



Ekologiczna higiena i zabawa dzieci

**Ograniczamy
odpady w kuchni
i łazience**

**Szkło opakowaniowe –
doskonały odpad
do przetwarzania**

**Panele FV
wylądują
w lasach?**

Małymi krokami do życia zero waste w łazience

Łazienka jest tym miejscem, w którym każdego dnia gospodarstwa domowe wytwarzają całą masę odpadów. Wystarczą jednak małe zmiany, aby stać się bardziej eko również w łazience.

PRODUKTY WIELOKROTNEGO UŻYTKU

Jednym z najprostszych kroków zmierzających do stylu życia zero waste jest zrezygnowanie z produktów jednorazowych m.in. maszynek



Coraz częściej zestaw z maszynką w roli głównej towarzyszy panom

do golenia i wacików – w ten sposób produkujemy mniej odpadów. Jeżeli chodzi o te pierwsze, na rynku występuje cała gama produktów wielorazowych. Podobnie sytuacja wygląda z wacikami, wykorzystywanymi głównie do zmywania makijażu. Aktualnie można zaopatrzyć się w waciki wielorazowe, które po użyciu wystarczy jedynie wyprać.

Zamiast mydła w płynie warto wybrać mydło w formie kostki



Własnoręcznie zrobione kosmetyki kosztują przynajmniej dwa razy mniej

OGRANICZAJMY PLASTIK

Łazienka jest tym miejscem, w którym produkuje się ogromne ilości odpadów z plastiku. Większość kosmetyków sprzedawana jest w opakowaniach z tego surowca. Zamiast używać mydła w płynie, które sprzedawane jest w plastikowych opakowaniach, warto wybrać to w formie kostki. Ku zaskoczeniu wielu, szampon do włosów też można kupić w postaci kostki. Pieni się tak samo, jak jego odpowiednik w płynie, równie dobrze oczyszcza skórę głowy, a zapakowany jest w niewielkiej wielkości kartonik. Jakże estetyczne są drewniane lub bambusowe, biodegradowalne

akcesoria toaletowe (szczoteczki do zębów, szczotki, grzebienie itd.). Pamiętajmy, że plastikowe szczoteczki nie nadają się do recyklingu.

NATURALNE DOMOWE KOSMETYKI

Część kosmetyków wykorzystywanych w łazience, zakupionych w drogerii (są one dość kosztowne) można w łatwy i szybki sposób zastąpić naturalnymi i wykonanymi własnoręcznie. Jednym z przykładów mogą być peelingi do ciała. Do ścierania martwego naskórka można wykorzystać kawę bądź cukier, który nie ma właściwości drażniących i nie uczula. Przygotowanie takiego peelingu jest niezwykle proste. Wystarczy zmieszać łyżkę cukru z oleistą lub kremową

substancją (np. oliwa z oliwek), dzięki czemu granulki będą delikatnie sunąć po skórze.

UŻYWAJ KOSMETYKI DO KOŃCA

Sposobem na zero waste, a także na oszczędzanie jest również zużywanie produktów do samego końca. Bardzo często zdarza się, że kosmetyki w plastikowych opakowaniach osiadają na ściankach i nie jesteśmy ich w stanie wycisnąć. Rozwiązaniem może być po prostu rozcięcie opakowania po kremie lub paście do zębów. Niekiedy możemy być naprawdę zaskoczeni, ile produktu znajduje się jeszcze w opakowaniu.

NOWOCZESNE ROZWIĄZANIA NA KOBIECE TRUDNE DNI

Zużyte podpaski czy tampony w żaden sposób nie poddają się recyklingowi, a co za tym idzie, przyczyniają się jedynie do powiększania składowisk odpadów. Aktualnie istnieje jednak wiele nowoczesnych rozwiązań, które są ekologiczne, a zarazem pozwalają zachować higienę w czasie menstruacji. Warto tutaj wymienić coraz bardziej popularny kubeczek, idealnie zastępujący tampony. Na rynku nie brakuje jednak innych zero waste rozwiązań, takich jak wielorazowe podpaski czy majtki menstruacyjne. Warto więc próbować różnych rozwiązań i wybrać takie, które będzie zarówno komfortowe, jak i ekologiczne.

