcane,
4. recipiente alimentare,
5. tuburi de deodorante/ sprayuri,
6. folie de aluminiu curată

nu se reciclează

1. recipiente de metal contaminate cu materiale grele, intarite (gen materiale de constructii);
2. butoaie metalice care contin substante chimice.



metal

procesul de reciclare

Metalul se împarte în două grupe: metale neferoase (aluminiu, cupru, zinc etc.) și metale feroase (oțel/inox/fier).

La centrele specializate se face o sortare mecanică a deșeurilor din metal, prin utilizarea unui electromagnet pentru separarea metalelor feroase de cele neferoase, sunt apoi spălate, topite, turnate în role, folie, lingou sau sul, apoi transformate în obiecte noi.

Aluminiul este 100% reciclabil și poate fi revalorificat la infinit.



ALTE TIPURI DE DEȘEURI



Deșeuri de construcții

Deșeurile generate din activitățile de construcție și demolări sunt compuse din ciment, cărămizi, țigle, ceramică, roci, ipsos, plastic, metal, fontă, lemn, sticlă, resturi de tâmplărie, cabluri etc.

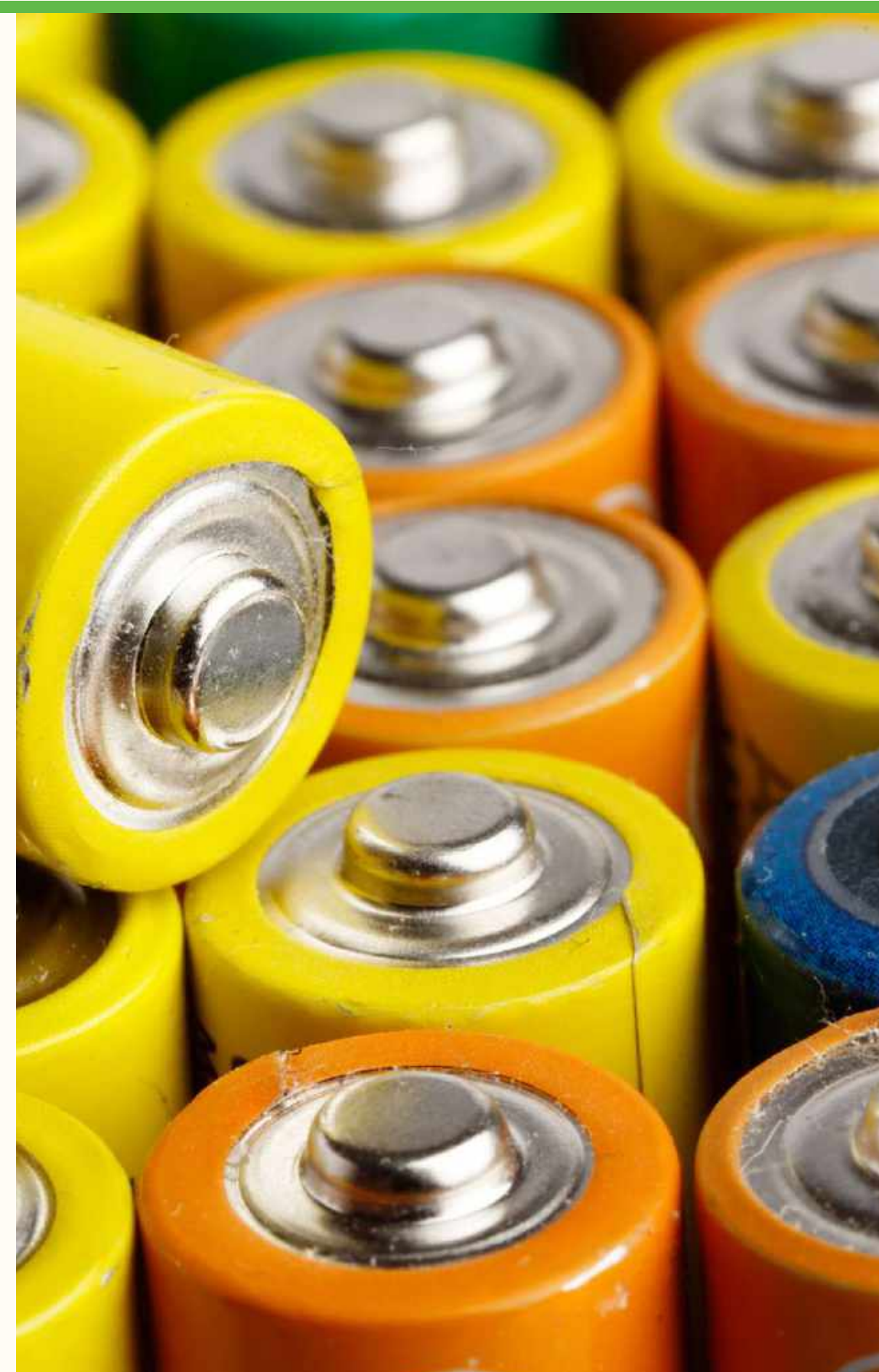
Aceste deșeuri nu sunt biodegradabile, dar majoritatea pot fi revalorificate.

