

# EKO NIE EGO

CESTA K SPOLUŽITIU ČLOVEKA  
A PLANÉTY

€2,25  
JAR 2019  
OBČASNÍK

ČO JE VLASTNE ZERO WASTE?

AKTUÁLNA SVETOVÁ SITUÁCIA

POMÔŽ  
PLANÉTE  
AJ TY!

AKO ZAČAŤ BEZODPADOVÝ ŽIVOT

GENERAČNÉ ROZDIELY







@DAVIDG\_\_PHOTOGRAPHY





# OBSAH

## 01 ÚVODNÉ SLOVÁ 04-05

O našom tíme a úvodné slovo šéfredaktora.

## 02 ČO SA DEJE VO SVETE? 06-07

Oboznámenie sa s celosvetovými problémami.

## 03 GENERAČNÉ ROZDIELY 08-10

Prieskum o tom, ako sa na tematiku ekológie a celosvetové problémy pozerajú naše generácie.

## 04 ZERO WASTE 12-13

Čo to vlastne znamená a aké to má výhody pre teba ako jedinca a Zem ako celok.

## 05 NÁHLAD DO DOMÁCNOSTI 14-15

Priblížme si, ako taká zero waste domácnosť môže vyzerieť..



01.

# NÁŠ TÍM

kreatívne hlavy  
za článkami



**REGINA HIRNEROVÁ**

šéfredaktorka



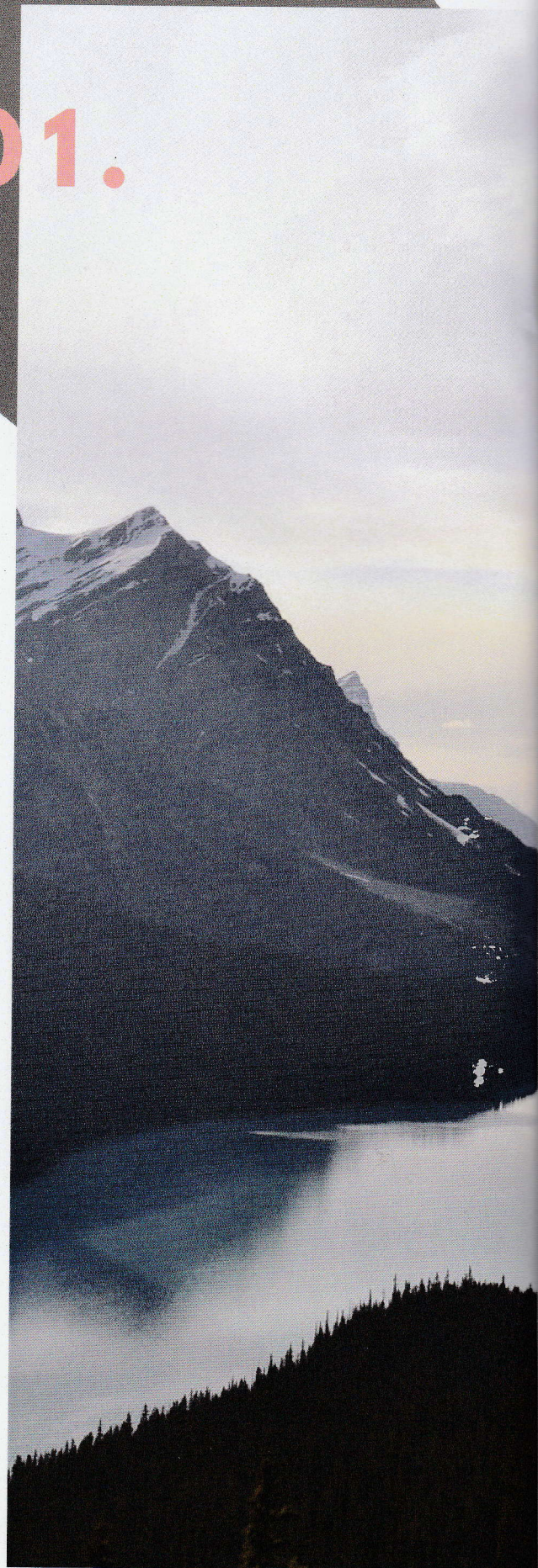
**SAMUEL KAUČÍK**

redaktor



**MARTINA ŠULANOVÁ**

redaktorka, grafická dizajnerka







Podnet na vytvorenie časopisu „EKO nie ego“ prichádza, ako inak, zo školských lavíc. Teší ma, keď vidím, ako sa mladí ľudia angažujú v záchrane životného prostredia. Slovo záchrana volím úmyselne, pretože to je realita, ktorú momentálne žijeme. Dnes si už netreba predstavovať budúcnosť vo forme dovolení na Mars či lieku na rakovinu, dnes je treba zamyslieť sa, či nás nejaká budúcnosť vôbec čaká.

O ekológii sa učíme v škole, pozeráme dokumentárne filmy, sledujeme príspevky na Instagrame. Už sa snáď ani nedá použiť porekadlo „Čo oko nevidí to srdce nebolí.“ pretože katastrofálny stav nášho okolia je nám vyhadzovaný na oči z každej strany. Téma ekológie a životného prostredia je natoľko omieľaná, že by si jeden povedal, že už by sa aj patrilo tú našu modrú planétu dať do poriadku.