Informator Ekologiczny Eko-Gmina

Wydawca: MZGOK Spółka z o.o. w Koninie
ul. Sulańska 13, 62-510 Konin
kontakt z zespołem redakcyjnym: bok@mzgok.konin.pl
tel. (63) 246-81-79

Redaktor naczelna: Urszula Szatkowska
Redaguje zespół: Milena Fabisiak, Justyna Przeorek, Marcin Szafranski,
Urszula Szatkowska, Izabela Tomaszewska, Monika Wódczak

Zdjęcia: pixabay.com; Kamil Wódczak



Zero waste w kuchni – to sposób na ograniczenie odpadów

Filozofia zero waste opiera się na działaniach zmierzających do wytwarzania jak najmniej odpadów na rzecz troski o środowisko. Nie ma wątpliwości, że na co dzień najwięcej odpadów produkujemy w kuchni (opakowania, żywność). Wprowadzając jednak niewielkie zmiany do swojego życia, można nie tylko zadbać o naturalne środowisko, ale również zaoszczędzić finanse.

PLANUJMY POSIŁKI I RÓBMY LISTĘ ZAKUPÓW

Pierwszą i najprostszą rzeczą, którą można zrobić w kierunku niemarnowania żywności, jest chodzenie na zakupy z listą. Przed wyjściem z domu warto zaplanować menu na cały tydzień lub do kolejnej wizyty w



Nie kupujmy na „głodniaka” – wówczas więcej wydamy nie tylko na produkty spożywcze

sklepie. Dodatkowo należy sprawdzić co nam zostało w lodówce, a czego brakuje. Planowanie posiłków oraz przygotowywanie listy zakupów jest najskuteczniejszym krokiem w kierunku życia zero waste.



szybko się psują. Gdy uznamy, że posiadamy taką kategorię produktów, warto świadomie kupować ich po prostu mniej.

SPRAWDZAJMY DATY WAŻNOŚCI

Pamiętajmy, że wyższa temperatura jest zawsze na górnej półce. Na niej jest miejsce np. na jogurty, mleko, kefiry. Środkowe półki przeznacza się na produkty z krótszym terminem ważności: wędliny, serki, twarogi oraz „obiadowe resztki”. Świeże mięso, ryby układajmy na najniższej półce (nad pojemnikami na warzywa) – tu jest temperatura ok. 2°C lub w specjalnych szufladach, w których jest wykorzystana technologia zapobiegająca mieszanemu się zapachów z temperaturą od -2°C do 2°C. Koniecznie wszystko musi być zapakowane w pojemnikach lub zawinięte w pergamin, a następnie w aluminiową folię. Na samym dole umieszczone są pojemniki, w których jest wyższa wilgotność. Do nich wkładamy warzywa i owoce.

WŁAŚCIWIE UKŁADAJMY PRODUKTY W LODÓWCE

Istotne jest również sprawdzanie dat ważności produktów. Jeżeli wiemy, że dany produkt użyjemy dopiero za kilka dni, należy upewnić się, że do tego czasu będzie bezpieczny do spożycia. Gdy kupujemy jednak coś na dzisiejszy obiad, można wybrać produkty z krótką datą ważności. One często są przecenione. W ten sposób zarówno zaoszczędzimy, jak i przyczynimy się do ograniczenia odpadów zarówno w domu jak i w sklepie (tam też wyrzuca się przeterminowane produkty).

WYODRĘBNIJMY PRODUKTY NAJCZĘŚCIEJ WYRZUCANE

Przed zrobieniem listy zakupów dobrym pomysłem jest przemyślenie, czy są takie produkty, które wyrzucamy częściej niż inne. Dotyczy to głównie jogurtów, którym skończyła się ważność warzyw i owoców, które nieodpowiednio przechowywane

NIE KUPUJMY NA ZAPAS

To naprawdę nie jest dobry pomysł. Gdy jednak jesteśmy z pewnych względów zmuszeni zgromadzić więcej produktów, warto wybrać mrożonki. Nawet jeżeli nie użyjemy ich w zaplanowanym czasie, nie popsują się i nie trzeba będzie ich wyrzucać. Dobrym rozwiązaniem jest również samodzielne mrożenie produktów, których akurat kupiliśmy za dużo np. mięsa czy pieczywa.

