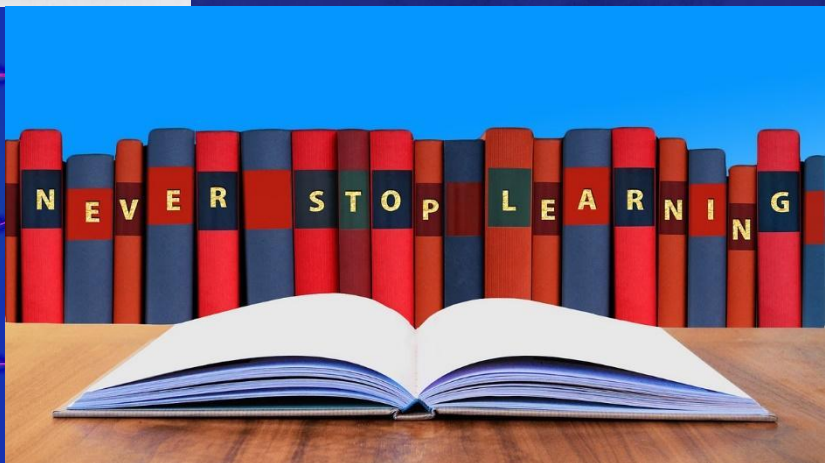
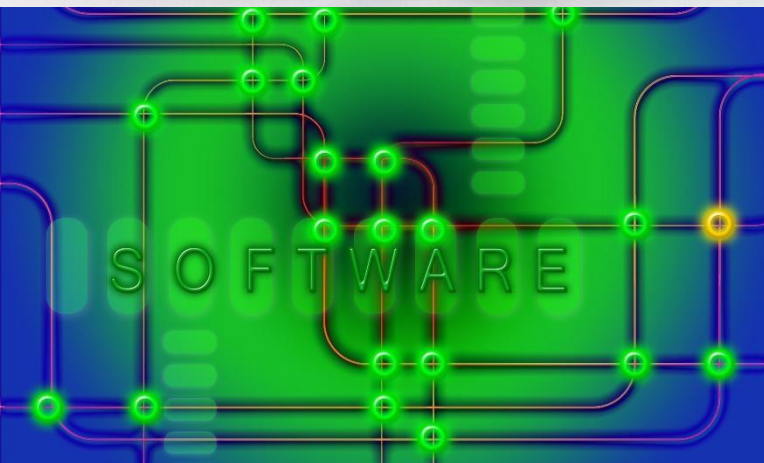




Inovatívne environmentálne vzdelávanie ECO-COMPASS 2. MODUL

Význam ekologických hodnôt a postojov v rodine

Vzdelávací materiál pre účastníkov

Program: ERASMUS+

KA210-ADU – Malé partnerstvá v sektore vzdelávania dospelých

Číslo žiadosti: KA210-ADU-813F065C

Číslo projektu: 2021-2-SK01-KA210-ADU-000048280

Inovatívne budovanie ekologického povedomia a kultúry rozvíjaním environmentálnych zručností a formovaním postojov občanov s mentálnym postihnutím

Innovative building of ecological awareness and culture by developing environmental skills and shaping the attitudes of citizens with mental disabilities



Inovatívne environmentálne vzdelávanie ECO-COMPASS - Vzdelávací materiál pre účastníkov

Táto publikácia bola schválená konzorciom partnerov v rámci projektu Erasmus+ KA2 č. 2021-2-SK01-KA210-ADU-000048280 „Inovatívne budovanie ekologického povedomia a kultúry rozvíjaním environmentálnych zručností a formovanie postojov občanov s mentálnym postihnutím“ – ECO-COMPASS.

Hlavným cieľom projektu je podpora sociálnej inklúzie a celoživotného vzdelávania osôb s mentálnym postihnutím rozvíjaním ich environmentálnych zručností a kompetencií, formovaním ich ekologických postojov a environmentálnej zodpovednosti vzdelávaním na základe medzinárodných skúseností. Projekt kladie veľký dôraz na podporu a rozvíjanie medzinárodnej spolupráce zapojených organizácií, na vytváranie a upevňovanie partnerských sietí a na profesionalizáciu organizácií.