No aj tak náš záujem o životné prostredie nehasne a tematika etickosti voči prírode nás neunavuje. Práve naopak. Nech je správ o stave sveta viac! Nech sa o tom ľudia rozprávajú stále, všade, každý deň. Nech sa fakt, že naša planéta umiera a my spolu s ňou vryje do pamäti všetkých ľudí, a nech sa činí každý, kto má v moci s tým niečo urobiť.

A práve preto sme sa spolu s redakčnou radou rozhodli zapojiť sa do tejto súťaže a formou časopisu vám predstaviť náš pohľad na vec.

Zároveň by som sa týmto chcela stručne poďakovať tvorcom súťaže za príležitosť ukázať schopnosti študentov a rozvíjať ich záujem o písanie a tvorenie, ako aj o ekológiu. Ďakujeme.

**Regina Hirnerová**  
šéfredaktorka

# SLOVO ŠÉFREDAKTORA



# 02. ČO SA DEJE VO SVETE?

## BUDÚCNOSŤ

Čo si predstavíš pri slove budúcnosť? Možno manželku a deti, možno tvoju vysnívanú prácu, možno staršiu verziu seba samého. Každý z nás robí niečo pre svoju budúcnosť, či už je to sporenie peňazí, vzdelávanie alebo niečo iné. No čo ak nás žiadna budúcnosť nečaká?

Ak by ste sa spýtali svojich rodičov v ich teenagerských rokoch, čo si predstavujú oni pod pojmom budúcnosť určite by to neboli znečistené moria a ovzdušie, topenie ľadovcov a mnohé ďalšie dnešné ekologické problémy. Pravdepodobne si predstavovali lietajúce autá a podobné sci-fi scenáre.

Dnešný svet je diametrálne odlišný od toho ako to vyzeralo pred 30-40 rokmi a to vďaka ľudskej činnosti (alebo skôr chamtivosti?). Namiesto lietajúcich áut tu máme lietajúci odpad, ostrovy plastov a ovzdušie plné emisií. Stále si predstavuješ to isté pod pojmom budúcnosť?

Možno si hovoríš, že veď predsa to ešte nie je také zlé, alebo ťa to vôbec nezaujíma, veď ty sám to predsa nezmeniš však? No ak si toto povie 7 miliárd ľudí, tak sa naozaj nič nemení. Preto by som ťa, milý čitateľ, chcel oboznámiť so smutnou pravdou o dnešnej svetovej situácii.



