

Odpowiedzialna konsumentka, odpowiedzialny konsument.
Poradnik dla propozycji programowej „Ekonomia jest kobietą”.



Autorka: Magdalena Noszczyk

Korekta: Emilia Kulczyk-Prus

Publikacja powstała w ramach projektu „Globalnie czyli Odpowiedzialnie” w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej za pośrednictwem MSZ RP w roku 2015. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosownej licencji, o posiadaczach prawa oraz o programie polskiej współpracy rozwojowej. Materiał dostępny jest na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 3.0 Polska.

Publikacja, wyraża wyłącznie poglądy autorki i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP.



nasz świat
nasza godność
nasza przyszłość



2015
Europejski Rok
na rzecz Rozwoju



Dlaczego taki poradnik?

Przeglądając niemal codziennie półki sklepowe, rzadko mamy czas na dłuższą refleksję co właściwie kupujemy. Zakupy lubimy robić szybko, bezstresowo i, co najważniejsze, tanio. Ten poradnik ma za zadanie poddanie refleksji nasze nawyki konsumenckie poprzez pokazanie różnorodnych aspektów naszego codziennego konsumowania (kupowania i użytkowania) – przyczyny i skutki naszych nie do końca świadomych wyborów oraz ubóstwa i niesprawiedliwości na świecie, do których pośrednio lub bezpośrednio się przyczyniamy we współczesnym, pełnym zależności globalnych świecie.

Czym poradnik nie jest?

Poradnik nie jest jedynym słusznym zdaniem i wyrocznią na temat bardziej odpowiedzialnych zakupów, nie jest również kodeksem czy dekalogiem odpowiedzialnego konsumenta. Jest raczej podpowiedzią w sprawie świadomego kupowania i zbiorem informacji dotyczących produkcji i konsumpcji różnych dóbr i usług, z których korzystamy codziennie.

Dlaczego to jest ważne?

Codziennie kupujemy, przeróżne rzeczy, w różnych miejscach. Chleb na kanapki na śniadanie, pomidory do sałatki, podkoszulkę na „wuef”, buty (koniecznie z białą podeszwą bo inaczej nie wpuszczą nas do klubu fitness), kawę i herbatę na najbliższe spotkanie namiestnictwa, batona w pośpiechu między zajęciami w szkole a zbiórką. Wieczorem mama wysyła nas od pobliskiego supermarketu, bo skończyła się mąka, a chciała upiec ciasto z truskawkami i rabarborem, bo właśnie się pojawiły, pierwszy raz w sezonie. Kieszonkowego zawsze za mało: a to słuchawki do telefonu się znów zepsuły, a to trzeba było znów kupić zeszyt, bo się skończył, a to wyjście do kina, gdzie prócz biletu dodatkowym wydatkiem jest zawsze popcorn, duży napój i draże na wagę. I jeszcze bilet miesięczny.

Ciężko się obyć bez kupowania, choć są tacy, którzy próbują wieść inne od tego które znamy życie. Są też tacy, którzy najzwyczajniej w świecie nie mogą sobie pozwolić na zakup choćby najpotrzebniejszych produktów. Ale cały świat kupuje codziennie produkty i usługi warte wiele miliardów złotych.

Każde z nas jest konsumentką, konsumentem. Posiadając pieniądze i wydając je na dobra i usługi stajemy się konsumentkami, konsumentami. Często wpadamy do sklepu, supermarketu, centrum handlowego i w pośpiechu podejmujemy decyzje zakupowe, które mogą mieć negatywny wpływ na nas, ale również na innych mieszkańców globu. Dlaczego? Żyjemy w zglobalizowanym świecie pełnym zależności a produkty, których używamy na co dzień, zanim dotarły do naszego domu przebyły prawdopodobnie więcej kilometrów i przeszły przez ręce (dosłownie i w przenośni) wielu ludzi w różnych zakątkach świata. Nie wierzysz? Znajdź metkę swojego podkoszulka i sprawdź gdzie został wykonany. W Chinach?

W Bangladeszu? W Turcji? W Kambodży? Często rzeczy, których używamy, podróżowały więcej niż my w ciągu całego życia! Podróże to zużywanie wszelkiego paliwa w branży transportowej, a co za tym idzie, wpływ na zmiany klimatu. Zapewne znane ci są porównania typu „praca za miskę ryżu”, które w uproszczony sposób opisują warunki pracy w krajach, gdzie obserwujemy największą globalną produkcję podstawowych produktów codziennego użytku, a które kupujemy niemal codziennie, bez zastanowienia, pod wpływem mody, reklamy czy tego, że „inni już to mają”.



Martin Luter King, pastor baptystyczny, znany zapewne większości jako działacz na rzecz równouprawnienia i zniesienia dyskryminacji rasowej, podczas wigilijnego kazania w 1967 roku powiedział słowa, które nabierają jeszcze większego znaczenia w dzisiejszych czasach: **„zanim skończyłeś śniadanie, już zależałeś od połowy świata”**.

No tak, bo skąd pochodzi Twoja poranna herbata lub kawa na stole? Skąd pochodzą owoce spakowane na drugie śniadanie w Twojej torbie? Gdzie zostały uszyte Twoje ubrania, które dziś założyłeś? Kto złożył Twój telefon, z którego wysłałeś przed chwilą smsa? My zależymy od połowy świata, ale nie jest to zależność jednostronna – nasze wybory konsumenckie mają

wpływ na innych mieszkańców świata. I choćby dlatego nie powinniśmy być obojętni podchodząc do półki sklepowej i wybierając produkty do naszego zakupowego koszyka, mając świadomość, że możemy zdecydować o czyimś losie, zdrowiu a nawet życiu!

Istotną kwestią jest również nasze zdrowie. Kupujemy rzeczy wysoko przetworzone, konserwowane, z substancjami przedłużającymi trwałość (lub wręcz przeciwnie, przyspieszając zużycie) produktu. Moda na zdrowe odżywianie czy ekologiczne produkty wynika przede wszystkim z egoistycznego punktu widzenia – wiedząc jakie szkody może wyrządzić naszprycowaną sztucznymi substancjami żywność, ubrania i zabawki, ludzie decydują się na ich bezpieczniejsze, ekologiczne

odpowiedniki. Ale te mają bezpośredni wpływ na utrzymanie środowiska przyrodniczego w dobrym stanie, odciążając np. pola uprawne od stosowania chemicznych środków ochrony roślin, które nie są obojętne dla gleby, wód czy okolicznej fauny i flory.

Każdy z nas jest konsumentką, konsumentem. Wydawanie pieniędzy można traktować niemal jak głosowanie. Dlaczego? Bo kupując taki a nie inny produkt opowiadasz się za wszystkim co stoi za danym produktem. To nie jest jedynie gotowy, stojący na półce artykuł – wybierasz również wszystko co za nim stoi – sposób wydobycia surowców, przygotowania półproduktów, sposób traktowania pracowników w fabrykach, to, w jaki sposób wynagrodzono np. rolnika za jego pracę, poszanowanie (lub jego brak) środowiska przyrodniczego, doświadczenia na zwierzętach a także poziom obciążenia środowiska na etapie utylizacji produktu, gdy staje się już odpadem. I wtedy okazuje się że nasz wybór może mieć bezpośrednio przełożenie na warunki czyjeś pracy, czyjeś cierpienie lub zubożenie środowiska przyrodniczego i wyginięcie zagrożonych gatunków roślin i zwierząt. O tym przeczytasz w dalszych częściach poradnika

„Święte” certyfikaty?

Poradnik powstał również z myślą o zaprezentowaniu szerokiej gamy certyfikatów, z którymi konsumentka, konsument mogą się spotkać podczas codziennych zakupów. W gąszczu przeróżnych oznaczeń, symboli z którymi możemy się spotkać, często nie wiemy co one dokładnie oznaczają. Jeszcze częściej umieszczanie symboli kojarzących się z ochroną środowiska, ekologicznością produktu, ma a celu wprowadzenie konsumenta w błąd, by zakupił produkt, który wygląda na bardziej odpowiedzialnie wyprodukowany niż inne, stąd pomysł by zaprezentować w tym poradniku kilkanaście najpopularniejszych dla polskich produktów oraz opisać pokrótce co dokładnie oznaczają.

Do certyfikatów również należy podchodzić z głową. Bezmyślne i bezkrytyczne kupowanie produktów tylko z certyfikatem może również przynieść negatywny efekt. Dlaczego? Jeśli chcemy kupić np. gruszkę i mamy do wyboru gruszkę z rolnictwa ekologicznego z Chile i naszą rodzimą, polską gruszkę, ale bez certyfikatu, warto zastanowić się, ile kilometrów pokonała chilijska gruszka i na ile nadal mogłaby nosić miano „ekologicznej” po podliczeniu emisji ton dwutlenku węgla do atmosfery podczas jej „podróży” do Polski. Podobnie z certyfikowanymi produktami wielkich korporacji wypuszczających ekologiczne linie produktów – może warto wtedy wybrać taką firmę, która postawiła całkowicie na ekologiczną produkcję i mimo mniejszego zasięgu bierze pełną odpowiedzialność za każdy element produkcji z poszanowaniem środowiska przyrodniczego i praw pracowniczych?



Kto napisał poradnik?

Autorką niniejszego poradnika jest Magdalena Noszczyk, aktywistka ekologiczna, trenerka edukacji globalnej, czyli edukacji o globalnych zależnościach. Autorka kilkunastu publikacji, scenariuszy i materiałów dla nauczycieli, dla młodzieży i dzieci o tematyce ekologicznej, konsumenckiej i globalnej. Wieloletnia instruktorka ZHP, obecnie współpracowniczka Wydziału Inspiracji i Poradnictwa. Autorka i współautorka scenariuszy zajęciowych, szkoleń oraz publikacji w tematyce edukacji na rzecz zrównoważonego rozwoju, współorganizatorka wydarzeń związanych z odpowiedzialną konsumpcją (Kuchnie Społeczne, happeningi i wydarzenia z okazji Dnia Bez Kupowania, World Fair Trade Day), członkini grupy roboczej ds. jakości edukacji globalnej w Grupie Zagranica.

Dwukrotna uczestniczka międzynarodowych warsztatów Development Education Summer School (2010, 2011), obserwatorka negocjacji klimatycznych podczas Konferencji UNFCCC z ramienia Koalicji Klimatycznej (2008) czy jako delegatka WAGGGS (2013). Współpracowała do tej pory m.in. z Fundacją Kupuj Odpowiedzialnie, Fundacją Koalicja Sprawiedliwego Handlu, Ośrodkiem Działań Ekologicznych „Źródła”, Centrum Edukacji Obywatelskiej, Polską Akcją Humanitarną, Fundacją Kultury Chrześcijańskiej "Znak", Fundacją Edukacja dla Demokracji i Polskim Stowarzyszeniem Wegańskim. Wspiera również rozwój lokalnej organizacji „Amani Kibera” w dzielnicy Nairobi, Kiberze.

Odpowiedzialna konsumpcja

To podejmowanie takich decyzji zakupowych, które będą uwzględniały wszelkie konsekwencje jakie niosą za sobą wszystkie procesy i działania w cyklu życia danego produktu. Co to oznacza? Uwzględnienie takich procesów jak wydobycie surowców, produkcja, dystrybucja, użytkowanie i utylizacja, ponieważ każdy z tych procesów ma wpływ na środowisko przyrodnicze i społeczne. W tej publikacji znajdziesz kilka odpowiedzi jak można to robić, jednak nie będzie to nigdy „jedyną, słuszną prawdą”. Najważniejsze to krytyczne podejście do tego, w jaki sposób kupujemy, co kupujemy, jak użytkujemy rzeczy (lub usługi) i to, co się dzieje na samym końcu życia produktu, czyli co się z nim stanie, gdy go wyrzucimy (i w jaki sposób go wyrzucimy).

Jak kupować odpowiedzialnie?

Bez wątpliwości – nie jest to łatwe zadanie. Nie ma jednego, konkretnego rozwiązania na bycie świadomą i odpowiedzialną konsumentką. Ten poradnik może podpowiedzieć, ale równie dobrze możemy mieć po przeczytaniu mętlik w głowie i powtarzające się pytanie: „a co jeśli nie będę kupować tak, jak jest to zaproponowane?”. Najważniejszą wtedy zasadą jest zadanie sobie pytania – czy aby na pewno potrzebuję tej rzeczy, którą chcę kupić? Czy naprawdę jest mi potrzebna? Może jestem w stanie się bez niej obyć? Kupowanie odpowiedzialnie to również paradoksalnie niekupowanie – poszukiwanie alternatyw do kupowania nowych rzeczy, by ograniczyć zużywanie cennych surowców, które można wykorzystać ponownie. Odpowiedzialnej konsumpcji towarzyszy przede wszystkim postępowanie według zasady 3R, o której mowa w dalszej części poradnika.

Konsumpcjonizm

XXI wiek jest nazywany przez niektórych wiekiem konsumpcjonizmu (nazywany również czasem konsumeryzmem). Czym jest zatem konsumpcjonizm (konsumeryzm)? To określenie na **hedonistyczny materializm – są to takie zachowania i postawy, które uznają za wyznacznik wartości i jakości życia wielkość osiągnięcia pozycji konsumpcji oraz zgromadzenia dóbr materialnych.** Co to oznacza? To nie mniej, nie więcej jak ocenianie wartości człowieka względem tego ile posiada. Na dalszy plan przesuwane są wiedza, umiejętności, światopogląd, na pierwszym miejscu pojawia się to, co posiadasz i ile posiadasz.

Czy widzisz w swoim otoczeniu takie postawy konsumpcjonizmu? Zwróć uwagę na to jak obecnie wygląda sytuacja z noszeniem ubrań wśród Twoich rówieśników – czy istotnym jest w co się ubierasz i jakie marki nosisz? Czy zmienia się postrzeganie kogoś w grupie jeśli posiada lepszy model telefonu, tableta czy innych gadżetów elektronicznych? Czy zwraca się uwagę na to, kto pierwszy kupi najnowszą grę komputerową lub posiada nowsze oprogramowanie komputera?

Co ciekawe, upowszechnione postawy konsumpcjonizmu można znaleźć we wszystkich zakątkach świata, niezależnie od grupy wiekowej, pochodzenia etnicznego, religii czy stanu zasobności portfela. Nawet najubożsi mieszkańcy świata wpadają w pułapkę konsumeryzmu. Z czym to się wiąże? Za produktem który kupujemy, stoi wiele cech, wykreowanych przez zespoły marketingowców z którymi chcemy się utożsamiać. Na przykład marka Nike czy Adidas to kreowane synonimy sportowego stylu życia, aktywności, chęci realizacji założonych celów. Inny przykład? Produkty marki Apple mają się kojarzyć z luksusem, poczuciem bycia kimś wyjątkowym, dobrym smakiem posiadacza produktu (ze względu na dizajn produktu). Chcemy czuć się wyjątkowi, reklamy mają na nas wpływ, bo mówią nam, że możemy być wyjątkowi, jeśli kupimy taki a nie inny produkt. Ale czy posiadając buty czy bluzę staniemy się bardziej aktywni sportowo? Czy posiadając taki czy inny komputer, staniemy się ciekawszymi i bardziej interesującymi dla innych?

W raporcie „Młodzi 2011” na temat współczesnej młodzieży opracowanym przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów czytamy: *„Współcześnie młode pokolenia są socjalizowane do świata konsumpcji, który stał się dla nich światem obowiązującym, normalnym – niemającym alternatywy. Dziś młodzi ludzie żyją w przekonaniu, że trzeba „mieć, by być”, a chęć posiadania rzeczy, korzystania z dóbr materialnych przestała być wyznacznikiem orientacji materialistycznej. Liczy się nie tyle chęć posiadania rzeczy, co filozofia ich używania i związana z nimi ekspresja, symbolika. Postawa taka, od lat charakteryzująca bogate społeczeństwa Zachodu najwyraźniej zadomowiła się również w świadomości współczesnej polskiej młodzieży. Dlaczego? Odpowiedź jest prosta: wraz ze zmianą ustrojową weszliśmy w inną rzeczywistość. Żyjemy w świecie późnego czy też nowego (nowoczesnego) kapitalizmu, w którym konsumpcja i wysoki poziom życia nie tylko zostały uznane za podstawowy wyznacznik statusu i osiągnięć ludzi, lecz także stały się prawomocnym celem funkcjonowania gospodarki i podstawową siłą napędzającą jej rozwój. W nowym kapitalizmie, a więc w rzeczywistości, która również stała się naszym udziałem, tworzenie indywidualnych potrzeb i kreowanie nowych stylów życia poprzez konsumpcję nie jest dysfunkcją, nie jest opcją do wyboru – jest zasadniczą cechą i warunkiem trwania całego systemu. Dwie dekady przemian pokazują, że konsumpcja i konsumpcjonizm stały się potężnym czynnikiem transformującym cały system społeczny.”*

Co z tego tekstu wynika? Czy zgadzasz się z autorami raportu na temat młodych Polaków? Co dla Ciebie oznacza sformułowanie „mieć, by być”?

Zaraz po II. Wojnie Światowej, amerykański ekonomista i analityk sprzedaży Victor Lebow wpadł na pomysł, jak podnieść powojenną gospodarkę kraju. Bez owijania w bawełnę stwierdził, że: „*Nasza niezwykle produktywna gospodarka potrzebuje konsumpcjonizmu jako stylu życia, musimy zamienić kupowanie i korzystanie z towarów w rytuał, dzięki któremu uzyskujemy duchowy spokój w konsumpcji. Potrzebujemy konsumpcji, spalania, zamiany na nowe i wyrzucania w coraz większym tempie.*”



Co to oznacza? Bez ogródek zdradził zamysł ówczesnych jak i współczesnych marketingowców – ci specjaliści dążyli i będą dążyć do nieustającego procesu kupowania przez konsumentów. Konsumpcjonizm ma stać się (i się staje) stylem życia, mamy dążyć do posiadania rzeczy, które nam się pokazuje, a co najważniejsze – mają się szybko zużywać, tak byśmy za jakiś (precyzyjnie obmyślony przez twórców produktu) wyrzucili „stary” produkt i natychmiast kupili nowszy (nie zawsze lepszy) model.

