

# **Zmanjševanje odpadkov – individualna odgovornost z velikim kolektivnim učinkom**

Zmanjševanje odpadkov je odgovornost vsakega posameznika, ki lahko pomembno vpliva na okolje.

Tukaj je pet praktičnih nasvetov, ki jih lahko upošteva vsakdo, v želju da zmanjša količino povzročenih odpadkov in prispeva trajnostni prihodnosti:

## **1. Omejite uporabo izdelkov za enkratno uporabo**

Izogibajte se priboru, krožnikom, kozarčkom iz plastike in slami.

Namesto tega izberite alternative za večkratno uporabo – steklo, kovinske posode in klasični pribor, ki jih lahko pomivate in večkrat uporabite. Ta preprosta odločitev močno zmanjša količino vsakodnevnih odpadkov.

## **2. Dajte prednost embalaži za večkratno uporabo ali ekološki embalaži**

Pri nakupu izberite izdelke z manj embalaže ali z embalažo, ki je reciklabilna ali kompostabilna. S seboj nosite vrečke za večkratno uporabo in zmanjšajte potrebo po plastičnih vrečkah. Razmislite tudi o nakupu izdelkov na rinfuzo, kjer se embalaža močno zmanjša.

## **3. Kompostirajte organske odpadke**

Domače kompostiranje kuhinjskih ostankov odpadke spremeni v vir. Dobljen kompost je bogato gnojilo, idealno za vrt. Kompostiranje zmanjšuje količino odpadkov na odlagališčih in hkrati omejuje nastajanje metana – močnega toplogrednega plina.



Vir: <https://irregularity.com/riuso-prodotti/>

## **4. Popravite in ponovno uporabite**

Preden nekaj zavržete, preverite, ali je mogoče popraviti. Oblečila, gospodinjski aparati in pohištvo lahko pogosto dobijo novo življenje. Poiščite ustvarjalne načine ponovne uporabe – stara majica lahko postane krpa ali material za ročna dela.

## 5. Izobražujte sebe in druge

Učenje o zmanjševanju odpadkov in deljenje tega znanja z drugimi poveča učinek. Udeležite se delavnic, berite bloge o trajnosti, delite ideje s prijatelji in družino. Ozaveščanje je ključ do spremembe navad in ustvarjanja kulture odgovorne potrošnje.

**Vsak majhen korak šteje – skupaj lahko ustvarimo čistejšo in bolj zeleno prihodnost.**

### Kako zmanjšati odpadke doma?

Zmanjševanje odpadkov doma je pomemben korak k spoštovanju okolja. Nekatere preproste spremembe v vsakdanjih navadah lahko veliko prispevajo:

- **Pravilo treh R: Zmanjšaj (Reduce) , ponovno uporabi (Reuse) , recikliraj (Recycle)**
  - Zmanjšaj: izogibaj se izdelkom z veliko embalažo, kupuj trajne namesto enkratnih stvari.
  - Ponovno uporabi: steklene kozarce, škatle in posode uporabi za shranjevanje.
  - Recikliraj: dobro spoznaj sistem ločenega zbiranja odpadkov v svoji občini. Povezava do spletne strani izvajalca javne službe Komunala Nova Gorica d.d.: <https://www.komunala-ng.si/sl/ravnanje-z-odpadki/zbiranje-odpadkov/>
- **Nakup na rinfuzo** – kupuj večje pakete ali izdelke na tehtanje in uporablaj lastne posode.
- **Uporaba ekoloških izdelkov** – naravna sredstva (soda bikarbona, kis, limona) imajo manj embalaže in so okolju prijaznejša.
- **Zmanjševanje zavržene hrane** – načrtuj obroke, porabi ostanke, pravilno hrani živila.
- **Kompostiranje** – zmanjšuje odpadke in daje brezplačen kompost za vrt.
- **Oblačila in elektronika** – doniraj, prodaj ali recikliraj, namesto da zavržeš.
- **Družinska vzgoja** – vključite vse člane gospodinjstva.
- **Centri Ponovne Uporabe (CPU ali CUP)** so centri kamor lahko oddamo nam neuporabne predmete in bi nekomu drugemu lahko prišli prav. Tam lahko dobimo tudi nam uporabne predmete in jih za simbolično ceno bodisi zamenjamo ali odkupimo. En tak center »Muža CUPatarija« je v Solkanu na mejnem prehodu.



Fotografija: CUP Center Uporabnih Predmetov v Solkanu na mejnem prehodu

## Odpadki kot vir – sprememba pogleda

Odpadke lahko razumemo kot **vir**, kar je temelj krožnega gospodarstva. To pomeni:

- manj odvisnosti od novih surovin,
- manj onesnaževanja,
- več inovacij (npr. reikliranje plastike v nove izdelke, predelava hrane v energijo).

## Kako zmanjšati plastične odpadke?

- uporabljajte **steklenice, vrečke, posode za večkratno uporabo**,
- kupujte **na rinfuzo**,
- izogibajte se **plastičnim izdelkom za enkratno uporabo**,
- **popravite** predmete, preden jih zamenjate,
- reiklirajte plastiko v skladu z lokalnimi pravili,
- podprite **trajnostne blagovne znamke**,
- sodelujte v **akcijah čiščenja okolja**,
- izobražujte druge o vplivu plastike.

## Zakaj je reikliranje pomembno?

- **manj odpadkov na odlagališčih**,
- **manj toplogrednih plinov**,
- **prihranek naravnih virov** (npr. reikliran papir pomeni manj sekanja gozdov),
- **nova delovna mesta in krožno gospodarstvo**.

