



ALEGE SĂ TRĂIEȘTI SĂNĂTOS



Salvați Copiii
Save the Children România



Despre educația de mediu

Această broșură a fost realizată în proiectul de Educație pentru Sănătate „Alegeri Sănătoase”, implementat de Organizația Salvați Copiii și este destinată activităților pentru copii din ciclul gimnazial.



Planeta Pământ a cunoscut mari schimbări în ultimii ani din cauza activităților antropice. Deseori oamenii nu conștientizează ce amprentă lasă asupra mediului, cât de mult afectează natura sau o protejează deciziile pe care le iau. Una dintre problemele cu care se confruntă lumea în zilele noastre este cea legată de poluare. Un mediu poluat este un mediu nesănătos pentru viețuitoare, plante, animale și oameni. Aerul, apa și solul pot fi poluate prin prezența anumitor substanțe nocive, cum ar fi substanțele chimice, praf, zgomot sau radiații.

Printre sursele de poluare existente se regăsește modul în care se gestionează **DEȘEURILE**. Acestea sunt substanțe sau obiecte care trebuie aruncate. Deseori deșeurile sunt colectate, adică strânse și depozitate necorespunzător, „la grămadă”, fără a mai putea fi valorificate. Cheia stă în **colectarea selectivă**, care înseamnă strângerea și depozitarea deșeurilor în recipiente separate, astfel încât să poată fi valorificate ulterior, mai ales prin **reciclare**.

COLECTARE SELECTIVĂ ȘI RECICLARE

În țara noastră, deșeurile pot fi colectate selectiv utilizând *containere de culori diferite*, astfel:

Container maro

Deșuri biodegradabile



Se descompun natural, fără a polua mediul.

✓ **Se colectează:**

- resturi de alimente;
- resturi vegetale;
- cartoane și hârtie murdare sau ude (care nu pot fi reciclate).

Container albastru

Hârtie și carton



✓ **Se colectează:**

- ambalaje de hârtie sau carton curate;
- pungi de hârtie și hârtie de împachetat;
- ziare, reviste, cataloage de prezentare, agende, caiete vechi, plicuri;
- tuburi de la prosoapele de bucătărie și de la hârtia igienică;
- pahare și farfurii de unică folosință din hârtie.

✗ **Nu se colectează** ambalaje, șervețele folosite sau farfurii de hârtie de unică folosință murdare. Pentru acestea nu există o soluție de reciclare, ci se recomandă reducerea consumului de articole de unică folosință.

Container verde

Sticlă



✓ Se colectează:

- ambalaje din sticlă care nu pot fi returnate la magazin (sticle de la băuturi, ulei, lapte);
- ambalaje din sticlă de la produsele de igienă și cosmetice (parfum, săpun lichid, gel de duș etc.).

✗ Nu se colectează:

- resturi din sticlă de la un geam sau o oglindă spartă;
- obiecte de ceramică (farfurii, boluri, vase etc.);
- becuri și neoane.

Container galben

Metal și plastic



✓ Se colectează:

- ambalaje din plastic; pungi, sacoșe, saci;
- sticle din plastic de la băuturi (PET-uri);
- veselă de unică folosință din plastic;
- ambalaje de metal (conserve, doze de aluminiu de la băuturi);
- folie de aluminiu, tuburi de spray-uri goale.

✗ Nu se colectează:

- Cutii de la vopsele și alte substanțe toxice;
- Seringi și alte dispozitive medicale (acestea au un regim special și se colectează separat).

Container roșu

Deșeuri periculoase



Deșeurile periculoase conțin substanțe dăunătoare sănătății umane și mediului înconjurător.

Ce colectăm?

- baterii și acumulatori;
- becuri și neoane;
- medicamente;
- uleiul alimentar uzat;
- lac, acetonă;
- electronice și electrocasnice.

Container negru

Deșeuri nereciclabile



Deșeurile nereciclabile sunt substanțe sau obiecte care nu mai pot fi valorificate prin procesul de reciclare.

Ce colectăm?

- hârtie tratată chimic (bonuri fiscale);
- hârtie cerată, carton plastifiat;
- tapet, faianță și gresie;
- vată, scutece de unică folosință;
- periuțe de dinți, lame de ras;
- pixuri, folie stretch;
- polistiren, casete video.

Cum organizăm activitatea de colectare a deșeurilor în casele noastre?

