



Włączamy!
ZERO WASTE

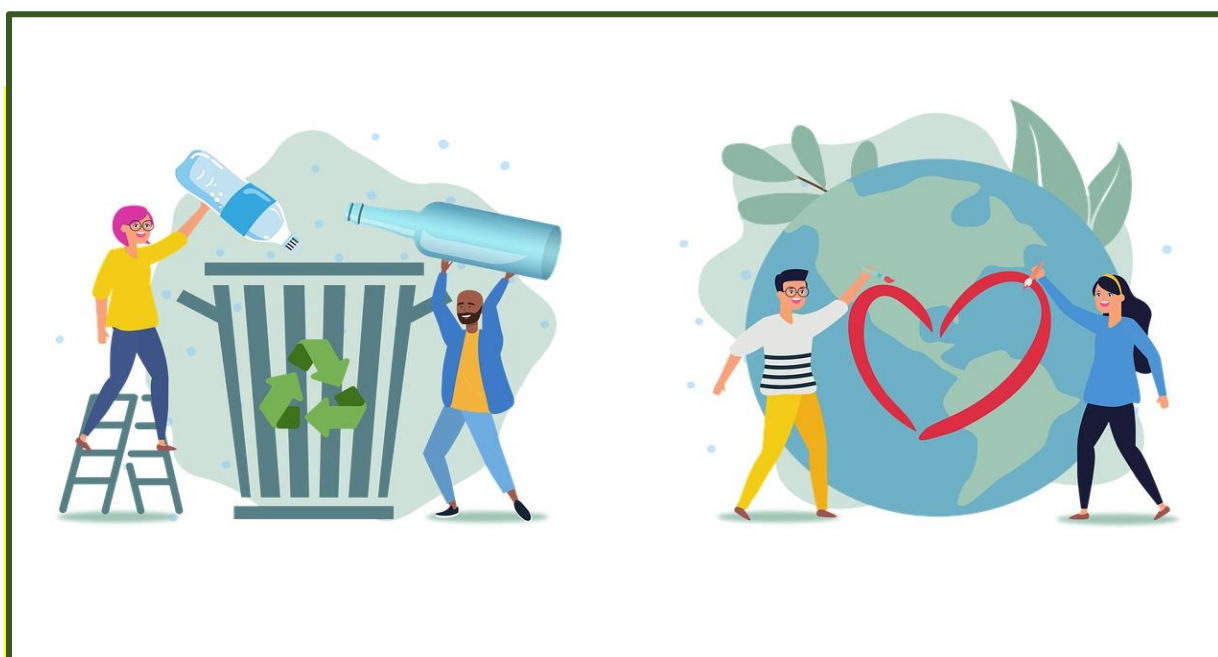
Iceland
Liechtenstein
Norway



**Active
citizens fund**

PORADNIK

WŁĄCZAMY ZERO WASTE I LESS WASTE W SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ



Poradnik dla mieszkańców i samorządowców

Projekt finansowany przez Islandię,
Lichtenstein i Norwegię z Funduszy EOG
i Funduszy Norweskich w ramach Programu
Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny

POZnań*
metropolia

**Poradnik przygotowany przez STOWARZYSZENIE METROPOLIA POZNAŃ
(Poznań, 2023) w ramach projektu realizowanego przez:**

Stowarzyszenie Centrum Rozwoju (LIDER)
Edukacji Obywatelskiej CREO
ul. Kochanowskiego 8A/2
60-845 Poznań
www.centrumcreo.pl



Stowarzyszenie Metropolia Poznań
ul. Kościelna 37
60-537 Poznań
www.metropoliapoznan.pl
www.konsultacje.metropoliapoznan.pl/eko



Norsensus Mediaforum (NORWEGIA)
Rådhusgata 20
0151 Oslo
www.norsensus.no



Društvo Ekologi Brez Meja (SŁOWENIA)
Trubarjeva 50
1000 Ljubljana
www.ebm.si



1. Na czym polega ZERO WASTE?

Termin Zero Waste został po raz pierwszy użyty przez chemika Paula Palmera, w latach 70. XX wieku. Nazwał on swoją firmę Zero Waste Systems Inc. Paul Palmer był również założycielem Instytutu Zero Waste, który głosi ideę „zero odpadów”.

