

# NE PODNOŠIŠ SMEĆE U PRIRODI?

## I što sad?



Zero Waste priručnik za osnovne škole:  
kako priču o otpadu učiniti zanimljivom djeci



## ZERO WASTE = “NULTA STOPA OTPADA”



Hmmm... nikad čuo.  
O čemu se radi?

Radi se o sprečavanju nastanka otpada. Glavna metoda je - ponovna upotreba svih proizvoda. Cilj je - što više smanjiti bacanje smeća na deponije, u spalionice ili u more. Naprimjer, danas od deset vagona plastike koju čovječanstvo proizvede, devet vagona završi na otpadu ili u prirodi.



Ideja „nulte stope otpada“ uključuje odgovornu proizvodnju, odgovornu potrošnju, ponovnu upotrebu i obnovu svih proizvoda bez spaljivanja ili odbacivanja u zemlju, vodu, u zrak, što bi ugrožavalo prirodu i ljudsko zdravlje.





**Nemoguće. Pa tko bi se bavio svim tim smećem?**



Pravila su vrlo jednostavna! Pazi, ovako.

## **ZABORAVI NA PLASTIČNE SLAMČICE!**

Ljudi svakoga dana koriste na stotine milijuna plastičnih slamčica. Samo u zemljama Europske unije ljudi godišnje potroše (i bace) preko 23 milijarde plastičnih slamčica, što je još uvijek daleko „slabije“ od SAD-a. Potrošnja slamčica ondje iznosi pola milijarde dnevno!

Dok piju sokiće, ljudi ne misle o tome da se plastika u prirodi ne raspada. Njezine čestice samo postaju manje i manje, ugrožavajući život u moru i ljudsko zdravlje.



**I kako ja sad tu mogu pomoći?**

Drugi put popij svoj sok bez plastične slamčice. Ako ti je odrasli ponude, budi uporan i svaki put kaži: „Ne, hvala!“ Objasni svojim prijateljima zašto odbijaš koristiti slamčice.





## PRESTANI KORISTITI PLASTIČNE BOCE!

U svijetu svaki dan na deponijama završi 60 milijuna plastičnih boca za vodu i sokove. Plastika je gotovo neuništiva.

Umjesto plastične boce koju nakon upotrebe odbaciš, nabavi staklenu ili metalnu za stalnu upotrebu. Kad ljeti odlaziš u školu, ne zaboravi ponijeti vodu za osvježanje u takvoj bočici.



Neka ti njezina upotreba postane dobar običaj!



PLASTIČNA



METALNA



## MISLI NA OTPAD I KADA JEDEŠ!

Gotovu hranu najčešće nam serviraju u ekološki neprihvatljivoj ambalaži. Pomisli samo kakve posljedice korištenje takvih pakovanja ostavlja u prirodi.



**A šta da radim?**

Izbjegavaj kupovinu gotove hrane u ekološki neprihvatljivoj ambalaži. Podsjeti mamu, tatu i druge odrasle na štetu koju ona nanosi. Reci im da je hrana pripremljena kod kuće zdravija.



**Već znam, reći će mi da su vječno u gužvi i da nemaju vremena za njezinu pripremu.**

Onda neka kupuju gotovu hranu koja nije upakirana u ekološki neprihvatljivu ambalažu.

Ja uz tatinu pomoć radim ono što sam prije voljela kupiti u dućanu. Nabavimo orašastih plodova, zob, med, rižu i sami sebi spremimo granolu!

Ovo su ti neke od ideja za brzu i zdravu prehranu:

- ✓ Mješavina orašastih plodova
- ✓ Štapići od mrkve s namazom od slanutka
- ✓ Kokice!
- ✓ Kriške jabuke s maslacem od kikirikija
- ✓ Voće i povrće kupljeni na placu, bez plastične vrećice



## ŠTEDI VODU

Hrvatska dnevno troši oko 330 litara vode po stanovniku. To je jako puno vode! Najveći njezin dio troši se u poljoprivredi i industriji.