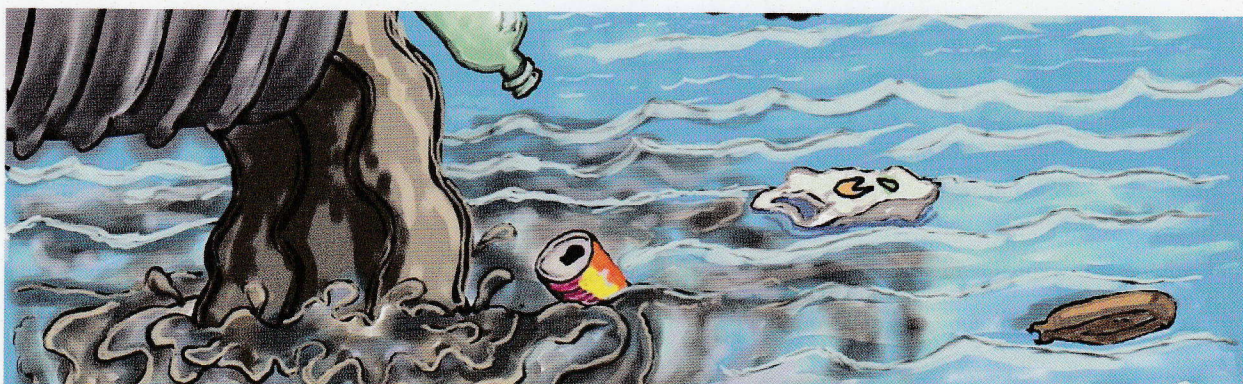


## OVZDUŠIE

Jednou z hlavných príčin znečisťovania ovzdušia je spotreba fosílnych palív. Vďaka tomuto znečisťovaniu vznikajú napr. kyslé dažde. Oxid siričitý, prítomný vo vzduchu, tvorí so vzdušnou vlhkosťou kyselinu siričitú. Kyseliny dopadajú spolu so zrážkami na zem ako kyslý dážď a dostávajú sa do pôdy. Vplyvom kyslých dažďov sa pôda stane kyslá a tým sa poruší prirodzené zloženie pôdy. Kyseliny ničia potrebné pôdne baktérie, čím sa ničia rastliny, úroda. Kyslé dažde ničia taktiež aj lesy. Kyseliny ničia korene a listy, čo zapríčiňuje hynutie stromov. Znečistené ovzdušie zabíja aj ľudí. Podľa prieskumov ročne zomrie až 3,3 milióna ľudí kvôli znečistenému ovzdušiu.

## VODA

Každý rok končí približne 10 miliónov ton odpadu vo svetových moriach a oceánoch. Plasty, konkrétnejšie odpady z obalov, ako sú fľaše z nápojov a tašky na jedno použitie, sú hlavným druhom odpadu, ktorý sa nachádza v morskom prostredí. V oblasti severného Tichého oceánu sa vytvoril zhluk z 3,5 milióna ton odpadu, ktorého veľkosť sa odhaduje na dvojnásobok rozlohy Spojených štátov amerických. Plastový odpad zabíja každý rok až milión morských vtákov, 100 tisíc morských cicavcov, morských korytnačiek a nespočetné množstvo rýb.



## ZAÚJÍMAVOSTI

- Amerika produkuje 30% svetového odpadu a využíva 25% všetkých prírodných zdrojov.
- Každých 8 sekúnd zomrie na planéte dieťa kvôli kontaminovanej vode
- Dýchanie vzduchu v Pekingu má rovnaký efekt na pľúca ako vyfajčenie 21 cigariet denne
- Takmer 700 miliónov Číňanov pije znečistenú vodu
- Predpokladá sa, že do roku 2050 bude v morí viac plastu ako rýb