Jak to się robi? Realizowane jest to przy pomocy dwóch strategii. Jedną z nich to tzw. **planowe postarzenie produktu**, czyli takie projektowanie towaru, by miał ograniczoną żywotność i by stawał się niesprawny. Co ciekawe udaje się skutecznie tak zaprojektować towar (np. sprzęt AGD i RTV) by zaczął się psuć zaraz po upływie gwarancji. Jest na to kilka patentów. Zazwyczaj stosuje się materiały gorszej jakości, które szybciej się zużywają, co powoduje szybciej niesprawność danej rzeczy. Części narażone na mechaniczne uszkodzenie produkuje się z delikatnego plastiku. Słuchawki mają zbyt cienkie przewody, by szybciej doszło do ich przerwania. Powszechną praktyką jest również montowanie elementów wrażliwych na ciepło w niedalekiej odległości od elementów, które się nagrzewają w trakcie pracy (np. w elektronice). „Niesprawność” drukarek wynika z m. in. z tego, że ich producenci umieszczają w nich chipy, które sprawiają, że po wydrukowaniu 2,5 tysiąca stron drukarka przestaje działać.

Godnym uwagi jest dokument „Spisek żarówkowy”, który dokładnie opisuje kartel żarówkowy. 1924 r w Genewie spotkali się panowie, którzy postanowili podzielić się globalnym rynkiem, wzajemnie wymieniać patentami oraz kontrolować zarówno proces produkcji jak i konsumentów. Kartel nosił nazwę „Phoebus” i postanowił uregulować wiele tematów dotyczących branży żarówkarską. Głównym postanowieniem było ustalenie górnej granicy żywotności żarówki elektrycznej. Pierwsza żarówka Edisona z 1880 roku miała żywotność około 1500 h. Był to wynik dobry, ale do 1924 roku udało się go poprawić do 2500 h. Producenci żarówek, starali się stworzyć jak najbardziej wydajne i długowieczne produkty, które będą służyły wymagającym klientom. Dlatego inżynierowie pracowali nad wydłużeniem żywotności żarówek. Jednak członkowie kartelu „Phoebus” doszli do odmiennych wniosków i stwierdzili, że długa żywotność produktu będzie miała wpływ na zmniejszenie zapotrzebowania na nowe żarówki, a co za tym idzie spadek sprzedaży i przychodów. Przedstawiciele firm takich jak m.in. Philips i Osram postanowili wyznaczyć górną granicę życia żarówki. Ustalono, że będzie to 1000 h czasu pracy. Informacja ta była oczywiście tajna i utrzymywana w tajemnicy przez kartel.

„Phoebus” postanowił wytwarzać delikatniejsze żarówki, monitorując przy tym ich produkcję i raportować czas żywotności. Kartel ustalił, że producenci, którzy się wyłamują poza wyznaczone zasady będą obciążani karami finansowymi. Stworzono

nawet specjalny taryfikator, który przewidywał specjalne sankcje jeżeli tylko żarówka przekroczyła 1500 h czasu pracy. W 1926 r, czyli po dwóch latach od spotkania w Genewie, udało się zmniejszyć żywotność żarówek z 2500 h do 1500 h. Wynik 1000 h został osiągnięty dopiero w latach czterdziestych. [opis na podstawie filmu „Spisek żarówkowy”, <https://youtu.be/QPPW8KM7eEU>]

Kolejnym powszechnym przykładem są pończochy. Odwieczna zhora kobiet w każdym wieku. Nieuniknione „puszczenie oczek” powoduje, że kobiety kupują nowe pończochy, a to przez lata powstrzymywało szukanie włókna, które by nie miało tej cechy.

Wszystko zostało idealnie zaplanowane: nie opłaca się naprawiać zepsutych sprzętów, nie produkuje się zamiennych części, produkcja sprzętu, który nie obsługuje najnowszych technologii (np. sprzęt muzyczny, tzw. wieże z odtwarzaczami CD bardzo długo nie miały wejścia na USB, mimo powszechności ich stosowania). Producentom nie zależy, żeby coś było trwałe. Zależy im na wynikach sprzedaży, więc robią wszystko żebyśmy kupowali jak najwięcej i najczęściej.

Drugą strategią jest **postrzegane starzenie produktu**. Mimo tego, że posiadamy rzeczy, które są sprawne, ubrania, które są bez wad, sprzęt, który jest ciągle w użyciu to i tak decydujemy się na zakup innej rzeczy. Dlaczego? Reklama, budowanie wizerunku marki i działania marketingowe mają prowadzić do tego, że będziemy postrzegać rzeczywistość jako gorszą, mniej wartościową bez tej pokazywanej nam rzeczy. Poczujemy się bardziej nowocześni, lepsi, „na czasie” idąc do sklepu i kupując nowszy model. Mimo pełnej szafy ubrań idziemy i szukamy kolejnych fasonów, w których będziemy dobrze wyglądać. Chcemy czuć się lepiej, a zakupy są szybką odskocznią od codzienności i dają ekspresowe poczucie dowartościowania.



Merchandising

Posiadasz młodsze rodzeństwo? Zwróć uwagę, czy jest istotnym co znajduje się na okładce zeszytu, na plecaku, na koszulce którą noszą dzieci? Czy wraz ze wzrostem popularności jakiegoś filmu animowanego, gry lub twórców muzyki popularnej wzrasta zainteresowanie posiadaniem wszystkiego z podobizną ulubionej postaci? Posłużmy się przykładem Hello Kitty – myślę, że wiesz co to za postać, zrobiła zawrotną karierę na całym świecie. Została wymyślona przez japońską spółkę Sanrio w 1974 a produkty z podobizną kotka są obiektem pożądania najmłodszej grupy konsumentów na całym świecie.

Hello Kitty można znaleźć na każdym produkcie – na kredkach, piórnikach, plecakach, butach, wszelkich częściach garderoby, na gadżetach elektronicznych, produktach AGD oraz na opakowaniach produktów spożywczych. Powstają na świecie kawiarnie, restauracje i miejsca dedykowane najpopularniejszemu kotkowi świata. Taka działalność marketingowa związana z umieszczaniem popularnego wizerunku na różnych produktach codziennego użytku to **merchandising**, czyli celowe umieszczanie symboli wizerunków w celu poprawy sprzedaży produktu adresowanego do szerokiego grona odbiorców – konsumentów. Piórnik z popularnym kotkiem sprzedaje się szybciej i lepiej niż piórnik z nieznanym symbolem, postacią czy jedynie ze znakiem danej marki.

Supermarketowe sztuczki – jak się nie dać nabrać?

Zapewne słyszałaś nieraz o tym, że supermarkety przepełnione są przykładami różnych taktyk marketingowych tak, że zamiast z trzema produktami w koszyku, stoisz przy kasie z pełnym koszem rzeczy które „przydadzą się” i sama nie wiesz w jaki sposób to się stało. Często za takie nieprzemysłane, zbyt duże zakupy obwiniamy się sami – zwalając winę na swoje łakomstwo, nieopanowanie a nawet zakupoholizm. Jednak sekret tkwi w prostych trikach, które nas oszukują podczas każdej wizyty w dużym sklepie.

Zmiana ułożenia towarów, przemeblowania na regałach – zmora stałych klientów takich sklepów. Cemu ma służyć okresowe zmienianie położenia produktów? Temu, byśmy się nie przyzwyczajali do stałych miejsc na produkty, które kupujemy najczęściej. Taki zabieg zmusza nas do poszukiwań i zapoznania się z innymi towarami.

Promocje – hasło „taniej” czy „promocja” przyciągają klientów. Bardzo często cena produktów się nie zmienia, a kupujący i tak chętniej sięgną po taki produkt wążąc okazję. Bardzo często sklepy najpierw mocno podwyższają cenę, żeby potem ją zmniejszyć i wypromować taki zabieg jako promocję. Innym trikiem jest minimalne obniżanie ceny w stosunku do pierwotnej, ale efekt przekreślonej ceny i nadanie niższej również przyciąga klientów.

Lokowanie produktów – to jedna z naczelných zasad. Produkty najczęściej kupowane, artykuły pierwszej potrzeby są umieszczane na końcu sklepu. Żeby przejść po pieczywo, mleko czy masło, trzeba przejść niemal cały sklep oglądając przy okazji „atrakcyjne” promocje czy nowe produkty wprowadzone do sprzedaży.

Magiczne postrzeganie cen – jaka jest różnica pomiędzy 9,99 zł a 10 zł? Wg naszego postrzegania – ogromna! Naukowcy Keith S. Coulter (Clark University) i Robin A. Coulter (University of Connecticut) dowiedli, że efekt prawej cyfry wpływa na postrzeganie przez konsumentów cen oferowanych im produktów. Gdy po prawej stronie ceny cyfry są małe, ludzie postrzegają zniżki jako bardziej atrakcyjne, niż w sytuacji, gdy cyfry te są duże. Innymi słowy, przedmiot kosztujący 211 zł przeceniony z 222 zł uważa się za lepszą okazję niż przedmiot za 188 zł przeceniony z 199 zł, mimo, że w obu przypadkach zniżka wynosi tyle samo - 11 zł. Ponadto, badacze stwierdzili, że przy ciągłym oglądaniu przez konsumentów cen, które z lewej strony mają identyczne cyfry (np. 459, 458, 467, 462 itd.), za większą okazję uznają oni ceny, w których prawe cyfry są „małe” (np. 423) - mniejsze niż 5 - niż gdy są one „duże” tj. większe niż 5 (np. 479).

Smakołyki przy kasach – ile razy daliście się skusić na łakocie lub napoje, które stoją przy kasach? Ile razy byliście świadkami rozpaczy u małych dzieci, którym

nagle przy kasie zachciało się słodyczy?

Gramatura produktu – to jest ogromne pole do popisu dla marketingowców. Można np. zwiększać wymiar produktu w taki sposób aby klient zauważył różnicę, jednak z uwagi na ekonomię produkcji istotne jest, by dodana wielkość nie przekraczała progu różnicy. Taka metoda jest nazywana upsizing`iem. Upsizing został po raz pierwszy wykorzystany w 1985 roku przez koncern Coca Cola w momencie tracenia udziałów przez Pepsi. Użyto minimalnie większej ilości cukru, by była postrzegana jako słodsza od Pepsi.

Wg badań minimalna różnica w gramaturze to 2%, jaka to jest różnica? Na przykład, jeśli weźmiemy do ręki dwie tabliczki czekolady z których jedna waży 100 g a druga 95 g to nie zauważymy różnicy w wadze. Inną metodą to downsizing, czyli zmniejszanie produktu w taki sposób, żeby klient nie zauważył różnicy. Inną sztuczką, a raczej oszukiwaniem konsumentów jest błędna informacja o gramaturze produktów. Kupując zafoliowany np. 1 kg pomidorów, niestety nie możemy mieć pewności, że to rzeczywiście tyle waży.

Najtańsze produkty najniżej - droższe i ładnie prezentujące się produkty, sieci handlowe umieszczają dokładnie na wysokości naszych oczu. Produkty o zdecydowanie niższej cenie, są umieszczane na najniższych półkach. Na wysokości wzroku umieszcza się produkty z dużą marżą, końcówki serii, towary załączające

w magazynach lub z kończącą się datą ważności. W przypadku dzieci najdroższe zabawki ustawiane są najniżej, by maluch mógł je dokładnie obejrzeć.

Zamykanie kas - musimy dłużej czekać do tej kasy, która jest czynna. By zabić nudę, chętnie spoglądamy na ustawione przy kasach stojaki z drobnymi, kolorowymi drobiazgami do jedzenia. Są też opinie, że przed świętami kasjerki mają przykaz, by wolniej obsługiwać klientów. Ci czekając w kolejce automatycznie sięgną po gumę do żucia, dropsy czy batony.

BOGOF, „buy one – get one free” - czyli „kup jedno a drugie dostaniesz gratis”. Choć bardzo często zdarza się, że dwa produkty kupione osobno kosztują mniej, nadal wielu klientów i klientek nabiera się na ten prosty i sprytny chwyt. Warto też zwrócić uwagę na fakt, że bardzo często „gratisy” to produkty, których sklep nie może się pozbyć.

Specjalne światło do produktów mięsnych i warzyw – nad stoiskami z mięsem często montuje się światła dające różową poświatę, co powoduje, że wędliny i mięso wyglądają na świeże. Nad stoiskami z zieleniną umieszcza się światła dające niebieskawą poświatę, co sprawia, że zielony kolor jest bardziej żywy, nasycony, co powoduje, że zielenina sprawia wrażenie świeżości.

Ostatnie sztuki – w zdecydowanej większości przypadków jest to towar, który się nie sprzedaje dobrze i postanowiono nadać mu cechy trudno dostępnego, co powoduje chęć zakupu (bo może już go w ogóle nie być).

Muzyka w supermarkecie - muzyka, która jest puszczana w supermarketach ma ogromne znaczenie. Chociaż zdecydowana większość osób preferuje wesołe, szybkie piosenki, najczęściej emitowane są piosenki wolniejsze, jako że udowodniono, że wtedy ludzie dopasowują tempo swojego chodzenia do utworu. Idąc wolniej pomiędzy alejkami lepiej przyglądają się artykułom, w ten sposób częściej decydują się na ich zakup, mimo że pierwotnie nie mieli takiego zamiaru. Często odstępstwem od tego jest emisja znanych najbardziej popularnych utworów, które wywołują miłe skojarzenia klientów sklepu.

Otoczenie produktu – obok źle sprzedającego się towaru umieszcza się zwykle odpowiednik gorszej jakości ale w identycznej cenie (lub droższy), by ten w końcu zaczął się sprzedawać.

Obszary intensywnej sprzedaży - obejmują początki i końce każdego rzędu regałów a także obszary przy kasach. Tam umieszcza się najczęściej informacje o promocjach, wyprzedazach czy informacje o ostatnich sztukach produktów.

Odpady jako ostatni element naszej konsumpcji

W naszym kraju utarło się już, że między edukacją ekologiczną i edukacją o recyklingu można postawić znak równości. Ten efekt można zawdzięczać wielu czynnikom, m.in. temu, że ta „ekologia końca rury” jest prosta i każdy z nas jej doświadcza wynosząc śmieci do kosza. Jest to jednak niebezpieczne z punktu widzenia pełnego obrazu konsumpcji. Odpad nie ma swojego początku w czynności wyrzucenia go do kosza, ale już na etapie wyboru produktu na półce sklepowej. Tak bardzo popularna edukacja o recyklingu jest jedynie pokazywaniem pomysłów na problem odpadów, które są skutkiem naszej nadkonsumpcji. Warto skupić się na przyczynie powstawania odpadów (przede wszystkim opakowaniowych), czyli naszych zakupach.

Zwróć uwagę jakie produkty wybierasz i czy nie są nadmiernie opakowane. Produkty nadmiernie opakowane to marnotrawstwo surowców naturalnych, energii i zwiększone koszty transportu. Poniżej kilka przykładów dla refleksji:

- pasty do zębów opakowane w kartonik, który wyrzuca się od razu po przyniesieniu ze sklepu do domu,
- pieczarki sprzedawane w supermarketach w plastikowym pojemniku i przykryte folią,
- ogromne opakowania (pudełka) niewielkich gadżetów elektronicznych, które mają zwrócić naszą uwagę na półkach w sklepie,
- warzywa i owoce pakowane próżniowo w folię, mimo że tradycyjnie, kupowane na targu nie wymagają takiej ochrony (np. warzywa i owoce obierane ze skóry),
- kremy i inne środki pielęgnacji ciała w szklanym opakowaniu niezdatne do ponownego użycia i nie nadające się do recyklingu (bo np. połączone na stałe z plastikowymi elementami),
- butelkowanie napojów w bardzo małe pojemnościowo butelki,
- jednorazowe kubki, talerze, sztućce – zużywana ropa do ich produkcji jest zasobem nieodnawialnym, ich jednorazowość to ogromne obciążenie środowiską,
- pakowanie warzyw i owoców na wagę do osobnych torebek foliowych i naklejanie na nich papierowej metki-ceny, co uniemożliwia ponowne użycie torebek.

Ekologiczny ślad produktu

Ekologiczny ślad to miara zapotrzebowania na zasoby naturalne biosfery w hektarach powierzchni lądu i morza, które są potrzebne do wytworzenia produktów, ale też do absorpcji odpadów. Oszacować można ślad ekologiczny człowieka, poszczególnych krajów jak i ślad konkretnego produktu. W przypadku

Śladu ludzi porównuje się konsumpcję zasobów naturalnych ze zdolnością planety do regeneracji. Ślad jest mierzony w globalnych hektarach na osobę. Podobnych obliczeń dokonuje się dla produktów, biorąc pod uwagę ile poszczególnych surowców zużywanych jest do wyprodukowania danej rzeczy w porównaniu do zdolności regeneracyjnych planety.

Zasoby planety szacowane są na 1,06 mld globalnych hektarów, czyli 2,2 gha na mieszkańca. Dla zachowania równowagi ślad ekologiczny nie powinien przekraczać tego poziomu. Tymczasem w Unii Europejskiej wynosi 4,7 gha na osobę. 27 państw członkowskich wytwarza w sumie 9 procent zasobów Ziemi, a zużywa 16 procent (dane z 2008). Najgorzej w Europie wypadają państwa uznawane za ekologiczne: Szwecja i Finlandia. Ich ślady ekologiczne wynoszą 6,07 gha i 7,64 gha. Co prawda oba kraje są ekologicznymi wierzycielami, dzięki ogromnym bogactwom naturalnym. Ale to nie usprawiedliwia ich modelu wzrostu gospodarczego opartego na rabunkowym wykorzystywaniu biosfery. Raport WWF z 2008 roku pokazuje, że można rozwijać się gospodarczo, a jednocześnie nie zwiększać śladu ekologicznego. Przykładem są Niemcy, które w ostatnich latach, dzięki rezygnacji z energetyki węglowej i rozwojowi źródeł odnawialnych, zmniejszyły presję na środowisko naturalne.

Wg danych z 2008 roku Polacy nadal eksploatują prawie 2 razy więcej niż wynoszą zasoby naturalne naszego kraju – to oznacza że konsumujemy tak, że zużywamy 2 razy więcej zasobów niż ich mamy na terenie naszego kraju! W sieci możesz znaleźć wiele kalkulatorów, gdzie możesz oszacować swój indywidualny ślad ekologiczny, np. na stronie WWF Polska (http://www.wwf.pl/mozesz_pomoc/dzialaj_teraz/slady_ekologiczne/).