Pomozi svojim ukućanima da smanje dnevnu potrošnju vode:

- › Zatvori dovod vode dok pereš zube.
- › Provedi manje vremena pod tušem i ne koristi najjači mlaz.
- › Reci svojim ukućanima da peru posuđe u lavoru ili u slivniku, umjesto pod mlazom.
- › Također, neka peru voće i povrće u zdjeli, a ne pod mlazom.





## NE BUDITE RAVNODUŠNI PREMA ULIČNOM SMEĆU!

Što radiš kad ugledaš smeće dok šećeš školskim dvorištem ili kvartom?



**Što bih još trebao napraviti, nakon što sam već proveo manje vremena pod tušem i oprao bananu u zdjeli?**

Pa znaš li ti gdje će ono završiti? Najveći su izgledi da će ga vjetar, kiša i oluja otpuhati u šumu ili u more, gdje će naškoditi životinjama, prirodi, a potom i ljudima. Ali možeš spriječiti da se to dogodi.



**Mogu li?**

Morao bi. Kad u javnom prostoru vidiš otpad, pokupi ga i baci u odgovarajući kontejner ili u kantu za recikliranje. Posebno pripazi na glavne uzročnike zagađenja: plastične boce, slamčice, ambalažu od brze prehrane, plastične šalice za kavu, plastične vrećice.







## OPREZNO S NEPOTREBNIM!

Pravila nulte stope otpada ne odnose se samo na potrošnju resursa, već i na njihovu proizvodnju. Čovječanstvo danas troši dvostruko više prirodnih zaliha no što ih je sama priroda u istom razdoblju u stanju obnoviti. Svi zajedno izazivamo iscrpljivanje prirode. Zato moramo voditi brigu o tome koliko novih potreba razvijamo i koliko nepotrebnih stvari u životu kupujemo. Idealno bi bilo kad bismo prestali koristiti sve ono što nam nije zaista potrebno.

Koliko igračaka dobiješ svake godine?  
S koliko njih se zaista igraš? Što radiš  
s ostalima? Baciš ih u smeće!?



**Ja volim igračke, pogotovo kad su nove...  
plastične vrećice.**

Napravi „inventuru“ među svojim stvarima. One nepotrebne, ako su u dobrom stanju, pokloni drugoj djeci koja će im se veseliti!





## KOMPOSTIRAJ!

Kompostiranje je prevažno! Ostatak od obroka, pa i od onoga što ste ostavili za međuobrok, možeš kompostirati.



Što ti je sad to?

Kompostiranje, to ti je vraćanje prirodnih sastojaka natrag u zemlju, gdje će se pretvoriti u hranjive tvari kakve su nužne za dobar rast biljaka. To je jedan od najboljih načina kojim možeš pomoći suzbijanju klimatskih promjena.



Istražite gdje se nalazi najbliže odlagalište za kompostirani otpad. Koristite ga! Organizira li vaša škola prikupljanje otpada za kompostiranje? Postoji li u vašem mjesnom odboru vrt u kojem možete odlagati kompost? Možete li koristiti dvorište vaše kuće u tu svrhu?

# ŠTO JE MOGUĆE KOMPOSTIRATI?

Različite organske tvari: ljuske jaja, ljuske orašastih plodova, ostatke kave, čaja, papirnate vrećice, ostatke voća i povrća, klipove kukuruza, piljevinu, pepeo koji je nastao izgaranjem drveta, sijeno, slamu, lišće, komadiće sastavljene od prirodnih vlakana (vuna, pamuk, lan, konoplja, svila, predivo...), neizbijeljen papir (papirnati stolnjaci, ubrusi, čepovi...), travu, stajsko gnojivo, cvijeće, biljne sastojke, žitarice i njihove preradevine, kartonske kutije za jaja, kutije za isporuku pizze, novinski papir...



