

## Aké môžete dosiahnuť výsledky?

Celý rok sme si vážili všetky naše odpady, ktoré sme v domácnosti vyprodukovali. V tabuľke nižšie sú výsledky. Pravdupovediac, aj našu trochu prekvapili.

<b>Celkové množstvo KO:</b>	<b>101,85 kg</b>
Z toho	
zmesový odpad*:	3,86 kg
plasty:	7,88 kg
papier:	12,70 kg
kovy:	0,20 kg
sklo:	4,04 kg
biologický odpad z kuchyne:	73,17 kg
KO, ktoré boli vytriedené a odovzdané na recykláciu:	24,82 kg
KO, ktoré sme si skompostovali:	73,17 kg
KO, ktoré boli uložené na skládke odpadov:	3,86 kg

\* nevyužitelný odpad v podmienkach SR

Čo vyplýva z uvedenej tabuľky? Využívaním uvedených tipov a opatrení sme znížili množstvo odpadov v našej domácnosti o 2/3 oproti priemeru na Slovensku. Z tohto množstva sme dokázali vytriediť 96 % odpadov. Z nich sme 74,6 % odpadov dokázali sami doma skompostovať (biologické odpady z kuchyne) a 25,4 % odpadov sme odovzdali v rámci triedeného zberu v našej obci. Na skládke odpadov skončilo iba 3,8 % našich odpadov.



Triedený zber v domácnosti



## Na záver

Možno sa niekomu bude zdať, že toto sme už trochu prehnali, že takto sa správať už musí byť obmedzujúce. Opak je pravdou. Náš spôsob života sme si zvolili sami a využívame pri tom myšlienku dobrovoľnej skromnosti. Tá je však úzko spätá so zodpovednosťou za svoje správanie a jeho dôsledky. A tak môžeme s čistým svedomím napísať, že nás tieto aktivity vôbec nezaťažujú, robíme to radi, pretože si myslíme, že takto aspoň troškou prispievame nielen k ochrane životného prostredia, ale aj k lepšiemu životu na Zemi.

Tento leták pripravili Priatel'ia Zeme – SPZ v rámci projektu "Simple and smart waste reduction strategies for Visegrad municipalities", ktorý finančne podporil Vyšehradský fond.

Viac informácií o odpadoch, triedení, kompostovaní alebo o inej téme súvisiacej s odpadmi a toxickým znečistením nájdete na [www.priateliazeme.sk/spz](http://www.priateliazeme.sk/spz) a [www.kompost.sk](http://www.kompost.sk).

Vydané v roku 2015.



**Priatel'ia  
Zeme  
SPZ**



**Visegrad Fund**

[www.visegradfund.org](http://www.visegradfund.org)

Vytlačené na 100 % recyklovanom papieri.

## Dobrovoľná skromnosť – ODPADY



**Znížte množstvo odpadov,  
ktoré produkuje  
- vieme ako na to!**



**Priatel'ia  
Zeme  
SPZ**

Prinášame Vám pár jednoduchých tipov a odskúšaných opatrení, ktoré nám osobne pomáhajú znižovať množstvo odpadov, ktoré produkuje a ich nepriaznivé dopady na životné prostredie.



# Ako je to s odpadmi na Slovensku?

Na Slovensku sa vyprodukovalo v roku 2013 cca 10 miliónov ton odpadov. Z toho až 1,75 milióna ton sú komunálne odpady (KO); teda odpady, ktoré vznikajú u každého z nás. Kde končí KO? Drvivou väčšinou na skládkach odpadov (až 70 %). Na druhom mieste sú spaľovne odpadov a cementárne (spolu 9,96 %), v ktorých sa odpad spaľuje ako palivo. Recyklácia a kompostovanie sú v nakladaní s KO zastúpené iba 11,4 %. V tabuľke sú znázornené množstvá vzniknutých KO a najvýznamnejšie spôsoby nakladania s nim, prepočítané na 1 obyvateľa SR.

<b>Celkové množstvo KO:</b>	<b>322 kg</b>
KO, ktoré boli uložené na skládke odpadov:	225 kg
KO, ktoré boli energeticky zhodnotené:	32 kg
KO, ktoré boli vytriedené a zrecyklované:	36,7 kg

Je množstvo 322 kg KO na 1 obyvateľa veľa alebo málo? Názory na to sa rôžnia. Podľa nás je to zbytočne veľa. Každý obyvateľ SR by sa dokázal úplne zasypať odpadom, ktorý sám vyprodukuje. Ak by sme vysypali na zem ročnú produkciu KO v SR, pokryli by sme s nimi priestor o rozlohe 814 futbalových ihrísk do výšky 1 m!

Nič veselé pre našu budúcnosť a budúcnosť generácií, ktoré prídu po nás. Čo povieť? Je tu ale aj dobrá správa.

**Množstvo odpadov, ale aj to, ako sa s odpadom ďalej bude nakladať, vie ovplyvniť každý z nás. Veľké množstvo odpadov vôbec nemusí vzniknúť – stačí, keď sa začneme pýtať:**

- Nedá sa to ešte využiť?
- Neposlúži to ešte niekomu inému?
- Skutočne to potrebujem?

