

100

Чистая Сфера

Экопривычек для осознанного жителя Краснодара



Экопривычки перед походом в магазин

1

Проводите ревизию в холодильнике и на всех кухонных полках перед походом в магазин

2

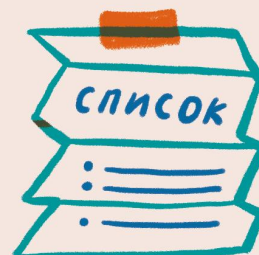
Составьте список продуктов, которые нужно купить

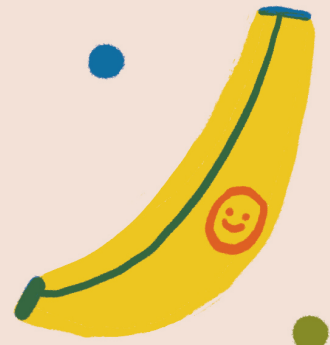
3

Возьмите авоську, чтобы не покупать пластиковый пакет

4

Захватите свою упаковку для покупок: многоразовые контейнеры, банки, фруктовки. Откажитесь от фасовочных пакетов в магазине





Экопривычки в магазине

5

Бананы и одиночные фрукты, овощи покупайте без пакета, ценник наклейте на продукт

6

Выбирайте товары в разлагаемой или в той упаковке, которую можно сдать на переработку

7

Покупайте крупы на развес, в свою упаковку

8

Не покупайте кетчуп, сгущенку, майонез и соусы в упаковках дойпак. Приобретайте их в стеклянных или металлических упаковках

9

Муку, сахар, соль выбирайте на развес или в бумажном пакете. Покупайте хлеб без упаковки, в свой мешочек

10

Покупайте яйца в свою упаковку на рынках, либо в картонной коробке

11

Карта мест, где можно купить в свою тару в Краснодаре



12

Откажитесь от упаковки Тетрапак. Её не перерабатывают в Краснодаре

14

Проверяйте состав и маркировку продуктов. Приставки «эко», «био» могут быть лишь маркетинговой уловкой.

13

Торты, пирожные покупайте в картонной, а не пластиковой упаковке

15

Посещайте отдел кулинарии со своими контейнерами

16

Выбирайте электронные чеки там, где это возможно

17

Покупайте орехи, сухофрукты, печенье и конфеты на развес в свою упаковку

18

Старайтесь покупать товары по принципу сокращения транспортного следа – местных производителей

19

Покупайте чай не в пакетиках, а на развес

20

Посещайте распродажи осознанно, покупайте только то, что нужно

21

Выбирайте стильные деревянные игрушки вместо безликих из пластика

Экопривычки на кухне

22

Выбирайте деревянные щетки, мочалки из люфы или целлюлозы вместо пластиковой губки для мытья посуды

23

Перейдите на натуральные моющие средства

24

Замените бумажные полотенца тканевыми

26

Стирайте пакеты для повторного использования

25

Используйте тканевый платок и воду вместо влажных салфеток

27

Замените пищевую пленку на контейнеры и банки

28

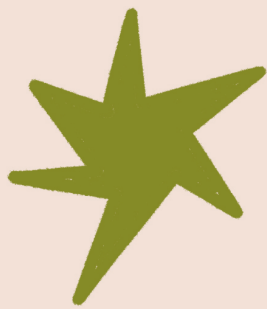
Готовьте себе соки, компоты вместо покупных

29

Выбирайте деревянные лопатки для приготовления еды вместо пластиковых

30

Используйте стеклянную посуду вместо рукава для запекания, фольги и пергамента



Экопривычки в ванной



31

Выбирайте бамбуковые зубные щетки вместо пластиковых

32

Вместо зубной пасты используйте зубной порошок в стеклянной банке или зубную пасту в металлической банке

33

Выключайте воду, когда чистите зубы

34

Отдайте предпочтение многоразовой бритве или эпиляции

35

Выбирайте твердый шампунь и мыло в бумажной упаковке

36

Мойте сантехнику содой, лимонным соком, уксусом

37

Используйте туалетную бумагу из переработанного сырья и без пластиковой упаковки

38

Выбирайте вату в бумажной упаковке вместо ватных дисков в пластике. Или замените на многоразовые

39

Если вы покупаете декоративную косметику с блестками, отдавайте предпочтение биоразлагаемым.