Inovatívne environmentálne vzdelávanie ECO-COMPASS prostredníctvom inovatívneho vzdelávania založeného na medzinárodných skúsenostiach zabezpečuje rozvoj zručností a kompetencií odborníkov a dospelých s mentálnym postihnutím v oblasti ochrany životného prostredia a formovanie ich environmentálnych postojov a environmentálnej zodpovednosti.



Koordinovaný občianskym združením Spoluprácou pre lepšiu budúcnosť - Veľký Meder, vytvorený konzorciom partnerstva ECO-COMPASS
August 2023

2021-2-SK01-KA210-ADU-000048280

Podpora Európskej komisie na výrobu tejto publikácie nepredstavuje súhlas s obsahom, ktorý odráža len názory autorov, a Komisia nemôže byť zodpovedná za prípadné použitie informácií, ktoré sú v nej obsiahnuté.

Obsah

1. Úvod	4
2. Význam ekologických hodnôt a postojov v rodine	5
2.1. Ekologická domácnosť	5
2.1.1. Čo je dôležité vedieť?	5
2.1.2. Otázky	9
2.1.3. Praktické cvičenia - pracovné listy	10
2.2. Ekologické využívanie zdrojov energie	12
2.2.1. Čo je dôležité vedieť?	12
2.2.2. Otázky	16
2.2.3. Praktické cvičenia - pracovné listy	17
2.3. Bezodpadová domácnosť – premyslené nakupovanie, triedenie odpadu, kompostovanie	19
2.3.1. Čo je dôležité vedieť?	19
2.3.2. Otázky	22
2.3.3. Praktické cvičenia - pracovné listy	23
2.4. Mini-záhradka - mikrokozmos	25
2.4.1. Čo je dôležité vedieť?	25
2.4.2. Otázky	28
2.4.3. Praktické cvičenia - pracovné listy	29
3. Kvíz	31

1. Úvod

V tomto module sa dozviete, čo môžete robiť doma vo svojej rodine pre ochranu prírody.

Pre to, aby naša domácnosť, v ktorej žijeme so svojou rodinou, bola šetrná k životnému prostrediu, môžeme urobiť veľmi veľa. Domácnosť šetrná k životnému prostrediu znamená, že nebudeme používať také prípravky a látky, ktoré znečisťujú vodu, lesy a ovzdušie, a že budeme vytvárať čo najmenej odpadu.

Podme sa teda krok za krokom pozrieť na to, čo môžeme sami urobiť pre naše životné prostredie a pre naše vlastné zdravie vo vlastnom domove! Uvidíte, že mnohokrát môžeme pomocou týchto krokov dokonca ešte aj ušetriť peniaze!

1. Ekologická domácnosť

V tejto téme predstavujeme premyslené nakupovanie. Podrobne vysvetlíme, že pri umývaní riadu, praní, osobnej hygieny a upratovaní je dôležité dbať nielen na množstvo použitej vody, ale aj na výber čistiacich prostriedkov.

2. Ekologické využívanie zdrojov energie

V tejto téme predstavíme jednotlivé obnoviteľné zdroje energie. Ukážeme vám, ako môžeme byť vo svojom domove udomovčenými užívateľmi energie. Uvedieme aj niekoľko užitočných drobných krokov, ktorými môžeme výrazne prispieť k energetickej účinnosti.

3. Bezodpadová domácnosť – premyslené nakupovanie, triedenie odpadu, kompostovanie

V tejto téme sa podelíme o praktiky, ktorými nás obchody a obchodné domy lákajú k nákupom. Vysvetlíme význam označenia trvanlivosti výrobkov a poskytujeme aj informácie o triedení odpadu.

4. Mini-záhradka – mikrokozmos

Cieľom tejto témy bolo poskytnúť užitočné tipy o zelených rastlinách, ktoré vyžadujú málo miesta, jednoduchú starostlivosť, a ktoré sa dajú pestovať na okenných parapetoch, balkónoch a v kvetináčoch.

2. Význam ekologických hodnôt a postojov v rodine

2.1. Ekologická domácnosť



2.1.1. Čo je dôležité vedieť?

Nakupujme inteligentne



Pri nakupovaní ste si určite všimli, že obaly potravín sú často plastové, a tie sa v prírode neodbúravajú.

Vedeli ste, že doba potrebná na odbúranie skla je 1-2 milióny rokov, igelitových tašiek 200-1000 rokov, a jednorazových plienok až 550 rokov?

