



ZRÓWNOWAŻONE ŚWIĘTA

bez marnowania czyli w kierunku zero waste
poradnik ekologiczny

interzero[®]
zero waste solutions

PRZYTULNA PRZESTRZEŃ

Przytulność to to, czego szukamy – połączenie ciepła, bezpieczeństwa, komfortu. Przytulna przestrzeń to coś więcej niż wystrój wewnątrz. To ogół warunków pozwalających nam poczuć się swobodnie i u siebie. Gdy za oknem hula mróz, wiatr i śnieg (oby dopisał w święta!), dom staje się schronieniem i azylem.

Czytaj więcej o przytulnej przestrzeni bez marnowania:
„Hygge. Klucz do szczęścia”, Meik Wiking



Ciepło

Bez względu na to, czy mieszkasz w domu, czy w mieszkaniu, bez względu na to, z jakiego rodzaju ogrzewania korzystasz, możesz skuteczniej powstrzymać napływ zimnego powietrza i zatrzymać ciepło w domu.

1. Zaczynij od jednej prostej czynności: przyjrzyj się szparom pod drzwiami, nieszczelnym oknom i szczelinom przy otworach wentylacyjnych. Prawidłowe uszczelnienie domu to niewielki koszt, a duża oszczędność na ogrzewaniu.
2. Pamiętaj, że zarówno dla Twojego zdrowia, jak i środowiska zbyt duża różnica między temperaturą na zewnątrz a w domu to źródło kłopotów. Zamiast podkręcać ogrzewanie na maksa i biegać po domu w krótkim rękawku, przykręć termostat, włóż bluzę lub sweter albo otul się pledem. Najlepiej grzeją naturalne materiały: wełna, bawełna.
3. Przygotuj rozgrzewający napój. Sprawdzą się kawa zbożowa, ulubiona herbata albo napar z pomarańczy, imbiru i goździków. Pomarańczę pokrojoną na cząstki wrzuc do szklanek, dodaj plasterki imbiru i goździki. Całość zalej gorącą wodą. Dla chętnych: dołóż miodu na osłodę.
4. Zaproś rodzinę i znajomych – każdy człowiek w domu wytwarza tyle ciepła, ile stuwatowy grzejnik.



Ozdoby świąteczne

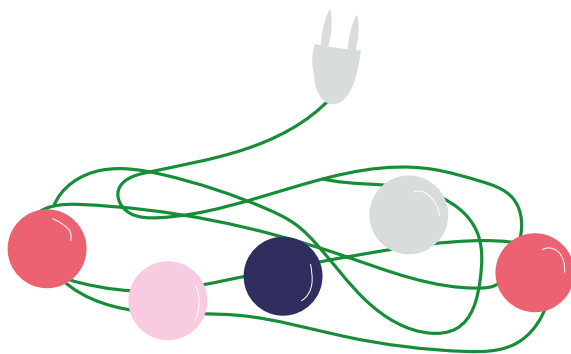
W polskich domach najczęstszym świątecznym elementem dekoracji jest choinka. Jej ubieranie jest jak rytuał w niektórych domach. Czasami trudno wyobrazić nam sobie święta bez drzewka. Na kolejnych stronach znajdziecie informacje o najbardziej i najmniej ekologicznych wersjach choinki. Wybór jak zawsze pozostaje w waszych rękach i nie namawiamy, ale...

Możesz spróbować się obejść bez tradycyjnego drzewka i na przykład ułożyć kontur drzewka ze sznurka albo – jeśli masz ścianę pomalowaną farbą tablicową – narysować na ścianie. To okazja, aby sprytnie skorzystać z tego co masz, a odpady zmienić w piękną instalację świąteczną. Ogranicza Cię jedynie wyobraźnia.



Jeśli jednak postawisz na tradycyjne drzewko, warto pomyśleć o ozdobach choinkowych w duchu zero waste. Tych kilka zasad pomoże Ci przygotować smakowite i wizualnie atrakcyjne ozdoby:

1. Jadalne ozdoby, np.: pierniczki z kolorowymi tasiemkami, łańcuch z ziarenek popcornu (idealny na choinkę i do wieczornego seansu filmowego). Zaletą jadalnych ozdób jest również to, że nie trzeba ich przechowywać do kolejnej Gwiazdki ;)
2. Upcykling odpadów, np.: papierowe bombki z kartek kolorowych magazynów – prosty sposób na wykorzystanie trudno przetwarzalnych czasopism (zobacz filmik z instruktażem na naszej stronie www.zrownowazoneswieta.pl), figurki origami ze zużytych opakowań papierowych.
3. Ozdoby wielofunkcyjne, np.: płócienne torebeczki z aromatyczną herbatą – możesz przebierać we wzorach tkanin (sięgnij po zużyte ubrania) i aromatach herbat. Stworzysz wokół choinki barwny i pachnący klimat, a zapachowe torebeczki możesz później wykorzystać w szafach.



Poradnik ekologiczny

ZRÓWNOWAŻONE ŚWIĘTA

bez marnowania czyli w kierunku zero waste

to element kampanii edukacyjnej realizowanej przez Interzero.

www.zrownowazoneswieta.pl

Wydawca poradnika:

interzero[®]
zero waste solutions



Interzero Organizacja Odzysku Opakowań S.A.

ul. Wiertnicza 165

02-952 Warszawa

www.interzero.pl/

Pomysł i tekst poradnika: Agata Szczotka-Sarna

Konsultacja środowiskowa: Krzysztof Hornicki

Opracowanie graficzne: PaperCut