40

Крем для рук выбирайте твердый или в стеклянной/металлической упаковке

41

Где купить бытовую химию и уходовую косметику в свою тару в Краснодаре:



42

Замените ватные палочки из пластика на многоразовую ухочистку

43

Откажитесь от геля для душа со скрабирующим эффектом - это тоже микропластик

44

Пользуйтесь деревянными или металлическими расческами

45

Используйте натуральные скрабы на основе кофе, соли и т.д., а не с микропластиком



Раздельный сбор ОТХОДОВ

46

Сортируйте отходы. Старайтесь сдавать в переработку то, что можно. Карта пунктов приема вторсырья (стекло, металл, пластик, одежда, техника и т.д.) в Краснодаре здесь:



47

Жесть, алюминий сдавайте в пункты приема металлолома

49

Не выбрасывайте батарейки, сдавайте их в специальные контейнеры

50

Сортируйте отдельно бумагу и картон и сдавайте в пункты приема макулатуры

48

Стеклобой сдавайте в пункты приема стекла. Целые стеклянные банки принимают в компании "КубаньСтеклотара". Также их можно относить на рынок продавцам

51

В Краснодаре принимают на переработку ПЭТ-бутылки, пленку, флаконы с маркировкой 2 и твердый пластик с маркировкой 5

52

Пластиковые крышечки от бутылок сдавайте в проект «Добрые крышечки»

53

Пластиковые зубные щетки можно сдать в магазины "Доктор Слон" и "Перекрёсток"

54

Ртутные градусники сдавайте в контейнеры у Табриса

55

Просроченные лекарства сдавайте на акциях в Агентство Ртутная безопасность

56

Также каждую пятницу можно сдать органику для вермифермы. Подробности можно узнать через WhatsApp +7 918 411 76 03.

57

Органические отходы можно отдавать в Плодородие 23 (ул. Гаврилова, 100, Краснодар) Подробности здесь:





Экорасхламление

58

Продавайте старый телефон и технику

59

Отдавайте сломанную технику на запчасти или на переработку

60

Одежду не выбрасывайте сразу, а постарайтесь починить

61

Ненужную, но пригодную для носки одежду отдавайте на благотворительность

62

Сдавайте постельное белье и полотенца в IKEA

63

Сдавайте старую обувь в магазины Rendez-Vous

64

Отдавать текстиль в приюты для собак и кошек

65

Раздавайте / продавайте старые игрушки

66

Относите книги и журналы в библиотеку или в книжный приют. Подробнее о книжном приюте здесь:



67

Обменивайтесь вещами с друзьями. Свop-вечеринки также проходят в Культурном центре Типография





Дома. Общие советы

68

Выбирайте
светодиодные
лампы

69

Откажитесь от мусорных
мешков — мусор можно
выносить в ведре



70

Используйте вещи многократно



71

Отдавайте вещи
в ремонт, вместо
того, чтобы
покупать новые

72

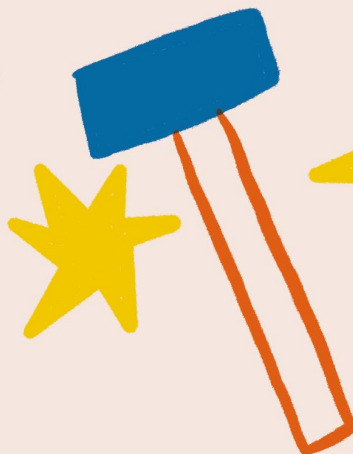
Батарейки
замените
аккумуляторами,
которые можно
заряжать повторно

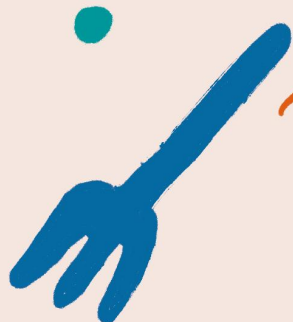
73

Отключайте
приборы от
сети, когда
они не
работают

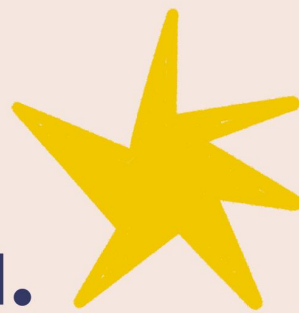
74

Используйте натуральный
наполнитель для кошачьего туалета





Вне дома Общие советы.