Deseori constatăm că în casele oamenilor tot gunoiul este strâns într-un coș, la grămadă. Însă acest lucru nu aduce niciun beneficiu mediului înconjurător.

În mod ideal ar trebui să reducem consumul, să fim atenți să nu achiziționăm lucruri care nu ne sunt folositoare sau pe care le avem deja în casă, să evităm produsele care au ambalaje în exces. Apoi, este indicat să reutilizăm anumite obiecte înainte de a le arunca, cum ar fi borcanele, sticlele, caserolele din plastic, cutiile din carton sau metal, pungile și sacii din plastic. Apoi, este necesar să strângem

separat tot ce nu mai folosim, în recipiente sau saci diferiți, astfel încât deșeurile să poată fi reciclate, adică prelucrate și transformate în obiecte noi, utile, care reintră în circuitul economic. Reciclarea reduce presiunea pusă pe mediu de către procesul de exploatare a resurselor, care se epuizează într-un ritm alert.

Cum ne organizăm? Într-un colț al bucătăriei amenajăm spațiul de colectare selectivă a deșeurilor. Există pe piață coșuri special create pentru această acțiune precum cele din imaginea alăturată. Ele ne ajută să separăm hârtia și cartonul, plasticul și metalul, sticla și gunoiul menajer (deșeuri biodegradabile și nereciclabile). Dacă nu avem astfel de coșuri sau suficient spațiu pentru ele, putem folosi mai mulți saci de gunoi.



Coșuri de colectare selectivă

Atenție la deșeurile periculoase!

Acestea au un regim special și trebuie duse la un centru de colectare, în spații special amenajate de primărie sau la diverse supermarket-uri care pun la dispoziție containere separate. Tot în magazine mari (precum cele alimentare sau de materiale de construcție și bricolaj) se pot duce deșeuri periculoase: becuri și neoane arse, baterii uzate, aparate electronice și electrocasnice, scule și utilaje pentru construcții.

De amintit este și cazul **uleiului folosit**, care, aruncat la chiuvetă sau în coșul de gunoi, poluează considerabil mediul înconjurător. De ce trebuie reciclat uleiul folosit în bucătărie? Iată cele două scenarii posibile:

Scenariul 1 – uleiul ajunge în rețeaua de canalizare dacă este aruncat la chiuvetă, se depune pe țevi, le înfundă și produce defecțiuni. Firma care deține rețeaua le repară, însă costurile pentru reparații sunt incluse pe factura noastră de apă și canalizare. În plus, dacă ajunge în râuri sau lacuri, formează o peliculă grasă la suprafața apei care nu permite oxigenului să ajungă la viețuitoarele din apă, iar acestea pot muri.

Scenariul 2 – uleiul ajunge în sol, unde râncezește și nu mai permite solului să se regenereze. Acesta devine infertil, deci plantele nu vor mai crește în acea zonă.

Cum colectezi uleiul alimentar folosit?

După ce s-a răcit, acesta se strecoară și se pune într-un recipient curat din sticlă, plastic sau metal și se duce la centrele speciale de colectare. Astfel de centre sunt organizate în anumite benzinării sau centre comerciale mari de tip supermarket.

De ce să reciclăm?

După ce s-a realizat colectarea selectivă, deșeurile care se pot valorifica merg la centre de sortare și reciclare. Prin **reciclare**, deșeurile sunt reprocesate și reutilizate, ca materie primă. În acest mod se respectă principiul circularității în economie, prin care se evită producerea în exces de deșeuri și se încurajează transformarea acestora în resurse prin reutilizare, reparare, recondiționare, reciclare.

Ne punem adesea întrebarea „**De ce să reciclăm?**” Nu e mai simplu să aruncăm tot gunoiul într-un singur loc? Vine firma de salubritate, îl ridică și am scăpat de grijă... Iată că această acțiune a adus mari deservicii planetei noastre prin poluarea mediului într-un ritm accentuat, care afectează natura și viețuitoarele. Milioane de tone de deșeuri ajung la rampele de gunoi, unde sunt lăsate să se descompună sau sunt arse și astfel aerul devine extrem de poluat. Stratul fin care ne protejează de razele nocive ale soarelui, adică stratul de ozon, este afectat și dacă vom continua să aruncăm deșeuri în același ritm nu vom mai fi protejați. Gazele degajate la descompunerea sau arderea deșeurilor contribuie la efectul de seră, care duce la încălzirea atmosferei terestre. În consecință ghețarii se vor topi, nivelul oceanelor va crește considerabil, apar fenomene meteo extreme etc. Viața generațiilor viitoare va fi în pericol, de aceea trebuie să acționăm acum!

