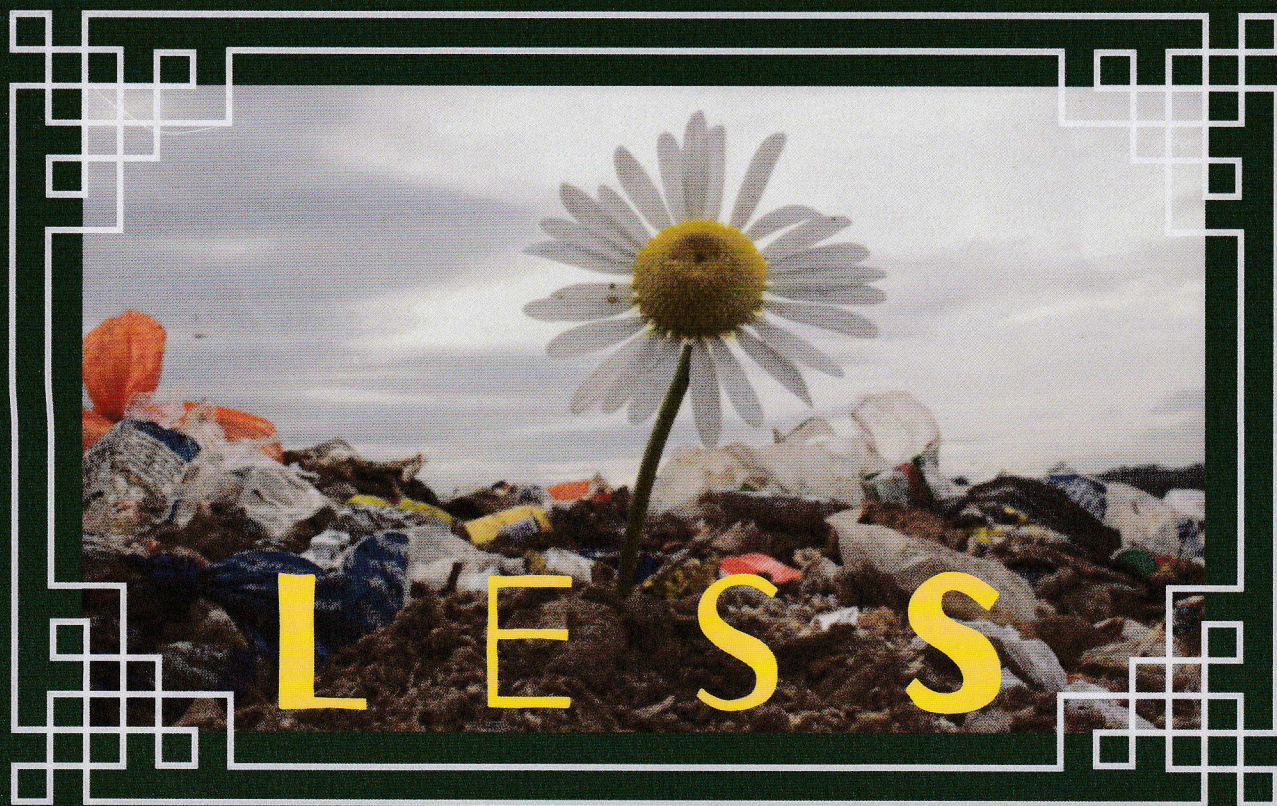


T R A S H



ŽIVOT BEZ ODPADU...
Je to možné?

Nauč sa aj ty žiť
EKO

Ešte stále
jedávate v
McDonalde?!

Kde dobre nakúpiť bez
obalu?

Naozaj záleží na
ZNAČKE?

Slovko redakcie

Milý čitateľ,

sme potešené, že ste aj tento mesiac siahli po našom sprievodcovi eko životom Trash/less.

V tomto čísle sme si pre Vás pripravili tie najzaujímavejšie informácie, tipy a novinky o živote bez odpadu. Naučíte sa s nami čo to o eko nakupovaní, redukcii odpadu vo vašom každodennom živote či kde nakupovať bezobaľovo.