# 03. GENERAČNÉ ROZDIELY

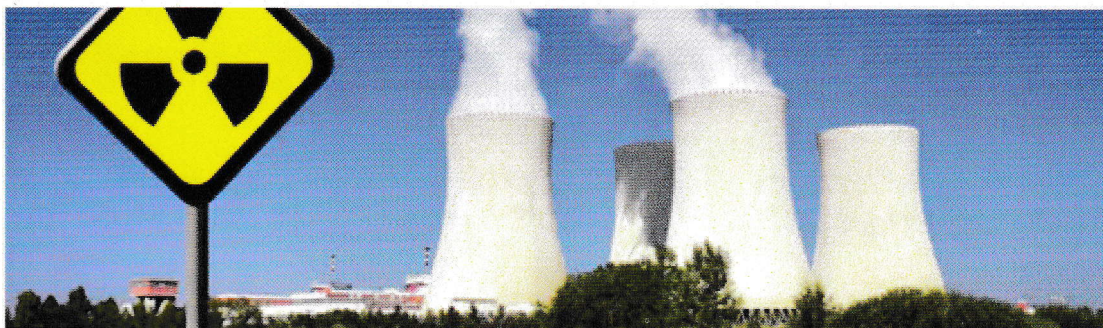
alebo „Mňa sa to netýka!“

Do tematiky minulosti a budúcnosti sme načreli už v predošlom článku. Ako sú však na tom jednotlivé generácie? Čo si o ekológii mysleli naši prarodičia, a čo si budú myslieť naše deti? Je byť „eko“ iba trendom medzi dnešnými mladými, má vôbec zmysel sa týmto všetkým zaoberať?

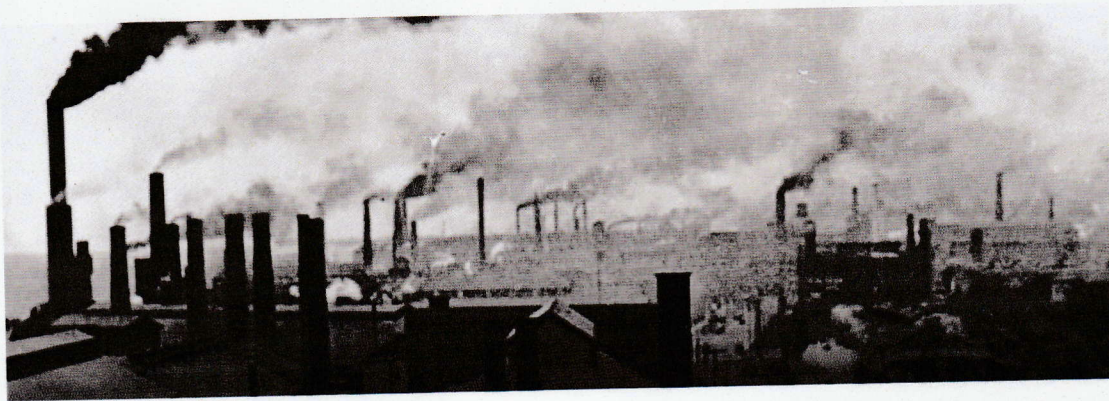
Podme pekne poporiadku. Aj tí študenti, ktorí si veľmi nelámu hlavu nad dejepisom si pravdepodobne zo základnej pamätajú prelom 18. a 19. storočia, kedy sa v Anglicku začala industriálna revolúcia. Odborníci označujú práve toto obdobie za začiatok masového znečisťovania ovzdušia, vody a ornej pôdy. Ľudia sa v tej dobe zameriavali na technický progres, hromadnú výrobu produktov, spracovanie látky na odevy. Myšlienka šlachetná, homo sapiens sapiens sa predsa od počiatku snažil čo najefektívnejšie napredovať, avšak takáto náhla zmena si vyžadovala mnoho spracovanej ocele a ešte viac spáleného uhlia. Práca napríklad s týmito materiálmi sa začala rýchlo odzrkadľovať na uliciach plných prachu, kontaminovaných riekach a rozširujúcej sa cholere.

Ďalším nezvratným omylom z pohľadu environmentalistov bola komercializácia nukleárnej energie v rokoch sedemdesiatych. Opäť sa stretávame s tým istým problémom. Efektivita atómových elektrární hlboko zatieňuje ich negatíva, ktoré, prekvapivo, nie sú všetkým dostatočne známe. Ľudia sa rozhodujú odvracať zrak či zakrývať si uši pri najmenšej zmienke o rádioaktívnom odpade, ktorý, pre zaujímavosť, zostáva rádioaktívny tisícky rokov po zakopaní do „bezpečia“, preč z povrchu zemského. Faktom však zostáva, že sa v tomto spôsobe získavania energie točia nehorázne peniaze a tak nemajú mocní dôvod varovať verejnosť o nebezpečí.

Teraz už vieme, že masové znečisťovanie nie je žiadnou novinkou. Tak prečo sa až teraz ľudia zobúdzajú a kladú si otázky ohľadom etickosti správania sa voči našej planéte?







