

Приложение № 5 Экологичный образ жизни. Мои 7 привычек

Недавно я начала интересоваться тем, что такого я могу сделать, чтобы прийти к экологичному образу жизни без издевательств над собой. И некоторые свои привычки я уже изменила. Знаю, что некоторые подумают: а зачем тебе усложнять свою жизнь, ради чего? Другим людям же на это всё плевать, что ты поменяешь? Я отвечу, что я просто хочу начать с себя. Я понимаю, что мой маленький вклад в экологию не сделает мир сильно лучше. Но если я разберусь в этой теме, изменю свои привычки, а потом научу тому же своего будущего ребёнка, то мир все-таки станет чуточку лучше.



<https://ru.pinterest.com/pin/439804719873058705/>

Пока я действительно делаю мало, но мой путь только начинается:

1. Начинаю использовать многоразовые бахилы, заказала на ВБ, жду когда придут. Боюсь представить сколько одноразовых бахил я уже выкинула за 1,5 года своей работы. Я использовала их каждый день. Наверно их никто не перерабатывает, а просто выкидывают на свалку.
2. Не покупаю кофе, ношу с собой. В кофейнях наливают в одноразовые стаканчики, знаю, что можно просить налить в свою кружку, но сотрудники кофейни могут и отказать в этом. Я беру кофе с собой в кружке-термосе, когда иду на прогулку. Но всё-таки предпочитаю пить кофе дома, а не где-то по пути.
3. Буду брать с собой свою стеклянную бутылку с водой, не покупаю в магазине, чтобы использовать меньше пластика. Тоже заказала на ВБ.





4. Не беру пластиковые пакеты. У меня есть шоппер (или побирушка, много названий, надеюсь все поняли о чем я). В магазин я захожу чаще всего после работы, у меня есть моя большая сумка, в неё кладу шоппер. Если что-то не входит в шоппер, то обязательно войдёт в сумку. В крайнем случае донесу в руках, а если и так не получится, то приходится делать исключение и брать пакет, но это очень редкий случай, потом могу использовать его повторно.

5. Использую многоразовые мешочки

для овощей и фруктов. Недавно их забрала с пункта выдачи, очень уж они мне понравились. Я положила их в свой шоппер и теперь они всегда с собой.

6. Экономлю воду и свет. Да, у нас услуги ЖКХ стоят дешевле, чем во многих других странах. Где-то там люди стараются экономить воду и свет, а у нас этим мало кто занимается. Я стараюсь экономить воду, когда умываюсь, принимаю душ, мою посуду. Считаю, что лучше выключить воду, когда чистишь зубы, чем впустую её лить.

7. Покупаю б/у вещи. Если мне что-то нужно, то я сначала захожу на авито или в секонд-хенд. Не считаю необходимым брать новый товар, если можно купить с рук в хорошем состоянии. Конечно, есть то, что я куплю только новое.

Ещё хочу начать сортировать мусор, но пункт приёма у нас довольно далеко от дома, пешком не дойти, а прав у меня нет. Нужно будет поискать в интернете, может есть ещё какие-то варианты. Интересно также разобраться с тем, какие моющие средства более экологичные, но платить за них больше, чем за любые другие мне бы не хотелось.



Также скачала себе две книги про экологию, буду читать. Пока свои комментарии по ним особо дать не могу:

Zero Waste: осознанное потребление без фанатизма (Яна Дмитриевна Потрекий), понравилась гораздо больше следующей. Всё написано простым языком и очень подробно.

Алена Васильева