Prajeme Vám príjemný čitateľský zážitok,

Váš redakčný tím

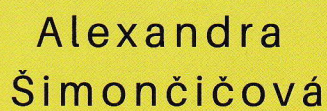
● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

Život bez odpadu?! 04 - 05

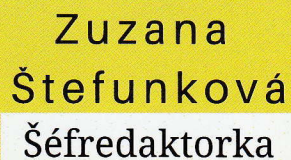
Stravujte sa eko

Fenomén menom "fast fashion" 08 - 09

Zero Waste obchodíky



Redaktorka



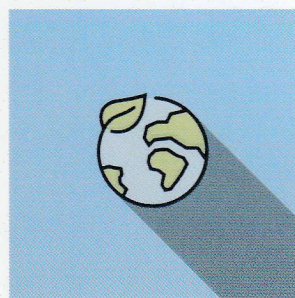
Redaktorka

Život bez odpadu?!

D Á S A T O ?

Viete si predstaviť život bez produkovania akéhokokoľvek odpadu?

Nie, však? Dnes sme totižto obklopený obrovským množstvom zbytočného plastu ktorý vytvára odpad.



Zbytočný plast = ZBYTOČNÝ ODPAD

Jedným z riešení je život bez neho.



Zero waste

preklad: nulový odpad

je životný štýl, ktorý podporuje opätovné využívanie všetkých zdrojov bez tvorby odpadov, ich skládkovania alebo spalovania

V roku 2017 jeden slovenský občan vyprodukoval 393 kg odpadu.

A kde ten odpad skončil?

Pravdepodobne na skládkach, riekach a v ovzduší... drvivá väčšina z neho mohla byť znovu využitá

Nakoniec však svoj odpad aj tak skonzumujeme.

Či v podobe rýb, zeleniny alebo vody

Ak nechceš konzumovať svoj odpad máme
pre teba pár trikov....

5. PRIKÁZANÍ ZERO WASTE

Zamietni
Zredukuj
Znovu použi
Zrecykluj
Zvyšok skompostuj

Nie vždy je ľahké len tak z ničoho
nič prestať používať napr. plast,
ktorý nám je ponúkaný v
obchodoch za výhodnú cenu.

No malými krôčkami sa dá
existovať aj bez plastu a iného
odpadu...



1. Noste so sebou kovovú či sklenenú fľašu

Vydržia dlhšie a nie sú také krehké ako si väčšinou ľudia
myslia. Dajú sa nájsť aj za výhodnú cenu a je to
jednorazová investícia... nie ako plastové fľaše

2. Používajte látkové vrecká a tašky

V obchode nie je potrebné dávať všetko do mikroténového
vrecka. Čiarový kód sa dá ľahko vytlačiť na ruku alebo
škatuľu, do ktorej môžete vziať svoje ovocie a zeleninu.

3. Uskladňujte jedlo do dóz

Dózy boli dobrým pomocníkom v každom dome. Dá sa v
nich nosiť desiata do školy či do práce a mnoho iných vecí.
Nezáleží či je plastová alebo sklenená, nakoľko ju
využijeme viac ako raz.

4. Nevyhadzujte nepotrebné oblečenie

Stačí vziať ihlu, niť a vytvoriť si originálny kúsok. Ak vám
chýba inšpirácia, oblečenie môžeme darovať rôznym
charitám

STRAVUJTE SA EKO



Hmm...Dala by som si McDonald's, aj vy? Bohužiaľ tento enormný reťazový obchod nie je v súlade so životným štýlom zero waste. Takisto ako aj iné koncerny, napríklad kfc, wendy's, či už akákoľvek iná fast food reštaurácia. Je pomerne ľahké predstaviť si prečo. Jedná sa najmä o plytvanie jedlom a nadmerné obalovanie konečných produktov. I keď je veľmi ťažké prestať jesť v takýchto podnikoch, zero waste môže byť občas o obete. A pre cenu života bez odpadu často zaplatíte stratou svojho pohodlia. Hovorím i o pohodlí, ktoré sa týka sedenia v kaviarniach, jedenia v luxusných reštauráciách, či navštevovania trhov a iných stánkov s jedlom. My si to ani neuvedomujeme, ale v takýchto situáciách produkujeme nesmierne množstvo nepotrebného odpadu.