Tieto veci budú znečisťovať nielen naše životné prostredie, ale dokonca aj v životné prostredie našich detí, vnúčat a pravnúčat.

Čo sa s tým dá robiť? Nakupujme čo najmenej balených výrobkov. Chce to len trochu rozmýšľať vopred a na nákup si vziať vlastnú tašku na pečivo, zeleninu a ovocie. Je veľmi dobré kupovať čerstvé suroviny a nie hotové jedlá. Hotové potraviny sú totiž zabalené v plastových obaloch, a navyše často obsahujú konzervačné látky. Konzervačné látky sú látky, ktoré predlžujú trvanlivosť potravín. Konzervačné látky sa používajú aj na konzervovanie rybích výrobkov, ovocných štiav, nealkoholických nápojov, chleba, pekárenských výrobkov, šalátov, margarínu, šalátových dresingov, vína, sušeného ovocia a zeleniny.

Ak kupujete čerstvé suroviny, pozrite sa, ktoré ovocie alebo zelenina majú práve sezónu. V zime sú napríklad vynikajúcimi sezónnymi zeleninami kapusta, okurhica alebo tekvica. Pripravovali z nich jedlá už aj naše babičky a ani im nenapadlo hľadať v zime na pultoch obchodov čerstvé paradajky alebo papriku. V tom čase ešte ani neboli! Dnes si môžeme kúpiť čokoľvek a kedykoľvek, ale na

to doplácame nielen my, ale aj príroda. Tieto tovary sa dovážajú z teplých krajín a často sa niekoľko dní prepravujú v chladiarenských kamiónoch. Výfukové plyny prispievajú k znečisteniu ovzdušia a otepľovaniu Zeme. Prečo? Počuli ste už o skleníkovom efekte? Viac sa o ňom dozviete v 1. module!

Veľké veci sa dajú robiť aj malými krokmi. Ak máte doma každý svoj vlastný pohár, potom nemusíme vyberať nový zakaždým, keď sa chcete napiť. Na každý deň jeden pohár! Tým ušetríte vodu na umývanie riadu. Pitím vody z vodovodu namiesto kupovania balenej vody tiež znižujete používanie plastov.

Umývanie riadu, pranie, osobná hygiena



V prvom rade musíme venovať pozornosť množstvu použitej vody a nahradiť čistiace prostriedky látkami šetrnými k životnému prostrediu. Vedeli ste, že namiesto leštidla do umývačky riadu môžete použiť ocot? Vďaka nemu sa budú poháre a tanierové rovnako lesknúť. Ocot neznečisťuje vodu, je to prírodná látka, ktorá sa rýchlo odbúrava.

Pri ručnom umývaní riadu je vhodné špinavý riad najprv na chvíľu namočiť. Potom sa budú dať aj veľmi znečistené riady umyť za kratší čas a spotrebujete menej tečúcej vody. Pri namáčaní môžete použiť jedlú sódu (sódabikarbónu), ocot, kyselinu citrónovú alebo čierny čaj.

Namiesto kúpeľa sa radšej rýchlo osprchujte – pri sprchovaní sa spotrebuje menej vody. Môžete si na kachličky nalepiť presýpacie hodiny, ktoré budú merať čas strávený pod sprchou. Sledovať čas pri sprchovaní môže byť celkom zaujímavé.

Pri čistení zubov môžete ušetriť veľa vody, ak si namiesto tečúcej vody napustíte vodu do pohára. Za 3 minúty vytečie asi 15 litrov vody, ktorú môžete ušetriť. Ani by ste si to nemysleli, však?

Pred nákupom domácich spotrebičov, ktoré používajú vodu (práčky a umývačky riadu), sa vždy opýtajte na ich spotrebu vody.

Keby vám chýbala vôňa aviváže, môžete si do šatníka dať sušené kvety alebo korenia (levanduľu, klinčeky, mäta, medovku, badián, škoricu alebo sušenú pomarančovú alebo citrónovú kôru).

Na osobnú hygienu môžete používať BIO produkty, ktoré sú tiež šetrné k životnému prostrediu aj k pokožke a vlasom. Takéto výrobky sú vyrobené výlučne z prírodných látok. Okrem medu, včelieho vosku a lanolínu neobsahujú žiadne látky živočíšneho pôvodu.