# ŠTO NEĆEMO KOMPOSTIRATI?

Izbijeljene ili plastificirane papirnate proizvode, sjajni papir, tvari špricane pesticidima, velike komade drveta\*, pepeo koji je nastao izgaranjem ugljena, predmete napravljene od biorazgradive plastike, plastične čaše, mačji izmet, meso\*, ostatke ribe\*, kosti\*, mliječne proizvode, masti i ulja\*.

\*Dopušteno je odlagati na gradskim sakupljalištima kompostiranog otpada.





## KAKO SE PRIPREMITI ZA MAŠKARE?

Fašnik je pred vratima. Volite li se maskirati? Uživajte li jesti pokladnice?

Kostim koji kupiš u dućanu vrlo će se brzo raspasti, pa ćeš ga baciti u smeće. Kolači koji se u vrijeme karnevala masovno prodaju često sadrže nezdrave sastojke.



**Ja obično poharam ormar svoje bake i djeda. Svašta tu nađem, a baka mi stoji na raspolaganju za krpanje i prekrajanje. Mislim da je sretna ako se može riješiti tih štraca.**

A ja sam pošla s ujnom u dućan rabljene odjeće. Planiram organizirati krabuljni tulum na kojem će moj tata biti zadužen za pečenje kolača. Hoćeš i ti doći?





## KAKAV ŠKOLSKI PRIBOR KORISTITE?



Čemu ćeš me još jako mudrome naučiti?

Svačemu. Pretpostavljam da ti je školska torba prepuna plastičnih stvari za jednokratnu upotrebu. Prije nego kupuješ nove, provjeri da ti se iste takve ne skrivaju već negdje po kući. Flomasteri, markeri, gumice, spjalice... čovjek ih kupi, pa baci u nezamislivim količinama.



**Kad kupujete školski pribor, pokušajte potražiti stvari koje će imati što dulji vijek trajanja. Umjesto plastičnog ravnala odlučite se za ono od nehrđajućeg željeza ili drveta. Umjesto plastičnog fascikla izaberite fascikl napravljen od kartonskog materijala koji je moguće kompostirati. Razmišljajte o čitavom životnom vijeku svake stvari koju kupujete: kad vam više ne bude trebala, hoće li postati obično „smeće”? Ili će se moći nekako drugačije upotrijebiti? Je li moguće kupiti što rabljeno, ili nabaviti od prijateljice kojoj više ne treba? I nije tako teško, zar ne?**



## DOMAĆE JE ZDRAVIJE I UKUSNIJE!

Hrana danas često prolazi dugačak put do naših tanjura, a ponekad niti ne znamo odakle je krenula na taj put. Kupujete li kod domaćih uzgajivača, znate da je jelo koje jedete domaćeg porijekla, a s vlasnikom obiteljskog poljoprivrednog gospodarstva možete i porazgovarati o načinu proizvodnje. Nije li to privlačnije?

Započnimo novu igru: pođimo s roditeljima na tržnicu i pronadimo štandove obližnjih obiteljskih poljoprivrednih gospodarstava.



**Ili još bolje, pođimo vikendom u obilazak lokalnih OPG-ova. Birat ćemo zdrave i sezonske proizvode. Možda od vlasnika gospodarstva doznamo nešto o postupku proizvodnje hrane.**

Možda vas uhvati i nadahnuće, pa kupimo nešto što inače ne jedemo i naučimo napraviti nešto novo, zdravo i ukusno!





## REKLIKAJTE

Recikliranje je odlična stvar, ali morate ga prihvatiti samo kao krajnje rješenje. Prvo bismo trebali izbjeći stvaranje nepotrebnog otpada, potom izbaciti nabavku nepotrebnih stvari, nakon toga ponovo upotrijebiti ono što već imamo, a tek na kraju pozabaviti se recikliranjem otpada. Važno je pritom znati što je uopće moguće reciklirati.