Čo si o recyklácii, ekológii a znečisťovaní mysleli naše prababky a pradedovia? No, popravde, vôbec nič. Počas ich mladosti, ktorá, podotýkam, nebola až tak dávno, sa tieto témy neriešili. Prečo? Lebo o nich nikto nevedel. Všetci mali prácu a nikto sa nezaoberal jej následkami. Až dnes, keď nám horí za päťami (alebo nám ich skôr zaplavujú topiace sa ľadovce) si uvedomujeme vážnosť situácie.

Teraz už vieme, že masové znečisťovanie nie je žiadnou novinkou. Tak prečo sa až teraz ľudia zobúdzajú a kladú si otázky ohľadom etickosti správania sa voči našej planéte?

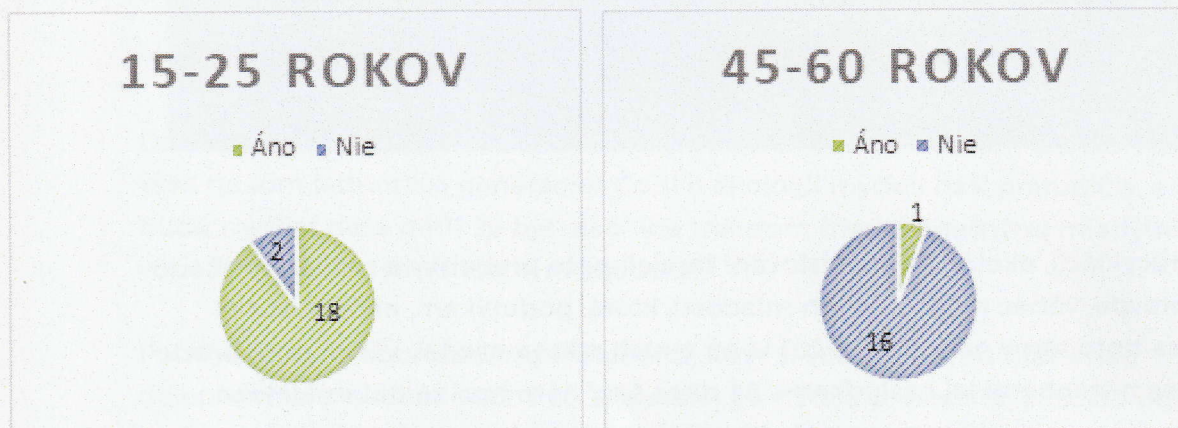
Čo si o recyklácii, ekológii a znečisťovaní mysleli naše prababky a pradedovia? No, popravde, vôbec nič. Počas ich mladosti, ktorá, podotýkam, nebola až tak dávno, sa tieto témy neriešili. Prečo? Lebo o nich nikto nevedel. Všetci mali prácu a nikto sa nezaoberal jej následkami. Až dnes, keď nám horí za päťami (alebo nám ich skôr zaplavujú topiace sa ľadovce) si uvedomujeme vážnosť situácie.



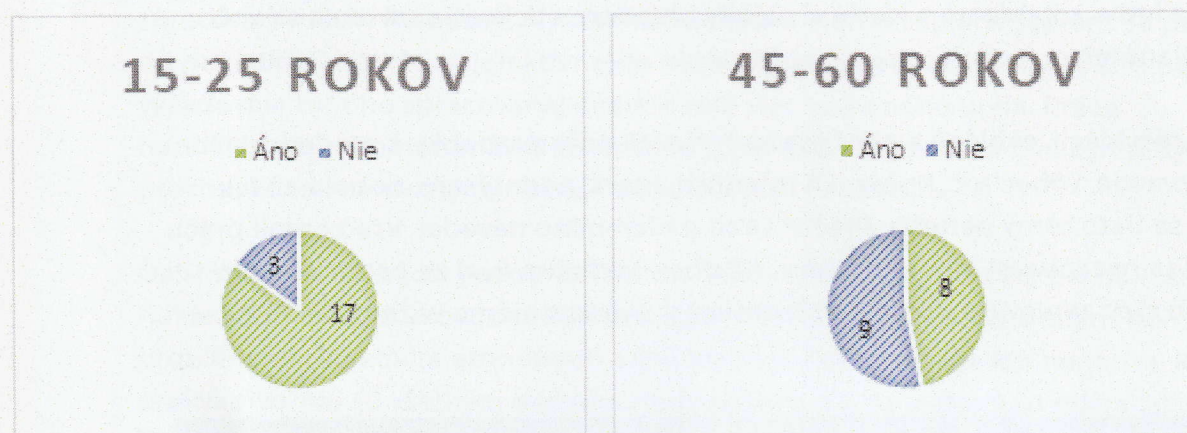


Aby sme si preverili tento predpoklad, dali sme ľuďom v dvoch vekových kategóriách tieto otázky ich odpovede znázornili v nasledujúcich grafoch:

### 1. Učili ste sa v škole o ekologickom spôsobe života?



### 2. Zaujímaš sa o tematiku ekológie?

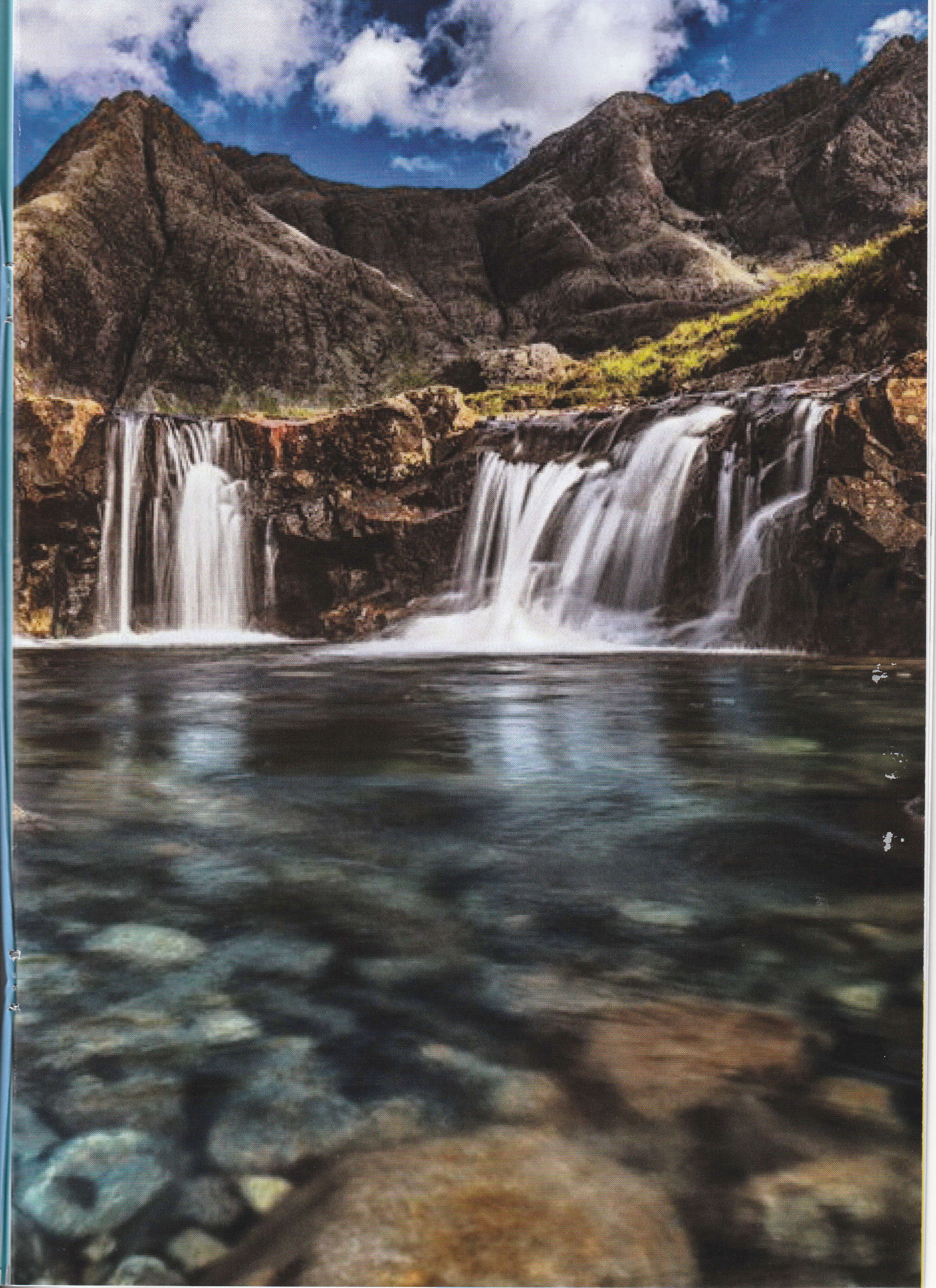


Z odpovedí respondentov je jasné, že sa mladá generácia zaujíma o ekológiu, chcú niečo zo stavom našej Matky Zeme robiť.

Aké však majú možnosti? Od separovania odpadu cez etické vegánstvo až po extrémny minimalizmus, je mnoho spôsobov ako žiť uvedomelejšie a viac v súlade s prírodou. V dnešnej konzumnej spoločnosti plnej nákupných centier a nepotrebných čačiek je niekedy náročné oddeliť naše želania od potrieb.

Spôsob zabraňovania znečisťovaniu, ktorý najviac zaujal našu redakčnú radu je Zero Waste Lifestyle, ktorý by sme vám radi predstavili.





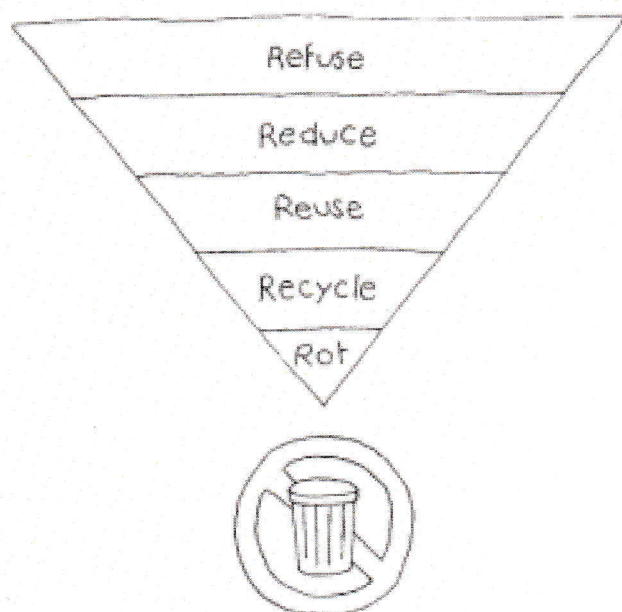


# 04. ZERO WASTE

Ako môžeme vidieť, množstvo odpadov každým dňom bohužiaľ narastá, čo naša Zem neznáša zrovna dobre. Odpad vyprodukovaný na Slovensku na jedného obyvateľa predstavuje 339 kg za rok. Z tohto množstva odpadu, nerecyklujeme veľmi, čo znamená že odpad neubúda a končí na skládke spôsobujúce znečistenie pôdy, vôd a vzduchu. Čo teda môžeme spraviť, aby sme znížili množstvo vyprodukovaného odpadu?

Zatiaľ čo recyklácia je dobrým začiatkom, nie je to dobrým koncom. Recyklácia môže byť energeticky náročná. Čo sa týka šetrenia zdrojov na výrobu nových vecí, je skvelá, ale nie je kľúčová na reálne zníženie odpadu, len jeho využitie.

Najlepšia cesta k redukcii odpadu je bezodpadový život. Pre väčšinu ľudí to môže znieť nereálne či ťažké, ale to ich prehovára len ich vlastná lenivosť. Máme päť základných pravidiel Zero Waste životného štýlu:



## 01. REFUSE: Odmietni čo nepotrebuješ.

Odmietni letáky do schránky či igelitky v obchode. Jediné čo stačí povedať je „Nie“.

## 02. REDUCE: Zredukuj čo skutočne potrebuješ.

Spýtaj sa počas nákupov, či skutočne potrebuješ vec, ktorú chytáš do rúk. Nie je to zbytočnosť uspokojujúca našu materiálnu stránku? Nie je tu možnosť si danú vec od niekoho požičať?

## 03. REUSE: Znovu použi a oprav.

Nevyhadzuj všetko čo sa pokazí do koša.