WYBIERAJMY PRODUKTY SEZONOWE I REGIONALNE

Zgodnie ze stylem życia zero waste dobrze jest wybierać produkty, które są sezonowe, przede wszystkim owoce i warzywa. Lepiej sięgać po te regionalne, a nie te, które pochodzą z oceanu. Kiedy mamy ich za dużo, zrobimy z nich przetwory. Z owoców można robić dżemy, kompoty czy powidła, a z warzyw przygotowywać kiszonki i sałatki. Zimą będą nam wyjątkowo smakować.

Styl życia zero waste wcale nie wymaga wywracania wszystkiego do góry nogami. Małymi krokami i systematyczną zmianą nawyków możemy uczynić naprawdę wiele zmian na lepsze, nie wkładając w to jednocześnie zbyt wiele wysiłku.



Zgodnie ze stylem życia zero waste dobrze jest wybierać produkty, które są regionalne i sezonowe

Less waste – ekologiczna higiena

Moda na ekologię niezmiennie cieszy, ale to nie tylko moda! Ruchy zero i less waste, których istotą jest wyeliminowanie niepotrzebnych przedmiotów i dobrych nawyków. Prawdziwą rewolucją w naszym życiu z pewnością jest pojawienie się w rodzinie przedszkolaka też obowiązywały ekologiczne reguły. W ten oto sposób nie tylko sami prowadzimy odpowiednio

EKOLOGICZNA HIGIENA NIEMOWLAKA I PRZEDSZKOLAKA

Przygotowując się na pojawienie dziecka, szczególnie tego pierwszego, często ulegamy presji bycia idealnym rodzicem. W świecie mediów społecznościowych i galopującego konsumpcjonizmu, zazwyczaj oznacza to zakup wielu gadżetów. Te z po-



zoru konieczne w opiece nad niemowlakiem przedmioty, w praktyce okazują się często całkiem zbędne. Wraz z racjonalnym podejściem do zakupów, warto zaznajomić się z ekologiczną alternatywą i poszukać takich produktów, które są

przyjazne dla środowiska i naszego portfela.

Wielorazowe pieluchy to hit ostatniej dekady. Okazuje się, że aby pójść naprzód, warto spojrzeć wstecz i skorzystać z rozwiązań naszych matek i babek. Chociaż trzeba przyznać, że obecne na rynku pieluszki wielokrotnego użycia niewiele mają wspólnego z niegdysiejszą tetką. Nowe produkty są estetyczne, wygodne w użyciu, a piękne wykonanie i wzory zachęcają do zakupu. Ponadto warto zaznaczyć, że pieluszki te są po prostu delikatniejsze dla skóry dziecka.

Wielorazowe myjki bambusowe to kolejny artykuł, o którym głośno na forach dla rodziców. Wszyscy znamy wygodne, jednorazowe chusteczki nawilżane. Jednak przy opiece nad niemowlakami trzeba ich zużyć naprawdę dużo. Warto zastanowić się nad myjką, która posłuży nam o wiele dłużej. W kryzysowych sytuacjach zawsze możemy mieć pod ręką paczkę chusteczek. Jednak przy odpowiednim podejściu, na pewno nie będziemy ich zużywać w ilościach hurtowych. Korzystanie z myjek jest

bardzo łatwe, wystarczy delikatnie je zmoczyć, a po użyciu wypłukać.

Równie ważne w pielęgnacji dziecka jest systematyczne czyszczenie uszu. Przez długie lata byliśmy przyzwyczajeni do korzystania z patyczków higienicznych. Dzisiaj są one nie tylko niewskazane z uwagi na etykę ekologiczną (za niedługi czas będą wycofane ze sprzedaży), ale także mogą wyrządzić krzywdę dzieciom. Korzystając z nich można doprowadzić do wpychania woskowiny w głąb ucha, co grozi przytkaniem ucha lub całkowitym jego zatkanie. Postawmy wyłącznie na higieniczne preparaty np. na **olejki do uszu**, które można nabyć bez trudu choćby w aptekach.