Współcześnie Zero Waste uważane jest za styl życia, zgodnie z którym człowiek ma generować jak najmniejszą liczbę odpadów. Idea ta składa się z wielu złożonych procesów, które zakładają nie tylko do zniwelowania produkcji śmieci, ale też ich odzysk i ponowne wykorzystanie.

Istotną rolę odgrywa odtworzenie gospodarki o zamkniętym obiegu. Produkt ma zostać użyty ponownie, tak aby zapobiec jego wyrzuceniu i negatywnym wpływie na środowisko i człowieka.

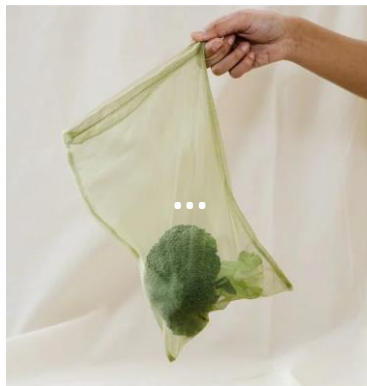
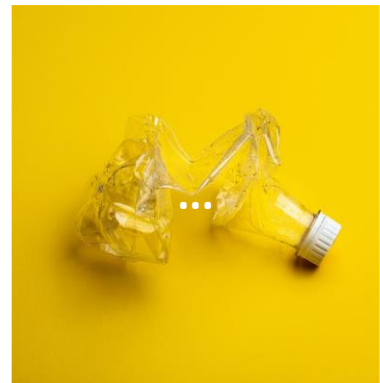
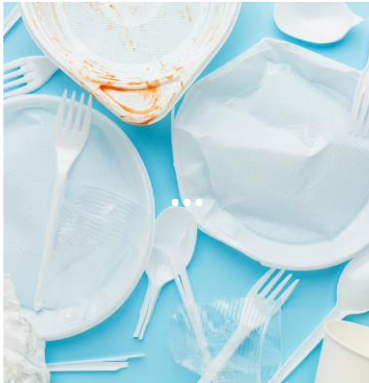
W ruchu Zero Waste nie chodzi o sporadyczne działanie, to styl życia, którego celem jest eliminacja problemu u jego źródła i powrót do naturalnych cykli, gdzie odpady stają się cennymi zasobami. **Zero Waste to nie cel – to droga!**

Dlatego też idea doskonale wpasowała się w sytuację na świecie w tym potrzebę redukcji kosztów i optymalizacji życia codziennego, bo **Zero Waste najczęściej rozpoczyna się właśnie w domu**. Świadome zakupy i odpowiednia segregacja odpadów to pierwszy krok do życia w zgodzie z klimatem.

Działania te stają się koniecznością, gdyż ilość odpadów w Polsce z roku na rok systematycznie wzrasta. W 2022 roku każdy Polak wytworzył średnio 355kg odpadów, z czego tylko 26,7% trafiło do recyklingu.



2. Małymi krokami - czyli idea LESS WASTE



Mniej radykalnym ruchem jest Less Waste. Skupia się on przede wszystkim na zwiększeniu świadomości i zmianie złych nawyków. Tak jak w przypadku Zero Waste, główną ideą jest redukcja odpadów.

Ruch nie wymaga jednak całkowitego ograniczenia odpadów, a zachęca do podejmowania racjonalnych decyzji podczas zakupów, stawiania na pierwszym miejscu jakości produktów i edukacji w zakresie ekologii.

Najważniejszym założeniem jest przestrzeganie zasad recyklingu. To skuteczny pólśrodek pozwalający gromadzić odpady, które potem wykorzystane są w procesie produkcyjnym.