Veľakrát sa veci dajú opraviť, no naša pohodlnosť nám v tom zabraňuje. Musíme si však uvedomiť, že na výrobu tej veci už bol využitých niekoľko zdrojov, tak skúsme ich neplytváť. Tiež je dôležité kupovať veci, ktoré sú kvalitné a vydržia dlho, čo je pre nás efektívne. Kvalita > kvantita.





Nemôžem zabudnúť spomenúť, že na jednorazové položky sa ani nepozerať! Namiesto igelitiek využi nákupnú tašku, nie je to také zložité.

Aby sme si priblížili, ako zero waste život skutočne vyzerá, na ďalšej dvojstránke je niekoľko ďalších konkrétnych zmien, ktoré môžete uplatniť vo vašej domácnosti...

#### **04. RECYCLE: Zrecykluj čoho sa nemôžeš zrieknuť, zredukovať to či znovu použiť.**

Keďže recyklácia je energeticky náročný proces, nachádza sa až na štvrtom mieste a prichádza na scénu, až keď danú vec nemôžeme odmietnuť, zredukovať alebo znovu použiť.

#### **05. ROT: Skompostuj zvyšok.**

Biologicky rozložiteľný odpad je veľkou zložkou domácnosti. Nakoľko sa dá skompostovať a využiť v záhrade ako hnojivo, bola by škoda túto zásadu ignorovať.





## MENEJ JE VIAC

„Čím menej mám, tým som bohatší.“ V tomto tvrdení sa nachádza veľa pravdy. Naše rodinné domy sú zaplnené množstvom nepotrebných vecí. I keď si myslíme, že sú potrebné, nie sú. Koľko vecí, ktoré doma nájdeš v preplnených zásuvkách, reálne používaš? Polku z nich si videl jedenkrát a možno ani nevieš, že nejakú takú položku vôbec vlastníš.

Prvým krokom k bezodpadovému životu je uvedomiť si, čo v domácnosti potrebuješ. Čím skôr sa zbavíme závislosti na nepotrebných veciach, tým skôr sa náš život stane bohatý.



# 05.

## KUCHYŇA

**Uterák z mikrovlákná** – Nepoužívaj stále zbytočné papierové utierky, ktoré majú jednorazové použitie. Som si istá, že s kvalitným uterákom, ktorý sa využije ešte miliónkrát, sa každému lepšie čistí.

**Sklenené nádoby** – Plast nie je dobrý. Tak sa ho zbav a zožeh si nádoby zo skla. Zabrániš tak kontaminácií jedla a iných položiek, ktoré držiš v plastových nádobách. Slúžia aj ako skvelý úložný priestor do špajze, kde už nikomu nebudú zavadzať zbytočné krabice.

**Nákupy** – Zober si so sebou sklenené poháre a látkové tašky. Áno, znie to namáhavo, ale nie je to tak. Vyhýbaj sa jednorazovým vreckám.





## OBÝVAČKA

**Fotky** – Nie je nič na tom mať nejaké fotky zarámované na poličke pri televízii, ale načo ich tam mať viac než potrebné? Albumy sú skvelým prostriedkom na uchovávanie fotiek, ktoré budú pokope a nestratia kvalitu.

## KÚPEĽŇA

**Make-up a kozmetické produkty** – Nie je potrebné mať vystavených päť druhov krémov pri zrkadle, pokiaľ používaš len jeden.

**Kompostovateľné zubné kefky** – Sú kvalitnejšie než normálne zubné kefky a jednoznačne aj vydržia oveľa dlhšie.



## OBLEČENIE

Niekedy je dobrý nápad vyhádať celú skriňu a zbaviť sa vecí, ktoré tam zbytočne ležia.

Všetci poznáme sekáčové obchody a som si istá, že sa nájde rýchlo nový majiteľ, ktorý by si rád adoptoval tvoju nenosenú položku šatníka.

Takto nastáva ku krásnej výmene a nie zbytočnému vyhadzovaniu oblečenia do koša.





ZDROJE:  
[goingzerowaste.com](http://goingzerowaste.com)  
[zerowasteslovakia.sk](http://zerowasteslovakia.sk)  
[zerowastehome.com](http://zerowastehome.com)