Kolejny produkt, w którym wystarczy zainwestować tylko raz, to **mata do przewijania wielorazowego użytku**. W ten sposób zastąpimy jednorazowe podkłady kupowane w aptekach. Maty są bardzo przyjemne w kontakcie ze skórą i nieprzemakalne. Lekkie, zatem można zabrać je w podróż i wykorzystać np. podczas przewijania w publicznych toaletach lub na wizycie u lekarza. Warto zwrócić również uwagę na **wielorazowe torebki do brudnych pieluch** i ubrań. Przydadzą



Wielorazowe myjki bambusowe to kolejny artykuł, o którym głośno na forach dla rodziców

się one w podróży, na spacerze, jak i na wakacjach. W przyszłości można je wykorzystać do innych celów.

Nieco starsze dzieci uczymy korzystać też z ekologicznych artykułów. Już na początku kłaniają się nam **bambusowe szczoteczki do zębów**.

Wielorazowe pieluchy to hit ostatniej dekady



Wiedza i zabawa dzieci

Wytwarzanie jak najmniejszej ilości odpadów w celu poszanowania środowiska i przybierają nowe obowiązki, rezygnujemy z wcześniejszych postanowień na rzecz dobra małego dziecka. Apelujemy, aby w otoczeniu niemowlaka, a później w dorosłym trybie życia, ale uczymy dbania o środowisko nasze pociechy.

EKO-ZABAWKI NIE TYLKO BAWIĄ

Nikt już nie pamięta czasów ograniczonego dostępu do zabawek. Dzisiaj atakowani jesteśmy reklamami w telewizji, internecie, sklepach z zabawkami, a nawet w sklepach spożywczych. Wszystko jest dostępne w dużej ilości i natychmiast. Często już małe dzieci zasypywane są ogromną ilością zabawek, mimo że wcale ich nie potrzebują. Bywa i tak, że to dorośli ulegają pokusie zakupów, podczas gdy maluchy chętnie bawią się najzwyklejszymi przedmiotami, takimi jak kubek do soku lub drewniana łyżka. Dlatego ważne jest, aby również w kwestii zabawek kierować się rozsądkiem. Korzystajmy z produktów trwałych, przyjaznych dla środowiska i pochodzących ze znanego źródła. One nie tylko ba-

wią, ale kształtują właściwe, ekologiczne zachowania naszych dzieci. Wybierajmy zatem **drewniane klocki i zabawki**. Zainwestujmy w porządnego pluszaka, wykonanego w Polsce. Kiedy dzieci podrastają, warto pomyśleć również o **drewnianej, niewielkiej kuchni**, w której spędzą wspaniałe godziny przeznaczone na zabawę. Również dla starszych dzieci znajdziemy wiele zabawek w wersji eko; popularna **Jenga – zręcznościowo-umysłowa gra towarzyska**, **planszówki**, **drewniane warcaby**, **bierki czy chińczyk**. Pamiętajmy też, że dla dzieci niezależnie od wieku najważniejszy jest czas, który im poświęcamy. Rodzinny spacer po lesie zupełnie nic nie kosztuje.



Jenga to idealna gra zręcznościowa dla dzieci i rodziców



Drewniana zastawa kuchenna to doskonały pomysł na prezent dla każdego dziecka



Ręcznie zrobione misie to przykład ekologicznej zabawki również dla chłopców



Bierki nadal są ŚWIETNĄ zabawą dla najmłodszych. Warto zadbać, aby były drewniane

Panele fotowoltaiczne wylądują w lasach?

Czy za kilkanaście lat w lasach będziemy znajdować sterty zużytych paneli fotowoltaicznych czy baterii do samochodów elektrycznych? Ich części, jak mówią eksperci, można odzyskać, więc nam to nie grozi. W przypadku tych pierwszych można odzyskać nawet 40-60 procent ich wartości. Są firmy, które przymierzają się do budowy fabryk recyklingu paneli fotowoltaicznych. – To jest naprawdę dobry interes – mówi jeden z przedstawicieli dużej firmy w Koninie.