Ślad węglowy Ten ślad jest całkowitą sumą emisji gazów cieplarnianych wywołanych bezpośrednio lub pośrednio przez daną osobę, organizację, wydarzenie lub produkt. Jest rodzajem śladu ekologicznego. Produkcja niemal każdej rzeczy na świecie to zużywanie energii, jeśli jest to energia pozyskiwana z paliw kopalnych (ropa, gaz, węgiel), jej zużywanie przyczynia się do zmian klimatycznych. Każdy rodzaj transportu, przewożenia surowców, półproduktów i gotowych towarów to również zużycie energii. Wylesianie terenów pod nowe pola uprawne (co ma miejsce np. na terenie Puszczy Amazońskiej czy na terenach lasów pierwotnych Azji Południowo-Wschodniej) również przyczynia się do zwiększania zmian klimatu. Dlaczego? Wycinanie lasów wg szacunków ekspertów z Międzyrządowego Zespołu ds. Zmian Klimatu (IPCC) jest przyczyną 20% emisji gazów cieplarnianych do atmosfery (ze względu na uwalnianie dwutlenku węgla i pozbawianie ekosystemu naturalnych możliwości magazynowania i wychwytywania dwutlenku węgla – tzw. biosekwestracja). Wszędzie tam, gdzie w łańcuchu powstawania produktu mamy zmechanizowane procesy i zużywamy

energię, tam emitujemy gazy przyczyniające się do zmian klimatu. Na stronie m.in. Ziemia na rozdrożu można znaleźć narzędzie multimedialne szacujące naszą indywidualną emisję gazów cieplarnianych zależne od naszej konsumpcji (<http://ziemianarozdrozu.pl/kalkulator>).



Żywnościokilometry czyli *food miles*

W transporcie żywności używa się terminu żywnościokilometry. Jest to odległość, jaką pokonuje żywność, zanim trafi na nasze talerze. Szacuje się, że średnio produkty spożywcze przemierzają do 4000 km, aby dotrzeć do konsumenta. W przypadku produktów lub półproduktów sprowadzanych z dalszych zakątków świata, jak Azja, Ameryka Południowa czy Afryka, odległości te wydłużają się do kilkudziesięciu tysięcy km. Tylko w samej Wielkiej Brytanii ciężarówki transportujące żywność pokonują taką samą odległość jaką pokonalibyśmy lecąc do Słońca i z powrotem 3 razy. Dodatkowo przy przewozie żywności trzeba zachować odpowiednie środki bezpieczeństwa. Żywność nie może się zepsuć, dlatego też wspomaga się ją szkodliwymi dla organizmu ludzkiego konserwantami i innymi substancjami chemicznymi. W przypadku przewozu mięsa, ryb czy mrożonek potrzebne są też systemy chłodzące, które wpływają na zwiększenie ilości energii zużytej na dostarczenie takiej żywności. Dlatego też w trosce o środowisko oraz jakość żywności trafiającej do konsumenta, ekolodzy namawiają, aby stawiać na żywność lokalną i tym samym wspierać drobnych przedsiębiorców i rolników.

Żywność, którą kupujemy przemierza tysiące mil z miejsca uprawy lub produkcji. Transport na tak olbrzymią skalę wymaga znakomitej organizacji i wykorzystania

technologii, które gwarantują, że wszystko dzieje się w określonym czasie. Opóźnienia powodują wielomilionowe straty zarówno dla producentów jak i przewoźników. Dodatkowo transportowana żywność musi być odpowiednio zabezpieczana i konserwowana, by dotarła na miejsce w jak najlepszym stanie. Zużywa się do tego ogromne nakłady energii, byśmy mogli pałaszować egzotyczne rarytasy z różnych stron świata.

Wielokrotnie handel polega na wymianie tego samego towaru, co zwiększa ilość energii zużytej na dany produkt. Wzmożony przewóz żywności, szczególnie drogą lądową, wiąże się z dużą emisją dwutlenku węgla do atmosfery, co wpływa na efekt cieplarniany i zawirowania w klimacie. Coraz częściej pojawiają się anomalie pogodowe, które z kolei wpływają na uprawę warzyw, owoców i zbóż. W ten sposób tworzy się zamknięte koło. Dużo bardziej korzystną dla atmosfery formą transportu jest droga morska lub kolejowa, jednak jest ona mniej opłacalna ze względu na wysokie koszty. Z punktu widzenia ekologii, ilość energii potrzebnej do transportu żywności jest znacznie większa niż ilość energii, jaką organizm czerpie z posiłków. Dlatego też agendy rządowe i pozarządowe organizacje ekologiczne koncentrują się na ograniczeniu praktyk powodujących degradację środowiska i tym samym pogorszenie jakości życia człowieka.

Szczególny polecenia jest film „Autostradą na talerz”, który pokazuje niezwykle drogą, którą każdego dnia pokonują tony produktów, by w końcu trafić na nasze talerze. M.in. ukazuje szokującą podróż łososia złowionego u wybrzeży Szkocji, który jest transportowany do Chin, tam filetowany, by z powrotem wrócić do Szkocji na sprzedaż!

Kto uszył moje ubrania? Kto zebrał dla mnie banany?

Bycie odpowiedzialnym konsumentem to nie tylko zwracanie uwagi na środowiskowe aspekty wytwarzania, użytkowania i utylizacji przy wyborze produktu. To również kwestie społeczne, które są nierozdzielnie związane z produkcją. Drobni rolnicy i pracownicy plantacji w krajach rozwijających się, znajdujący się na początku łańcucha produkcji, nie zawsze dostają sprawiedliwą część zysków z handlu produktami, które uprawiają. Niestety, bardzo często ceny, które dostają rolnicy za swoje produkty, są tak niskie, że nie są w stanie utrzymać z tego ani siebie ani swojej rodziny. Nie stać ich na posyłanie dzieci do szkoły ani na godne życie. Na przykład producenci bananów w Ameryce Środkowej dostają średnio tylko 1-2% ceny, jaką my płacimy za banany w sklepie. Jest to wynik istniejących nierówności na świecie i niesprawiedliwych reguł rządzących handlem międzynarodowym. Podobnie jest w innych branżach, weźmy za przykład przemysł odzieżowy. Ta gałąź gospodarki wciąż zwiększa swoje zyski. Z ceny, którą konsumenci płacą za sztukę odzieży tylko 1-2% trafia do pracowników a około 50% - do marek odzieżowych. Dysproporcja ta pokazuje, że godne wynagradzanie

pracowników nie jest niemożliwe. Niskie płace są jednak konsekwencją systemu działania firm odzieżowych kierujących się maksymalizacją zysków. Przenoszą one produkcję do coraz tańszych krajów z coraz słabszym systemem prawa pracy i niskim stopniem edukacji i zorganizowania pracowników. W przypadku polepszenia się warunków pracy w jednym kraju, produkcja przenosi się do tańszych sąsiadów lub innych regionów.

Inicjatywy oddolne i organizacje pozarządowe donoszą o nadużyciach w kwestii praw pracowniczych. Istotnym jest podnoszenie świadomości konsumentów w jakich warunkach produkowane są rzeczy, które noszą na co dzień i za czym się opowiadają kupując produkty takiej a nie innej marki. W dalszych częściach poradnika dowiesz się jakie działania możesz podjąć dla bardziej sprawiedliwych warunków pracy i życia mieszkańców globalnego Południa – tej części świata, do której najczęściej przenosimy produkcję ze względu na tanią siłę roboczą.

Zasada 3R

Ponad 70% odpadów wytwarzanych rocznie w Polsce zalega na wysypiskach śmieci. Niska świadomość ekologiczna oraz nieudolne egzekwowanie obowiązującego prawa sprawiają, że wielu z nas w dalszym ciągu nie dostrzega znaczenia odpowiedzialnej konsumpcji w walce z postępującą degradacją środowiska naturalnego. Zasadę 3R można traktować jako nadrzędną przy decyzjach zakupowych, ułatwiając wybory konsumenckie.

Organizację proekologicznego stylu życia ułatwiają wytyczne składające się na tak zwaną Zasadę 3R. 3R to z języka angielskiego: „Reduce, Reuse, Recycle”, co w tłumaczeniu na język polski oznacza: Ogranicz, Użyj ponownie, Odzyskaj. Niekiedy stosuje się także przekład: Unikanie kupowania zbędnych rzeczy, Używanie powtórne, Utylizowanie, oznaczany analogicznym skrótem – 3U. Często dodaje się też jeszcze jedno „R” na początku - „rethink”, czyli zachęcenie do podjęcia refleksji, ponownego przemyślenia czy na pewno rzecz, którą chcemy kupić jest nam naprawdę potrzebna.

Kolejność postulowanych w Zasadzie 3R czynności nie jest przypadkowa. Najistotniejsza, z punktu widzenia ekologii, jest bowiem racjonalna konsumpcja. To właśnie dzięki niej ilość odpadów może zostać zredukowana. Kolejny postulat („użyj ponownie”) dotyczy czynności, które mają na celu jak najdłuższe pozostawienie przedmiotu w obiegu (czy to przez naprawę zepsutych urządzeń, czy przez kupowanie używanej odzieży). Jeśli stopień zużycia lub rodzaj przedmiotów nie pozwalają na ich ponowne wykorzystanie, należy zadbać o ich właściwą utylizację (recykling). Warto więc zapoznać się z miejscowymi zasadami, dotyczącymi gospodarki odpadami i segregować je zgodnie z obowiązującymi wytycznymi.

Reduce czyli ograniczajmy

Reduce oznacza ograniczanie wytwarzania odpadów poprzez odpowiedzialne zakupy i racjonalne gospodarowanie zasobami. Najlepszym rozwiązaniem jest zrezygnowanie z rzeczy, których tak naprawdę nie potrzebujemy. Zastanówmy się, ile korzyści mogą przynieść rozsądnie wydane pieniądze i unikanie produktów nadmiernie i niepotrzebnie opakowanych. Mniejsze zakupy to mniejsze wydatki, mniej odpadów, ograniczenie transportu i wydatków związanych z zagospodarowaniem odpadów.

Co może przyczynić się do redukcji odpadów?

- robienie listy zakupów – wtedy kupimy tylko to, co naprawdę potrzebujemy i z mniejszym prawdopodobieństwem wydamy pieniądze na rzeczy niepotrzebne,
- nieużywanie opakowań jednorazowych, np. reklamówek, a w ich miejsce stosowanie opakowań wielorazowych np. płóciennej torby, koszyka,
- kupowanie produktów mniej opakowanych, np. pasty do zębów bez kartonika i folii, kremu bez pudełka z kartonu,
- nieużywanie dodatkowych opakowań, gdy nie jest to konieczne, np. reklamówki do proszku zapakowanego w torbę ze specjalnym uchwytem,
- kupowanie produktów w jednym, większym opakowaniu zamiast w kilku mniejszych,
- zużywanie produktu do końca, by nie wyrzucać resztek,
- dwustronne zapisywanie lub zadrukowywanie kartek,
- kupowanie tylko produktów potrzebnych i dobrej jakości, których niska trwałość nie spowoduje, że szybko je wyrzucimy,
- korzystanie z wielorazowych opakowań: używanie pojemników na lunch zamiast worków foliowych, napełnianie/noszenie własnej butelki na wodę zamiast ciągle kupowanie napojów,
- używanie akumulatorów zamiast jednorazowych baterii,
- unikanie jednorazowej zastawy: sztućców, kubków, tacek plastikowych i papierowych,
- używanie długopisów z wymiennym wkładem lub długopisów z surowców z odzysku albo biodegradowalnych,
- zamieszczenie informacji na swojej skrzynce pocztowej, że nie życzymy sobie wrzucania ulotek do niej – takie proste działanie może zmniejszyć ilość makulatury nawet do 5 kg rocznie!
- pożyczanie czasopism i książek zamiast ich kupowanie.

Reuse – używajmy wielokrotnie

Reuse przypomina o możliwości powtórnego wykorzystania produktów powszechnie uznanych za jednorazowe, co zmniejsza skalę zanieczyszczeń środowiska, powstałych zarówno wskutek efektów ubocznych produkcji jak i akumulacji śmieci. Odnosi się do propozycji ponownego, wielokrotnego wykorzystania towarów, czasem w zupełnie nowym przeznaczeniu (**upcycling**).

Wielokrotne użycie to też oddawanie do użytku innym – coś, co wydaje ci się kompletnie bezużyteczne, dla kogoś może być nieosiągalne i cenne.

W jaki sposób możemy używać ponownie?

- ponowne używanie zapisanych lub zadrukowanych kartek z jednej strony,
- wykorzystywanie słoików po dżemach czy sosach na domowe przetwory,
- wykorzystywanie plastikowych pojemników (np. po lodach, jogurtach) do przechowywania różnych rzeczy,
- kupowanie napojów w butelkach zwrotnych i odnoszenie ich do sklepu,
- wykorzystywanie plastikowej butelki po napoju, do podlewania kwiatów doniczkowych,
- oddawanie ubrań, książek, zabawek młodszej rodzinie, kolegom, potrzebującym, organizowanie wymian ubrań, rzeczy już nam niepotrzebnych,
- puszczanie w obieg wśród przyjaciół i znajomych książek, czasopism, filmów – to bardzo dobry pomysł na uniknięcie kupowania tych samych rzeczy w danym gronie.

Recycle – odzyskujemy

Jeśli nie ma możliwości ograniczenia powstania odpadu i jego ponownego użycia, najlepszym rozwiązaniem jest odzyskiwanie, czyli ponowne używanie, ale nie na poziomie produktu, lecz surowca, z którego pochodzi. W Polsce nadal istnieje duży problem z właściwą segregacją odpadów zwłaszcza po wprowadzeniu nowej ustawy, która zamieszała w istniejących systemach selektywnej zbiórki.

Realizacja tego zalecenia zależy także od dwóch czynników, na które nie zawsze mamy wpływ. Pierwsza kwestia to podatność opakowań i przedmiotów na recykling, która zależy od ich jednorodności surowcowej, składu i budowy – nie wszystko nadaje się bowiem na przetworzenie. Po drugie, pewne przedmioty (jak np. kartony po napojach) trudno jednoznacznie zakwalifikować do jednej kategorii (w jednej gminie jest to odpad zbierany selektywnie jako „plastik”, w sąsiedniej miejscowości może być zbierany jako „papier”).

Stare gazety i kartony, których już nikt nie użyje ponownie oddajmy do skupu makulatury. To samo można zrobić z innymi opakowaniami: z plastiku, z metalu, szkła. Na terenie szkół, sklepów, miejsc ogólnodostępnych dla społeczności lokalnej są miejsca, gdzie można wyrzucić odpady niebezpieczne: akumulatory, baterie, leki, świetlówki, które wyrzucone do zwykłych pojemników na śmieci stwarzają zagrożenie dla roślin i zwierząt zanieczyszczając metalami ciężkimi duże powierzchnie wody i gleb.

W ramach odzyskiwania jest kilka czynności wartych podkreślenia raz jeszcze:

- segregowanie odpadów na surowce wtórne takie jak: papier, szkło, tworzywa sztuczne, metal, ubrania,
- oddawanie przeterminowanych leków do punktów zbierania (apteki),
- jeżeli istnieje taka możliwość - oddzielanie odpadów organicznych i przerabianie ich na kompost we własnym zakresie bądź wyrzucanie do specjalnych pojemników na bioodpady,
- oddawanie elektrośmieci do punktu zbierania,
- zbieranie baterii i oddawanie do punktu zbierania (specjalnych pojemników dla zbiórki baterii).

W ciągu kilku ostatnich lat powstało mnóstwo inicjatyw promujących zasadę 3R w praktyce. Wiele projektantów mody, dodatków zaczęło projektować korzystając z surowców uznanych powszechnie za odpady. Wiele firm zbudowało na upcyplingu (wtórne przetwarzanie odpadów) swoje marki. Istnieje też wiele portali informacyjno – edukacyjnych, gdzie można wymienić się (!) odpadami czy też zaprezentować pomysły na przerabianie rzeczy.

<http://www.oddamodpady.pl/>

<http://www.zycierzeczy.pl>

Więcej materiałów o Zasadzie 3R, gotowe scenariusze zajęć oraz gry i zabawy znajdziesz na stronie http://ekonsument.pl/p74_materialy_educacyjne.html z projektu „Akademia 3R” Fundacji Kupuj Odpowiedzialnie.

Żywność

Jak powstaje nasza żywność? Coraz częściej to pytanie powoduje konsternację wśród dzieci jak i wśród dorosłych. Okazuje się, że naprawdę dla niektórych mleko jest z mleczarni, a ketchup...z fabryki. Gumy balonowe, lizaki, solone orzeszki, jogurty z żywymi kulturami bakterii, makarony, rożki lodowe, pralinki, zupki w puszkach, soki w kartonach. Produkty spożywcze, które kupujemy na co dzień, by potem pałaszować je ze smakiem, nie zawsze wiedząc co właściwie jemy i z czego to jest zrobione. Rzadko kiedy zastanawiamy się, w jaki sposób te wszystkie rzeczy powstają.

Większość żywności, jaką znajdziemy na typowych sklepowych półkach, wytwarzana jest w systemie przemysłowym. Ten dominujący obecnie na świecie model rolnictwa opiera się na energochłonnych monokulturach, przemysłowych fermach, destrukcyjnych praktykach poławowych oraz stosowaniu chemii w uprawach i hodowlach. Wszystkie zagrożenia, jakie niesie ze sobą, wynikają ze zmiany sposobu postrzegania celów samego rolnictwa. Rolnictwo przemysłowe nie służy już produkcji zdrowej żywności we współpracy z naturą, ale stało się działem gospodarki ukierunkowanym w pierwszej kolejności na zysk. W dobie globalizacji żywność przemierza i łączy ze sobą cały świat – globalną Północ z globalnym Południem, stając się zwykłym towarem rynkowym podlegającym takim samym zasadom handlowym, jak każdy inny towar. Niestety, tam gdzie zysk jest podstawowym celem, bardzo łatwo o nadmierną eksploatację zasobów naturalnych i ludzi na korzyść najbogatszych krajów. Rolnictwo przemysłowe niesie ze sobą wiele potężnych problemów środowiskowych i społecznych, takich jak: wylesianie cennych przyrodniczo regionów, erozję gleb, pustynnienie, zanieczyszczenie gleby i wody pestycydami, zmniejszanie się populacji owadów i ptaków, negatywny wpływ na zdrowie człowieka i zwierząt oraz ubożenie społeczności rolniczych.

