

Ekodom – krótki poradnik dla entuzjastów

Ekologiczny dom to nie tylko nowoczesne budownictwo, które przede wszystkim kojarzy nam się drogimi innowacyjnymi rozwiązaniami. Żeby żyć ekologicznie nie trzeba od razu spełniać modnych technologicznie rozwiązań jak baterie słoneczne na dachu, czy elektrownia wiatrowa w ogrodzie.

Ekologiczny dom to przede wszystkim świadome podejmowanie działań, które towarzyszą nam każdego dnia.

Jeśli naprawdę chcesz zatroszczyć się o środowisko naturalne, wypróbuj choć niektóre propozycje z naszego Ekoporadnika.

Zapraszamy do lektury.



Poradnik przygotowany w ramach „Tygodnia Ekologii”

Szkoła Podstawowa nr 2 im. św. Jana Pawła II z Oddziałami Integracyjnymi w Ozorkowie

W kuchni:

1. Eko sprzątanie, głównie za pomocą octu, szarego mydła i olejków eterycznych.
2. Własny kompostownik.
3. Gotowanie z przykrywką, żeby nie tracić prądu i skrócić czas.
4. Własne przetwory.
5. Rezygnacja z jednorazowych, nawilżanych ściereczek. Czyszczenie ścierką z mikrofibry i wodą.
6. Kran z wbudowanym filtrem. Picie wody z kranu.
7. Mielenie suchych bułek na bułkę tartą.
8. Używanie metalowych słomek lub mycie plastikowych.
9. Używanie kubka termicznego i szklanej butelki.
10. Lodówka ustawiona na 6 stopni – a nie np. na 2

W łazience:

1. Prysznic zamiast kąpeli.
2. Zakręcanie kranu przy myciu zębów.
3. Własnoręcznie robione kosmetyki.
4. Używanie maszynki do golenia z tradycyjnym ostrzem.
5. Przerabianie starych ubrań na ścierki.
6. Energo- i wodooszczędna pralka.
7. Nieużywanie suszarki do prania.
8. Szary papier toaletowy z recyklingu.
9. Używanie właściwych ilości kosmetyków.
10. Kosmetyki w szklanych opakowaniach wielokrotnego użytku.



Na zakupach:

1. Odnoszenie wytłoczek po jajkach z powrotem do sklepu.
2. Oddawanie do pralni wieszaków.
3. Kupowanie żywności od lokalnych rolników.
4. Torby na zakupy wielokrotnego użytku oraz koszyk wiklinowy. W przypadku większych zakupów, składany kosz z rączką trzymany w bagażniku samochodu.
5. Dokładna lista zakupów.
6. Zakupy "z drugiej ręki", w tym książki, zabawki, ubrania, buty.
7. Przekazywanie ubrań z pokolenia na pokolenie.
8. Zakupy przez internet.
9. Kupowanie lepszych jakościowo rzeczy, żeby wystarczyły na dłużej.
10. Kupowanie produktów na wagę.

W domowym biurze

1. E-faktury i e-bilety.
2. Skanowanie zamiast wydruków.
3. Ulotki i katalogi wyłącznie online.
4. Czytanie gazet i czasopism w wersji elektronicznej. Korzystanie z bibliotek.
5. Dwustronne drukowanie.
6. Zbędne kartki oddawane dzieciom do rysowania.
7. Recykling papieru do pakowania prezentów, ozdobnych torebek, okładek na książki.
8. Kawałki tekturek ze starych opakowań wykorzystywane jako zakładki do książek.
9. Używanie szarego papieru do pakowania prezentów (ozdobionego rysunkami dzieci).
10. Własnoręcznie robione prezenty.
11. Koperty ze starych kartek.



Dla każdego, wszędzie i zawsze ;-)

- Energooszczędne świetlówki LED.
- Gaszenie zbędnego światła.
- Specjalnie zaprogramowane wtyczki, które odcinają dopływ prądu do sprzętów w nocy oraz w czasie, gdy jesteśmy w pracy.
- Spacer, rower, komunikacja miejska zamiast jazdy samochodem.
- Segregacja odpadów.
- Oddawanie lub wymiana zbędnych rzeczy zamiast wyrzucania.
- Utrzymanie stałej optymalnej temperatury w domu.
- Palenie w piecu tylko w dozwolony sposób.
- Recykling drobnych przedmiotów (pudełka po butach do przechowywania, kubeczki plastikowe do trzymania dziecięcych kredek, oklejanie starych segregatorów, puszka jako doniczka itp.)
- Kupowanie energooszczędnych sprzętów.
- Nieużywanie trybu **stand by**.
- Używanie zmiotki zamiast odkurzacza.
- Własnoręcznie szycie ubrań, przerabianie i robótki ręczne.
- Akumulatorki zamiast baterii.
- Oddawanie zużytych leków i elektroniki do specjalnych skupów.
- Przerabianie starych mebli.
- Niewietrzenie przy odkręconych kaloryferach.
- Prowadzenie własnego ogródka lub działki.
- Naturalne świece. Rezygnacja z „podgrzewaczy”.
- E-recepta.
- Wąskie marginesy przy wydrukach.
- Używanie zużytych skarpetek jako czyścików do butów.
- Oddawanie starych koców i pościeli do schroniska dla zwierząt.
- Eko-zachowania w przestrzeni publicznej – nieśmiecenie, gaszenie światła, zakręcanie wody w toaletach, nie branie “na zapas” papierowych ręczników, słomek, serwetek.
- Sprzątanie po psie.
- Korzystanie ze schodów zamiast z windy.

Obudź się! To ostatni dzwonek dla klimatu...