**Kakvi su im to izrazi, prvo kompostiranje,  
a sad još i recikliranje...**

A ja sam već bila na web stranici tvrtke koja se bavi zbrinjavanjem otpada. Saznala sam što je sve moguće reciklirati. Sastavila sam svoj vlastiti popis stvari za recikliranje. Sada učim tatu i mamu da i oni recikliraju na ispravan način, jer inače od cijeloga toga posla nema velike koristi.







## ČIME PERETE ZUBE?



**Zaboravio sam čime sam  
ih zadnji put oprao.**

Dok perete zube, nemojte smetnuti s uma da svaki komadić plastike koji je ikada proizveden još uvijek postoji. U našem su svijetu odbačene neizmjerne tone plastičnih četkica za zube, a valovi ih neprekidno izbacuju na plaže svih mora i oceana. Nemojte da i vaša četkica za zube postane dio tog svjetskog problema.

Rješenje glasi ovako: kad dođe vrijeme za zamjenu četkice za zube, nabavi bambusovu četkicu. Moguće ju je kompostirati, lako je razgradiva, nakon upotrebe može poslužiti za potpalu roštilja. Uz malo mašte može ti poslužiti i kao dio fašničke odore.



**PLASTIČNA**



**OD BAMBUSA**

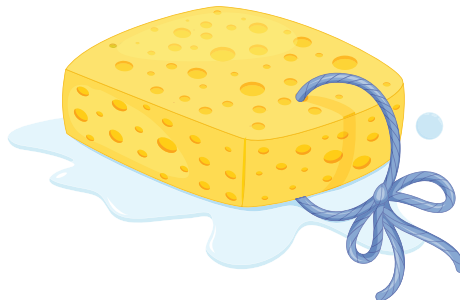


## PERI SUĐE, ŠTEDI



Jedna od mojih bezbrojnih vrlina je da pomažem roditeljima oprati posuđe nakon ručka. Naučio sam da mogu uštedjeti velike količine vode ako suđe ne perem pod mlazom, već ga potopim u bazenčić tople vode. To mi je i zabavnije.

Bravo! osim toga, plastične spužvice za pranje suđa možeš zamijeniti biorazgradivim spužvama i četkicama, ili platnenim krpama koje je moguće kompostirati. Kada ti se plastične spužve za posuđe potroše, potraži biorazgradive. Takve će ti dulje trajati, a kad im dođe kraj, pripremi ih za kompostiranje.





## NAPRAVITE JOŠ JEDAN KORAK

Sada kad si mi se priključio u spašavanju svijeta, vrijeme ti je za još jedan korak naprijed.



**Toga sam se i bojao.**

Ajmo ove godine zajedno organizirati neki događaj. Možemo pozvati Andreja, Zorana, Jagodu, Suzi, Dijanu da nam se pridruže. Kada grupa prijatelja pokuša zajedno nešto napraviti, moguća su različita ugodna iznenađenja.



Nudimo nekoliko ideja kako da povežete dobru zabavu i društveni rad:

- Organizirajte čišćenje plaže;
- Zatražite razgovor s članovima vijeća vašeg mjesnog odbora o zaštiti prirode u kvartu u kojem živite. Predložite im vlastite projekte – kvart bez plastike ili kvart bez stiropora.
- Poučavajte starije kako da nabavljaju hranu, a da pritom smanje unošenje otpada u prirodu.
- Pomozite drugima da, umjesto nabave u trgovinama, primjenjuju metodu „uradi sam“.
- Osnujte vaš dobrosusjedski vrt za kompostiranje.

## TKO JE OVA DJEVOJČICA?



Greta Thunberg. Ima 17 godina i prije dvije godine pokrenula je „Školski štrajk za klimu“. Njezina inicijativa ubrzo se pretvorila u međunarodni pokret djece i mladih širom svijeta.

Jeste li njezinu sliku već vidjeli na televiziji ili na internetu?  
Doznajte više o njoj!