Nawet drobne zaangażowanie i decyzja pozwalająca zmniejszyć ilość odpadów, zwłaszcza tworzyw sztucznych, ma wpływ na ograniczenie ryzyk związanych z kryzysem klimatycznym. „Sukces to suma niewielkiego wysiłku powtarzanego z dnia na dzień” (Robert Collier).

"We don't need a handful of people doing zero waste perfectly. We need millions of people doing it imperfectly."

ANNE-MARIE BONNEAU
THE ZERO-WASTE CHEF



„Nie potrzebujemy garstki ludzi, którzy realizują idee ZERO WASTE perfekcyjnie. Potrzebujemy milionów ludzi, którzy robią to niedoskonale.”

Anne-Marie Bonneau
The Zero-Waste Chef

3. Najważniejsze założenia

Zasada 5R

Ideę Zero Waste najlepiej definiuje zasada 5R, czyli 5 czynności, które przyczyniają się do życia w zgodzie ze środowiskiem.

- 1. Refuse – odmawiaj!** Lista zakupów powinna ograniczać się do najpotrzebniejszych produktów. Wyklucza produkty drugiej potrzeby, które mogą zostać nigdy nieużyte. Odmawiaj ulotek, gadżetów itp.
- 2. Reduce – ograniczaj!** Podstawą są przemyślane zakupy, bez powielania produktów i kupowania „na zapas”.
- 3. Reuse – użyj ponownie!** Korzystaj z produktów wielokrotnego użytku, kupuj ubrania/książki/zabawki/sprzęt „z drugiej ręki” i nie pozbywaj się rzeczy, które mogą być jeszcze wykorzystane, a puść np. dalej w obieg.
- 4. Recycle – segreguj aby poddać recyklingowi!** Tylko odpady zebrane selektywnie nadają się do recyklingu, czyli odzysku materiałowego.
- 5. Rot – kompostuj!** Wykorzystanie kuchennych resztek i roślinnych odpadów jest sposobem na wytworzenie naturalnego nawozu i recykling cennej materii organicznej.

Drobne zmiany mogą zniwelować globalny problem

XXI w. mierzy się ze stale rosnącym konsumpcjonizmem. Popyt na wszelkiego rodzaju asortyment rośnie, napędzając tym samym masową produkcję słabej jakości.

Konsumpcjonizm ma wielki wpływ na wytwarzanie odpadów. Jest to problem w skali globalnej, co wynika z modelu gospodarki światowej. Zanieczyszczenie gruntowych wód, mórz, oceanów, gleb i powietrza np. mikroplastikami to tylko jeden z ostatnio podnoszonych aspektów.

Kształtowanie dobrych nawyków i wdrażanie założeń Zero Waste/Less Waste jest kluczowe dla losów planety i zapewnienia przyszłym pokoleniom niezanieczyszczonego środowiska.

4. Propozycje działań oddolnych

Zacznij od siebie!

Ta idea zmiany w najbliższym otoczeniu powinna przyświecać całej drodze Zero Waste. Po pierwsze – to zmiana najprostsza. Po drugie i najszybsza, więc też najbardziej satysfakcjonująca. Po trzecie w końcu – będzie inspiracją dla naszego otoczenia.

1. REFUSE

- a. **Nie przyjmuj: folderów, ulotek, gadżetów;** odmawiaj również drukowania potwierdzeń płatności, jeżeli zaraz po przekroczeniu progu sklepu ląduje on w koszu.
- b. **Proś o wersję elektroniczną informacji.** Coraz więcej firm proponuje wysyłanie dokumentów zakupu w wersji elektronicznej, korzystaj z tej możliwości a unikniesz nadmiaru dokumentów i marnowania papieru.