Jeszcze 60 lat temu w Chinach znano 8000 odmian ryżu, a obecnie pozostało ich tylko około 50. W Meksyku od 1930 roku wymarło aż 80% odmian kukurydzy. W Polsce zarejestrowanych mamy 100 odmian ziemniaków, w tym większość jadalnych, ale czy ktoś widział choć część z nich na swoim talerzu? W rolnictwie przemysłowym nie opłaca się stosować różnorodnych upraw. Wygodniej i taniej jest stworzyć monokultury na dużych obszarach. Traci na tym nie tylko krajobraz. Produkowane na skalę przemysłową rośliny są mniej zróżnicowane, uboższe w składniki odżywcze i mniej smaczne. Dla większości ludzi na świecie podstawę wyżywienia stanowią obecnie tylko cztery gatunki roślin – ryż, kukurydza, pszenica i ziemniaki – w ich kilku zaledwie odmianach. Uprawy jednogatunkowe są bardziej podatne na choroby i szkodniki, co dodatkowo zwiększa wykorzystywanie chemii.

Dodajmy do tego karczowanie lasów i wycinanie zadrzewień śródpolnych pod uprawy, a otrzymamy krajobraz spustoszony pod względem bioróżnorodności roślin i zwierząt.

Niemal połowa światowej produkcji mięsa pochodzi z wielkoprzemysłowych ferm. Hodowla zwierząt odpowiedzialna jest aż za ok. 20% światowej emisji gazów cieplarnianych pochodzących z działalności człowieka. Większość w tej emisji stanowi udział podtlenku azotu oraz metanu, pochodzących z nawozu zwierzęcego, procesów trawiennych zwierząt i nawozów mineralnych stosowanych w uprawach paszowych. Co więcej, rzeczywisty wpływ produkcji mięsa i mleka na zmiany klimatu jest jeszcze większy, jeśli uwzględnimy karczowanie lasów w Ameryce Południowej pod pastwiska oraz uprawę soi na paszę dla zwierząt. Obecnie ceny mięsa i produktów pochodzenia zwierzęcego są znacznie zaniżane wobec realnych kosztów, jakie ponosimy w związku z degradacją naturalnych ekosystemów oraz wykorzystaniem zasobów naturalnych, w tym szczególnie cennej i ograniczonej w swej ilości wody pitnej. Globalny popyt na mięso rośnie z roku na rok, zwłaszcza w takich krajach jak Chiny, Indie czy Brazylia, w których wzrasta liczba ludzi przynależących do tzw. klasy średniej.

Marnowanie żywności

Coraz większa ilość żywności kończy niestety na śmietnikach. Raporty kreślą porażający obraz – niemal połowa żywności na świecie, prawie 2 miliardy ton rocznie, jest marnowana, przy jednoczesnym braku dostępu do niej prawie miliarda ludzi. Szacuje się, że w ubogich krajach globalnego Południa największe straty występują na początkowych etapach – między polem a miejscem sprzedaży, co wynika ze słabo rozwiniętej infrastruktury przechowywania i przetwarzania żywności. Natomiast w przypadku krajów bogatych marnotrawstwo wynika przede wszystkim z niewłaściwych praktyk marketingowych i zachowania konsumentów, którzy kupują więcej niż potrzebują. Każdego roku konsumenci w bogatych krajach marnują tyle jedzenia, ile wynosi cała produkcja netto żywności w Afryce Subsaharyjskiej! Mieszkańcy Unii Europejskiej wyrzucają około 90 mln ton żywności rocznie, w Polsce w koszu ląduje jej ok. 9 mln ton.

Plasujemy się na 5 pozycji państw marnujących jedzenie w UE, za Wielką Brytanią, Niemcami, Francją i Holandią. W krajach zachodnich skala marnowania żywności jest większa wśród konsumentów, natomiast w Polsce za głównego marnotrawcę uważa się branżę spożywczą. Wyraźnie częściej żywność wyrzucają osoby pracujące, mieszkające w dużych miastach, czyli zaopatrujące się głównie w supermarketach. Marnowanie żywności ma wielowymiarowe negatywne skutki społeczne, ekonomiczne i ekologiczne. Produkt spożywczy to nie tylko to, co konsumujemy, ale również jego produkcja, opakowanie, transport, zużyta energia i woda oraz emisja ton odpadów. Wytworzenie każdego bochenka chleba,

torebki cukru czy kartonu napełnionego mlekiem oznacza konkretne ilości kilowatogodzin energii zużytych w procesie produkcyjnym.

Innymi słowy, wyrzucanie żywności to marnowanie cennych zasobów, na co nie możemy sobie pozwolić.

Czym jest rolnictwo ekologiczne?



To alternatywny dla rolnictwa konwencjonalnego system gospodarowania, który poprzez stosowanie środków naturalnych, nieprzetworzonych technologicznie pozwala produkować produkty rolnicze – żywność ekologiczną. Dość ostre standardy dla rolnictwa ekologicznego oznaczają, m.in. że:

- nie stosuje się syntetycznych środków ochrony roślin (pestycydów, fungicydów, herbicydów itd.), w celu zwalczania chorób, szkodników i chwastów wykorzystując w tym celu przede wszystkim prawidłowy płodozmian oraz metody biologiczne i agrotechniczne,
- nie stosuje się wielohektarowych monokultur, za to prowadzi się uprawy w systemie mozaikowym, na niewielkich poletkach, oddzielonych od siebie uprawami osłonowymi oraz barierami z drzew i krzewów dającymi schronienie naturalnym sprzymierzeńcom rolnika (ptakom i owadom zjadającym szkodniki) i poprawiające mikroklimat,
- w terenie uprawnym pozostawia się zbiorniki i ciek wodne, a nawet buduje nowe zamiast stosowanej dotychczas totalnej melioracji, monokultury wyczerpujące jednostronnie gleby są stosowane w wydłużonych cyklach płodozmianowych (nawet kilkunastoletnich),
- powszechnie stosuje się nawozy zielone, szczególnie z roślin motylkowych, co w połączeniu z kompostem, obornikiem i przy udziale wapnowania pozwala utrzymać strukturę i żyzność gleby na prawidłowym poziomie,
- używa się maszyn i narzędzi chroniących glebę, poprawiających jej strukturę, oszczędzających energię; elementarna zasada ekologicznej uprawy roli brzmi: płytko orać, a głęboko spulchniać, chodzi o to, aby nie odwracać gleby, ponieważ niszczy to naturalną stratyfikację mikroorganizmów glebowych, przygotowuje się siano i kiszonki zgodnie z prawidłowościami biologicznymi,
- w odżywianiu zwierząt hodowlanych nie stosuje się substancji czynnych takich jak antybiotyki, hormony a stosowana pasza pochodzi z własnego gospodarstwa (o znanych właściwościach), zwierzęta hoduje się w tak zwanym systemie ściółkowym, w efekcie którego powstaje obornik a nie gnojowica.

Na ekologicznych produktach można również znaleźć certyfikaty jednostek takich

jak ECOCERT czy Demeter, jak również certyfikaty związane z ruchem Sprawiedliwego Handlu gwarantujące godziwą zapłatę dla mieszkańców krajów globalnego Południa*, którzy dla nas uprawiają nasze codzienne smakołyki.

* - w Poradniku pojawiają się sformułowania „kraje globalnego Południa”, „globalne Południe” - co to oznacza? Kraje globalnego Południa to kraje potocznie nazywane krajami rozwijającymi się, leżące na półkuli południowej, z paroma wyjątkami krajów wysoko uprzemysłowionych (np. Australii czy Nowej Zelandii). W krajach Afryki, Azji i Ameryki Południowej mieszka większość ludności świata (wedle różnych danych od $\frac{2}{3}$ do $\frac{3}{4}$ wszystkich mieszkańców świata). Nazwa „globalne Południe”, ponieważ nie jest ona wartościująca tak jak np. negatywne i nieaktualne określenie „Trzeci Świat” ani myląca jak nazwa „kraje rozwijające się” – często problem polega na tym, że kraje te się wcale nie rozwijają lub ciężko nazwać prężnie rozwijające się gospodarki np. indyjską czy chińską - gospodarkami krajów rozwijających się.





Ubrania

Wiesz gdzie produkuje się Twoje ubrania? Najprawdopodobniej Twoja koszulka i spodnie zostały uszyte w Europie Wschodniej, na Bliskim Wschodzie, w Indiach lub Azji Południowo – Wschodniej. Firmy, które produkuje odzież mają bardzo długi i skomplikowany łańcuch produkcji. Średnio, jeden t-shirt musi pokonać odległość 19 000 km, by trafić do konsumenta (to połowa długości równika Ziemi!). Jak długa jest droga od kłębka bawełny do koszulki w sklepie? Zaczyna się od projektu w komputerze projektanta, który pracując niezależnie lub na zlecenie jakiejś marki odzieżowej, wysyła projekt do akceptacji do tych, którzy decydują o wyglądzie nowej kolekcji. Następnie zamawia się materiał do szycia – może on być naturalny lub sztuczny. Materiał obrabia się – przędąc, tkając, wybielając i farbując. Każda z tych czynności może mieć miejsce gdzieś indziej, np. część obróbki w Chinach, część w Indiach, część w Pakistanie. Potem materiał jest cięty, zszywany i wykańczany. To najbardziej pracochłonny etap. Na świecie pracuje ok 100 milionów ludzi szyjąc, tnąc i przygotowując nasze ubrania. Kobiety stanowią ponad 80% pracowników przemysłu odzieżowego. O tym etapie mówi metka z napisem „Made in...”. Przygotowane, uszyte ubrania są pakowane i transportowane wg precyzyjnej i skomplikowanej logistyki do wszystkich punktów sprzedaży na świecie.

Przeciętne rzeczywiste zarobki w sektorze tekstylno-odzieżowym pomimo, że zazwyczaj są niewiele wyższe niż ustawowe wynagrodzenie minimalne (płaca minimalna), nie wystarczają na zaspokojone podstawowych potrzeb. Zarówno płaca minimalna, jak i płaca rzeczywista ma niewiele wspólnego z tzw. godną płacą wystarczającą na życie (*living wage*) czyli pokrywającą faktyczne koszty utrzymania. W wielu krajach płaca minimalna nie ulega zmianie przez lata, podczas gdy koszty utrzymania stale rosną. Na przykład w Gruzji, Bułgarii, Ukrainie, Macedonii, Mołdawii, Rumunii wynagrodzenie netto w przemyśle odzieżowym kształtuje się wręcz poniżej minimum socjalnego i nie sięga nawet 30% szacowanej godnej płacy.

Kto w takim razie na tym zyskuje? Przecież wiemy, ile kosztują nasze ubrania – bardzo często jest to dość spory wydatek, co w takim razie z zyskiem, jak on się rozkłada? Według najnowszych wyliczeń organizacji i związków zawodowych w Asia Floor Wage Alliance (Azjatycka Godziwa Płaca Minimalna), zysk jaki generuje sprzedaż markowych ubrań przewyższa nawet czterokrotnie całkowite koszty produkcji.

Z czym spotykają się pracownicy przemysłu odzieżowego? Z brakiem umów o pracę – pracownicy zatrudnieni krótkoterminowo często nie kwalifikują się do jakichkolwiek świadczeń i ochrony socjalnej i w większości przypadków nie mają prawa do organizowania się w związki zawodowe by bronić swoich praw. Przykład? W fabryce Matrix Dresses w Bangladeszu, która szyje m.in. na zlecenie firmy Monnari wszyscy pracownicy, z którymi przeprowadzane zostały wywiady zatrudnieni byli bez jakichkolwiek umów.

Słyszeliście o tragedii Rana Plaza? 24 kwietnia 2013 r. w wyniku zawalenia się budynku Rana Plaza nieopodal Dhaki, stolicy Bangladeszu doszło do największej tragedii w historii przemysłu odzieżowego. W tym relatywnie nowym – wybudowanym w 2007 r. – budynku zlokalizowanych było 5 fabryk odzieżowych. W katastrofie zginęło 1131 pracownic i pracowników szyjących ubrania znanych marek, w tym również polskiej marki Cropp należącej do firmy LPP. Bangladesz, zaraz po Chinach, jest obecnie drugim na świecie producentem odzieży. W ciągu zaledwie 2 lat doszło tam aż do 7 pożarów i katastrof budowlanych, w których w sumie życie straciło ponad 1600 osób.

Brak przestrzegania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, w tym niezapewnianie pracownikom i pracownikom odzieży ochronnej, konieczność pracy z toksycznymi substancjami, brak zabezpieczeń przeciwpożarowych, zablokowane wyjścia ewakuacyjne to niestety nadal powszechny problem.

Ubrania najczęściej produkujemy z bawełny – to ok 40 – 50% produkcji wszystkich tekstyliów w skali globalnej. Uprawia się ją np. w Chinach, Indiach, Pakistanie,

Stanach Zjednoczonych, Uzbekistanie, Turcji czy Brazylii. Jest to roślina, która wymaga ogromnych ilości wody i środków ochrony roślin, co ma niemały wpływ na jałowienie gleby, zubożenie bioróżnorodności, lokalne zatrucie wody, pustynnienie terenów w okolicach upraw. Do wyprodukowania 1 kg surowej bawełny (tj. tyle, co potrzeba do 2 par dżinsów) zużywa się nawet 29 000 litrów wody. Znasz historię Jeziora Aralskiego, nazywane przez miejscowych Morzem Aralskim? W wyniku intensywnego nawadniania upraw bawełny Morze zmniejszyło swoją objętość o 85%, zwiększając przy tym swoje zasolenie o prawie 600%!

Przy produkcji bawełny na całym świecie dochodzi do ok. 20 000 zgonów rocznie z powodu zatrucia pestycydami. Stosuje się bardzo silne środki – jedna kropla Aldicarb, jednego z najpowszechniej stosowanych pestycydów może zabić dorosłego człowieka.

Nosisz polary? Poliester to jedno z najpopularniejszych sztucznych włókien. Poliester powstaje z politereftalanu etylenu (PET) – tak, to jest to samo tworzywo, którego używamy do produkcji butelek. 60% produkcji PET jest używanych w przemyśle tekstylnym, a 30% do produkcji butelek. Powstaje on z ropy naftowej, czyli zużywamy zasoby nieodnawialne, zużywając przy tym ogromne ilości energii, a w konsekwencji ogromne ilości dwutlenku węgla uwalniane są do atmosfery.



Jak kupować odpowiedzialnie?

Ubieraj się i rób zakupy zgodnie z zasadą 3R – przemyśl, czy na pewno potrzebujesz nowe ubranie, czy jest to chwilowy impuls, zachcianka? Z czego wynika Twoja potrzeba? Z realnego braku jakiejś części garderoby czy raczej chęci posiadania czegoś nowego?

Przy zakupach zwróć uwagę na to, z jakiego materiału została wykonana odzież. Czy jest możliwość zakupu ubrań z surowców przyjaznych środowisku? Czy jest możliwość zakupu ubrania z bawełny ekologicznej, z lnu, z konopii?

Czy Twoje ubrania przeszły proces przetwarzania przyjazny środowisku? Czy firma/marka deklaruje niskie zużycie chemikaliów, odpowiedzialne użycie wody, energii, redukcję odpadów?

Czy ubrania zostały uszyte z poszanowaniem praw człowieka, praw pracowniczych? A może wspierają rodzimą gospodarkę lub osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej (zatrudnione osoby niepełnosprawne, wychodzące z bezdomności, samotne matki)?

Jak się ubierać odpowiedzialnie?

Jest wiele pomysłów na odpowiedzialne ubieranie się i kolekcjonowanie ubrań z poszanowaniem środowiska i ludzi, którzy je produkują. Warto wybierać **ubrania wielofunkcyjne** – takie, które możemy nosić na wiele okazji i tak jak lubimy. Są też ubrania ponad czasowe – džinsy i mała czarna, które będą pasować do wielu sytuacji, a dzięki temu, że mniej mamy w szafie, to wytworzymy mniej odpadów.

Korzystajmy z firm, **które przetwarzają odpady i tworzą z nich ubrania i akcesoria**. Np. istnieje na polskim rynku już kilkanaście firm, które przerabiają bannery na torby i plecaki a także zużyte dętki na paski, portfele czy biżuterię.

Bierzmy udział w **wymienialniach ubrań (swap party)**, czyli wydarzeniach, które polegają na tym, że uczestnicy i uczestniczki przynoszą rzeczy, w których już nie chodzą i wymieniają się między sobą ubraniami. Jest to pomysł wspierający ideę wielokrotnego użycia. Takie akcje można zorganizować samemu! Wystarczy kilka koleżanek i kolegów, miejsce do wymiany i ... można działać! Co ważniejsze – ubrania takie, prane już wielokrotnie pozbawione są toksycznych substancji używanych podczas produkcji bawełny, dlatego są dla nas zdrowsze! Pamiętajmy także, że nasze nieużywane ubrania mogą przydać się potrzebującym, dlatego oddajmy je organizacji charytatywnej, która będzie wiedziała komu je przekazać.

A może sama, sam spróbujesz **przerobić swoje ubranie** na coś nowego? Niesamowitym źródłem pomysłów na przerabianie ubrań jest np. portal społecznościowy Pinterest. Wystarczy poszukać pod hasłem „upcycling” i wśród tysięcy wyników na pewno znajdziesz jakiś fajny, interesujący cię pomysł.

Upcycling – to nic innego jak „reanimacja opadu”, czyli przetwarzanie rzeczy, która potencjalnie stałaby się odpadem gdyby nie nasza ingerencja i próba stworzenia czegoś nowego. Na stronie zycierzeczy.pl znajdziesz wiele inspiracji upcyclingowych, niekoniecznie jedynie ubraniowych.

Kupujmy w sklepach z używaną odzieżą – to chyba oczywiste, że takie zakupy będą mieć wymiar ekonomiczny i ekologiczny!

Certyfikaty

Najbardziej restrykcyjnymi i z rygorystycznymi kryteriami środowiskowymi są GOTS, Soil Association oraz IVN. Ich końcowy produkt musi zawierać surowce pochodzące w co najmniej 95% z upraw ekologicznych (czyli takich, gdzie nie stosuje się nawozów sztucznych, środków ochrony roślin i nasion GMO).



Przy tych certyfikatach (GOTS, Soil Assoc., IVN) nie można stosować m.in. metali ciężkich, alergenów, formaldehydów, PCV i innych.



Certyfikat Fairtrade Certified Cotton – jest najważniejszym certyfikatem obejmującym kryteria Sprawiedliwego Handlu dla przemysłu odzieżowego. Dotyczy jedynie etapu produkcji bawełny, gwarantując sprawiedliwe ceny, długoterminowe partnerstwo w handlu i premie na realizację projektów dla lokalnego rozwoju.



Ecolabel (European Flower) – czasem nazywany europejską margaretką obejmuje zakaz stosowania GMO oraz niektórych pestycydów, herbicydów i metanolu. Tkanina z tym certyfikatem nie musi być wytworzona z włókien

ekologicznych.