După colectare, deșeurile din construcții trebuie transportate la o stație de procesare unde sortarea se face manual sau automatizat, fracțiunile rezultate intrând apoi într-un nou ciclu economic.

Bateriile

Bateriile conțin metale grele și substanțe chimice toxice precum plumb, cadmiu, zinc, litiu, mercur, acizi. Aruncarea acestora în deșeurile menajere duce la contaminarea solului și apei cu substanțe chimice foarte dăunătoare mediului. Este important să reciclăm bateriile consumate, ajutând astfel la protejarea mediului înconjurător.

Bateriile uzate trebuie colectate separat, la domiciliu și predate apoi, pentru reciclare, către punctele de colectare a bateriilor (magazine, instituții, puncte de colectare stradale, salubritate).



Medicamentele

Deoarece medicamentele fac parte din categoria deșeurilor menajere periculoase și neregistrabile, eliminarea responsabilă a acestora este crucială pentru sănătatea umană și a mediului înconjurător.

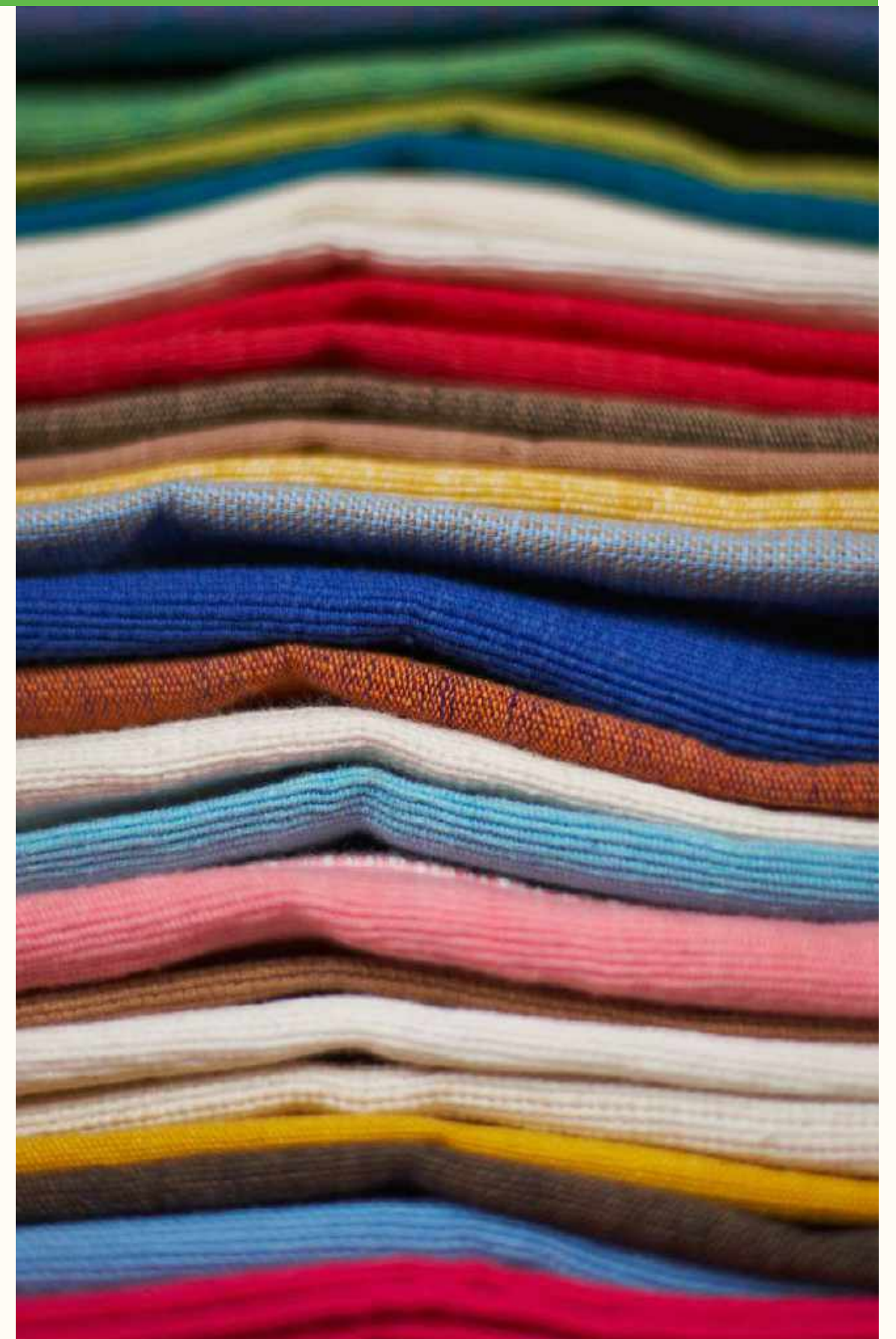
Cel mai simplu, și, adesea, cel mai sigur mod de a scăpa de medicamentele expirate sau de cele de care nu mai avem nevoie este prin returnarea acestora în farmacii în baza unui proces verbal și **NU** aruncarea acestora la coșul de gunoieri sau, mai rău, în chiuveta sau în vasul de toaletă