W dobie odchodzenia od konwencjonalnych źródeł ciepła i energii, na wielu domach w Polsce pojawia się coraz więcej paneli fotowoltaicznych. Budowane są także duże farmy. Czy nasz kraj i region są przygotowane na pozbywanie się już zużytych komponentów? Jak mówią eksperci, na pewno to nie jest sytuacja, z którą się zmierzmy za 2 czy 3 lata. Ten biznes w naszym kraju jest raptem 10-12 lat, więc takie panele zużyją się za 15 czy 20 lat.

Panel fotowoltaiczny składa się z ramy aluminiowej, szyby, elektroniki zatopionej w środku, celek krzemowych, jest też trochę plastiku. Są już

jeszcze opłacalna budowa instalacji do recyklingu paneli. Na razie nie ma tych zużytych, a takie, które na przykład psują się w procesie montażu. Co dzieje się w takich sytuacjach teraz? Taki panel trafia do segregacji jako odpad wielkogabarytowy. Czyli szkło trafia do szkła, aluminium do aluminium itd. Są już opracowane technologie w Polsce, jak taki recykling ma odbywać się w przyszłości na masową skalę. Jak wiadomo, wiele firm buduje takie duże instalacje, które produkują energię. Niektóre rozważają budowę w swoich strukturach fabryk, które miałyby się zajmo-

przed koniecznością całkowitej wymiany akumulatorów na nowe, tylko je wykorzystać ponownie do innych celów, niekoniecznie związanych z komunikacją miejską – wyjaśnia. Ważne jest postępowanie zgodnie z zaleceniami, jak jeździć najefektywniej, kiedy i jak ładować baterie, żeby wydłużyć ich żywotność. Zakłada się,

od kosztów konkretnych materiałów i skali. Na razie liczba zużytych baterii wymagających recyklingu jest jeszcze zbyt mała, ponieważ pojazdy elektryczne pojawiły się na naszych drogach kilka lat temu. Do zakładów recyklingu na razie trafiają raczej akumulatory, które zostały uszkodzone, na przykład podczas wypadków



Autobusowe baterie poddawane są też recyklingowi



W naszym regionie przybywa farm fotowoltaicznych. Są już opracowane metody recyklingu

opracowane metody recyklingu. Okazuje się, że można odzyskać nawet od 30 do 60 procent jego wartości panelu, w zależności od cen składników. – Nie boję się o przyszłość, że będziemy znajdować sterty porzuconych w lesie, bo to jest zbyt cenny towar, żeby poddać go recyklingowi – mówi jeden z przedstawicieli firmy z Konina, która wybudowała niedawno dużą farmę fotowoltaiczną w naszym regionie. Na razie zużytych paneli jest niewiele, więc nie jest

waż przetwarzaniem takich paneli, bo to – jak się okazuje – jest naprawdę bardzo dobry interes. Mówiąc krótko, proces recyklingu takich paneli jest po prostu opłacalny.

A co będzie się działo z bateriami do pojazdów elektrycznych, bo tych też sporo jeździ po naszych ulicach? Także w komunikacji miejskiej. Na ten temat na pewno sporo się rozmawia, jak zdradza nam Magdalena Przybyła, prezes Miejskiego Zakładu Komunikacji w Koninie. – Żeby nie stanąć

że taki minimalny okres to 5-6 lat. To jednak nie oznacza, że potem taka bateria traci swoją pojemność całkowicie. Uznaje się, że jak spadnie ona do 80 procent, to staje się mniej efektywna i trzeba ją wymienić. W autobusie elektrycznym jest kilka baterii, więc raczej mało prawdopodobne jest to, że nagle wszystkie stracą żywotność. Czy to oznacza, że nadają się one do wyrzucenia? Absolutnie nie. One też są poddawane recyklingowi, bo z takiej baterii można odzyskać poszczególne komponenty. Są firmy motoryzacyjne, które zbierają wszystkie uszkodzone baterie wycofane z pojazdów i chcą wykorzystać ponownie aż 92 proc. składników takich baterii. Opłacalność tych działań oczywiście zależy przede wszystkim

