Būkime „žalieji“

LAPKRIČIO 30 D.

Aplinkosauginis etiketas

Rūpintis aplinka privalo kiekvienas, net ir maži vaikai. Jūsų sūnui ar dukrai gali tekti atsisakyti klaidingo mąstymo, kad vienas asmuo rūpindamasis aplinka negali nuveikti nieko reikšmingo.

Padėkite vaikui suvokti atsakomybę už aplinką ir tegul jis savęs paklausia: „Kas būtų, jeigu visi elgtųsi taip, kaip aš?“ Jeigu iškylos metu vaikas numeta servetėlę, tegul įsivaizduoja, kaip atrodytų parkas, jeigu visi grupės nariai paliktų servetėles žolėje. Jeigu vaikščiodama po gamtą mergaitė nori prisiskinti gražių gėlių, turėtų pamąstyti, kas būtų, jeigu kiekvienas, einantis pro šalį, nusiskintų po puokštę. Jeigu baseine vaikas nori klausytis muzikos, paraginkite pagalvoti, kas būtų, jeigu tokiu garsumu muzikos klausytųsi visi čia esantys.

Padrąsinkite jį, jeigu matote, kad daro gerus dalykus, ir papasakokite, kaip jūs padedate saugoti aplinką. Taip jis daugiau sužinos apie įvairius rūpinimosi aplinka būdus.

Rytą į paplūdimį ateikite mūvėdami pirštines ir atsineškite šiukšlių maišų – surinkite šiukšles. Paaiškinkite, kad į jūrą patekusios šiukšlės gali pakenkti jūrų gyvūnijai. Baigę darbą praleiskite popietę pliuškendamiesi bangose.

GRUODŽIO 1 D.

Namie

Įpročius tausoti aplinką reikia pradėti ugdyti namie. Toliau pateikiame keletą paprastų būdų, kaip pasirūpinti aplinka namie ir savo kvartale.

- Pradėkite nuo mažų dalykų. Paraginkite išeinant iš patalpos išjungti šviesą, o valantis dantis iš čiaupo neleisti vandens. Sugalvokite nedidelį apdovanojimą, jeigu vaikas duše užtruks ne ilgiau kaip penkias minutes.
- Duokite jam daugkartinį butelį, į kurį galėtų prisipilti vandens, – taip nereikės naudoti vienkartinių plastikinių butelių.
- Įsitikinkite, kad šalia buitinių atliekų konteinerio stovi konteineriai perdirbamoms atliekoms, ir papasakokite, kur kokios atliekos keliauja. (Susidomėjote? Šeimoje atlikite eksperimentą ir įsitaisykite komposto dėžę.)

- Pradėdami pirkinių maratoną artėjantiems mokslo metams užsukite ir į naudotų daiktų parduotuvę bei paaiškinkite, kaip pakartotinai naudojami daiktai gali sumažinti atliekų kiekį.
- Vaikui paprašius automobiliu nuvežti pas kaimynus pažaisti, pasiūlykite verčiau važiuoti dviračiu ir paaiškinkite, kad mažiau naudotis automobiliu naudinga aplinkai.
- Šeštadienį užsukite į netoliese esantį ūkininkų turgų ir išsirinkite šviežių, vietoje išaugintų vaisių ir daržovių. (Galite netgi supažindinti vaikus su ūkininku.) Paaiškinkite, kad, valgant vietoje išaugintus produktus, jiems gabenti reikia mažiau energijos ir išlaidų.
- Išjunkite elektroninius įrenginius ir išsiųskite vaikus žaisti į lauką.

GRUODŽIO 2 D.

Draugo namuose

Kiekviena šeima gali laikytis savo požiūrio į „žaliąjį“ gyvenimo būdą ir teikti šiam nevienodą pirmenybę. Vieni tai gali vertinti gana rimtai. Lankydamasis draugo namuose vaikas turi žinoti, kaip gyvena jo šeima. Ar jie rūšiuoja atliekas? Kaip jie naudoja įvairius išteklius, pavyzdžiui, vandenį ir popieriaus produktus? Kokių kitų priemonių imasi aplinkai apsaugoti? Jei jūsų atžala žino, kokių taisyklių laikomasi bičiulio namuose, galės į jas atsižvelgti ir prie jų prisidėti.