Oeko-Tex Standard – to oznaczenie koncentruje się tylko na właściwościach gotowych produktów. Jest oceną wpływu produktu na zdrowie i bezpieczeństwo użytkowników, nie analizuje poszczególnych etapów produkcji na środowisko i pracujących nad nim ludzi.

Clean Clothes Campaign

To międzynarodowa sieć, która łączy związki zawodowe, organizacje pozarządowe, osoby indywidualne na rzecz poprawy warunków pracy w przemyśle odzieżowym. CCC opiera się w swoich działaniach na ścisłej współpracy 17 platform krajowych w Europie oraz współpracuje z siecią ponad 200 partnerów z krajów produkcyjnych. Domaga się od firm odzieżowych, by wzięły odpowiedzialność za warunki pracy w ich łańcuchach produkcji, a konsumentów zachęca by wspierali te żądania zarówno odpowiedzialnymi zakupami jak i udziałem w kampaniach. W Polsce działa Clean Clothes Polska (CCP), która jest nieformalną koalicją organizacji pozarządowych, które działają wspólnie na rzecz poprawy warunków pracy w globalnym przemyśle odzieżowym. CCP organizuje kampanie i działania informacyjne, edukacyjne i rzecznicze, m.in. prowadził kampanię po tragedii Rana Plaza, by LPP, właściciel popularnych marek odzieżowych w Polsce (Cropp, Reserved) wziął odpowiedzialność za tragedię i by przystąpił do porozumienia dot. ochrony przeciwpożarowej i bezpieczeństwa budynków w Bangladeszu. W kwietniu LPP, zadeklarowała budowę polityki społecznej odpowiedzialności biznesu (CSR) – jeśli chcesz wiedzieć więcej i zaangażować się w działania Clean Clothes Polska – zajrzyj na stronę cleanclothes.pl.



Elektronika

Korzystamy z niej codziennie, wchodząc w erę smartfonów – elektronika jest z nami na każdym kroku. Laptopy, cyfrowe aparaty, gadzety elektroniczne... i wiele wiele innych. Są to symbole naszych czasów – nierzadko też synonimy bogactwa, luksusu. W Kenii czy w Indiach statystycznie jeden mieszkaniec posiada dwa telefony! Elektronika jest wszędzie - na całym świecie w użyciu jest ponad 5,3 miliarda telefonów komórkowych, 1,3 miliarda smartfonów i prawie 2 miliardy komputerów (stan na 2012 r.).

Gdzie powstaje nasza elektronika? Podobnie jak z ubraniami, znalezione naklejki „made in Taiwan” czy „made in China” mówią jedynie o tym gdzie nasz sprzęt został złożony i przetestowany, nie mamy żadnej informacji dotyczącej skąd pochodzą i jak zostały zrobione poszczególne elementy elektronicznej układanki.

Robotnicy z branży elektronicznej w takich krajach, jak Tajlandia, Chiny i Meksyk codziennie pracują przez wiele godzin w niebezpiecznych warunkach, aby produkować telefony, odtwarzacze MP3, gry elektroniczne i laptopy, z których wszyscy tak lubimy korzystać. Niektórzy są narażeni na działanie groźnych substancji chemicznych i zarabiają zaledwie 2 euro dziennie, zaś robotnicy w Afryce ryzykują życie w szybach kopalni, aby dostarczać metale potrzebne do zaspokojenia naszych zachcianek - najnowszych elektronicznych gadżetów.

W Demokratycznej Republice Kongo 50 000 dzieci, często zaledwie siedmioletnich, pracuje w kopalniach miedzi i kobaltu przez wiele godzin dziennie bez odzieży ochronnej. Około 2 miliony pracowników w drobnym przemyśle wydobywczym w Kongo zarabia poniżej 2 euro dziennie. W innych regionach likwiduje się całe wioski, żeby mogły powstać kopalnie. Podczas gdy niektórzy górnicy zarabiają tak mało, że ledwie starcza im na jedzenie i lekarstwa dla ich rodzin, firmy wydobywcze i handlowcy nabijają sobie kieszenie, bo popyt na minerały rośnie jak rośnie sprzedaż elektronicznych gadżetów na całym świecie.

Co jest w naszym telefonie?

Tantal

Tantal jest potrzebny do wyrobu ważnych części elektronicznych zwanych kondensatorami, do telefonów komórkowych, aparatów cyfrowych i laptopów. Wydobycie koltanu, czyli rudy tantalu, przyczyniło się do rozpętania wojny domowej w Kongo.

Kobalt

Kobalt jest ważnym składnikiem baterii wielokrotnego ładowania potrzebnych do laptopów, telefonów komórkowych i aparatów cyfrowych. Zambia

i Demokratyczna Republika Kongo zaspokajają połowę światowego zapotrzebowania na kobalt, ale pracownikom kopalni i fabryk w obu tych krajach grożą poważne problemy zdrowotne, nie spełnia się w nich także norm bezpieczeństwa. Co roku w kopalniach w Zambii ginie ponad 100 osób rocznie.

Miedź

Chile to największy światowy producent miedzi, którą stosuje się w wielu częściach elektronicznych. Do wydobywania miedzi zużywa się duże ilości wody, co jest problemem dla rolników w Chile. W suchych regionach na północy kraju firmy wydobywcze wykorzystują cenne wody gruntowe ograniczając zasoby wody pitnej. Jedną z większych firm wydobywczych jest polski KGHM, który chwali się, że jedna z kopalni będzie najtańszą w całym koncernie. Co za tym idzie i kto za to płaci? Tania siła robocza, brak świadczeń socjalnych czy bezgraniczne korzystanie z lokalnych zasobów wody. Do eksploatacji złóż z Sierra Gorda potrzebnych jest ćwierć miliona metrów sześciennych wody każdego dnia! Dlatego jednym z najważniejszych zadań było zapewnienie stałej dostawy wody do kopalni, która przecież położona jest na pustyni. W tym celu KGHM wybudowało rurociąg o długości 142,5 km, który łączy kopalnię z Oceanem Spokojnym.

Złoto

RPA jest największym światowym producentem złota. Metal ten stosuje się w złączach i stykach na płytkach obwodów drukowanych w wielu elektronicznych gadżetach. Złoto często wydobywa się w kopalniach odkrywkowych, przy użyciu szkodliwych substancji, takich jak cyjanek, które mogą przenikać do gleby i wód gruntowych. Żeby wyprodukować 0,034 g złota wykorzystywane w obwodzie drukowanym w telefonie komórkowym, trzeba wygenerować co najmniej 100 kg odpadów kopalnianych.

Nikiel

Niklu używa się do wyrobu baterii do wielu elektronicznych gadżetów. W Norylsku w Rosji zanieczyszczenie niklem i siarczkiem miedzi jest tak duże, że śnieg w mieście robi się żółty.

Cyna

Cynę wykorzystuje się w płytkach obwodów drukowanych. W Indonezji – która jest drugim co do wielkości producentem cyny na świecie – niekontrolowane wydobywanie tego surowca sieje spustoszenie w środowisku naturalnym. Ogromne wykroty ze stojącą wodą to częsty widok w wielu wioskach, podobnie jak kopce ziemi przypominające nagie wzgórza.

Platyna

Platynę stosuje się do produkcji twardych dysków w komputerach i monitorów

ciekrokryształicznych w laptopach i niektórych płaskoekranowych telewizorach. W Republice Południowej Afryki zmuszano lokalne społeczności do opuszczenia terenów uprawnych bez odpowiedniej rekompensaty, aby mogły powstawać kolejne kopalnie platyny zaopatrujące przemysł komputerowy. Co gorsza, 40 procent górników w kopalniach platyny w RPA to pracownicy kontraktowi, którzy mają ograniczone prawa i zarabiają jeszcze mniej niż inni robotnicy. Często muszą wykonywać najniebezpieczniejsze zadania i rzadko przechodzą szkolenia z zakresu bezpieczeństwa pracy.

Metale ziem rzadkich

Metale ziem rzadkich to grupa 17 pierwiastków, które stosuje się do produkcji substancji fluorescencyjnych wykorzystywanych w monitorach komputerowych. Metale ziem rzadkich wydobywa się w Mongolii Wewnętrznej w Chinach, gdzie przemysł wydobywczy powoduje szkody w środowisku, które będą odczuwalne przez wiele pokoleń. Huty zanieczyszczają powietrze, w niektórych miejscach w takim stopniu, że mieszkańcy rzadko widują słońce.

Jak odpowiedzialnie korzystać z elektroniki?

Czy mimo zabiegów zaplanowanego starzenia się produktu jesteśmy w stanie utrzymać naszą elektronikę w jak najlepszej kondycji?

Warto swój sprzęt chronić – to, co najczęściej ulega uszkodzeniu to ekran, który przy upadku potrafi skutecznie pęknąć, tworząc fantazyjną pajęczynę przez którą ciężko będzie cokolwiek zobaczyć. W sklepach z gadżetami można zakupić różnego rodzaju pokrowce, futerały, case'y (wkładane gumowe nasadki) czy bumpery (gumowa lub plastikowa ochrona brzegów elektroniki), które pomogą nam lepiej chronić nasze telefony czy tablety.

Ładowanie laptopów – jest kilka zasad, które mogą pozwolić na przedłużenie życia baterii naszych laptopów. Oto kilka z nich:

- nie wyjmuj baterii z laptopa – jeśli będziesz pracować na laptopie cały czas włączonym do prądu to nic jej się nie stanie, nie bój się też użytkować laptopa na baterii – jej żywotności i tak nie przedłużysz. I nie wierz w mity dotyczące chowania baterii w lodówce w celu utrzymania żywotności baterii – to naprawdę nie działa.
- nie siedź z laptopem w łóżku trzymając go na kolanach na kołdrze. Staraj się nie przegrzewać, zwłaszcza starszych modeli, które mają wlot powietrza tylko na spodzie.
- nie rzucaj laptopem i staraj się go nie podnosić na ekran – mimo tego, że laptopy wytrzymują takie testy, to takim użytkowaniem możesz przyspieszyć ich koniec.
- możesz nosić laptopa na zewnątrz, gdy jest mróz, ale pamiętaj żeby dać mu

chwilę na ogrzanie w ciepłym pomieszczeniu zanim się go uruchomi.

- nie bój się, że przeładujesz laptopa – specjalne układy wyłączają ładowanie baterii, gdy jest już naładowana.
- te same układy elektroniczne chronią przed całkowitym rozładowaniem się baterii do końca i zapobiegają pełnemu wyczerpaniu się ogniw, jednak warto podłączyć laptopa, gdy przypomina o tym, że zostało mu już niewiele baterii.

Czyszczenie elektroniki – nie ma sensu kupowanie specjalnych ściereczek, substancji, żeli, gąbek dedykowanych do czyszczenia laptopa. Najlepiej sprawdza się miękki papierowy ręcznik do zbierania kurzu, następnie można użyć delikatnie zwilżonej i mocno wyciśniętej ściereczki z mikrofibry a potem znów na sucho ręcznika papierowego. Czyść laptopa wyłączzonego. Można również odkurzyć laptopa i można do tego użyć zwykłego odkurzacza – aby usunąć zanieczyszczenia spod klawiatury potrzebny jest mocny ciąg, warto wtedy nałożyć np. rajstopę lub cienką szmatkę na rurę odkurzacza. Jeśli zalałeś laptopa napojem – najprawdopodobniej uszkodziłeś go tak, że trzeba będzie kupić nowy – wszelkie płyny jak i piasek są zabójcze dla elektroniki.



WEEE (lub ZSEE), czyli zużyty sprzęt

Jak postępować ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym?

Kwestie związane z postępowaniem ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym reguluje Ustawa. Nakłada obowiązki nie tylko na wprowadzających sprzęt na polski rynek, zbierających zużyty sprzęt, prowadzących zakłady przetwarzania lub prowadzących działalność w zakresie odzysku, w tym recyklingu czy organizacje odzysku sprzętu elektrycznego i elektronicznego, ale również na użytkownika sprzętu przeznaczonego dla gospodarstw domowych, którym jest każdy z nas.

Nie wyrzucaj zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego do śmieci!

Gdy wyrzucasz niepotrzebne urządzenia elektryczne i elektroniczne do zwykłych pojemników na śmieci, porzucasz je w lasach, rowach oraz w innych przypadkowych miejscach przyczyniasz się do zanieczyszczenia środowiska oraz zagrażasz zdrowiu i życiu ludzi. Elektroodpady to odpady zawierające wiele szkodliwych i toksycznych substancji takich jak: rtęć, freon, azbest, kadm czy chrom. Każdy, kto nie oddaje zużytego sprzętu pochodzącego z gospodarstw domowych zbierającemu zużyty sprzęt lub umieszcza zużyty sprzęt łącznie z innymi odpadami

podlega karze grzywny. Warto segregować elektroodpady i chronić nasze zdrowie i środowisko!

Oddawaj zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny do punktów zbierania. Każdy użytkownik sprzętu przeznaczonego dla gospodarstw domowych jest zobowiązany do oddania zużytego sprzętu podmiotowi zbierającemu taki sprzęt, który musi przyjąć go nieodpłatnie. Pamiętaj, że zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny możesz bezpłatnie oddać m.in. w gminnych punktach zbiórki odpadów, w sklepach sprzedających sprzęt elektryczny i elektroniczny (kupując nowy sprzęt, możesz bezpłatnie oddać zużyty sprzęt tego samego typu) czy biorąc udział w zbiórkach ZSEE.

Nie demontuj zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego samodzielnie! Pamiętaj, że demontaż zużytego sprzętu we własnym zakresie jest zabroniony. Dlaczego? Ponieważ tego rodzaju odpady zawierają substancje niebezpieczne dla zdrowia i życia ludzi oraz środowiska przyrodniczego. Demontaż elektroodpadów może być prowadzony wyłącznie w zakładach przetwarzania. Jest to bardzo skomplikowany proces i wymaga odpowiedniego sprzętu i wiedzy. Każdy, kto przeprowadza demontaż zużytego sprzętu poza zakładem przetwarzania, podlega karze grzywny w wysokości od 2.000 zł do 100.000 zł!

Nie magazynuj niepotrzebnego sprzętu elektrycznego i elektronicznego! Większość z nas ma słabość do chomikowania starych sprzętów i powtarzania sobie, że „kiedyś się przyda”. Niestety, nieprawidłowo przechowywany sprzęt może prowadzić do zanieczyszczenia środowiska, ale przede wszystkim może stać się zagrożeniem dla zdrowia i życia ludzkiego. Dlatego pamiętaj i przypominaj swoim bliskim, żeby nie gromadzić elektroodpadów, tylko oddać je w wybrany przez siebie legalny sposób.

Kosmetyki

Smarujemy się, klepujemy, rozcieramy, myjemy się nimi, korzystamy z nich na co dzień. Czy mamy świadomość co się znajduje w naszych codziennych kosmetykach? Czy wiemy jakie substancje stosowane przez nas do pielęgnacji i codziennej higieny mają nieobojętny wpływ na nasze zdrowie?

Zanim zaczniemy przeszukiwać skład kosmetyków warto zastanowić się, jaki wpływ mają na nas reklamy – czy ulegamy reklamom, mimo tego, że mamy pełną świadomość, że modelka, która wmawia nam w reklamie, że jej puszyste włosy to dzięki umyciu szamponem a nie efekt kilkugodzinnej pracy stylistów i potem obróbka w programie typu Photoshop? Bardzo często nie zwracamy na niektóre rzeczy uwagi, dopóki nie usłyszymy o czymś w reklamie – o to chodzi: producenci najpierw kreują nasze potrzeby a potem je zaspokajają uszczuplając nasze portfele. Pryszczki, pajączki, cellulit, rozszerzone naczynka, podrażnienia po goleniu, niejednorodny odcień skóry – o tym wszystkim mówi się do nas w radiu, w telewizji, w sieci. I nagle okazuje się, że zaczynamy zwracać uwagę na nasze niedoskonałości, bo zwrócono na nie uwagę w reklamie.



Wiele firm zamieszcza na opakowaniach swoich produktów określenia: "ECO", "Bio", "100% naturalny" itp., jednak czasem zdarza się, że jest to jedynie chwyt marketingowy. Mimo bardzo restrykcyjnych zasad dotyczących opakowań niektórzy producenci i tak dopuszczają się nadużyć. Warto zwrócić uwagę na certyfikat rolnictwa ekologicznego na opakowaniu czy oznaczenia organizacji certyfikujących:

ECOCERT, Cosmebio, Demeter, BDIH. Najważniejszym certyfikatem to skaczący królik – Humane Cosmetics Standard, mówiący nam, że trzymamy w rękach kosmetyk, który w żadnej fazie produkcji nie był testowany na zwierzętach. Dodatkowo dzięki temu oznaczeniu mamy pewność, że nie zawiera on substancji pochodzących z martwych zwierząt.

Dlaczego zwracamy na to uwagę?

Bo co roku na całym świecie w laboratoriach uniwersyteckich oraz komercyjnych używa się setek milionów zwierząt do celów badawczych. Myszy, szczury, chomiki, króliki, szynszyle, psy, koty, świnie, owce, ptaki, gady, ryby, naczelnie – cierpią męczarnie, biorąc udział w różnorodnych doświadczeniach naukowych...

Zarażamy ich wirusami, manipulujemy ich DNA, zapładniamy, by później zabić ciężarną matkę i móc pracować na płodach, głodzimy, by poznać wytrzymałość organizmu, aplikujemy na ich skórę i oczy środki chemiczne, zmuszamy do wdychania toksycznych substancji, wywołujemy paraliż, poddajemy promieniowaniu lub wysokiej temperaturze...



Co ciekawe, z wszystkich okrutnych eksperymentów, te uznawane za najprostsze i najmniej inwazyjne (np. testy kosmetyków) budzą największe zniesmaczenie i opór społeczeństwa, podczas gdy eksperymenty „medyczne” nie są w żaden sposób kwestionowane, ponieważ rzekomo przynoszą korzyści dla człowieka. Warto pamiętać, że fizjologia i procesy metaboliczne u zwierząt na których testujemy i u ludzi często są tak różne, że i tak należy przeprowadzać kolejne badania np. na sztucznej skórze lub przy użyciu testów dermatologicznych.

Zawsze warto czytać składy kosmetyków (oznaczenia INCI, drobnym drukiem na opakowaniu) i lepiej unikać tych, które zawierają mix: syntetycznych dodatków zapachowych ("parfume", "fragrance"), konserwantów (zwłaszcza z końcówką -paraben), silikonów, parafiny, oleju mineralnego (mineral oil, petrolatum), substancji o oznaczeniu TEA (nie ma nic wspólnego z wyciągiem z herbaty!) - to triethanolamine (może powodować reakcje alergiczne, wysusza skórę).