Chiar dacă simți că efortul tău nu contează și că nu poți schimba nimic, te înșeli. Fiecare individ care colectează selectiv deșeurile și le duce la centre de reciclare este un model pentru ceilalți și lasă un mediu mai curat și mai sănătos generațiilor viitoare.

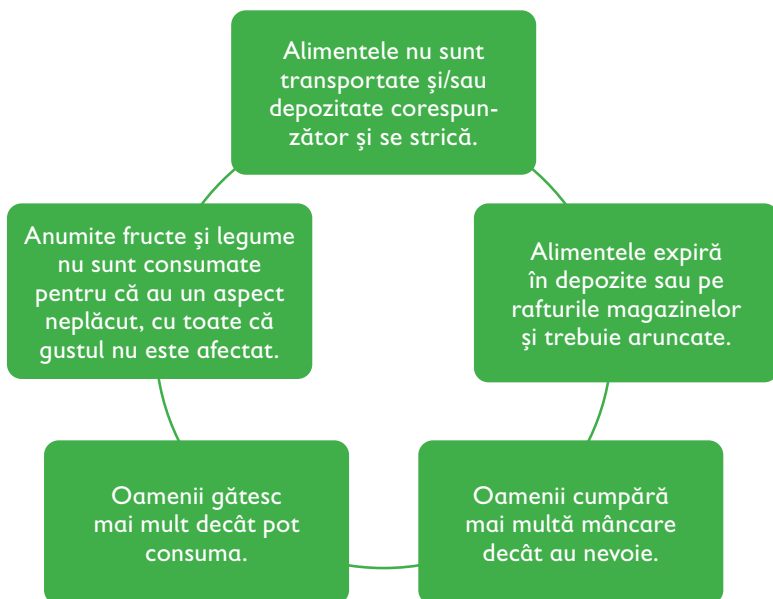
Stă în puterea noastră să ajutăm planeta!

RISIPA ALIMENTARĂ

A doua problemă cu care se confruntă planeta este **RISIPA ALIMENTARĂ**, adică situația în care alimentele se irosesc, se transformă în deșeuri. La nivel mondial, aproximativ 121 de kilograme de alimente pe cap de locuitor sunt risipite anual, dintre care 74 de kilograme provin din gospodăriile oamenilor.

Risipa alimentară are urmări grave asupra mediului înconjurător, asupra societății și economiei. Între 8-10% dintre gazele cu efect de seră sunt produse din cauza pierderii și risipei de alimente. Metanul este un gaz care se eliberează atunci când alimentele ajung la rampa de gunoi și încep să se descompună, astfel că se ajunge la concluzia că risipa alimentară contribuie la încălzirea globală.

Cauzele risipei alimentare:



Ce se poate face pentru a evita risipa alimentară?

Evitarea risipei alimentare este un obiectiv al Organizației Națiunilor Unite, care, prin Programul de Mediu atrage atenția și îndeamnă la conștientizarea faptului că reducerea pierderii și risipei alimentelor contribuie la reducerea gazelor cu efect de seră, încetinește procesul de degradare a mediului înconjurător și a încălzirii globale, reduce foametea și salvează bani în vremuri de criză.

Ce poți face tu pentru a evita risipa alimentară?

Iată câteva sfaturi pe care le poți urma împreună cu familia ta:

- Realizați și respectați o listă de cumpărături, nu cumpărați în exces alimente doar „ca să fie în casă”.
- Cumpărați fructe și legume care nu arată perfect; deseori acestea sunt mai gustoase și au un preț mai mic.
- Achiziționați alimente care se apropie de data de expirare, aflate la raftul cu reduceri, doar dacă știți că le puteți consuma rapid.
- Căutați idei pentru a folosi surplusul de la mesele anterioare pentru prepararea altor feluri de mâncare.
- Puneți mai puțină mâncare în farfurie și dacă este cazul reumpleți.
- Împreună cu mama sau bunica congelați fructe, legume sau mâncare gătită dacă nu le puteți consuma în timp util.
- Depozitați corect alimentele, conform instrucțiunilor de pe etichetă („A se păstra la temperatură între +2° și +4° C.”)
- Împreună cu un membru al familiei realizează periodic un „inventar” al alimentelor de acasă și pregătiți-le de consum pe cele care expiră mai curând.
- Oferiți mâncarea pe care știți că nu o veți consuma. Donați alimentele bune către o familie care s-ar bucura de ele.

