****

**MEZI ODPADY**

**ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ / ENVIRONMENTÁLNÍ CHOVÁNÍ**

****

**UMĚNÍ BEZODPADU: PRACOVNÍ LIST**

**Pravidla**

****

* Princip týdenní výzvy bez odpadu spočívá v plnění dílčích úkolů, díky kterým zmenšíte svou **odpadovou stopu**. Sedm dní po sobě budete plnit jeden – doslova domácí – úkol. **Týdenní bezodpadová výzva** může být občas náročná, a proto není nutné splnit všechny úkoly. Nebuďte na sebe příliš tvrdí, když něco nepůjde podle vašich představ. Radujte se z toho, když se vám podaří splnit jakýkoli úkol.
* Podstata výzvy není soutěž s ostatními spolužáky, ale spíše **zamyšlení** nad svým vlastním spotřebitelským chováním. Týden není dlouhá doba, ale může znamenat začátek osvojení nových návyků a jejich zařazení do svého běžného života.
* Jednotlivé úkoly můžete plnit i jiný den v týdnu, **nemusíte se tedy držet přesného pořadí**.
* Než se pustíte do prvního úkolu, řekněte o své výzvě **rodičům i sourozencům** a nabídněte jim, ať se k vám přidají – výzva se vám bude plnit snadněji a může vás to i vzájemně inspirovat.
* S rodiči se domluvte i při **plánování nákupu** na delší dobu dopředu – to vám pomůže odpovědně nakupovat i méně vyhazovat potraviny. Při nákupu si všímejte, v jakém obale se výrobek prodává a zda není k dispozici jeho ekologičtější varianta (na stejné hygienické úrovni). Používejte i vlastní sáčky a tašky.
* Zkuste doma **zavést bioodpad** – svoz bioodpadu se stává běžnou součástí třídění. Pokud zatím není u vašeho bydliště hnědá popelnice, zjistěte možností jejího zavedení. Založit si doma můžete i vlastní kompost (vermikompostér).

**Doporučená zdroje:**

****

**Knihy**

GAJDOŠOVÁ, M., KARASOVÁ, J., ŠKRDLÍKOVÁ, H.: Život skoro bez odpadu. CPress, Brno 2019.

JOHNSON, B.: Domácnost bez odpadu. PeopleComm s.r.o., Praha 2016.

SMARTICULAR.NET: Lepší život bez plastů. Kazda, Brno 2019.

TLUSTÁ, B.: Bez obalu – Jak žít zero waste. Jota, Brno 2019.

**Blogy**

Czech Zero Waste o životě bez odpadu - <https://www.czechzerowaste.cz/>

Blog k bezodpadu s konkrétními tipy a triky - [www.zemito.cz/blog/](http://www.zemito.cz/blog/)

**Mobilní aplikace** – „Bezodpadová výzva podle Czech Zero Waste“ (pro iOS i Android)

<https://www.czechzerowaste.cz/post/184162746483/jak-vznikala-appka>

**Podcast** – Skoro bezodpadový život

**Webové stránky**

Adresář farmářů - [www.adresarfarmaru.cz](http://www.adresarfarmaru.cz)

Bezodpadová mapa - <mapa.reduca.cz>

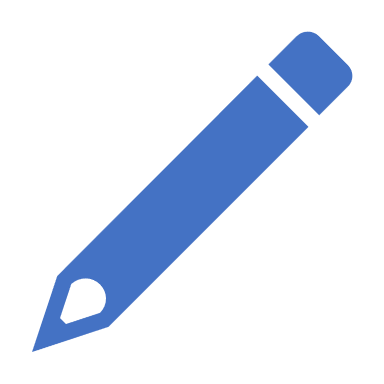
Projekt „Život bez popelnice“ - <bezpopelnice.cz/o-projektu/>

**TÝDENNÍ BEZODPADOVÁ VÝZVA**

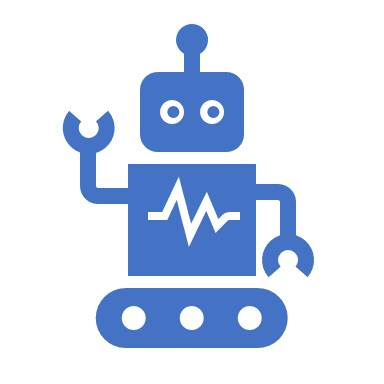
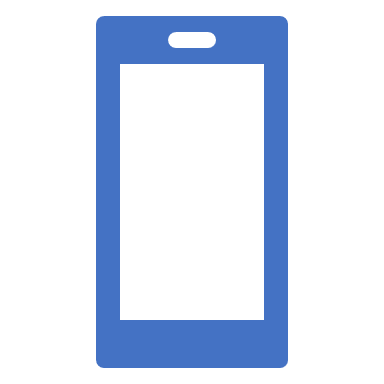
Jméno a příjmení: Klikněte nebo klepněte sem a zadejte text.