Nie kupuj podróbek! To może skończyć się w najlepszym przypadku poważnymi problemami skórnymi, a w najgorszym nawet śmiercią! Nigdy nie wiadomo jakich zamienników użyto, by osiągnąć tańszy efekt. Czy naprawdę chcesz ryzykować zdrowie i życie żeby zaoszczędzić trochę pieniędzy? Zawsze kupuj kosmetyki w sklepach z kosmetykami. Może nie brzmi to odkrywco, ale te miejsca są lepiej

przystosowane do przechowywania kosmetyków niż np. bazy na których można kupić ładząco podobne do oryginałów produkty.

Zwracaj uwagę również na daty ważności – kosmetyki zmieniają swoje właściwości chemiczne z upływem czasu, przeterminowane kosmetyki mogą powodować podrażnienia.

Kilka substancji na które warto zwrócić uwagę:

Formaldehyd to trujący gaz drażniący drogi oddechowe i oczy, uwalniający się z formaliny. W produktach kosmetycznych jest stosowany jako środek bakteriobójczy oraz konserwant. Najczęściej występuje w lakierach do paznokci czy produktach do pielęgnacji i stylizacji włosów. Może także pojawić się w płynach do kąpieli, kosmetykach kolorowych oraz samoopalaczach. Formalina jest stosunkowo silnym alergenem kontaktowym, który może powodować podrażnienia układu oddechowego i oczu. Przy długotrwałym stosowaniu nawet niewielkie dawki mogą powodować przejściowe podrażnienia skóry lub długotrwałe alergie skórne w postaci rumieni i wyprysków. Formalina przyspiesza proces starzenia się skóry, jak również jest podejrzewana o działania rakotwórcze.

Konserwanty

Dla trwałości kosmetyków i bezpieczeństwa ich stosowania ważne są konserwanty, bez których w kosmetykach rozwijałyby się grzyby i pleśnie. To powodowałyby utratę jakości produktów oraz nieprzyjemne reakcje skórne, a nawet choroby. Niestety konserwanty też stanowią zagrożenie dla naszego zdrowia. Większość konserwantów jest bardzo silnie działającymi substancjami, które mogą powodować reakcje alergiczne. Dodatkowo trwają badania nad ewentualnym związkiem z niektórymi chorobami nowotworowymi.

W kosmetykach naturalnych stosowane są wyłącznie substancje dopuszczone do stosowania w produktach naturalnych przez Ecocert oraz inne jednostki certyfikujące. Są to: Potassium Sorbate oraz Sodium Benzoate (stosowane są m.in. do konserwowania żywności) oraz Dehydroacetic Acid.

Parabeny należą do najskuteczniejszych i bardzo popularnych konserwantów w kosmetykach konwencjonalnych. Uniemożliwiają rozwój pleśni i grzybów. Parabeny występują w większości kosmetyków. Szczególnie dużą ich zawartość mają kremy nawilżające czy mydła. Substancje te mają zdolność gromadzenia się w skórze i przy intensywnym stosowaniu mogą okazać się szkodliwe.

Parabeny należą do najczęstszych alergenów, a ich stosowanie może powodować uwrażliwienie skóry na działanie czynników zewnętrznych. Odczyn alergiczny może być szczególnie silny na skórze wystawionej na działanie promieni słonecznych i objawia się zaczerwienieniem, pokrzywką, wypryskami i towarzyszącym tym podrażnieniom świądem.

Lanolina to substancja natłuszczająca zaliczana do wosków o pochodzeniu zwierzęcym. Uzyskiwana jest z substancji wytwarzanej przez gruczoły łojowe pokrywające wełnę owczą. Substancja ta ma postać biało-żółtego tłuszczu stałego o charakterystycznym zapachu.

Lanolina jest składnikiem wszelkiego rodzaju produktów kosmetycznych stanowiąc skuteczny emulgator oraz substancję nawilżającą i natłuszczającą. Najczęściej występuje w maściach i kremach nawilżających, produktach do pielęgnacji włosów, szminkach, zmywaczach do paznokci i dezodorantach.

Lanolina może powodować podrażnienia i alergię skórą. Uczulać mogą również kosmetyki do higieny intymnej z zawartością lanoliny. Zmiany alergiczne objawiają się przede wszystkim długotrwanie występującymi wypryskami. W skrajnych przypadkach u osób wrażliwych może powodować atopowe zapalenie skóry.

Parafina jest otrzymywana w procesie destylacji ropy naftowej. W kosmetyce stosowane są postacie miękkie, twarde i płynne.

Parafina występuje powszechnie w kosmetykach konwencjonalny z powodu dostępności i niskiej ceny. W wersji płynnej stosowana jest bezpośrednio przy zabiegach kosmetycznych i ciepłolecznictwie. W wersji miękkiej i twardej można ją znaleźć w kremach do twarzy, pomadkach czy fluidach pod makijaż. Skutecznie wyrównuje nierówności skóry i przebarwienia, ale jednocześnie pokrywa skórę trudną do usunięcia powłoką, nieprzepuszczalną dla wody i gazów. Skóra pod nią wydaje się być miękka i gładka, ale jej oddychanie wraz z pozostałymi procesami życiowymi, jest uniemożliwione. Po zastosowaniu parafiny, skóra może być ponadto bardziej wrażliwa na działanie promieni słonecznych.

Sama parafina nie jest alergenem, ale jej stosowanie prowadzi do wielu szkodliwych procesów w skórze, związanych z intensywnym rozwojem bakterii beztlenowych. Powoduje podatność na zaskórniki i zmiany trądzikowe. Parafina powoduje kumulację toksycznych produktów przemiany materii, prowadząc do jej przedwczesnego starzenia się. Organizm ludzki nie potrafi przetworzyć i wydalić cząsteczek parafiny, ponieważ nie ulega ona rozkładowi biologicznemu. W związku

z tym jest magazynowana w wątrobie, nerkach i węzłach chłonnych. Podejrzewana jest też o udział w powstawaniu zmian nowotworowych.

Podobne działanie do samej parafiny mają inne produkty ropopochodne, które znaleźć można pod nazwami:

Mineral Oil, czyli olej mineralny (mieszanina ciekłych węglowodorów);

Vaseline, Petrolatum, czyli wazelina (mieszanina węglowodorów parafinowych);

Ceresin, czyli cerezyna (rafinowany wosk ziemny);

Cera Microcristallina, czyli wosk parafinowy;

Ozokerite, czyli ozokeryt (wosk ziemny);

Isododecane;

Isohexadecane;

Isobutane, Isopropane - czyli węglowodory alifatyczne – wszelkiego rodzaju gazy powstałe podczas rafinowania oleju mineralnego, często używane w aerozolach.

Syntetyczne barwniki to tańsza wersja barwników pochodzenia naturalnego. Syntetyczne barwniki uwalniają aminy aromatyczne, spośród których wiele jest substancjami drażniącymi, a nawet toksycznymi. Występują powszechnie w produktach kosmetycznych, głównie w kosmetykach do koloryzacji włosów. Stwierdzono, że mogą wywoływać nowotwory.

Syntetyczne substancje zapachowe są tańszym odpowiednikiem naturalnych zapachów pochodzących z roślin. Praktycznie wszystkie znane związki zapachowe naturalne mają swoje chemiczne odpowiedniki. Są one szczególnie cenione przy produkcji perfum, jako że pozwalają na tworzenie niebanalnych wielowymiarowych kompozycji.

Syntetyczne zapachy są powszechnie stosowane we wszystkich typach produktów kosmetycznych. Powodują silne reakcje alergiczne, alergie skórne. Łatwo wchłanialne akumulują się w organizmie. Podejrzewa się, że syntetyczne piżmo (popularny składnik perfum, kremów po goleniu, mydeł i innych produktów higienicznych) zaburza pracę układu dokrewnego i wywołuje nowotwory.

Wiesz, że możesz zrobić swój własny kosmetyk? Na rynku istnieje wiele firm, które sprzedają półprodukty do zrobienia swoich własnych bezpiecznych kosmetyków. Np na stronie zrobsobiekiem.pl czy biochemiaurody.com można kupić różne półprodukty kosmetyczne i stworzyć swoje własne preparaty pielęgnacyjne. Składy własnoręcznie wykonanych produktów są proste, masz wgląd we wszystkie zawarte w nich składniki, nie zawierają one zbędnych dodatków najczęściej

odpowiedzialnych za uczulenia jak sztuczne substancje zapachowe i barwniki, nadmiar konserwantów, dlatego nawet, jeśli dojdzie do podrażnienia skóry łatwiej będzie wykryć winnego i odpowiednio zmienić formułę.

Z babcinej apteczki

Jest mnóstwo dobrych i sprawdzonych przepisów na maseczki i inne preparaty pielęgnacyjne prosto z natury, warto poszperać w sieci, poczytać też opinie różnych osób, popytać koleżanki, mamy i babcie – są niedocenianym źródłem wiedzy o tym jak można naturalnie pielęgnować skórę. Poniżej kilka przepisów (warto wybierać produkty z ekologicznych upraw, wtedy mamy pewność, że nie zaszkodzimy naszej skórze):

Maseczka z fasoli wygładzająca i ujędrniająca skórę

Rozgotowaną i przetartą przez sitko filiżankę fasoli wymieszać z sokiem z połowy cytryny i łyżką oliwy. Ciepłą masą pokryć równo twarz i szyję. Pozostawić na 20 minut.

Maseczka oczyszczająco-odżywcza

3 łyżki płatków owsianych zalać 3 łyżkami wrzącej wody, przykryć, odstawić w chłodne miejsce do ostygnięcia. Kiedy płatki napęcznieją i papka stanie się letnią, wymieszać ją z łyżką płynnego miodu. Maseczkę nałożyć na twarz, szyję oraz dekolt. Po 20 minutach zmyć ją letnią wodą, a następnie spłukać skórę strumieniem zimnej wody.

Odżywiająca i wygładzająca maseczka z banana

Zmiksować pół banana. Wymieszać go z żółtkiem i łyżeczką płynnego miodu. Nałożyć na twarz na 20 minut, a następnie zmyć letnią wodą.

Maseczka winogronowa dla cery suchej, szorstkiej i łuszczącej się

Kilkanaście umytych winogron rozgnieść widelcem. Soczystą papką obłożyć twarz oraz szyję. Po upływie 15 minut zebrać masę chusteczką higieniczną i przetrzeć skórę tonikiem.

Maseczka odmładzająca z malwy

2-3 łyżki drobno posiekanych świeżych albo suszonych, pokruszonych płatków malwy wraz z pylącymi pylnikami zalać niewielką ilością jogurtu naturalnego i mieszać aż do uzyskania prawie jednolitej papki. Papkę rozprowadzić na twarzy. Maseczkę trzymać na twarzy 20 minut, a po jej zdjęciu umyć twarz letnim naparem z nagietka, rumianku lub lipy. Maseczka jest zalecana dla cery suchej albo przesuszonej, matowej z łuszczącym się naskórkiem. Zapobiega też zmarszczkom i oczyszcza skórę.

Maseczka oczyszczająca z orzechów

4 zmielone orzechy włoskie zalać 100 ml ciepłego mleka. Gdy napęcznieją i przestygną nałożyć na twarz na 10 minut. Zrobić masaż, zmyć. Orzechy działają jak peeling, pomagają usunąć martwy naskórek i odżywić skórę. UWAGA: orzech włoski mocno odbarwia skórę, nie trzymać na twarzy dłużej niż zalecany czas w przepisie.

Kompres z naparu z zielonej herbaty

Przygotować napar z zielonej herbaty. Przecedzić. W letnim płynie zanurzyć gazę i położyć na twarz na 15 minut. Kompres wygładzi skórę i doda cerze świeżości.

Regenerowanie włosów

Zagotować 0,25 l octu owocowego i zalać nim garść suszonych pokrzyw. Pokrzywy należy pozostawić w occie przez kwadrans, następnie odcedzić płyn przez drobne sitko. Powstały w ten sposób lotion ochłodzić i co drugi dzień przemywać nim delikatnie włosy. Po wysuszeniu, wmasowywać w skórę czaszki odrobinę olejku z korzenia łopianu. Do kuracji należy również wypijanie przed zaśnięciem filiżanki herbaty ze skrzypu polnego, a rano na pusty żołądek szklanki świeżego soku z rzeżuchy. Kurację stosuje się przy nadmiernym wypadaniu włosów.

Miętowa odżywka

Gdy skóra głowy jest mocno przesuszona, a włosy kruche, słabe i mało elastyczne, możemy zastosować płukankę z mięty (stosujemy ją dla włosów ciemnych lub rudych, jasne mogą się lekko zabarwić). Jednym litrem octu owocowego lub winnego zalewamy garść mięty. Mieszanekę tę zamykamy w szczelnym naczyniu i stawiamy w ciepłym miejscu (lub na słońcu) na 14 dni. Potem odcedzamy ocet, mocno wyciskamy zioła i filtrujemy płyn przez gazę do butelki. Po każdym myciu płuczemy włosy i skórę głowy. Nadaje się zwłaszcza do tłustych włosów.

Rozmaryn usuwa łupież

To zioło nadaje się do pielęgnacji tłustych włosów, tłustej głowy, pomaga pozbyć się łupieżu. Dodatkowo płukanka rozmarynowa intensyfikuje ciemny odcień włosów. Dobry dla tłustych włosów jest okład z majonezu rozmarynowego. Potrzebujemy żółtko, 25g oleju ze słodkich migdałów i pół łyżeczki olejku rozmarynowego. Z tych składników ukręcamy powoli majonez. Pokrywamy nim suche włosy i skórę głowy. Przez pół godziny trzymamy papkę pod folią i turbanem w cieple. Rozmaryn pobudza krążenie i działa odżywiająco.

UWAGA: Bądź rozsądna, bądź rozsądny: zanim spróbujesz jedną z propozycji na maseczkę czy odżywkę zrób test na reakcję skóry na daną maskę czy preparat: połóż trochę preparatu na nadgarstek i poczekaj 15 minut. Jeśli wokół wystąpią zaczerwienienia – lepiej nie stosować takiej mieszanki. Zaleca się używać produkty

ekologiczne, nie przyskane, o pewnym pochodzeniu. Autorka publikacji nie bierze odpowiedzialności za skutki uboczne powstałe w wyniku stosowania preparatów.



Środki czystości

Wchodzisz do sklepu ze środkami czystości i różnorodność produktów może przyprawić cię o ból głowy. Każdy do innej powierzchni, inaczej pielęgnujący i utrzymujący czystość w domu. Czy potrzebujemy aż tylu środków?

Tradycyjna chemia do czyszczenia to źródło substancji trujących i ogromne obciążenie dla środowiska! Fosforany mogą wywoływać uczulenia, związki chloru mogą przenikać przez skórę i wpływać na działanie układu nerwowego. Detergenty mogą wywoływać alergię dotykową czy wziewną. Po wypucowaniu naszego mieszkania detergenty trafiają do ścieków gdzie mogą przyczyniać się, w wyniku zachodzących procesów beztlenowych, do wydzielania substancji trujących (m.in. metanu i siarkowodoru), a także doprowadzić do tego, że zbiorniki wodne staną się martwe.

Można tego uniknąć! Za pomocą dwóch tanich i przyjaznych środków możemy wyszorować cały dom bez uszczerbku na zdrowiu i uszczupleniu portfela.

Soda oczyszczona – magiczny proszek w każdym domu!

Czyści i usuwa zapachy. Zmiękcza wodę i zwiększa czyszczące zdolności mydła. Jest również dobrym środkiem do szorowania. Do kupienia praktycznie wszędzie:

w sklepie spożywczym, w aptece, internecie; pakowana na ogół w małych ilościach, dostępna też w opakowaniach 1-5 kg. Jest tania i w ulega biodegradacji. Sodę oczyszczoną znamy najczęściej w postaci białego proszku, jako produkt spożywczy, jednak ma ona znacznie szersze zastosowanie:

- pranie ręczne – wystarczy wsypać do miski z ciepłą wodą 5 łyżek sody, wymieszać, aby się rozpuściła a następnie namoczyć na pół godziny ubranie. Po tym czasie wygnieść je, dobrze wypluć.
- pranie w pralce – można ją dodać do prania z proszkiem, wówczas usunie kamień a także wybieli ubranie. Zalecana proporcja – 1 łyżeczka na pranie.
- czyszczenie wanny – mieszamy 1 szklankę sody oczyszczonej oraz 2-3 łyżki mydła w płynie i czyścimy wannę. Uwaga! w przypadku wody miękkiej lepiej dodać mniej mydła i trochę octu.
- czyszczenie fug – fugi między kafelkami będą jak nowe, jeśli wyczyścimy je papką sody z wodą.
- przykre zapachy w naczyniach (np. termosie, garnku lub w popielniczce) – naczynie należy przepłukać gorącą wodą dodając do niej 2-3 łyżeczki sody.
- przykre zapachy w lodówce – wystarczy wsypać do małego naczynia trochę sody i wstawić je do lodówki. W przypadku silnego zapachu, czynność tę należy powtórzyć z użyciem nowego naczynia. Zużytą sodę można wsypać do zlewu, gdzie zlikwiduje przykry zapach dobiegający z rur. Dobrze jest wcześniej umyć lodówkę wodą z dodatkiem octu.
- usuwanie tłuszczu – wystarczy użyć wilgotnej ściereczki nasączonej roztworem z sodą a tłuszcz z wszelkich powierzchni (na przykład z przypalonych garnków).
- przykre zapachy w rurach - wystarczy wsypać szklankę sody i zalać wrzątkiem (lub podgrzanym octem).
- czyszczenie srebra – na dno plastikowej miski wkładamy folię aluminiową, następnie wlewamy gorącą wodę z łyżką sody i soli i zanurzamy srebro (sztućce, biżuterię). W krótkim czasie biżuteria staje się jasna.
- przykre zapachy w butach – można sodą posypać wkładkę buta i pozostawić na całą noc. Zapach powinien zniknąć.
- czyszczenie ściereczek – należy ściereczki zamoczyć na kilka godzin w ciepłej wodzie z dodatkiem sody (proporcja 4 łyżeczki sody na litr wody) oraz płynu do naczyń.

Ocet

Czyszczenie z zastosowaniem octu to oszczędność czasu, pieniędzy i sprytny sposób na uniknięcie kontaktu ze żrącymi detergentami. Wiedziały o tym nasze babcie, dla których od wieków był niezastąpionym, wszechstronnym i skutecznym środkiem czystości. Zapach octu szybko się ulatnia, jeśli jednak nam przeszkadza można go zneutralizować ulubionym olejkiem eterycznym.