drogowych. Ale jest jeszcze inna metoda wykorzystania takich akumulatorów do „elektryków”. Prowadzone są prace nad „drugim życiem baterii”, a chodzi konkretnie o magazyny energii, do budowy których mają być właśnie wykorzystane wyeksploatowane baterie z autobusów elektrycznych. Jak już wspomnieliśmy, taka zużyta ma poniżej 80 procent pojemności, wciąż jednak może być doskonałym magazynem energii elektrycznej, które będą stanowiły istotny element inteligentnej infrastruktury elektroenergetycznej. To takie połączenie wytwarzania energii w lokalnych mikroźródłach prosumenckich lub małych źródełach fotowoltaicznych z jej przechowywaniem i dostarczeniem do końcowego odbiorcy.

Szkło opakowaniowe – doskonały odpad do przetwarzania

W naturalnym środowisku produkty szklane mogą ulegać rozkładowi, ale ten proces będzie trwał około 4 tysięcy lat. Aby uniknąć składowania tych wyrobów, obecnie przetwarza się je w celu ponownego wykorzystania – poddaje się szklane stłuczki recyklingowi i to prawie w 100 procentach. Jednak w praktyce ilość ich wykorzystania zależy od ilości zanieczyszczeń. Dlatego istotne jest, by prawidłowa selekcja odpadów była przeprowadzana już w gospodarstwach domowych, z których ten surowiec jest odbierany. Pamiętajmy, że bardzo dużą zaletą szkła jest możliwość jego wielokrotnego przetwarzania.

Przygotowanie szkła do recyklingu

MZGOK w Koninie nie zajmuje się recyklingiem szkła, a jedynie jego przygotowaniem do rzeczono-go procesu. – Szkło opakowaniowe – bo tylko takie przekazywane

nych spośród wszystkich frakcji selektywnie zbieranych odpadów. Można je przetwarzać wielokrotnie, a sam surowiec nie traci na jakości. Z uwagi na nowoczesne technologie, z których korzystają dzisiaj recyklerzy my szklane odpady przekazujemy do nich bez zbędnego czyszczenia. Warunek jest

najczęściej niewłaściwie posegregowane szkło pakowane w worki trafi do nas z osiedli domów jednorodzinnych – podkreśla Ciepłiński. – My na miejscu doczyszczamy te odpady. Praca ta polega na ręcznym wybieraniu z całego strumienia szklanych odpadów tego, co nie może trafić do recyklerów. Tak wyselekcjonowane szkło opakowaniowe transportem przewożone jest do firm zajmujących się recyklingiem szkła.

zostaje dalej czyszczone z papieru, drewna, metalu i innych frakcji.

Tak przygotowaną stłuczkę ponownie rozdrabnia się do wielkości 3,5 cm, po czym kolejny raz się oczyszcza. Surowiec jest także rozdzielany fotooptycznie pod kątem barwy.

Ostatni etap recyklingu polega na przetopieniu wcześniej oczyszczonej stłuczki na nowe opakowania szklane. Podczas ich produkcji dodaje się do stłuczki utleniacze oraz stłuczkę bezbarwną. Ma to na celu osiągnięcie odpowiedniego składu masy szklanej.



Recykling szkła

Tak jak już była mowa, segregacji podlega wyłącznie szkło tzw. opakowaniowe bez względu na wielkość i kolor.

Pamiętajmy, że pozostałe produkty szklane (w całości albo stłuczki) wrzucamy do zmieszanych odpadów np. lustra, kieliszki, szklanki, wazy, wyroby porcelanowe, fajansowe.

Przestrzeganie tych zasad jest o tyle ważne, bowiem wymienione rodzaje szklanych odpadów różnią się przede wszystkim składem chemicznym i temperaturą topnienia. Z tej prostej przyczyny nie da się topić każdego rodzaju szkła w piecu przeznaczonym do stłuczki pochodzącej z opakowania szklanego.