Upratovanie



Pri upratovaní sa snažte zistiť, ktoré čistiace prostriedky sa dajú nahradiť prírodnými. Dajú sa nahradiť dokonca aj niektoré pomôcky na upratovanie. Nemusíte napríklad vyhadzovať staré tričká, ponožky bez páru či starú zubnú kefku. Sú vynikajúce na upratovanie alebo utieranie. Zubná kefka je vynikajúca na vyčistenie ťažko dostupných miest. Nebojte sa používať pri upratovaní veci, ktoré máte doma. Vedeli ste, že veľa

ľudí používa na umývanie prírodnú špongiu (lufu), ktorá sa dá kompostovať a dokonca si ju môžete vypestovať aj doma. Je to totiž druh tekvice, ktorá sa po vysušení zmení na špongiu.

Pomocou niekoľkých látok šetrných k prírode môžete v podstate zabezpečiť upratovanie celej domácnosti. Výhodou týchto látok je, že sú univerzálne, takže ich môžete používať na viacerých miestach, a vďaka svojej jednoduchosti sú dokonca lacné.

Ocot/kyselina citrónová

Už sme o tom písali. Tieto dve látky sa dajú používať na podobné veci. Na čo sú dobré? Na odstraňovanie vodného kameňa, odstraňovanie plesní, ale aj ako dezinfekčný prostriedok, takže ich môžete bezpečne použiť na čistenie akéhokoľvek povrchu (v kuchyni aj kúpeľni), a aj na dlážku. Sú ideálne aj na čistenie sklenených povrchov a okien, a dajú sa použiť aj namiesto aviváže.

Ako sa majú používať? Zriedite si ich vodou, naplníte do flakónu a nastriekate ich priamo na znečistený povrch. Môžete použiť prázdny flakón od čistiaceho prostriedku. Pri odstraňovaní vodného kameňa ich nechajte pôsobiť dlhšie.

Jedlá sóda

Je vynikajúca na pranie, bielenie, odstraňovanie škvŕn a pečenie. Okrem toho je výborná ako čistiaci prášok, odmasťovač, odstraňovač pachov (napr. umiestnený v malej miske v chladničke alebo nasýpaný do topánok). Po zriedení v malom množstve vody dostanete pastu, ktorá je vynikajúca aj na odstránenie mastných nečistôt.



2.1.2. Otázky

Ekologická domácnosť

1. Rastú vo vašej krajine banány a pomaranče?
2. Na čo všetko sa dá použiť ocot?
3. Ako si čistiť zuby, aby ste ušetrili vodu?
4. Aké čistiace pomôcky poznáte, ktorými sa dajú nahradiť tie, ktoré sa kupujú v obchode?
5. Na čo sa dá použiť sóda bikarbóna?



2.1.3. Praktické cvičenia - pracovné listy

Ekologická domácnosť

1. Pracovný list

Nájdite vo farebných časopisoch obrázky ovocia a zeleniny, ktoré rastú v tomto ročnom období. Ukážte ich svojim spolužiakom a povedzte aspoň o jednom z nich, aké jedlo sa z neho dá pripraviť!

2. Pracovný list

Nájdite doma ponožku, ktorá nemá pár, vložte do nej sušené kvety alebo voňavé korenie (levanduľu, klinčeky, mäta, medovku, badián, celú škoricu alebo pomarančovú či citrónovú kôru). Dajte si ju do šatníka a po 2 dňoch povedzte svojim spolužiakom, aké ste s tým mali skúsenosti.

2.2. Ekologické využívanie zdrojov energie



2.2.1. Čo je dôležité vedieť?

Spotreba energie sa každým dňom zvyšuje. Energetické zásoby Zeme sa míňajú. Uhlie, plyn a ropu už nebudeme môcť dlho používať. Ich ťažba je čoraz ťažšia a nákladnejšia. Problémom je, že aj elektrickú energiu vyrábame z týchto zdrojov energie. A navyše používame veľa takých spotrebičov, ktoré vyžadujú veľa energie a musia sa nabíjať. Nasledujúce zariadenia sa musia nabíjať elektrinou: telefón, počítač, tablet, ventilátor, klimatizácia.

Existujú zariadenia, ktoré fungujú na plyn.

Čo môžeme urobiť, ak chceme naďalej svietiť, kúriť alebo jazdiť autom? Musíme prejsť na obnoviteľné zdroje energie.