Prvoradé je naučiť sa pripravovať si jedlo doma. Spotreba obalov, škatúl, obrúskov, slamiek, či plastových pohárov a príborov v takýchto podnikoch je obrovská. Preto je najlepšie nakúpiť si potraviny (najlepšie bez obalovo) a pripraviť si tak isto chutnú, ba dokonca zdravšiu verziu takýchto jedál doma. Kávičku si môžeme vychutnávať aj na terase či našej obývačke, a ani nevieme ako a potešíme nielen našu peňaženku, ale aj našu planétu. No nie vždy sa dá navariť si doma a byť úplne eko. Preto je tu pár riešení pre tento problém.



Zavedenie týchto malých zmien do vášho každodenného život prispeje ku globálnej zmene.



✓ **Vypýtajte si to bez slamky**

Naozaj ju potrebujete? Našťastie slamky už pomaly odchádzajú z nášho života, no kým sú stále tu, skúste ich prestať používať.

✓ **Ide to aj bez papierových obrúskov**

Neviem ako vám, ale mne vždy v McDonald's dajú na tácku minimálne tri obrúsky. Takéto množstvo je úplne zbytočné a aj tie nepoužité skončia v koši.

✓ **Navštevujte eko kaviarne**

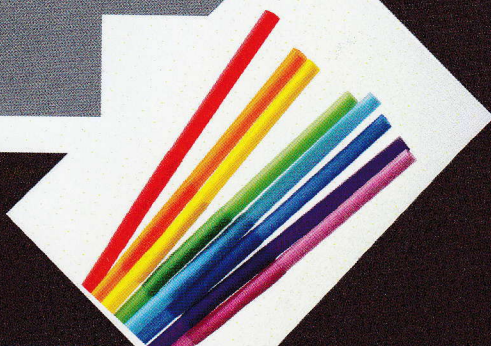
Odporujte si, v ktorých kaviarňach podávajú cukor a mlieko v plastových alebo papierových obaloch. Dnes existujú krásne keramické nádoby na cukor či mlieko. Takýmto spôsobom si môžeme život osladiť koľko len chceme a pomôžeme zároveň aj našej planéte Zem.

✓ **Noste si so sebou vlastný pohárik**

K Vianočným trhom či iným spoločenským akciám patrí varené víno alebo burčiak. Väčšinou sú tieto nápoje podávané v jednorazových pohárikoch, pričom sa zakaždým vyprodukuje veľké množstvo odpadu tohto typu. Noste so sebou vlastný pohárik či termorsku a poproste či by vám nenaliali doň.

✓ **Objednajte si iba tolko, kolko zjete**

Ako sa hovorí: „len oči jedia“. Keď vidíme dobrotu, hneď sa nám na ňu slinky zbiehajú a cítime sa akoby sme zvládli zjesť aj za štyroch. Väčšinou to avšak končí úplne inak a nám na tanieri zostane polovica jedla. Toto je nesmierne mrhanie jedlom a takýmto prípadom je najlepšie sa vyhnúť.



Fenomén menom "Fast fashion"

Aj vy si práve lámate hlavu nad tým, čo si pod takýmto pojmom máte predstaviť? Alebo snád' patríte do skupiny znalcov, ktorí ovládajú všetky novodobé trendy? Či jednoducho ste popri vašich každodenných aktivitách náhodou prišli do styku s takýmto výrazom? Každopádne, ak ste sa našli v ktorejkoľvek z týchto možností, rozhodne čítajte ďalej, pretože teraz nastal čas na bližšie zoznámenie!