! ⚠ ➡ Conform Ordinului nr 119 din 4 februarie 2014 care spune că „Medicamentele expirate provenite de la populație vor fi depuse la farmacii, oficine locale de distribuție sau drogherii apropiate, în vederea eliminării finale,

Textilele

Majoritatea hainelor sunt fabricate din fibre sintetice care, ca și plasticul, provin din resurse minerale finite. Când nu mai sunt utile, ele au nevoie de ani de zile pentru a se descompune sau nu sunt complet biodegradabile.

Hainele din bumbac țesute în amestec cu materiale sintetice nu se biodegradează la fel de ușor ca fibrele naturale precum bumbacul organic, inul, cânepa, etc.





DEEE-urile

DEEE-urile sunt echipamente electrice și electronice ieșite din uz care conțin metale grele sau materiale non-biodegradabile extrem de dăunătoare mediului înconjurător și sănătății umane.

În producția și utilizarea lor au fost generate volume însemnate de gaze cu efect de seră

Trebuie să selectăm separat DEEE-urilor de restul deșeurilor menajere și să le predăm celui mai apropiat centru de colectare specializat. În funcție de tipul de aparat electric sau electronic, acestea intră în diferite procese de producție pentru a fi tratate și reciclate..

Cartușele imprimantă

O soluție durabilă pentru mediu este reutilizarea lor.

Cartușele se recondiționează, se reumple și apoi se întorc la consumatori la un preț mai mic decât cartușele originale noi, dar îndeplinind aceeași utilitate.

De asemenea, cartușele goale de cerneală și toner pot fi reciclate prin două metode: remanufacturare și distrugere.



Începe pas cu pas

deși poate părea dificil la început, un stil de viață sustenabil și armonios cu natura poate fi abordat de către oricine. trebuie doar să avem răbdare, să luăm lucrurile treptat pentru a le integra cu ușurință în viața de zi cu zi.

Marathon-ul Reciclării

CAMPANIE SUSȚINUTĂ
DE MARATHON EPR
GROUP CU SPRIJINUL
MINISTERULUI
MEDIULUI APELOR ȘI
PĂDURILOR-
ROMÂNIA.



MINISTERUL MEDIULUI,
APELOR ȘI PĂDURILOR

Head Chef

Garden Manager

Head Gardener