DEN PRVNÍ 🟆 INSPIRUJTE SE

***Najděte článek, video, blog nebo třeba interview o bezodpadovém způsobu života (zero waste)   
a inspirujte se jím. Napište, co se vám líbilo a co v budoucnu třeba vyzkoušíte:***

******

DEN DRUHÝ 🟆 ŠUPLÍKOVÝ AUDIT

***Projděte vaši domácnost a najděte nepoužívanou elektroniku. Napište, co jste našli, a pokuste se vymyslet,   
co by se s ní dalo dále udělat.***

*Jak daleko od vašeho bydliště je místo, kde se dá zbytná elektronika odložit?*

*Jaké přístroje tam odložíte?*

*Nepoužívané funkční přístroje:*

1.

2.

3.

4.

5.

6.

*Nepoužívané nefunkční přístroje:*

1.

2.

3.

4.

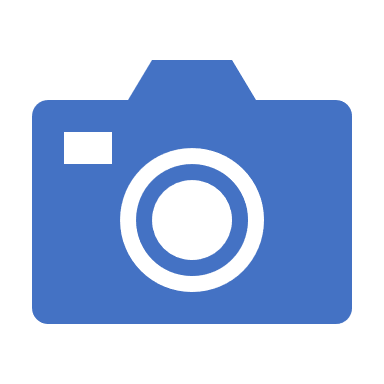
5.

6.

*Kolik nepoužívaných telefonů jste našli?*

*Jaký telefon byl nejstarší a čí byl?*

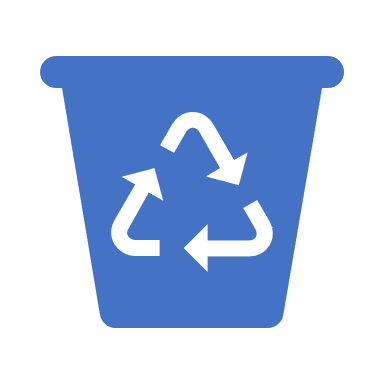
*Jak s nimi dále naložíte?*

******

***Vyfoťte nejstarší telefon, který vám ležel v šuplíku. Fotku posléze uložte na společné cloudové úložiště.***

DEN TŘETÍ 🟆 VZDEJTE SE PLASTU

***Pokuste se celý den s rodinou nevyprodukovat žádný plastový odpad, tj. ani nekupovat zbytečné plastové obaly (např. místo v plastu kupte kečup ve skle). Zamyslete se, jakými způsoby byste v budoucnu mohli plastovému obalu předejít.***



DEN ČTVRTÝ 🟆 LEDNIČKOVÝ AUDIT

***Projděte vaši lednici a spíž a postupně spotřebujte potraviny s blížícím se datem spotřeby. Předejdete tak plýtvání.***

*Potraviny s blížícím se datem spotřeby:*

1.

2.

3.

4.

*Našli jste potraviny s prošlým datem spotřeby?*

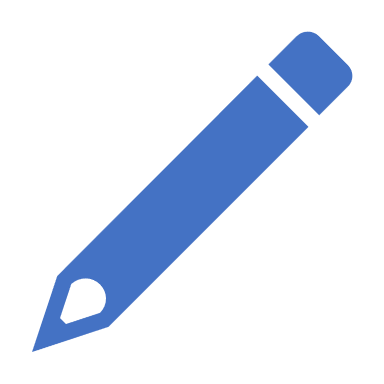
1.

2.

3.

4.

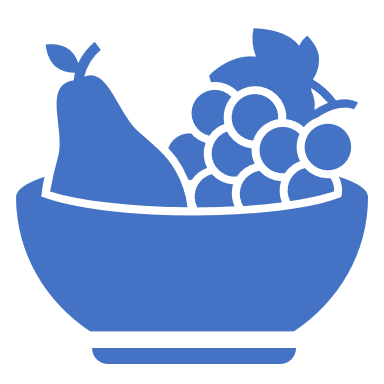
***Podívejte se na produkty, které jsou po datu spotřeby. O jaké produkty jde? Jsou skutečně nepoživatelné?   
Co nám přesně určuje datum spotřeby a jak se odlišuje od data minimální trvanlivosti?***