2. REDUCE

- a. **Wyeliminuj jednorazowe reklamówki.** Noś przy sobie materiałową torbę, w razie nieplanowanych zakupów. Pojedyncze warzywa i owoce nie wymagają zapakowania. Na większe ilości wykorzystaj reklamówki zgromadzone w domu, bądź woreczki wielokrotnego użytku, dostępne do kupienia w supermarketach.



b. Promuj „wielorazówki” – coraz więcej kawiarni przyłącza się do akcji #zwłasnymkubkiem. Tym sposobem zamówiony napój możemy wypić w ulubionym kubku i nie produkujemy góry odpadów z kubków jednorazowych. Świetnym wyborem dla środowiska będą również wielorazowe płatki kosmetyczne wykonane np. z bawełny, oraz zastąpienie jednorazowych ręczników kuchennych materiałowymi ściereczkami.



c. Wyeliminuj „gadżety” – smycze, długopisy, magnesy. Bardzo chętnie sięgamy po tzw. gratisy, jednak warto przemyśleć czy są one niezbędne. Możliwe, że wejście w posiadanie kolejnego długopisu czy smyczy na klucze jest zupełnie niepotrzebne.

d. Pij kranówkę – ograniczysz butelki PET i kubeczki. Świetnym początkiem do rozpoczęcia drogi z ZERO WASTE jest zakup własnego bidonu. Obecnie rynek oferuje ogromną ilość produktów i z pewnością każdy znajdzie coś dla siebie. Jeżeli picie wody kranowej budzi u nas opory, warto przemyśleć zakup butelki filtrującej.

e. Wprowadź elektroniczny obieg dokumentów (zamówień, faktur)

3. REUSE

a. Puszczaj w obieg – jeśli czegoś nie potrzebujesz – oddaj/odsprzedaj/pożycz. Powstaje coraz więcej stron, gdzie możemy sprzedać używaną odzież, meble, czy gry, które już się nam znudziły. Jest to doskonały sposób na ograniczenie kupowania nowych rzeczy oraz drobny zarobek.

b. Nie kupuj – pożyczaj! Albo stwórz wypożyczalnię! Jeżeli planujesz zakup książki, którą od dawna chcesz przeczytać, może warto najpierw zorientować się, czy ktoś w kręgu znajomych jej nie posiada.

c. Bądź kreatywny – szukaj pomysłów na up-cycling.

Up-cycling to młodszy brat Recyklingu. Polega na przetworzeniu materiału, który zyska potem znacznie większą wartość.

W tym wypadku ogranicza nas tylko wyobraźnia.

Pomysły na wykorzystanie odpadów potrafią być zaskakujące.

Dowodem na to mogą być domy powstałe z przetworzonych plastikowych butelek. Na dobry początek możemy zacząć od stworzenia mebli ogrodowych z europalet.

4. RECYCLE/ROT

a. Ustaw kosze do segregacji/zbieraj: nakrętki, baterie, elektroprzęt.

Jeżeli sprzęt w twoim domu działa bez zarzutu nie wymieniaj go na nowszy model. Warto również rozemnać się czy naprawa zepsutego sprzętu nie będzie korzystniejsza niż zakup nowego. Wiele sklepów przyjmuje również zwrotne butelki. Do tzw. „butelkomatów” zwrócić możemy również butelki PET (mogą być przetworzone aż 8 razy!), często nagradzane jest to drobną kwotą, bądź bonem na zakupy.



b. Zorganizuj kompostownik.

Resztki żywności, które nie nadają się do spożycia mogą trafić do kompostownika. Co ciekawe nie jest to już tylko opcja dla domu z ogrodem. Istnieje możliwość zakupu sprzętu do kompostowania, który możemy umieścić na balkonie, a nawet w mieszkaniu. Wytworzony kompost posłuży jako świetny nawóz dla domowych roślin.



c. Zanim wyrzucisz pomysły!