## TKO JE OVAJ DJEČAK?



Fionn Ferreira. Ima 18 godina i 2019. je godine dobio nagradu za pronalazak tehnologije kojom se komadići mikroplastike mogu odstraniti iz vode.

Jeste li negdje već čuli za njega?

Pokušajte saznati više o njegovu znanstvenom radu!

Biste li se i vi željeli baviti društvenim ili znanstvenim radom za ozdravljenje prirode od čovjekovih utjecaja?

# RJEČNIK SLABIJE POZNATIH IZRAZA I TUĐICA

**Ambalaža** - zaštitni omotač kojim se obavlja neki proizvod kako bi se smanjila mogućnost o njemu u trgovinu.

**Deponija** – odlagalište smeća.

**Ekologija** – znanost koja proučava odnose i utjecaje među živim bićima, pa tako i utjecaj čovjeka na njegov okoliš. Ekološki pokret razvio se u 20. stoljeću kao pokret za zaštitu prirode od negativnih čovjekovih utjecaja.

**Granola** - mješavina žitarica, sjemenki, orašida, meda, ulja, suhog voća i drugih dodataka po želji. Može se jesti s voćem, jogurtom ili mlijekom, a od nje se mogu napraviti i fine energetske pločice.

**Industrija** – složeni oblik proizvodnje velike količine proizvoda koji uključuje veliki broj radnika, razrađenu raspodjelu rada među njima, ali često i negativne utjecaje na okoliš i iscrpljivanje prirode.

**Inventura** – pregled i popis stvari koje imamo.

**Iscrpljivanje prirodnih bogatstava** – prekomjerno korištenje prirode za potrebe industrije i ljudske potrošnje. Stvaranje otpada također je oblik iscrpljivanja prirodnih bogatstava. Prema podacima Svjetske fondacije za zaštitu prirode, od osamdesetih godina prošloga stoljeća čovječanstvo troši Zemljina prirodna bogatstva daleko brže nego što ih ona može obnoviti.

**Kompostiranje** - vraćanje prirodnih sastojaka u zemlju, gdje će se pretvoriti u hranjive tvari nužne za dobar rast biljaka.

**Kontejner** - veliki metalni spremnik za otpad; koristi i za razvrstavanje otpada.

**Metoda** – način kojim se postiže neki cilj.

**Mjesni odbor** – jedinica mjesne samouprave na nekom prostoru, zamišljena da bi susjedi u njoj neposredno odlučivali o stvarima važnim za svakodnevni život.

**OPG** – obiteljsko poljoprivredno gospodarstvo.

**Pesticidi** – sredstva, najčešće proizvedena kemijskim putem, za uništavanje štetnih organizama u poljoprivredi.

**Recikliranje** - skupljanje, izdvajanje i prerada iskorištenih stvari ili materijala radi izrade novih proizvoda.

**Resurs** – prirodni resurs je prirodno bogatstvo koje čovjek iskorištava u proizvodnji.

**Spalionica otpada** – mjesto na kojem se problem nastajanja prevelikih količina otpada nastoji riješiti njegovim spaljivanjem.

**Stiropor** – kemijskim putem proizvedena tvar koja najčešće služi za izradu ambalaže ili u izolacijske svrhe u građevinarstvu.

**Zero Waste** – javna politika i životni stil koji teže sprečavanju nastanka otpada (nulta stopa otpada). „Zero Waste“ je važan dio službene okolišne politike Europske unije.

Ovaj je dokument izrađen uz financijsku podršku Ministarstva gospodarstva, poduzetništva i obrta. Sadržaj ovoga dokumenta u isključivoj je odgovornosti Udruga za nezavisnu medijsku kulturu i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati odrazom stajališta Ministarstva gospodarstva, poduzetništva i obrta.

Nakladnik: Udruga za nezavisnu medijsku kulturu, Šubićeve 20, 10 000 Zagreb  
Projekt "Zero Waste – nulta stopa otpada" financira Ministarstvo gospodarstva, poduzetništva i obrta.