De ce e important consumul responsabil

- Consumul se referă la achiziționarea și utilizarea de către oameni a unor bunuri sau servicii în acord cu nevoile personale și/sau colective. **Consumul responsabil** ia în considerare dezvoltarea sustenabilă a mediului înconjurător și ține cont de următoarele recomandări:
- Încurajează economia locală (consumă alimente și alte bunuri sau servicii produse local).
- Urmărește să îți satisfaci nevoile reale de consum, adică să cumperi exact ce și cât ai nevoie cu adevărat.
- Evită pierderea și risipa de alimente; consumă „alimente curate”, care nu au fost tratate cu substanțe chimice.
- Refolosește, repară și reciclează bunurile, transformându-le în resurse, nu în deșeuri.
- Economisește energie electrică. Stinge becul în camera în care nu mai stai. Roagă-i pe părinți să cumpere becuri economice și aparate electrice și electrocasnice cu consum redus de energie.
- Economisește apă. Oprește robinetul atunci când îți periezi dinții.
- Roagă-i pe părinții tăi să alegeți mijloace de transport care nu poluează aerul (biciclete, trotinete), atunci când este posibil, iar dacă aveți de parcurs distanțe mici, mergeți pe jos.



SCHIMBĂRILE CLIMATICE

Schimbările climatice sunt efecte ale procesului de încălzire globală, respectiv creșterea actuală a temperaturii Pământului. Dintre schimbările climatice putem enumera: topirea ghețarilor, creșterea nivelului mărilor și oceanelor, schimbarea regimului de precipitații, fenomene naturale extreme (inundații, secete, viituri, alunecări de teren, valuri de căldură, uragane, tornade și furtuni violente în zone în care acestea nu se produceau înainte), modificarea duratei anotimpurilor etc.

Oamenii de știință au convenit că la baza tuturor acestor fenomene stă cantitatea uriașă de gaze cu efect de seră eliberate în urma desfășurării activităților umane. **Gazele cu efect de seră** sunt „emisii de gaze și de alte componente gazoase ale atmosferei, atât naturale, cât și antropice, care absorb și reemit radiații infraroșii.” (Raport special al Curții Europene de Conturi nr. 18/2019, „Emisiile de gaze cu efect de seră”).

Oare ce înseamnă „emisii naturale” și „emisii antropice”? Emisiile naturale se referă la gazele cu efect de seră eliberate în atmosferă de elemente naturale, cum ar fi erupțiile vulcanice. Emisiile antropice se referă la producerea de gaze cu efect de seră cauzate de activitățile oamenilor, dintre care amintim:

- Orice proces care necesită arderea combustibililor fosili (cărbune, petrol și gaze);
- Modul de utilizare a terenurilor;
- Agricultură - utilizarea îngrășămintelor și creșterea animalelor (în special rumegătoarele);
- Producerea și folosirea substanțelor chimice;
- Gestionarea deșeurilor și a proceselor industriale.



Cum putem avea comportamente responsabile care ajută la protecția mediului?

Fiecare persoană, prin deciziile pe care le ia, influențează alte persoane din jurul său și nu numai. Modul în care ne comportăm lasă o urmă, precum lasă pantofii noștri, sau o amprentă, precum degetele noastre. Așadar, prin alegerile și prin stilul de viață pe care îl adoptăm, putem ajuta la lupta împotriva schimbărilor climatice.

Concret, ce putem face?