Galbūt būtent jūsų šeima labiau rūpinasi Motinos Žemės gerove. Jeigu lankydamasis draugo namuose jūsų vaikas pastebi, kad šio šeima nesiima tokių pačių priemonių aplinkai apsaugoti, nederėtų kritikuoti ar teisti. (Nėra reikalo išvardyti, kaip jo šeima rūpinasi aplinka, arba sakyti, pavyzdžiui: „Na, mes tai jau tikrai nenaudojame popierinių rankšluosčių.“) Jis taip pat neturėtų duoti pastabų bičiuliams, kurie lankosi jūsų namuose ir galbūt nėra tokie jautrūs aplinkai. Mokyti galima tik savo pavyzdžiu.

Stengdamiesi tausoti aplinką savo namuose, jūs nuo mažų dienų pradėsite ugdyti tinkamą vaiko elgesį. Tai yra svarbiausia.

GRUODŽIO 3 D.

Mokykloje

Paraginkite vaiką pamąstyti, kaip „žaliąjį“ gyvenimo būdą iš namų galima būtų „nusinešti“ į mokyklą. Jis supras, kad tokio gyvenimo būdo gali laikytis visur, kad ir kur būtų, ir galbūt jo pavyzdžiu paseks keli klasės draugai ar mokytojai. Štai keletas idėjų pradedantiesiems.

- Sugalvokite aplinkai palankų planą, kaip vaikams pasiekti mokyklą. Geriausia būtų eiti pėsčiomis, važiuoti dviračiu arba autobusu, bet jeigu jūs negalite gyventi be

automobilio, susitarkite dalytis automobiliu su kaimynais ar netoliese gyvenančiais draugais.

- Prieš pirkdami mokyklinius reikmenis gerai pagalvokite. Pirkite perdirbus makulatūrą pagamintus bloknotus ir popierių bei raginkite atžalą panaudoti abi popieriaus lapo puses prieš išmetant į perdirbamų atliekų (ne į buitinių atliekų) konteinerį. Aplankus, popieriaus ir segtuvų spaustukus, skaičiuotuvus, liniuotes ir žirkles naudokite kelerius metus, leiskite vaikui naudotis, pavyzdžiui, vyresniojo brolio kuprine arba įsigyti ją naudotų daiktų parduotuvėje. Galite net sugalvoti naują mokslo metų pradžios tradiciją (pavyzdžiui, keliauti į zoologijos sodą arba praleisti dieną prie ežero), užuot leidusis į kasmetį apsipirkimo maratoną, kai įsigyjama daiktų, kurių vaikas jau turi ar gali naudoti pakartotinai.
- Įdėkite gerus priešpiečius. Skirkite šiek tiek laiko ir paruoškite priešpiečius patys, užuot pirkę jau paruoštus ir supakuotus ar pasiūlę nueiti į kavinę. Naudokite daugkartinę priešpiečių dėžutę ar maišelius sumuštiniams (galite tiesiog išplauti plastikinius maišelius ir vėl juos panaudoti), plastikinius vienkartinius stalo įrankius pakeiskite daugkartiniais, kuriuos galima pasiimti namo ir išplauti. Tai padės sumažinti pakuočių atliekų kiekį, be to, galėsite įdėti tinkamiausio dydžio porciją ir galbūt dalis maisto nenukeliaus į šiukšlių dėžę prie kavinės, kaip atsitinka su iš anksto paruoštomis universaliomis porcijoms. Stenkitės nepirkti naujų knygų. Jeigu jūsų vaikas perka knygų mokyklai (o vėliau ir gimnazijai), pasiūlykite internetu įsigyti naudotų, o vėliau jas parduokite. Klasikinę literatūrą imkite iš bibliotekos.
- Imkitės iniciatyvos. Jeigu jūsų vaiko mokykloje nėra atliekų rūšiavimo sistemos, suburkite jo draugus ir tėvus ir pasiūlykite mokyklos administracijai pastatyti atliekoms rūšiuoti skirtus konteinerius. Su mokyklos administracija ar bendraklasių tėvais galite netgi aptarti mintį prie mokyklos pasodinti sodą.

GRUODŽIO 4 D.

Maisto prekių parduotuvėje

Maisto pirkimas suteikia galimybę išmokti protingai pasirinkti produktus ir įprasti pirkti taip, kad liktų kuo mažiau atliekų. Pasiimkite vaiką eidami į parduotuvę ir kartu aptarkite maisto produktų pirkimo (o gal net ir maisto gaminimo!) principus. Taip ugdysite jo aplinkosauginį sąmoningumą šioje kiekvieną dieną svarbioje srityje. Siūlome keletą idėjų.