- mycie naczyń – wystarczy wymieszać wodę z octem (lub sokiem z cytryny) w proporcjach 3:1. Wszystkie szklane naczynia odzyskają blask, jeśli wypłuczemy je w occie. Możemy je też zamoczyć na pół godziny w ciepłej wodzie z jego dodatkiem (w proporcji 1:1), później należy je wypłukać. Będą lśniły jak nigdy przedtem. Do zmywarki warto w miejsce nabłyszczacza wlać nakrętkę octu,
- usuwanie osadu na zlewozmywaku stalowym nierdzewnym – myjemy go ciepłym roztworem octu (lub kwasu cytrynowego). Aby przywrócić blask zlewozmywaka można przetrzeć go szmatką namoczoną w wodzie gazowanej,
- przetykanie zatkaných (i śmierzących rur) – wystarczy wlać do spływu szklankę octu i wsypać pół szklanki sody oczyszczonej. Kiedy zniknie piana, spłukujemy rurę gorącą wodą,
- usuwanie kamienia w czajniku lub garnku – nalewamy trochę octu na dno i gotujemy. W przypadku garnków z mocnym nalotem: nalewamy trochę octu, przykrywamy pokrywką i pozostawiamy na 3-4 dni. Następnie energicznie potrząsamy, kilkakrotnie płuczemy i gotujemy wodę. W obu przypadkach lepiej zlać pierwszą i drugą wodę zagotowaną, a dopiero trzeciej użyć na herbatę lub kawę,
- czyszczenie lodówki – wystarczy wymieszać ocet pół na pół z wodą i umyć chłodziarkę od zewnątrz i wewnątrz, nie omijając szufladek i półek. Myjąc ją nierozcieńczonym octem, zapobiegniemy rozwojowi pleśni i zneutralizujemy także zapachy w lodówce. W tym celu możemy też wylać odrobinę octu na spodek i ustawić na półeczce lodówki,
- dezynfekcja drewnianych przyrządów kuchennych – kwas octowy zabija bakterie chorobotwórcze, dlatego możemy go użyć do dezynfekcji np. deski do krojenia lub łyżki drewnianej,
- czyszczenie mikrofalówki – do szklanki wody należy wlać parę łyżek octu, przelać do miseczki i podgrzać w środku urządzenia. Ostudzonym roztworem myjemy kuchenkę,
- czyszczenie butelek po oleju czy oliwie – wlewamy do nich wodę zmieszaną z octem (4 łyżki octu na 1 l wody) i wsypujemy do każdej trochę surowego ryżu. Następnie odstawiamy butelki na 3-4 godziny, co pewien czas energicznie nimi potrząsając. Po upływie tego czasu płuczemy i suszymy,
- mycie szyb i luster – wystarczy je umyć wodą z octem (w proporcji 2 łyżeczki octu na 1 litr ciepłej wody), potem wycieramy powierzchnię do sucha (najlepiej gazetą), aby uniknąć smug,
- mycie podłóg drewnianych – mieszamy w spryskiwaczu 1,5 szklanki octu oraz 1,5 szklanki ciepłej wody (jeśli lubimy ładnie pachnące podłogi możemy dodać 20 kropli olejku eterycznego) i spryskujemy małe powierzchnie

- i przecieramy je szmatką,
- czyszczenie płytek ceramicznych (oraz podłóg nie-drewnianych) – wystarczy wymieszać 1 szklankę octu i 3,5 litra ciepłej wody i umyć podłogi. Co ciekawe podłoga wymyta w ten sposób bardzo szybko schnie,
 - czyszczenie brudnych fug – szorując je szczoteczką do zębów uprzednio zamoczoną w occie powinniśmy przywrócić im utracony blask,
 - usuwanie nalotu na słuchawkach prysznicowych – wystarczy odkręcić je i włożyć na kwadrans do litra wrzącej wody wymieszanej z niecałą szklanką octu (plastikowe słuchawki zanurzamy w gorącym roztworze),
 - usuwanie pleśni – wystarczy wymieszać w butelce ze spryskiwaczem 1/2 szklanki wody i 4 łyżki octu. Spryskujemy tym płynem wszystkie powierzchnie, na których znajdują się ogniska pleśni,
 - czyszczenie toalety – wystarczy podgrzać 2 szklanki octu, wlać do muszli i pozostawić na noc,
 - czyszczenie chromowanych elementów (klamki, kurki, krany) – wystarczy je dokładnie przetrzeć wilgotną szmatką zanurzoną w occie.

Jest możliwe zastąpienie sodą oczyszczoną i octem: płynu do naczyń, płynu do mycia podłóg, do kafelków, fug, do usuwania kamienia, do walki z pleśnią, nabłyszczacza do zmywarek, płynu do prania ręcznego, kreta do czyszczenia rur i kilka innych detergentów.

Opisane zabiegi, mieszanie sody, octu, dobieranie odpowiednich proporcji itd., mogą wydawać się skomplikowane, ale w rzeczywistości zajmują kilka sekund, czyli zapewne mniej niż czytanie opisów na etykietach i wybieranie odpowiednich środków czystości dostępnych w sklepach. Dodatkowo wiele z tych magicznych mieszanek można przygotować w większej butelce i stosować codziennie (np. octowy płyn do mycia naczyń).



Zabawki

Do lat 60-tych XX wieku zabawki były produkowane głównie w małych firmach rzemieślniczych, na przykład w Norymberdze (Niemcy) i jej okolicach. Świat zachodni był zdominowany przez zabawki niemieckie. Producenci tworzyli z myślą o dzieciach, projektowali i wytwarzali lalki, pluszowe zwierzątka, modele samochodów i pociągów oraz gry, które dostarczały dzieciom wiele zabawy i stymulowały ich rozwój.

Ale branża zabawkarska zmieniła się. W latach 80-tych pojawiły się firmy międzynarodowe, które rozrastały się na skutek przejęcia mniejszych firm zabawkarskich.

Dzisiaj za większością zabawek i gier stoją korporacje lub wielkie spółki kapitałowe, takie jak Mattel i Hasbro oraz ich produkty. W Europie działają firmy Playmobil oraz Lego.

Obecnie „dobre” zabawki muszą przede wszystkim dobrze nadawać się do reklamy, zwłaszcza telewizyjnej.

Obecnie 95% wszystkich zabawek importowanych do UE jest produkowanych w Azji (niemal wyłącznie w Chinach). 80% zabawek sprzedawanych na całym świecie jest produkowanych w Chinach. Na początku lat 80-tych Shenzhen było spokojną wioską rybacką w delcie Rzeki Perłowej, tymczasem obecnie mieszka tam 12 milionów

ludzi, z czego 10,7 mln to pracujący tam migranci, którzy wytwarzają dwie trzecie światowej produkcji butów oraz połowę wszystkich telefonów komórkowych i aparatów fotograficznych oraz zabawek. W samych południowych Chinach ponad 300 fabryk wytwarza zabawki dla firmy Mattel, potentata tej branży. Ponad 15 000 fabryk na całym świecie produkuje dla Disneya. Co sekundę na całym świecie kupowane są trzy lalki Barbie. Od roku 1959 sprzedano ich ponad 800 milionów.

Na rynku zabawkarskim mamy 3 rodzaje potentatów:

- potentaci sprzedaży (np. Wal-Mart, Toys'R'Us,...),
- potentaci rozrywki (np. Disney, Warner,...), którzy współpracują z producentami zabawek na podstawie systemu licencji,
- potentaci zabawek (Mattel, Hasbro, Bandai).

Więksi gracze połykają mniejsze firmy na rynku, przez co siły koncentrują się i niewielka liczba firm zyskuje coraz większą władzę. Potentaci sprzedaży określają jaki towar będzie

wystawiany na półkach i za jaką cenę. Potentaci zabawek wyznaczają coraz krótsze terminy dostaw i dyktują ceny swoim zaopatrzeniowcom. Natomiast potentaci rozrywki

wypuszczając filmy kreują modę i generują popyt. Poprzez przeboje kinowe potentaci rozrywki, tacy jak Disney, Warner oraz Lucas Film promują bohaterów swoich filmów.

Aby móc wykorzystać na produktach wizerunki Kubusia Puchatka, Myszki Miki, Luke'a Skywalkera czy Transformersów, producenci zabawek muszą uiszczać opłaty licencyjne, które wynoszą nawet 30% ceny detalicznej.

W tej zabawie biorą udział nie tylko oni: dzięki umieszczaniu darmowych zabawek w niezwykle popularnych zestawach dla dzieci, McDonald's stał się największym dystrybutorem zabawek na świecie. A pomijając „tradycyjne” zabawki, do konkurujących drużyn dołączyli producenci gier video i komputerowych, tacy jak Nintendo, Sony oraz Sega.

4 z 5 zabawek, które otrzymują dzieci na całym świecie, są wyprodukowane w Chinach, w jednej z około 8000 fabryk zabawek w prowincji Guangdong w delcie Rzeki Perłowej

w południowej części kraju. Szacuje się, że pracuje tam od 3 do 5 milionów Chińczyków. Są to głównie kobiety między 15 a 30 rokiem życia, które wyemigrowały z biedniejszych

rolniczych obszarów w głębi Chin. Ze względu na niezwykle niskie zarobki, są skazane na mieszkanie w hotelach robotniczych oraz na pożywienie oferowane przez fabrykę, za

co kierownictwo potrąca sporą część ich skromnych pensji. Jakość wyżywienia również pozostawia wiele do życzenia. Problemy branży zabawkarskiej są bardzo

podobne do problemów z branży odzieżowej i elektronicznej, wszak te produkty powstają nieopodal siebie w sąsiadujących fabrykach.

Jak kupować bardziej odpowiedzialne zabawki?

Warto rozejrzeć się za zabawkami wytworzonymi przez lokalnych twórców lub zabawki pochodzące ze Sprawiedliwego Handlu. Można również poszukać zabawek, których tworzenie odbyło się z mniejszym obciążeniem dla środowiska. Warto poszukać firm, które robią zabawki z recyklingu, przerabiają tkaniny i inne tworzywa na małe cuda rozwijające wyobraźnię i kreatywność dziecka.

Zgodnie z zasadą 3R warto pomyśleć o wymianie zabawek między dziećmi lub zakupach w sklepach z używaną odzieżą – to miejsca i inicjatywy z produktami z drugiej ręki które jeszcze długo będą mogły służyć naszym milusińskim.

Coraz częściej można spotkać w różnych miastach inicjatywy i wydarzenia związane z twórczym wykorzystywaniem odpadów. Może warto poszukać w sieci informacji dotyczących robienia zabawek z „niczego”, czyli z rzeczy znalezionych we własnym domu.



Drewno i papier

Lasy na świecie zajmują łącznie ok. 4 mld ha (to prawie 130 razy tyle, co powierzchnia Polski, która wynosi 31,2 mln ha), czyli ok. 30% zamieszkanego lądu (FAO „State of World's Forest 2011”). Znikają jednak z powierzchni Ziemi w rosnącym tempie. Połowa lasów utraconych przez ostatnie 10 tys. lat uległa zniszczeniu w minionym stuleciu, a proces ten przyspieszył zwłaszcza od lat 1970. Co roku ginie obecnie ok. 13 mln ha lasów (UNEP, FAO, UNFF, FRA 2011), z czego ponad 4 mln ha stanowią lasy pierwotne, rozwijające się dotąd bez ingerencji człowieka i podlegające tylko prawom przyrody. Największe ubytki lasów odnotowuje się w Ameryce Łacińskiej (4,2 mln ha rocznie)

i w Afryce (4 mln ha rocznie). Roczne straty netto lasów (czyli różnica pomiędzy powierzchnią lasów wyciętych i nowo posadzonych) w skali globalnej wynoszą ok. 5 mln ha rocznie i są porównywalne do podwójnej powierzchni województwa lubelskiego. Niszczenie lasów stanowi wielkie zagrożenie dla naszej planety, zarówno z punktu widzenia środowiskowego, jak i społeczno-gospodarczego. Lasy są fabryką tlenu i stabilizują klimat, chronią przed kataklizmami, erozją gleb, lawinami błotnymi, osuwiskami, mają wpływ na obieg wody jak i na procesy glebotwórcze. Są źródłem bioróżnorodności, gdzie mieszka ponad milion różnych gatunków roślin i zwierząt, są źródłem drewna, pożywienia, naturalnych leków jak i miejscem zamieszkania, pracy i edukacji ponad 60 mln rdzennych mieszkańców, którzy są całkowicie uzależnieni od lasów, a ok. 1,6 mld ludzi czerpie bezpośrednie korzyści z lasów na co dzień.

Wylesianie (deforestacja) to niszczenie miejsc zamieszkania ludności tubylczej – np. Indian w Amazonii czy Pigmejów w Afryce. Tracą oni ziemię, na której znajdują się ich wioski, tereny uprawne i łowieckie, miejsca praktyk duchowych i podstawowe odniesienia ich kultur. Niekontrolowany kontakt z zachodnią cywilizacją często oznacza dla nich zanik własnej kultury, pojawienie się nieznanymi wcześniej chorób oraz różnych patologicznych zjawisk, takich jak alkoholizm, narkomania, prostytutka czy konieczność migracji do slumsów. Często dochodzi także do przymusowych przesiedleń, a nierzadko nawet do śmierci z rąk osób wynajętych przez międzynarodowe firmy prowadzące nielegalny wyręb czy pozyskiwanie minerałów. W wielu rejonach działania takie prowadzone są legalnie (tj. za zgodą rządu), a opór rdzennej ludności tłumi się przy pomocy rządowego wojska i policji.

Z lasu pozyskujemy nie tylko drewno na opał i dla branży meblarskiej czy dla przemysłu papierniczego. Poniżej tylko kilka przykładów – powodów dla których tak intensywnie zubożamy największe ekosystemy leśne świata.

Produkcja papieru

Pomimo postępu technologicznego oraz elektronizacji przechowywania i przesyłania danych, nadal odnotowuje się znaczny przyrost produkcji i konsumpcji papieru. Światowa konsumpcja papieru w 2010 r. wyniosła ok. 400 mln ton/rok. Przewiduje się, że do 2020 r. wzrośnie ona do ok. 500 mln ton/rok. Przeciętny Amerykanin zużywa rocznie ponad 230 kg papieru (przed kryzysem gospodarczym w 2007 r. wartość ta wynosiła nawet 340 kg), a mieszkaniec Europy Zachodniej ok. 160 kg (w 2007 r. było to ponad 200 kg). Najmniejsze zużycie jest w Afryce – nie przekracza 8 kg na mieszkańca rocznie. W Polsce, jeszcze 10 lat temu roczne zużycie papieru na mieszkańca nie przekraczało 65 kg, a obecnie wynosi już 100 kg. Wg prognoz Stowarzyszenia Papierników Polskich do 2015 r. wartość ta miała wzrosnąć do 115 kg na mieszkańca rocznie.



Olej palmowy

Uprawy palmy olejowej to jedne z najpopularniejszych monokultur na świecie. Palma olejowa, z której produkuje się olej palmowy, znana jest także pod takimi nazwami, jak: olejowiec gwinejski, masłopalma gwinejska, olejniki gwinejski, palma africana. Ogromnymi plantacjami palmy zastępuje się zarówno lasy tropikalne, jak

i pola kukurydzy, ryżu, fasoli czy kawy uprawianej przez drobnych farmerów, a także wielkie plantacje bananów i ananasów. Wiąże się to z tym, że przy obecnym zapotrzebowaniu na agropaliwa palma jest bardziej opłacalna od innych upraw, a jej produkcja wymaga mniej rąk do pracy. Ma to więc wpływ zarówno na wylesianie, jak i na pogarszanie się sytuacji ubogich rolników i pracowników na plantacjach roślin tropikalnych. Olej palmowy jest także stosowany do produkcji kosmetyków i środków czystości oraz w przemyśle spożywczym. W tym ostatnim przypadku używany jest nie tylko do smażenia – można go znaleźć w składzie bardzo wielu środków spożywczych, np. w batonach, zupach instant, frytkach, sosach itp.

Paradoksalnie, wybierając olej palmowy zamiast tłuszczu zwierzęcego, przyczyniamy się do zagłady wielu gatunków zwierząt. Niszczenie lasów pod uprawę palmy olejowej wiąże się bowiem z niszczeniem siedlisk wielu ginących i zagrożonych gatunków, w tym naszych kuzynów – orangutanów w Azji Południowo-Wschodniej.

Hodowle zwierząt

Hodowle zwierząt, zwłaszcza przemysłowe hodowle krów, stanowią jedno z najpoważniejszych zagrożeń dla lasów, ponieważ mają bardzo ekspansywny charakter i wymagają coraz więcej miejsca na pastwiska oraz na uprawę roślin potrzebnych do wyżywienia zwierząt. Na świecie hoduje się setki milionów krów, a liczba ta stale rośnie wraz ze wzrostem liczby ludności i zapotrzebowania na mięso i skóry.

Do wykarmienia tej ogromnej liczby zwierząt potrzebna jest przestrzeń, którą pozyskuje się z wylesiania lub zabierania upraw przeznaczonych do wyżywienia ludzi. Np. wyprodukowanie 1 kg wołowiny wymaga 7,9 m² ziemi, 15500 l wody i 6 kg ziarna paszowego, a powoduje emisję 16 kg ekwiwalentu CO₂, dając konsumentowi 2470 kcal. Dla pszenicy dane te są znacznie korzystniejsze: zużycie 1,5 m² ziemi i 1300 l wody, przy emisji 0,8 kg ekwiwalentu CO₂ daje konsumentowi 3400 kcal.

Jaki papier kupować?

Jeśli to możliwe kupuj papier z recyklingu. Obecnie wiele tego typu papierów nie ustępuje białością i trwałością papierom z włókien pierwotnych. Papiery z recyklingu zweryfikowane przez niezależne organizacje mogą być oznaczone certyfikatami FSC lub Błękitnego Anioła.

Jeśli nie masz możliwości zastosowania papieru z recyklingu, wybieraj papier z certyfikatem potwierdzającym, że drewno pochodzi z lasów zarządzanych w sposób zrównoważony. Najbardziej polecanym znakiem jest certyfikat Forest Stewardship Council (FSC), który gwarantuje, że drewno pochodzi z lasów, gdzie nie są łamane prawa rdzennej ludności, nie występuje nielegalna wycinka drzew, nie stosuje się pestycydów i innych szkodliwych substancji.