- Să consumăm cât mai multe fructe și legume cultivate local;
- Să economisim apă și energie (folosim becuri și aparate electrocasnice cu consum redus de energie);
- Să folosim surse de energie regenerabilă (solară și eoliană), dacă este posibil;
- Să alegem mijloace de transport nepoluante, precum bicicletele, sau chiar să mergem pe jos pe distanțe scurte;
- Să alegem transportul în comun, în detrimentul mașinii personale;
- Să colectăm selectiv deșeurile și să reciclăm;
- Să re folosim diverse obiecte sau materiale: hârtie, cutii din carton, recipiente din plastic, metal sau sticlă, haine, piese de mobilier transformate sau recondiționate;
- Să utilizăm baterii reîncărcabile și să le reciclăm pe cele care s-au consumat;
- Să donăm lucrurile care nu ne mai sunt de folos (haine, încălțăminte, jucării, cărți, aparate electronice și electrocasnice, piese de mobilier etc.);
- Să utilizăm sacoșe din pânză pentru transportul cumpărăturilor;
- Să cumpărăm produse sau servicii din fabricile în care angajații au salarii și condiții de muncă decente.

Idei pentru acasă:

1. Colectează timp de două săptămâni deșeuri reciclabile (la alegere, între PET-uri, hârtie&carton, plastic sau doze de aluminiu. Sau toate patru!). Alege un punct de colectare din localitatea ta și du-le acolo. Fă o poză cu telefonul și trimite-o doamnei diriginte, doamnei profesoare de biologie sau geografie, colegilor, pe grupul clasei. Este dovada că ai făcut o faptă bună. 😊
2. Propune-le colegilor din clasa ta și din celelalte clase din școală să colectați selectiv deșeuri și să le valorificați ducându-le la un centru de colectare sau sunând la unul dintre agenții care colectează deșeuri în vederea reciclării.
3. Organizați o acțiune de ecologizare a unei zone din jurul localității voastre în care să implicați părinții, colegii, cadrele didactice din școală și chiar autorități locale (primar, consilieri etc.) sau membri ai organizațiilor non-profit.
4. Alcătuiți un plan împreună cu familia voastră ce include trei acțiuni pe care le veți face astfel încât să fiți consumatori responsabili. Desenați pe o planșă trei imagini potrivite acțiunilor și afișați posterul acasă, astfel încât să vă ghideze în acțiunile voastre zilnice. Urmați planul cel puțin 30 de zile, apoi adăugați și alte comportamente responsabile față de mediul înconjurător.
5. Planificați și organizați un târg de cărți și haine sau accesorii în care să faceți schimb de obiecte cu colegii sau prietenii. Astfel veți avea cărți și haine noi fără să le aruncați pe cele pe care nu le mai folosiți și fără să cumpărați altele.
6. Planificați o acțiune de (re)împădurire a unei zone din apropierea localității voastre. Cereți ajutorul unor organizații non-profit sau autorităților locale. Implicați părinții, colegii și cadrele didactice din școala voastră!

RECICLEAZĂ
PENTRU UN VIITOR



MAI
BUN

De 32 de ani, Salvați Copiii România construiește programe sociale, politici publice și practici solide în beneficiul copilului din România. Expertiza și complexitatea proiectelor la nivel național fac din organizație o instituție socială esențială, al cărei rol este medierea între societate și autoritatea publică, în beneficiul superior al copilului.

În trei decenii de activitate, Salvați Copiii a intervenit activ în societate, identificând soluții concrete pentru protejarea și sprijinirea copiilor vulnerabili și a militat, în același timp, pentru o colaborare viabilă cu autoritățile decidente.

Salvați Copiii și-a asumat rolul de supraveghere vigilentă a autorităților publice, în așa fel încât acestea să implementeze politici publice de durată care să corecteze cauzele care duc la vulnerabilizarea copiilor. Totodată, organizația a reușit să creeze rețele active de solidaritate, prin încurajarea responsabilității sociale a companiilor și a societății, în sens larg.

În calitate de membru al Save the Children, cea mai mare organizație independentă din lume care promovează drepturile copilului și care cuprinde 30 de membri și desfășoară programe în peste 120 de țări, VIZIUNEA noastră este o lume care respectă, pentru fiecare copil, dreptul său la supraviețuire, educație, protecție și participare, asumându-ne MISIUNEA de a obține progrese importante privind modul în care copiii sunt tratați și producerea schimbărilor imediate și de durată în viața acestora. În cei 32 de ani de activitate, peste 2.920.000 de copii au fost implicați în programele și campaniile Organizației Salvați Copiii.



Salvați Copiii
Save the Children România

Secretariatul General

Intr. Ștefan Furtună nr. 3, sector 1,
010899, București, România

telefon: +40 21 316 61 76

e-mail: secretariat@salvaticopiii.ro

web: www.salvaticopiii.ro