- Susiraskite maisto prekių parduotuvę, kurioje būtų geras nefasuotų produktų skyrius. Parodykite, kad pakuočių atliekas galima sumažinti, tokias prekes kaip grūdai, ryžiai arba dribsniai pilant į daugkartines pakuotes arba plastikinius maišelius.
- Jeigu įmanoma, rinkitės vietinius ir sezoninius vaisius bei daržoves. Rinkdamiesi vietoje išaugintus produktus sutaupysite gabenimo išlaidų ir paremsite netoliese gyvenančius bei dirbančius žmones.

- Jeigu jūsų pajamos leidžia, pirkite ekologiškus produktus, – taip jūs neskatinsite naudoti pesticidų ar kitų aplinkai žalingų cheminių medžiagų.
- Vartokite mažiau šaldytų maisto produktų. Tai irgi padės sumažinti pakuočių atliekas (be to, valgysite sveikiau).
- Apsipirkinėkite dažniau. Jeigu perkate maisto keliems kartams (o ne, pavyzdžiui, dviem savaitėms), tikėtina, kad įsigysite jūsų artimiausius poreikius geriau atitinkančių produktų, be to, reikės išmesti mažiau atlikusio ar sugedusio maisto.
- Nepamirškite daugkartinio naudojimo pirkinių maišelių!

GRUODŽIO 5 D.

Gimtadienio vakarėlyje

Gali būti, kad tuoj pat po savo gimtadienio jūsų vaikas pradeda skaičiuoti iki kito gimtadienio likusius mėnesius ir dienas. O kai vakarėlio metas vėl – pagaliau! – ateina, mes norime išjungti visus stabdžius ir tiesiog gerai pasilinksminti. Tai gerai, tačiau net jeigu gimtadienio vakarėlis jūsų namuose yra didelė šventė, po jo neturėtų likti kalnų atliekų. Išbandykite šias gimtadienio vakarėlio alternatyvas, tai leidžia sumažinti atliekų kiekį arba jas panaudoti pakartotinai.

- Atsisakykite popierinių kvietimų ir kvieskite svečius elektroninėmis priemonėmis. Internete rasite daugybę galimybių pakviesti svečius stilingai ir smagiai (išmėginkite, pavyzdžiui, svetaines punchbowl.com arba paperlesspost.com). Taip sutaupysite popieriaus ir pinigų, be to (tai dar vienas privalumas), galėsite lengviau stebėti svečių sąrašą ir jų atsakymus, nes daugelis tokių svetainių siūlo „valdymo skydelius“, kuriuose matoma, kas atidarė kvietimą, kas ateis ir kas atsisakė ateiti. Jeigu visgi norite siųsti popierinius kvietimus, rinkitės atvirukus.
- Nesirinkite popierinių servetėlių arba lėkščių, plastikinių stalo įrankių ar staltiesių. Nors galbūt šios priemonės padėtų sutaupyti šiek tiek laiko vėliau tvarkantis, verčiau panaudokite smagiausius savo indus ir spalvingas staltieses. Jeigu vakarėlis rengiamas labai mažiems vaikams, rinkitės daugkartinius plastikinius indus.
- Būkite kūrybingi ir namus papuoškite spalvingomis ir šventiškomis dekoracijomis, kurių rasite sandėliuke (audinio skiautėmis, skarelėmis, Kalėdų girliandomis ir pan.). Taip pat galite vieną kartą įsigyti gimtadienio plakatų ar kitų dekoracijų ir naudoti juos ne vienus metus.
- Svečiams verčiau išdalinkite įvairių skanėstų, o ne maišus plastikinių niekučių, kurie netrukus keliaus į šiukšlių dėžes.
- Išvynioję dovanas popieriaus nesuglamžykite, bet gražiai sulankstykite arba suvyniokite drauge su likusiu kaspinu ir panaudokite kitai Kalėdų arba gimtadienio šventei.

Užduotis

Kūrybingai panaudokite atvirukus, kuriuos kitu atveju išmestumėte: dalį atvirukų išsaugokite ir iš jų sukurkite koliažų, kuriuos galėsite vėl įteikti, arba išsaugokite priekinę mėgstamo sulenkiamo atviruko dalį ir paverskite jį vienpusiu pašto atviruku.

GRUODŽIO 6 D.

Mieste

Pernelyg dažnai pramogos susijusios su atliekomis ir energijos švaistymu. Apsvarstykite šiuos būdus, kaip kitą šeimos išvyką padaryti ekologiškesnę.