Zwróć uwagę na to, w jaki sposób bielono włókna celulozowe w wybranym papierze. Najlepiej zrezygnuj z papieru bielonego chlorem, gdyż dioksyny, które powstają wskutek bielenia z użyciem tego pierwiastka są rakotwórcze i mogą pozostawać w wydanej książce zagrażając zdrowiu. Najbardziej przyjazne dla środowiska alternatywy to papiery oznaczone skrótami:

PCF (Processed Chlorine Free) – papier z makulatury, przetwarzany bez użycia chloru cząsteczkowego i bez jego związków.

TCF (Total Chlorine Free) – papier z drewna, wyprodukowany całkowicie bez użycia chloru cząsteczkowego i bez jego związków.

Gdy to możliwe wybieraj małe rozmiary książek, z mniejszą czcionką – wymagają zużycia mniejszej ilości papieru, a przy tym są bardzo wygodne – można je schować do kieszeni i nie rozstawać się z ulubioną lekturą. Jeśli jesteś bibliofilem rozważ zakup czytnika e-booków – możesz przy tym zaoszczędzić ogromne ilości papieru a tym samym drzew.

Jak oszczędzać papier? Jak oszczędzać lasy?

Jest wiele pomysłów na to jak można być bardziej odpowiedzialnym konsumentem produktów drewnianych i papierniczych, oto kilka z nich:

- kupuj produkty tylko z drewna wiadomego pochodzenia – najlepszą przejrzystością zapewnia certyfikat FSC,
- nie kupuj mebli i podłóg z drewna egzotycznego – wybieraj produkty z lokalnych gatunków drzew (np. dąb, jesion, sosna, brzoza),
- Kupuj papier z recyklingu (makulatury) lub z certyfikatem FSC; staraj się także, by był on niebielony lub produkowany bez użycia chloru,
- minimalizuj zużycie produktów pochodzenia drzewnego i papierniczego – drukuj dwustronnie, nie stosuj opakowań i naczyń jednorazowego użytku,

- ogranicz spożycie mięsa, zwłaszcza wołowiny – jej produkcja jest jedną z głównych przyczyn wylesiania,
- Nie kupuj kosmetyków i żywności (zupki instant, frytki, sosy, batony) zawierających olej palmowy.

Sprawiedliwy Handel

Sprawiedliwy Handel (SH, ang. Fair Trade) to oddolny, międzynarodowy ruch społeczny dążący do poprawy warunków życia i gospodarowania drobnymi producentami żywności i rękodzieła z krajów globalnego Południa. Dzięki niemu ubodzy mieszkańcy Afryki, Azji i Oceanii, Ameryki Południowej, Centralnej i Karaibów mogą pracować w godnych warunkach i budować uczciwe stosunki handlowe z bogatszą częścią świata. Ruch ten tworzony jest przez organizacje pozarządowe, działaczy, wolontariuszy oraz firmy, przy udziale konsumentów. Wybierając produkty SH, konsumenci mogą wywierać realny wpływ na poprawę stopy życiowej najbiedniejszych społeczności. Sprawiedliwy Handel jest więc formą pomocy rozwojowej, odpowiedzią na porażkę współczesnych rozwiązań gospodarczych w zakresie zapewnienia ludziom w najbiedniejszych krajach świata godziwych środków utrzymania i możliwości rozwoju. Idea Fair Trade polega jednak nie tylko na wymianie handlowej. Pokazuje namacalnie, że większa sprawiedliwość w handlu światowym jest możliwa. Podkreśla potrzebę zmian w regułach i praktyce handlu konwencjonalnego oraz pokazuje, jak odnoszący sukcesy biznes może stawiać ludzi na pierwszym miejscu.

Światowa Organizacja Sprawiedliwego Handlu (World Fair Trade Organization) ustaliła 10 zasad Sprawiedliwego Handlu dla tych, którzy chcą być częścią tego ruchu na rzecz sprawiedliwości społecznej w relacjach handlowych:

1. Tworzenie możliwości rozwoju dla producentów w niekorzystnej sytuacji ekonomicznej.
2. Przejrzystość i odpowiedzialność.
3. Praktyki Sprawiedliwego Handlu: troska o dobro społeczne, ekonomiczne i ekologiczne drobnymi producentami; przedpłaty; długoterminowe stosunki handlowe oparte na solidarności, zaufaniu i wzajemnym szacunku; uznanie, promocja i ochrona tożsamości kulturowej i tradycyjnych umiejętności producentów.
4. Zapłata sprawiedliwej ceny.
5. Zakaz pracy dzieci.
6. Zakaz dyskryminacji, równość płci i wolność działalności związkowej.
7. Zapewnienie dobrych warunków pracy.
8. Budowanie potencjału drobnymi wytwórcami.
9. Promocja Sprawiedliwego Handlu.

10. Szacunek dla środowiska naturalnego.

Zastanów się nad wcześniej zacytowanymi słowami M.L. Kinga „**zanim skończyłeś śniadanie, już zależałeś od połowy świata**”. Zastanów się nad najpopularniejszymi napojami gorącymi serwowanymi podczas śniadania (a nawet czasem i zamiast śniadania). Są to kawa i herbata. Czy wiesz skąd pochodzą i w jaki sposób są uprawiane i zbierane?

Kawowiec (Coffea) – rodzaj wiecznie zielonych krzewów i drzew z rodziny marzanowatych. Kawowce uprawiane są na plantacjach w strefie międzyzwrotnikowej Afryki, Ameryki Łacińskiej i Azji. Najczęstsze gatunki to kawa arabska (arabika) i kawa kongijska (robusta). Zbiór wiśni kawowych odbywa się ręcznie (tam, gdzie zbiory odbywają się przez cały rok – na krzewach kawowców jednocześnie znajdują się zarówno kwiaty, jak i owoce o różnym stopniu dojrzałości) lub poprzez strząsanie ręcznie lub maszynowo (jednak zrywa się zarówno niedojrzałe, jak i już przejrzałe owoce). Następnie oddziela się ziarna kawy od miąższu. Ziarna są sortowane według wagi, wielkości i barwy, pakowane w worki i transportowane. Zazwyczaj kawę pali się dopiero w kraju importującym. Kawa – napój sporządzany z palonych, a następnie zmielonych lub poddanych instancyzacji ziaren kawowca, zwykle podawany na gorąco. Pochodzi z Etiopii, w Europie pojawił się około XVI wieku. Jedna z najpopularniejszych używek na Ziemi i główne źródło kofeiny – rocznie na świecie wypija się około 400 mld filiżanek kawy.

Herbata – wiecznie zielona roślina z rodzaju kamelia, pochodząca z południowo-wschodniej Azji. Uprawia się krzewy herbaty chińskiej (*Camellia sinensis*, syn. *Thea sinensis*), drzewa herbaty asamskiej (*Camellia assamica*) oraz ich mieszańce – herbatę gruzińską i cejlońską. Uprawiana w wielu krajach strefy zwrotnikowej, także poza Azją, dla pączków i liści z których – po uprzednim przygotowaniu (suszenie, czasami fermentacja) – przyrządza się napar o tej samej nazwie.

Lubisz banany i czekoladę? Czy wiesz skąd pochodzą Twoje ulubione owoce tropikalne? Poszukaj informacji o nich, np. w rocznikach statystycznych bądź raportach dla międzynarodowych organizacji ds. handlu. Zwróć uwagę na ilości owoców zbieranych rocznie i na ich wartość rynkową.

Usługi energetyczne

Skąd pochodzi prąd?

Na co dzień korzystamy z energii elektrycznej w sposób bardzo swobodny, nie zastanawiając się nad tym, skąd tak właściwie mamy prąd. Powszechnie wiadomo jedynie, że płynie w gniazdku, a po odpowiednim włączeniu kabli elektrycznych można wywołać zwarcie czy też sprawić, że urządzenie elektryczne zacznie funkcjonować. Jak to jednak wygląda z technicznego punktu widzenia?

Produkcja energii elektrycznej w Polsce, która dostarczana jest codziennie do naszych domów, fabryk i przedsiębiorstw, oparta jest w głównej mierze na klasycznych elektrowniach węglowych. Aby powstał w nich prąd, najpierw trzeba dostarczyć do nich paliwo, w tym wypadku – węgiel. Spalając go w specjalnych piecach, podgrzewa się zgromadzoną w instalacji wodę, dzięki czemu uzyskuje się parę wodną o temperaturze około 600 stopni Celsjusza oraz bardzo wysokim ciśnieniu. Następnie rozprężająca się para wprowadza w ruch turbinę połączoną wałem z generatorem prądu, wytwarzając w efekcie prąd elektryczny. Cały proces jest powtarzany 24 godziny na dobę, aby zapewnić wszystkim odbiorcom stały dopływ energii elektrycznej.

W prosty sposób przedstawiono ten proces w tym filmiku: <https://youtu.be/YGb4rmqSftI>.

Zużywając paliwa kopalne do produkcji energii elektrycznej przyczyniamy się do zwiększania zmian klimatycznych. Czy jest możliwe bardziej odpowiedzialne korzystanie z energii elektrycznej?

Zapewne słyszałeś o odnawialnych źródłach energii. Są to takie źródła energii, których wykorzystywanie nie wiąże się z długotrwałym ich deficytem, ponieważ ich zasób odnawia się w krótkim czasie. Takimi źródłami są między innymi wiatr, promieniowanie słoneczne, opady, pływy morskie, fale morskie i geotermia. Przeciwnieństwem ich są nieodnawialne źródła energii, czyli źródła, których zasoby odtwarzają się bardzo powoli bądź wcale: ropa naftowa, węgiel, gaz ziemny i uran.

Zwolennicy odnawialnych źródeł energii wskazują na problemy związane ze spalaniem paliw kopalnych, stanowiących źródło ponad 85% energii dla ludzkości: zanieczyszczenie środowiska, globalne ocieplenie i wyczerpywanie się zasobów. Ich przeciwnicy wskazują na wysokie koszty, niestabilność produkowanej energii, dodatkowe koszty ekologiczne i wątpliwy wpływ na zużycie paliw kopalnych. W Polsce odnawialne źródła energii zaspokajają około 4,6% zapotrzebowania na energię. Głównymi źródłami są: biomasa (2,2%), wiatr (1,8%) oraz hydroenergetyka (0,6%).



Z początkiem 2015 roku Sejm odrzucając poprawki Senatu dotyczące ustawy o OZE, dał zielone światło dla prosumentów wytwarzających prąd na sprzedaż i na własne potrzeby. Według niektórych szacunków, nawet blisko milion osób w Polsce mogłoby założyć mikroinstalacje do produkcji energii elektrycznej.

Kim jest prosument? Prosument (ang. prosumer) zajmuje się produkcją na własny użytek, czyli konsumuje to, co sam wyprodukuje. Prosument w kontekście energii to osoba, posiadająca na własność małe źródło energii odnawialnej, zaspokajające w całości lub części jej codzienne potrzeby. Instalacje fotowoltaiczne z roku na rok stają się coraz tańsze i popularniejsze. Instalacja o mocy 4kW to koszt ponad 20 tys. zł. Jednak prosumentem nie trzeba być w pojedynkę. Ciekawą alternatywą jest inwestycja w OZE na własny użytek poprzez spółdzielnie energetycznej lub wspólnotę mieszkaniową. Możliwości dopłat i kredytów do indywidualnych i grupowych przedsięwzięć tego typu nie są tak trudne do znalezienia. Pierwsze z brzegu przykłady to programy Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej lub ekologiczne produkty Banku Ochrony Środowiska. W Wielkiej Brytanii już ponad pół miliona domów ma na dachach panele fotowoltaiczne. Prosumenci sprzedając energię do sieci, mają tam gwarantowane wyższe ceny, a podstawowy zestaw solarny można kupić w Ikea!

Może warto pomyśleć o własnej harcówce lub hufcu, który będzie w ten sposób korzystać z energii?

Jak być jeszcze bardziej odpowiedzialnym konsumentem?

Konsumenci żądają światem, naprawdę! To nasze pieniądze, nasze zachcianki i nasze zakupy kształtują popyt, zwiększają produkcję, zużycie zasobów, ilość odpadów co w konsekwencji zmienia cały świat. Nasze codzienne wybory mogą wspierać odpowiedzialne firmy, które troszczą się o środowisko, swoich pracowników i przemyśliły swoje produkty dla całego cyklu ich życia tak, by nie obciążać środowiska przyrodniczego. I to już się dzieje – zjrzyj np. na stronę Dobre Zakupy (<http://dobrezakupy.ekonsument.pl/>), gdzie znajdziesz ogromny zestaw firm i marek dostępnych na polskim rynku, które poddały się ocenie Fundacji Kupuj Odpowiedzialnie i wystawiono im oceny, które ułatwią nam poszukiwania bardziej odpowiedzialnych produktów. W sieci możesz znaleźć również wiele innych, anglojęzycznych stron, które oceniają ekologiczność danego produktu.

Rób zakupy lokalnie – staraj się kupować lokalne produkty i usługi w lokalnych sklepach. Ze względu na ogromną dominację super- i hipermarketów takim miejscom coraz trudniej się utrzymać na rynku, a najczęściej posiadają produkty z pobliskich hurtowni. Takie zakupy to zmniejszenie ilości spalin w powietrzu (dzięki ograniczeniu transportu produktów, które kupujemy) i bezpośrednie wsparcie dla lokalnej społeczności.

Organizuj się i działaj!

Czujesz, że samo odpowiedzialne kupowanie to za mało? Możesz dołączyć do grona wolontariuszy takich organizacji jak Clean Clothes Polska, Fundacja Kupuj Odpowiedzialnie lub innych zajmujących się kampaniami na rzecz odpowiedzialnej produkcji. Możesz również sama zainicjować lokalną akcję – zorganizuj np.



wymienialnię ubrań, warsztaty naprawy rowerów czy spotkanie z maszyną do szycia i przerabianiem ubrań. Zorganizuj zbiórkę elektrośmieci, zrób ze znajomymi sondę dotyczącą pochodzenia żywności czy znajomości produktów ze Sprawiedliwego Handlu. Możesz również włączyć się w obchody Dnia Bez Kupowania, Światowego Dnia Konsumenta czy Światowego Dnia Sprawiedliwego Handlu.

Pytaj, szukaj, informuj!

Nie ma w Twojej okolicy sklepów z produktami ekologicznymi? Pytasz o nie? Może warto przygotować krótką informację dla właścicieli sklepu o produkcie, którego szukasz? Zawsze warto zapytać o certyfikat, o informację na metce, o kraj pochodzenia, produkcji. Jeśli właściciel sklepu nie zna własnego towaru to bardzo źle o nim świadczy. Pytaj o kosmetyki, w jaki sposób są testowane, pytaj o skład i czy użyto w nich składniki zwierzęce. W przypadku żywności zapytaj skąd przyjechała. Kupuj sezonowo. Spróbuj znaleźć odzież z certyfikowaną bawełną, szukaj ubrań w sklepie z odzieżą używaną. Im więcej będziesz pytać i informować innych, tym więcej osób zostanie zaznajomionych z różnymi aspektami odpowiedzialnej konsumpcji.

Dialog, nie bojkot!

Wszelkie kampanie chcą, aby pracownicy utrzymali swoje stanowiska, więc najgorszym scenariuszem jest sytuacja, w której firmy postanawiają zerwać współpracę z jakąś fabryką lub krajem i przenieść swoje interesy w inne miejsce. Zachęcamy konsumentów, by nadal kupowali produkty, jednak bardziej odpowiedzialnie i przemyślnie, a firmy, by nadal je wytwarzały – ale w sposób, który nie wywiera na pracownikach trudnej do wytrzymania presji. Istotnym jest prowadzić kampanijny dialog tak, by przekonać branżę do etycznej współpracy ze swoimi dostawcami oraz długofalowego zaangażowania w poprawę sytuacji robotników w krajach, gdzie odbywa się produkcja.

Bibliografia

Wszystkie teksty powstały na bazie tekstów Fundacji Kupuj Odpowiedzialnie, Koalicji Sprawiedliwego Handlu i niektórych publikacji Związku Stowarzyszeń Polska Zielona Sieć. Źródła do podanych danych i raporty można odnaleźć na poniższych stronach:

ekonsument.pl
dlaklimatu.pl
globalnepoludnie.pl
ziemianarozdrozu.pl

cleanclothes.pl
faostat.fao.org
iucn.org
unep.org

Zdjęcia użyte w publikacji:

str. 1 – flickr.com, Matthias Ripp, „Shop till you drop...” CC:BY
str. 2 – flickr.com, Moyan Brenn, „Shopping” CC:BY
str. 4 – flickr.com, Gerardo Diego Ontiveros, „Martin Luter King jr”, CC:BY-NC-ND
str. 6 - Magdalena Noszczyk, archiwum własne, CC:BY
str. 9 – flickr.com, wolfgangfoto, „shopping 2” CC:BY-ND
str. 12 - flickr.com, Charles Rodstrom, „A rainbow of Hello Kitty!”, CC:BY-NC-ND
str. 19 – flickr.com, Colin Brace, „fruits & vegetables”, CC:BY-NC-ND
str. 30 - flickr.com, ILO in Asia and the Pacific, Garment factory in the Philippines, CC: BY-NC-ND
str. 32 – flickr.com, Stuart Rankin, Remains of the Aral Sea (2014) CC: BY-NC
str. 36 – flickr.com, NYU Stern BHR, „Apparel Factory in Dhaka”, CC:BY-NC
str. 41 - Loz Pyccock, The Eden Project's WEEE Man's Mobile Phone Teeth
str. 44 – flickr.com, Catface27, „Liquid heaven”, CC: BY
str. 51 – flickr.com, Keith Williamson, „Soap bubbles 3”, CC:BY
str. 55 – flickr.com, Chris (dcmaster), „Sunlight Toy Factory Tangxia China” CC: BY-NC
str. 57 – flickr.com, Caroline (hills_alive) „Jam”
str. 59 - CIFOR, „Deforestation -an aerial shows the contrast between forest and agricultural landscapes near Rio Branco, Acre, Brazil.” CC:BY-NC
str. 65 - flickr.com, Greenpeace Polska, „Więcej niż energia - ruch, który pobił rekord Polski”, CC: BY-NC
str. 66 – flickr.com, Polska Zielona Sieć, „Dzień Bez Kupowania – happening w Krakowie”, CC: BY-NC
str. 67 – flickr.com, Caden Crawford, „Day 3/365 - Ride in the Shopping Cart.. (Explored)”, CC: BY-NC

Główna Kwatera Związku Harcerstwa Polskiego
ul. Konopnickiej 6
00-491 Warszawa



Warszawa 2015