Zanim jednak opakowaniowe szkło trafi do huty, oczyszcza się je z pozostałości spożywczych, farmaceutycznych i innych. Na tym etapie dzieli się je także na szkło bezbarwne i kolorowe (brązowe, zielone).

Kolejnym etapem procesu recyklingu jest kruszenie stłuczek. Szkło przygotowane w ten sposób

SZKLANE, PROBLEMATYCZNE ODPADY

SZKŁO OKIENNE
szkło okienne, ale także z drzwi należy wywieźć do PSZOK-u lub zamówić specjalny kontener z profesjonalnej, prywatnej firmy, która odbierze od nas rzeczony odpad.

STARE ŻARÓWKI
wrzucamy do odpadów zmieszanych.

ŚWIETŁÓWKI
możemy je oddać w sklepie, w którym dokonujemy zakupu ich zamienników lub wywozimy do PSZOK-u. Pamiętajmy, że w wielu świetłówkach znajduje się rtęć. Należy zatem na nie szczególnie uważać.

ŻARÓWKI LED
można je oddać w sklepach, które przyjmują elektroodpady lub w PSZOK-u.



jest do recyklingu – trafia do nas z 36 gmin (naszych udziałowców) z subregionu konińskiego – mówi Dariusz Ciepłiński, kierownik Sortowni MZGOK w Koninie. – Szkło jest bardzo dobrym odpadem, jest jednym z najmniej zanieczyszczonych

tylko jeden: nie może się w całej ich masie znaleźć inny rodzaj szkła np. stłuczki szklanek, kieliszków lub ceramika użytkowa. Musi to być wyłącznie szkło opakowaniowe (słoiki i butelki). Dlatego tak ważna jest właściwa segregacja. Niestety,



Działaj z nami

Kosmetyki robione w domu to sposób na dobre zdrowie, oszczędzanie no i... ograniczenie odpadów

Własnoręczna produkcja domowych kosmetyków mieści się także w granicach działań zmierzających do ograniczenia odpadów lub oszczędzania domowego budżetu.

Zdaniem dermatologów takie właśnie kosmetyki są bezpieczne pod warunkiem, że nie robimy ich na zapas, tylko w niewielkich ilościach. Są naturalne, bezpieczne dla skóry i zdrowia, pozbawione mało przyjaznych substancji jak np.: parabenów czy też sztucznych barwników. Przechowywanie ich np. w lodówce owszem jest nad wyraz wskazane, ale przez dłuższy okres już niekoniecznie, bowiem wiąże się to z tym, że zmieniają się właściwości kosmetyków. Jak wiadomo, mowa jest o produktach, w których brak jest chemicznych konserwantów.

Szczególnie specjaliści nie polecają używania własnoręcznie zrobionych produktów do pielęgnacji osobom, które mają skórę wrażliwą czy jakiegokolwiek z nią problemy (cera atopowa, trądzik różowaty).

A receptury? Można wykorzystać składniki powszechnie znane. Zdobywając wiedzę na temat wykonania tych kosmetyków można zawsze poradzić się chociażby farmaceuty kupując w aptece konkretne składniki. W sieci, głównie na YouTube można znaleźć materiały szkoleniowe, często przygotowane przez fachowców z doświadczeniem dermatologicznym lub farmaceutycznym. Takie osoby bywają także aktywne

w prowadzeniu blogów – tam również można znaleźć wiele receptur.

A W JAKIE SKŁADNIKI MOŻNA SIĘ ZAOPATRYĆ?

Masło shea, które ma niezwykle właściwości, wszelkie olejki tłoczone na zimno np. arganowe, oliwa z oliwek, olejki eteryczne, ocet jabłkowy, wodę, cukier trzcinowy, jogurt, sodę oczyszczoną, glicerynę, sól Epsom (siarczan magnezu), różne owoce i zioła.

Wykonać można z nich: nawilżające i odżywcze kremy, balsamy do ciała, peelingi, szampony, a nawet pastę do zębów. Przepisów jest cała masa.