Ključno pa je, da **ločevanje odpadkov** začnemo doma – pravilno razvrščanje olajša reikliranje.

## Pogosta vprašanja (FAQ)

### Kako začeti?

– Uporabljalj vrečke za večkratno uporabo, izogibaj se plastiki za enkratno uporabo, izbiraj manj embalirane izdelke.

### Kako zmanjšati zavrženo hrano?

– Načrtuj obroke, porabi ostanke, pravilno skladišči živila.

### Je bolje rečiklirati ali ponovno uporabiti?

– Najprej ponovno uporabi, nato rečikliraj, če ni druge možnosti.

### Katere materiale je najlažje rečiklirati?

– Papir, steklo, kovine in določene plastike.



Vir: <https://www.rifoto.com/uploading-e-downloading-di-rosa-si-tratta/?srltid=AfmBOorPe2rhN23L2-Yt-lEg2y-STMGG4SQXp1S5T89KtUmxSNqYR1Bo>

### Kako vplivati na druge?

– Z zgledom, izobraževanjem in deljenjem znanja.

## FAQ

### 1. Kako lahko začnem zmanjševati odpadke v svojem vsakdanjem življenju?

Začni z majhnimi, a pomembnimi koraki: uporabljalj vrečke za večkratno uporabo pri nakupih, zmanjšaj uporabo plastike za enkratno uporabo, kot so slamice in pribor, ter izbiraj izdelke z manj embalaže ali embalažo, ki jo je mogoče rečiklirati.

### 2. Kako lahko zmanjšam zavrženo hrano?



Vir: <https://www.hofer.si/sl/druzbeno-odgovornost/trajnostni-projekti/hrana-na-dobri-poti.html>

Načrtuj obroke, pravilno shranjuj živila in poišči ustvarjalne načine za uporabo ostankov.

**Načrtujte svoje nakupe:** načrtujte svoje obroke za cel teden. Preverite, katere sestavine za obroke že imate doma, nato napišite seznam živil, ki jih še potrebujete. Seznam vzemite s seboj in kupite samo živila, ki so na seznamu. Ne pustite se zavesti mamljivi ponudbi in ne kupujte, kadar ste lačni – kupili boste več kot potrebujete. Kupujte nepakirano sadje in zelenjavo, saj tako lahko kupite ravno toliko, kolikor potrebujete.

**Preverite datume:** če živila ne potrebujete takoj, izberite raje živilo z daljšim datumom uporabe ali pa ga kupite, ko ga boste res potrebovali. Pozorni bodite na datume na nalepkah: „uporabno do“ pomeni, da je živilo varno za uporabo do navedenega datuma (npr.: meso in ribe); „uporabno najmanj do“ označuje datum, do katerega je izdelek pričakovane kakovosti. Živilski izdelki so varni za uporabo tudi po datumu, navedenem ob oznaki „uporabno najmanj do“.

**Upoštevajte svoj proračun:** če varčujete s hrano, varčujete s svojim denarjem.

**Poskrbite za ustrezno vzdrževanje hladilnika:** preverite tesnila in temperaturo hladilnika. Da bi hrana dolgo ostala sveža, jo je treba shranjevati na temperaturi od ene do pet stopinj Celzija.

**Pri shranjevanju hrane upoštevajte navodila na embalaži.**

**Red v hladilniku:** novo kupljene izdelke postavite zadaj, izdelke, ki so že v hladilniku, pa premestite naprej. S pravilnim zlaganjem hrane vam ne bo treba hrane s pretečenim rokom uporabe metati v smeti.

Postrezite manjše obroke, saj lahko po potrebi hrano še dodate.

**Uporabite ostanke hrane:** namesto, da ostanke hrane vržete v smeti, jih lahko uporabite za malico ali večerjo naslednji dan ali jih zamrznete. Iz sadja lahko naredite sok ali sladico. Manj

svežo zelenjavo lahko uporabite za pripravo juhe.

**Hrano zamrznite:** če pojedete samo majhno količino kruha, preostali kruh zamrznite. Odvečne obroke hrane zamrznite in jih uporabite takrat, ko boste preveč utrujeni, da bi kaj skuhali.

**Hrana za vrt:** nekaj hrane bo še vedno končalo v odpadkih. Pripravite si posodo za kompost, kamor boste metali ostanke sadja in zelenjave. Čez nekaj mesecev boste imeli bogat in dragocenen kompost za vaše rastline. Za kuhinjske odpadke je primeren kuhinjski kompostnik. Napolnite ga s kuhinjskimi odpadki, dodajte plast pospeševalnih mikrobov in počakajte, da fermentira. Tako narejen kompost lahko uporabite za hišne ali vrtno rastline.



Vir: <https://fokus.si/le-bi-bila-odpadna-hrana-drzava-bi-bila-tretji-najvecci-onesnazevale-na-svetu-za-kitajsko-in-zda/>

### 3. Je bolje reiklirati ali ponovno uporabiti?

Obe praksi sta pomembni, vendar bi morala biti prva izbira ponovna uporaba, reikliranje pa pride na vrsto, ko ponovna uporaba ni mogoča.

### 4. Katere materiale je najlažje reiklirati?

Papir, steklo, kovine in nekatere plastike so materiali, ki jih je najlažje reiklirati.

### 5. Kako lahko spodbudim druge k zmanjševanju odpadkov?

Z zgledom, deljenjem koristnih informacij in ozaveščanjem prijateljev ter družine o pomenu zmanjševanja odpadkov.

Viri: <https://www.eyesorazio.com/consigli-e-pratiche-su-come-ridurre-i-rifiuti.html>