- *Restorane*. Prašykite iš vietinių produktų pagamintų patiekalų. Maistą, kurį norite išsinešti iš maitinimo įstaigos, prašykite sudėti ne į popierinius maišelius ar polistirolo indus, bet suvynioti į foliją. Jeigu likusį maistą nori pasiimti keli jūsų šeimos nariai, paprašykite sudėti jį į vieną dėžutę. Galbūt šiam tikslui galite iš namų įsidėti plastikinių indelių.
- *Prekybos centre*. Pasiimkite daugkartinį pirkinių maišelį arba bent jau naudokite vienos parduotuvės maišelį visiems pirkiniams. Daugiau sužinokite apie įmones, kurių prekes perkate, ir tapkite lojaliais pirkėjais tų įmonių, kurios laikosi tvarios praktikos ir sąžiningai elgiasi su savo darbuotojais. Vaikui pirkite truputį didesnius drabužius, kuriuos jis galėtų išaugti, tad juos bus galima ilgiau nešioti. Pasvarstykite, kokių daiktų galite įsigyti komiso parduotuvėje.
- *Pasivaikščiokite parke*. Užuot praleidę dieną pramogų ar atrakcionų parke, pasiimkite svaidomą lėkštę, antklodę, užkandžių ir eikite į vietinį parką. Jūsų vaikams bus lygiai taip pat smagu, o tokia išvyka ir jums, ir aplinkai kainuos kur kas mažiau.
- *Praleiskite vakarą namie*. Išsinuomokite filmą, užuot ėję į kino teatrą, pažaiskite stalo žaidimą, užuot ėję į boulingą, ir pavakarieniaukite su šeima namie, o ne restorane.

GRUODŽIO 7 D.

Kelionėje

Keliaudami mes atsiplėšiame nuo kasdienybės, bet kartkartėmis namie paliekame ir geras manieras. Ruošdamiesi į kitą kelionę su šeima planuokite ją taip, kad kuo mažiau kenktumėte aplinkai, bei nepamirškite tam tikrų gerosios patirties elementų, kuriuos galbūt jau praktikuojate namie.

- *Pasirinkite vietą, po kurios apylinkes galėsite vaikščioti pėsčiomis*. Jei tai neįmanoma, apsvarstykite galimybes išsinuomoti dviračius arba mažai degalų naudojantį hibridinį automobilį.
- *Šiek tiek paieškoję susiraskite ekologišką viešbutį, kuris stengiasi taupyti energiją ir vandenį*. Pasakykite kambarių patarnautojai, kad jūsų viešnagės metu nereikės kasdien keisti

rankšluosčių ir patalynės. (Juk jūs neskalbiate jų namie kiekvieną kartą panaudoję, tad kodėl turėtumėte tai daryti kelionėje?) Įsidėkite savo tualeto reikmenų, kad sumažintumėte viešbutyje siūlomų plastikinių buteliukų atliekas.

- *Jeigu nuvykote į šiltus kraštus, kuriuose naktį oras atvėsta, vakare išjunkite kondicionierių*. Jeigu keliaujate žiemą, išeidami iš patalpos sumažinkite šildymą, o naktį verčiau apsiklokite dar viena antklode. Išeidami visai dienai būtinai išjunkite šviesą.
- *Daugkartinio naudojimo maišelis* jūsų lagamine neužims daug vietos, taigi pasiimkite jį eidami į maisto prekių parduotuvę arba įsidėkite priešpiečius. Kelionės metu tikrai norėsite gerti, todėl nepamirškite įsidėti daugkartinio naudojimo butelių arba įsigykite vieną vandens butelį visai kelionei ir nuolat jį papildykite.
- *Valgykite vietinį maistą*. Užuot ieškoję įprastam maitinimo įstaigų tinklui priklausančio restorano, susiraskite išskirtinę užeigą, kurioje siūloma vietinių produktų patiekalų. Tai padės sumažinti aplinkai kenksmingas medžiagas pervežant maisto produktus iš tolimų vietovių, be to, pajusite to regiono virtuvės skonį.
- *Be saiko nepirkite suvenyrų ir niekučių*. Nors tokios smulkmenos kurį laiką gali atrodyti labai mielos, vėliau jos tikrai atsibos. Be to, jų nebebus galima kam nors perduoti – kam reikia suvenyrų, primenančių kieno nors kito atostogas? Taigi galiausiai jie keliaus į sąvartyną. Jeigu norite parsivežti suvenyrą, įsigykite ką nors iš vietinio pardavėjo arba amatininko ir taip remkite vietos ekonomiką.