Podme to, ale spolu zobrať všetko poporiadku. Tzv. fast fashion sa s nami tiahne už nejakých pár rokov, no najväčšiemu haló sa dostala len nedávno. V čase instagramu, blogerstva a kto nechce byť novým trend-setterom či influencerom, ten ani neexistuje, je väčšine tento termín už nanajvýš známy. Rovnako rýchlo sa však dostal aj do povedomia „eko“ vyznávačov, a teda tých, ktorí zobrali problém s devastáciou našej Matky Zeme za pačesy. Možno žijeme v dobe, kde by každá ajradšej súperil o to, kto si kúpil najnovší model telefónu s tými najšpičkovejšími funkciami a kto vlastní ten najúhľadnejší, farebne zladený instagram z celého nášho okolia. No, zároveň sme sa už konečne zobudili z toho Kocúrkova, kde sme po celý čas žili. A mylne sa domnievali, že to, ako žijeme, nijako výrazne negatívne Zem neovplyvňuje. Aj vám sa to zdá trochu paradoxné? To bude asi tým, že to tak aj je!

Čo to tá fast fashion vlastne je a odkiaľ sa tu vzala?

Najjednoduchší preklad by znel: *rýchle, štýlové a cenovo dostupné pre každého*

Sme si zcela istí, že pri vašich potulkách mestom ste už určite zavítali do nákupných centier, o ktoré na Slovensku rozhodne teda núdzu nemáme. Či už to bolo z dôvodu zahňania nudy, alebo ste si len skočili pre nejakú tú drobnosť. V každom prípade, nech už vás viedlo na takúto návštevu čokoľvek. Naisto ste museli popri vašej prechádzke uličkami centra, minúť aspoň jeden výklad svetovo známych značiek ako H&M, Zara, New Yorker či Mango a mnoho ďalších.

Áno, presne tieto a im podobné obchodné reťazce sú priamym príkladom fast fashion. Už dávno vieme, že slepo nasledujeme všetky trendy, ktoré nám z Ameriky prívajú. A tento prípad nie je nijakou výnimkou.

Ako to funguje?

Ako sme už spomínali, mnohé obchodné reťazce sa vystatujú svojimi štýlovými kúskami prebranými priamo z predvádzacieho móla sveta módy. A vy tak môžete byť vždy IN a to za nízke ceny. Znie to dokonale, však? Bohužiaľ, čo si väčšina ľudí neuvedomuje, je, akú ekologickú katastrofu to spôsobuje.

V čom je teda presne problém?

Hoci možnosť kúpiť si nové tričko za tú istú cenu, akú by ste nechali v kaviarni za vašu obľúbenú kávu či čaj, znie lákavo. No, verte nám, investovať do oblečenia, ako je to, ktoré sa momentálne vo veľkom predáva, sa nevypláti. Už len z dôvodu, že za posledné roky kvalita oblečenia mimoriadne klesla. Určite ste si všimli, že už po nejakej dobe sa na vašom tak lacno zakúpenom tričku objavia akési malé dierky ako od molí. Nie nenavštívil vás v noci žiaden hmyz, to sa len **prejavuje** kvalita výroby a materiálu produktu. Alebo vám uvedieme ďalší príklad. Dnes si kúpite úplne nové rifle a už po pár opraniach zrazu stratia svoju farbu a pôsobia dojmom, že vám v šatníku sedia už pekných pár rokov. A vy opäť dostanete pocit, že **potrebujete** nové. Po čase tohto nerozvážneho nakupovania začne byť váš šatník akýsi primálny a vy si poviete, že je čas aby ste uvoľnili miesto novým kúskom. Na celkom podobnom princípe fungujú aj všetky obchody, do ktorých tak radi zavítate.

Kým len prednedávnom striedali kolekcie iba podľa ročných období, dnes už vymieňajú tovar v regáloch ako na bežiacom páse. Dokonca až niekoľkokrát za mesiac. A samozrejme, že pod nátlakom byť vždy trendy, si ho zakúpime, aj keď ho s najväčšou pravdepodobnosťou ani nepotrebuje. Štúdie ukazujú, že priemerný Slovák si do svojej domácnosti každoročne prinesie 13 kg oblečenia a až 30 kg vyhodí.

Aký dopad to má na naše životné prostredie?