Poličky vyrobené zo starých debničiek

Bezobalová distribúcia drogérie

## Ako to robíme my:

- **Kupujeme len veci, ktoré skutočne potrebujeme.** Vždy si zoberieme dostatok vlastných textilných tašiek a vrecká na drobnosti. Uprednostňujeme nákup bez obalov. Kupujeme si napr. nezabalený chlieb upečený v miestnej pekárni a nosíme si vlastné vrecko na pečivo. Zeleninu a ovocie kupujeme vždy nezabalené.
- **Kupujeme vždy čo najlokálnejší tovar.** Väčšinou platí, že s čím väčšej vzdialenosti je tovar dovezený, tým viac obalov musí byť na jeho ochranu použitých. Napríklad zeleninu a ovocie kupujeme takmer výlučne od miestnych malých pestovateľov, kde si väčšinou môžeme skontrolovať aj spôsob ich pestovania. Kupujeme ju vždy iba v sezóne, kedy sa môže v našich podmienkach dopestovať. Nie je to vôbec zložité, možnosti je našťastie ešte stále dosť, len sa treba trochu poobzerať.
- **Vyhýbame sa jednorazovým veciam.** Napríklad vôbec nepoužívame jednorazové batérie, žiletky, nepijeme nápoje v jednorazových obaloch alebo pohároch, nejeme v prevádzkach s jednorazovým riadom, neberieme si jednorazové tašky... Je to krásny život bez zbytočných odpadov. Zistili sme, že vždy máme na výber.
- **Snažíme sa veci robiť svojpomocne.** Pestujeme a zavárame si ovocie a zeleninu, zbierame a sušíme si huby, zbierame si bylinky na čaj, šijeme a prešívame si oblečenie, pokiaľ to naša zručnosť dovolí, tak si opravujeme aj nábytok a elektroniku. Má to svoje veľké výhody – vieme, čo jeme a nemôžeme sa na nikoho zlostiť, že niečo pokazil. Strávime pri tom príjemný čas a oddýchame si od bežných starostí.
- **Čo nedokážeme urobiť sami, tak na to využijeme služby a pomoc miestnych remeselníkov, živnostníkov a susedov.** Napr. obuv dávame do opravy miestnemu živnostníkovi, s ktorým radi žartujeme.
- **Kompostujeme si všetky naše biologické odpady** (niekedy aj od susedov). Máme viacero kompostovísk, kde dokážeme spracovať všetok kuchynský a záhradný biologický odpad. Vyrobený kompost používame pri pestovaní na záhrade.

- **Pri potrebe kúpy napr. nového šatstva prednostne nakupujeme v secondhand-och a bazároch.** Často krátkrát sa tam nájdu kvalitné originálne a zaujímavé veci, ktoré je aj ťažko kúpiť v obchodoch.
- **Ak niečo potrebujeme na krátkodobé použitie, tak si to najprv skúsime požičať.** Je veľa možností, kde sa dá nejaká technika požičať. Sú to napríklad susedia, rodina alebo špeciálne zriadené požičovne. Naopak techniku, ktorú máme doma, my tiež požičiavame. Má to viaceré výhody – viac miesta v komore, ale aj nové dôvody na stretnutia so známymi...
- **Veci, ktoré už nepotrebujeme alebo nepoužívame, ponúkame na využitie iným.** Opäť to môže byť napr. naša rodina, kamaráti, charita, bazár.
- **Vyhýbame sa škodlivým (toxickým) výrobkom** – napr. PVC alebo agresívnym čistiacim prostriedkom obsahujúcim chlór a silné kyseliny. Kupujeme výlučne ekologické čistiace prostriedky a prírodnú kozmetiku. Neriadime sa reklamou, ale skúsenosťami – našimi alebo našich známych. Viaceré "babičkine" recepty a postupy fungujú na 100 % a sú navyše ekologické.
- **Pokiaľ sa to dá, tak kupujeme väčšie balenia a koncentráty.** Väčšinou je to lacnejšie, ale čo je dôležitejšie na mernú jednotku tovaru sa takto vyprodukuje menej odpadov z obalov.
- **Kupujeme trvácne a kvalitné veci.** Tu nie je priestor na šetrenie. Uprednostňujeme veci, ktoré nie sú vyrobené na úkor znečistenia životného prostredia, zlých pracovných podmienok a nespravodlivých cien. Nekupujeme veci vyrobené v krajinách ako je Čína, Vietnam, Bangladéš atď., pretože vieme, ako sa pri ich výrobe silne znečisťuje životné prostredie, využíva detská práca a nedodržiavajú ľudské práva.
- **Nekupujeme všetko, čo ponúka reklama.** Snažíme sa sami rozhodovať o našich životných potrebách a nenechávame o tom rozhodovať reklamné agentúry a firmy vyrábajúce rôzne produkty.
- **Pijeme vodu z vodovodu.** Keď máme chuť na minerálku, ideme si ju nabrať priamo k prameňu. Takých prameňov je všade na Slovensku veľké množstvo. Okrem iného aspoň neprodukuje zbytočné odpady z obalov a naplňame potrebu pitného režimu za minimálne náklady.
- **Odpady, ktoré vyprodukuje, triedime a dávame ich na recykláciu.** Robíme tak všade, nielen tam, kde bývame.