75

Не печатайте чеки в банкоматах. Вся информация есть в приложении банка



76

Не покупайте бутылки с водой берите воду с собой в многоразовой бутылке

77

Не берите рекламную продукцию на улицах — это лишний мусор

78

Купите многоразовые, моющиеся бахилы



79

На пикниках замените одноразовую посуду на красивую многоразовую

80

При поездке на природу захватите с собой лишние мусорные пакеты и перчатки, чтобы убрать мусор, оставленный недобросовестными отдыхающими

81

Присоединяйтесь на местные волонтерские уборки

82

Чаще пользуйтесь общественным транспортом вместо личного





Общепит



83

Откажитесь от пластиковых соломинок для напитков. Замените их на многоразовые: бамбуковые, стеклянные или металлические трубочки

84

Носите с собой свои многоразовые столовые приборы, чтобы избежать одноразовых пластиковых на фудкорте

85

Откажитесь от одноразовых "бумажных" и пластиковых стаканчиков для кофе и молочных коктейлей. В Краснодаре их не принимают на переработку

86

Носите с собой контейнер для остатков пищи в общепите

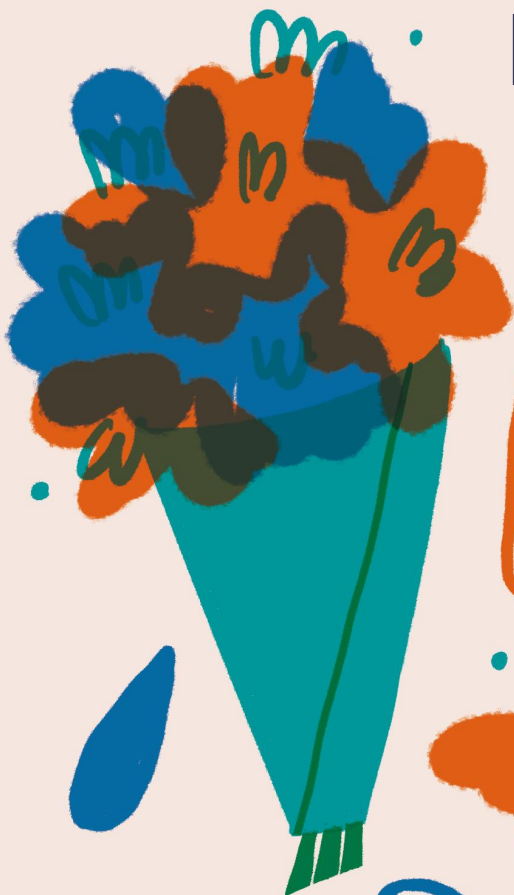
87

Избегайте еду на вынос, если нет возможности упаковать в свою тару

88

Старайтесь избегать фаст фуд и заказ еды на дом, там всегда используют одноразовый пластик

Подарки



89

Выбирая букет, отдавайте предпочтение крафтовой упаковке, а не пластиковой

90

Выбирайте для подарков экологичную оберточную бумагу

91

Не покупайте бесполезные подарки. Уточните, что именно желает получить человек

92

Выбирайте не материальные подарки, а подарок-впечатление. Например, билеты в кино, музей, театр или возможность сделать доброе дело: сертификат о посадке дерева



Экопривычки на даче



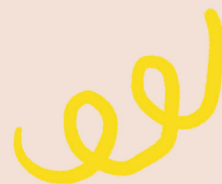
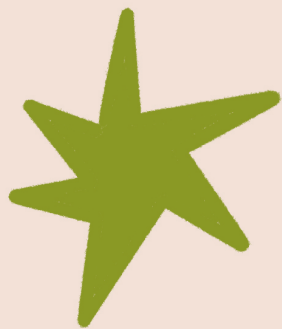
93

Установите в саду бочки для сбора дождевой воды – это самый экологичный способ полива своего сада

94

Поливайте огород из лейки, а не из шланга. Из шланга выливается 1000 литров воды в час. Делайте это рано утром и вечером – так вода будет впитываться более эффективно и не станет испаряться

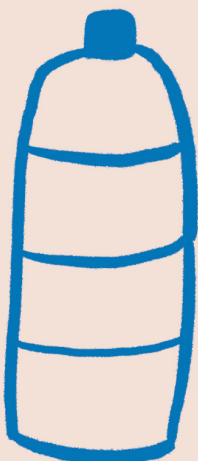




Экопривычки в офисе

95

Используйте бумагу бережно: печатайте с двух сторон



96

Организируйте отдельный сбор бумаги и пластиковых бутылок в офисе

97

Разместите памятки, напоминающие сотрудникам правила экономии ресурсов

98

Предложите начальству отказаться от пластиковых стаканчиков у куллера. Пусть у каждого будет собственная кружка

99

Участвуйте в экологических акциях: проведите тимбилдинг с уборкой на природе

100

Предложите коллегам вместо корпоративных подарков на праздники сделать благотворительное пожертвование в пользу социальных проектов