Čo znamená obnoviteľné? Znamená to, že sa obnovujú každý deň. Kto ich obnovuje? Príroda. Medzi obnoviteľné zdroje energie patrí slnečná energia, veterná energia, vodná energia, teplo Zeme a biomasa. Spomedzi nich môžeme slnečnú energiu a veternú energiu považovať za nevyčerpatelné zdroje.

Ostatné zdroje energie sú dostupné v závislosti od zemepisných podmienok. Medzi obnoviteľné zdroje energie patrí napríklad aj využívanie lesov. Bohužiaľ, človek využíval lesy nesprávne, príliš ich ničil a nestaral sa o náhradu, to znamená, že nevysadil toľko stromov, koľko vyrúbal. Vykurovanie drevom preto už nemožno pokladať za využívanie obnoviteľných zdrojov energie.

Pozrime sa bližšie na to, čo presne jednotlivé obnoviteľné energie znamenajú.

Slnčná energia



Slnčná energia je k dispozícii v najväčšom množstve. Energia prichádzajúca na povrch Zeme je asi 10 000-krát väčšia ako množstvo energie spotrebovanej celým ľudstvom. Hoci nie všetky krajiny dostávajú rovnaký podiel tohto obrovského zdroja energie (niekde svieti Slnko viac, niekde menej), takmer všetky krajiny majú možnosť využívať slnečnú energiu. Ak si vezmete do ruky glóbus, slnko svieti menej okolo severného a južného pólu a najviac okolo rovníka. Slnčná energia sa zachytáva pomocou solárnych panelov. Maďarsko a Rumunsko patria podľa meraní medzi mierne slnečné krajiny. Na Slovensku slnko svieti o niečo menej.

Veterná energia



Vietor je jedným z najpremenlivejších javov: niekedy fúka, niekedy nie, niekedy je to veľká víchrica, niekedy jemný vánok. Pre využitie veternej energie je preto potrebné starostlivo vybrať miesto pre výstavbu veternej farmy. Určite ste už videli vysoké stĺpy, na ktorých sa točia vrtule. Ak fúka vietor, točia sa a vyrábajú elektrinu. V minulosti takto fungovali veterné mlyny, ktoré sa používali na mletie obilia. Sila vetra roztočila mlynské kolesá, medzi ktoré nasypali zrná pšenice, a kolesá ich pomleli. Maďarsko, Slovensko a Rumunsko patria podľa meraní medzi krajiny so strednou silou vetra.

Vodná energia



Vynikajúce podmienky majú krajiny s vysokými horami, riekami s veľkými vodopádmi, alebo ktoré majú more alebo oceán. Ľudia už od dávnych čias využívali vodnú energiu pre jej predvídateľnosť a nepretržitosť, napríklad v poľnohospodárstve na zavlažovanie, a staré mlyny boli tiež poháňané vodou.

Teplo zeme



Pri postupovaní do hĺbín Zeme stúpajú teploty každý kilometer v priemere o 3°C. Toto teplo sa nazýva geotermálna energia. Táto energia je neobmedzená a nepretržitá. V podobe termálnej vody nie je nevyčerpatelným prameňom. Jej získavanie je relatívne lacné a neznečisťuje ovzdušie. Ľudstvo ju pozná už odpradáva, už aj starí Rimania ju používali na vykurovanie budov a liečenie (napríklad očných a kožných ochorení). Aj dnes ľudia radi chodia na termálne kúpaliská. Starší ľudia sa radi dlho zdržiavajú v teplej termálnej vode, pretože zmierňuje bolesti.

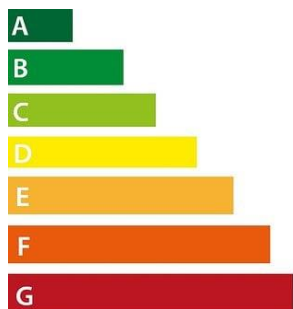
Biomasa



Táto obnoviteľná energia s veľmi zaujímavým názvom nie je nič iné ako odpad, ktorý sa spaľuje a používa na výrobu tepla a elektriny.

Aký to môže byť odpad? Môže byť rastlinného pôvodu, napríklad slama, stonky kukurice, repka, slnečnica, piliny, stromy, krmoviny (cukrová repa, proso, raž). Môže byť aj živočíšneho pôvodu, napríklad tuky, bielkoviny a hnojivá. Aj určitá časť odpadu, ktorý vytvárajú ľudia, je vhodná na biomasu.