Może tak na początek: **PEELING DO CIAŁA**

Wystarczy wsypać do miseczki około pół szklanki cukru np. trzcinowego (doskonale nawilża) i naprawdę niewielką ilość wody. Tak przygotowany kosmetyk doskonale służy do ścierania naskórka. Można dodatkowo dodać np. olejku jojoba lub oliwy z oliwek.

Kolejny przyjazny kosmetyk to np. **KREM DO TWARZY**. Wystarczy połączyć wybrany jeden tłuszcz np.: masło Shea – 30 ml z 70 ml naparu np. z rumianku. Należy składniki połączyć w pojemniku ustawionym na gorącym rondelku i porządnie wymieszać np. trzepaczką. Po wystygnięciu dodać kilka kropli gliceryny i olejku ete-



rycznego, a na koniec około 5 g wosku pszczelego. Można dodatkowo też dodać witaminę E lub A. Na koniec dokładnie wymieszać.

Mówiąc o kosmetykach domowej roboty, warto także wspomnieć o **BALSAMIE DO CIAŁA**. Oto jedno z wielu przepisów.

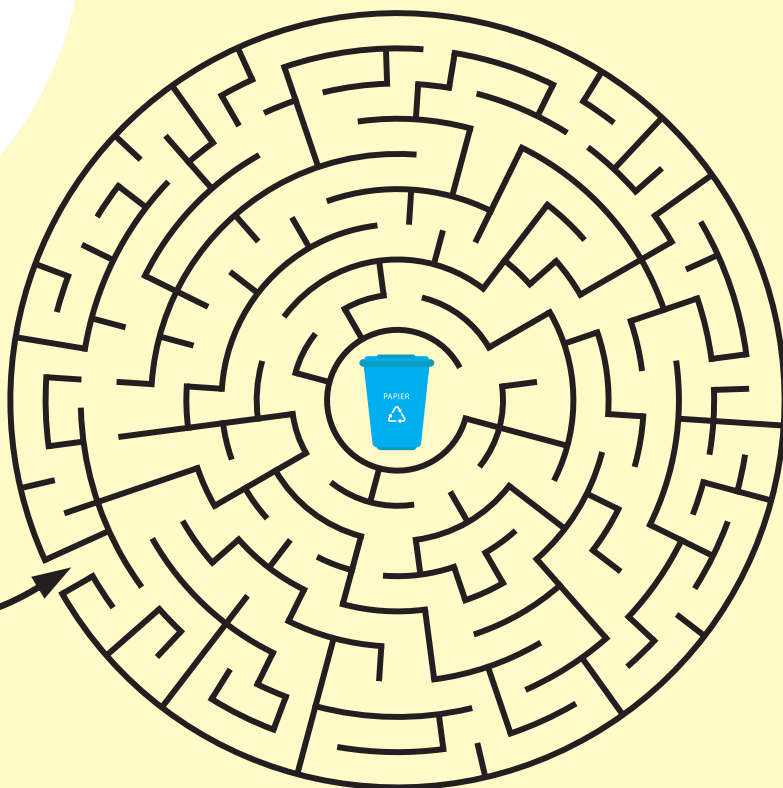
Potrzebujemy około 60 ml wody destylowanej, 7 g wosku pszczelego, kilka kropli witaminy E, kilka kropli olejku eterycznego (zapach do wyboru) oraz tyle samo co wody destylowanej oliwy z oliwek, w tym wypadku około 60 ml. W czystej, wyparzonej miseczce ogrzanej na rondlu z gorącą wodą połączyć wosk, olejek i oliwę. Wymieszać wszystkie składniki bardzo dokładnie. Po wystudzeniu i doprowadzeniu do temperatury pokojowej dodaje się wodę destylowaną i witaminy. Tak jak poprzednio wskazane jest mieszanie w celu połączenia wszystkich składników.

SPALAREK BAWI



LABIRYNT

Zosia ma do wyrzucenia kartki z zeszytu.
Pomóż jej dojść do niebieskiego pojemnika, który jest do tego przeznaczony.



KOLOROWANKA

Pokoloruj pojemniki
w kolorach obowiązujących
przy segregacji odpadów.