Hovorí sa, že najväčší podiel na znečistení našej planéty má práve módný priemysel. Ako sme už vysvetľovali, naše nadpotrebné vyčíňanie v nákupných centrách vytvára milióny ton odpadu ročne. Takisto aj taká výroba oblečenia má svoju daň. Každý rok sa vyprodukuje až vyše 2 miliónov oxidu uhličitého, ktorý prispieva ku globálnemu otepleniu. Rovnako sa pri výrobe spotrebuje zhruba 70 miliónov litrov vody a tu stále nekončíme. Pri umývaní a praní sa uvoľňujú z oblečenia mikrovlákná, ktoré sa odplavujú do morí a oceánov. A nakoniec sa nám v podobe upečených rýb na našom tanieri vrátia späť.

Distribúcia oblečenia prináša aj mnoho iných negatívnych aspektov. Či už to sú mnohé toxické látky vo farbách, ktoré končia v našich vodách, alebo neetické zaobchádzanie s pracovníkmi v menej rozvinutých krajinách, kde prebieha výroba. Rozhodne ich nie je málo a musíme to zastaviť! Prinajmenšom obmedziť do istých udržateľných štandardov. Predpovede ukazujú, že pri súčasnom tempe už v roku 2050 bude mať spotreba oblečenia za následok viac ako štvrtinu celkového dopadu na zmenu klímy.

Skrytá tvár recyklácie

Človek by si pomyslel, že stačí hodiť naše "staré" oblečenie do jedného, z tých zberných kontajnerov na uliciach a hotovo. Dokonca sme aj eko, ale nie. Viete prečo? My vás do tohto systému radi zasvätime. Len prednedávnom firma H&M predstavila svoj nový program na zber šatstva. Vraj stačí vyhľadať predajňu, ktorá je k vám najbližšie a zobrať so sebou všetky kusy nechceného oblečenia. Potom už len jednoducho hodiť toto oblečenie do recyklačného boxu a je to. Odídete s dobrým pocitom, že ste sa zachovali „zeleno“ a ešte aj s poukážkou na ďalší nákup.

Či si už vyberiete takýto spôsob, alebo už spomínané zberné kontajnery nie je to tá najekologickejšia voľba. Totižto až 85% opäť skončí na skládke, skrátka je tohto oblečenia až príliš veľa. Čo sa týka opätovného využitia starej látky na výrobu nového kúska odevu, to tiež nie je také spoľahlivé. Súčasná technológia nedovoľuje vyrobiť takéto zrecyklované oblečenie za rovnako nízku cenu ako to úplne nové. Nemusíte byť ekonómom, aby ste si vypočítali, čo sa opláti vyrábať viac. Aby ste to nechápali zle, takáto výroba prebieha, nanešťastie je to len 1% zo všetkého vyzbieraného oblečenia. A čo zvyšných 14%? Tie skončia ako tlmiace a izolačné materiály či maliarske tkaniny

Čo teda môžeme urobiť a zachovať sa eko?

Pripravili sme si pre vás pár tipov ako to zaručene nepokaziť:

- kupuj iba to, čo potrebuješ a reálne budeš nosiť
- swapuj s ostatnými
- nakupuj kvalitné oblečenie u tuzemského predajcu
- navštív second handy
- daruj oblečenie charite, čo to potrebuje
- pretvor si staré kúsky sama doma

ZERO WASTE OBCHODY

Pre ľahší skok do nového
životného štýlu sme si pre vás
pripravili zopár bezodpadových
obchodíkov:



U Dobrožrúta

Radlinská 27
Bratislava



Bezobalis

Jozefa Braneckého 159/8
Trenčín



Na Kôpke

Park Angelinum 13
Košice



PACK-LESS

Vajanského 617/22
Trnava



Onakô

Teplická 2287/56
Piešťany



Odváž(e)ne

Floriánova 6
Prešov

V prípade, že sa nenachádzate v blízkosti týchto miest, vám môžu dobre poslúžiť aj online obchody:



ZELENYOBCHOD.SK



prijemneveci.sk

5 spôsobov ako ma znova využiť!

1. Poskladaj zo mňa
lietadlo

2. Vytvor zo mňa niečo

3. Zabal do mňa niečo

4. Poskladaj zo mňa
origami

5. Použi ma ako
podložku pri
kreatívnych chvíľach