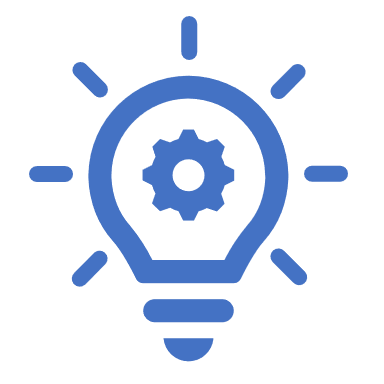
******

***Znáte nějaké triky, jak si připomenout, že v lednici je jídlo, které by se mělo brzy spotřebovat?***

******

***Podívejte se na původ ovoce, zeleniny a dalších potravin, které máte doma.   
Napište, které z nich by šly nahradit českými výrobky.***

******

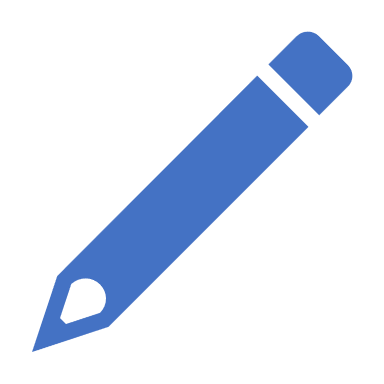
******

***Kompostujte – najděte ve svém okolí popelnici na bioodpad, veřejný kompost nebo si založte vlastní.***

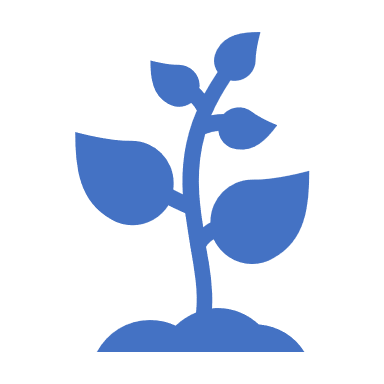
DEN PÁTÝ 🟆 BUĎTE KREATIVNÍ

***Upcyklujte – najděte doma jakoukoli neužitečnou věc a dejte jí novou funkci, např. vytvořte krmítko z hrnečku, květináč ze starého míče nebo peněženku z nápojového kartonu. Na internetu se můžete inspirovat množstvím nápadů. Zkuste si i naše fotonávody na vytvoření originálního*** [***penálu ze starých džínsů***](https://www.jsns.cz/nove/projekty/kdo-jiny/nekup_to/nekupto_foto_navod_02_22mb.pdf) ***či nebo*** [***ušití sáčku na potraviny***](https://www.jsns.cz/nove/projekty/kdo-jiny/2020/umeni_odpadu/fotonavod_sacek_stroj.pdf)***.***

*Sem napište, co jste vyrobili…*



DEN ŠESTÝ 🟆 ZASAĎTE SEMÍNKA / UVAŘTE LOKÁLNĚ

******

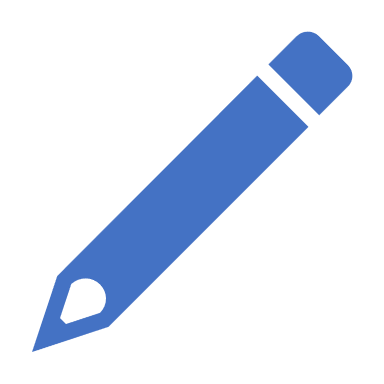
***Vyberte si své oblíbené bylinky nebo jeden druh listové zeleniny (například pažitku, bazalku či rukolu) a začněte jej pěstovat v květináči, na zahrádce či na dvorku. Semínka seženete ve větších supermarketech, zahradnictvích i květinářstvích.***

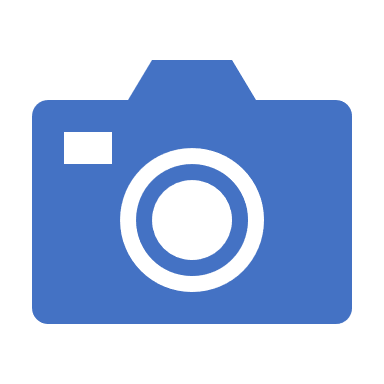
**🟆🟆🟆**

***Alternativně si uvařte oběd nebo večeři z lokální zeleniny.   
Doprava od místních farmářů do regálů obchodů je šetrnější k životnímu prostředí.***

DEN SEDMÝ 🟆 ………………..?

***Vymyslete vlastní výzvu, která zmenší vaši odpadovou stopu, a popište ji, případně ji můžete i vyfotit.***

******

******

***Svoje výrobky, bylinky, oběd i vlastní výzvu vždy vyfoťte a uložte na společné cloudové úložiště.***