Często resztki powstałe w naszym domu uważamy już za zbędne i zbyt pochopnie trafiają one do śmieci. Kawowe fusy mogą stać się domowym peelingiem do ciała, jak również nawozem do roślin. Ponownie wykorzystać możemy również skórki bananów, czy skorupki jaj. Nasze rośliny na pewno będą nam za to wdzięczne. Produkty, nieprzeterminowane, nadające się do spożycia można umieścić w Lodówkach Społecznych. Lista punktów dostępna jest na stronie wezpomoz.pl.

5. Bądź awangardą – rozpocznij zmianę!

- a. **Zidentyfikuj liderów** – oni mogą Ci pomóc w szerzeniu idei ale też zainspirować do lokalnych działań. Warto zainteresować się działalnością Polskiego Stowarzyszenia Zero Waste. Można tam nie tylko zasięgnąć informacji na temat aktualnych akcji, ale też zapisać się na wolontariat.
- b. **Zorganizuj „okrągły stół”, „bank czasu”, „burzę mózgów”**.
Odpowiednie podejście do tematu, podzielenie się pomysłami oraz narada pozwolą opracować najlepszy plan działania.

Bank czasu – forma samopomocy, dotycząca w bezpłatnej wymianie usług pomiędzy jej członkami. Niezależnie od rynkowej wartości danej usług jednostką rozliczeniową jest godzina. Najpierw uczestnicy banku deklarują, jakie rodzaje usług mogą świadczyć na rzecz innych i podejmują takie działania. Dzięki temu zyskują w banku „godziny”, dzięki którym mogą skorzystać z usług innych uczestników banku. Wszystkie dzieje się więc bezgotówkowo w ramach wzajemnej wymiany „przysług”, ale w sposób zorganizowany.

Okrągły stół – to forma sformalizowanej debaty na jakiś temat w ramach której stoły ułożone w okrąg symbolizują, że każdy z partnerów jest równy, a jego/jej poglądy są tak samo ważne i uprawnione.

Burza mózgów – Burza mózgów to technika pracy i dyskusji grupowej, w której uczestnicy spontanicznie wymyślają rozwiązanie danego problemu. Ma na celu aktywizację i integrację zespołu oraz, przede wszystkim, znalezienie jak największej liczby pomysłów.

Najważniejsze zasady techniki:

- wymyślenie jak największej liczby pomysłów
- brak krytyki pomysłów innych członków grupy
- wspólne doskonalenie pojawiających się rozwiązań
- otwartość na wszystkie pomysły, również te dziwne i na pierwszy rzut oka bezsensowne

c. **Zaangażuj innych** – seniorów, młodzież, harcerzy i inne lokalne grupy. W naszym otoczeniu na pewno jest wiele osób, które chcą przysłużyć się środowisku. Warto pytać i proponować konkretne działania. Akcje sprzątania okolicy, zbierania deszczówki i podlewania nią roślin, czy uświadamianie o możliwości oddania nadwyżek jedzenia. Te drobne działania pozwolą szerzyć ideę ZERO WASTE oraz pozyskiwać jej nowych zwolenników.

Przykładowi interesariusze nieformalni,
których możesz zaangażować w akcje ZERO WASTE:

- Lokalni społecznicy i aktywiści
- Sąsiedzi i mieszkańcy Twojej okolicy
- Przedstawiciele organizacji pozarządowych

Przykładowi partnerzy instytucjonalni,
których możesz zaangażować w akcje ZERO WASTE:

- Organizacje harcerskie i młodzieżowe
- Przedszkola / szkoły / szkolne kluby wolontariatu
- Strażnice OSP
- Koła Gospodyń Wiejskich
- Domy / kluby Seniora
- Domy kultury
- Rady osiedli / rady sołeckie / rady młodzieżowe / rady seniorów

Broszura przygotowana w ramach projektu
„WłączaMY ZERO WASTE!”



Realizatorzy projektu:



Iceland 
Liechtenstein
Norway **Active
citizens fund**

Projekt finansowany przez Islandię,
Lichtenstein i Norwegię z Funduszy EOG
i Funduszy Norweskich w ramach Programu
Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny

www.konsultacje.metropoliapoznan.pl/eko