Ako sa môžeme stať zodpovednými spotrebiteľmi energie v domácnosti?



Práčku a umývačku riadu sa snažte vždy naplniť do maximálnej kapacity, čiže ju vždy naplno naložte. Pozrite sa, či majú program ECO! Program ECO je úsporný program, pri ktorom sa spotrebuje menej energie a vody. Je to znak toho, že aj výrobcom záleží na životnom prostredí.

Ďalším dôležitým ukazovateľom, ktorý je potrebné sledovať, je energetická účinnosť domácich spotrebičov. Povinne sa uvádza na všetkých spotrebičoch, či už ide o vysávače, chladničky alebo práčky.

Už sme spomínali, že aj maličkosti môžu byť veľmi dôležité. Ďalšie užitočné nápady:

- Keď odchádzate z miestnosti, vždy zhasnite.
- V zime nemusí byť v byte 25°C, stačí len 20°C a oblečte sa teplejšie! V noci stačí aj 18°C, budete sa vám oveľa lepšie spať.
- Ak nepozeráte televízor, vypnite ho. Je zbytočné mať ho zapnutý len kvôli tomu, aby ste mali v pozadí nejaký zvuk!
- Všetky žiarovky vymeňte za energeticky úsporné.
- Chladničku neumiestňujte do blízkosti ohrevného telesa.
- Rozmyslite si, čo chcete jesť, a všetky potraviny vyberte z chladničky naraz. Neotvárajte ju každú chvíľu!
- Vetrajte krátko!
- Ak nemáte nové dvere a okná, štrbiny zakryte podlhovastými vankúšmi.
- Ak v zime položíte na studenú podlahu koberec, budete sa cítiť príjemnejšie!
- V lete používajte radšej žalúzie, klimatizácia nie je vždy potrebná!





2.2.2. Otázky

Ekologické využívanie zdrojov energie

1. Aké zariadenia využívajú elektrinu?
2. Je vykurovanie drevom obnoviteľným zdrojom energie?
3. Ako zachytávame slnečnú energiu?
4. Aké látky sa spaľujú v tepelných elektrárňach na biomasu?
5. Ako môžeme ušetriť energiu doma?



2.2.3. Praktické cvičenia - pracovné listy

Ekologické využívanie zdrojov energie

1. Pracovný list

Nakreslite veterný mlyn a vysvetlite spolužiakom, ako to funguje.

2. Pracovní list

Vyhľadajte na internete alebo v atlase obrázok Zeme, alebo ju nakreslite. Pozrite sa, kde je severný pól, južný pól a kde je rovník. Severný pól, južný pól a rovník zakreslite do svojej kresby. Zakreslite miesta, kde veľa svieti slnko.

2.3. Bezodpadová domácnosť – premyslené nakupovanie, triedenie odpadu, kompostovanie



2.3.1. Čo je dôležité vedieť?

Premyslené nakupovanie



Množstvo odpadu z domácností sa dá znížiť. Ako? Nekupujte veci, ktoré nepotrebuje! Nenakupujte zbytočne!

Obchody a obchodné domy nás rôznymi šikovnými spôsobmi nútia nakupovať. Vedeli ste, že čím je obal farebnejší, tým skôr si výrobok kúpíte? Pred vložením výrobku do nákupného košíka si premyslite, či ho skutočne potrebujete. Nikdy

nechoďte nakupovať hladní, pretože vtedy miniete oveľa viac peňazí na jedlo. Vôňa čerstvo upečeného chleba alebo koláčov pri pulte s pečivom vás zláka kupovať. Ak nie ste dostatočne pozorní, určite nakúpíte viac ako potrebujete. Len sa nad tým zamyslite! Odpad z domácností na začiatku svojej „kariéry“ ešte nebol odpadom. Jeho výroba a preprava si vyžadovali energiu a zaťažovali životné prostredie. Plytvanie s potravinami je najdrahšia vec na svete. Nikoho nezasýtia, a zaplatíme nielen za ich výrobu, ale ešte aj za spracovanie odpadu.

Dátum spotreby výrobkov v akcii sa blíži mali by sa rýchlo spotrebovať. Uplynutie dátumu minimálnej trvanlivosti nemusí vždy znamenať, že by sa tie potraviny mali vyhodiť. Ak boli skladované neotvorené, v nepoškodenom obale a v súlade s odporúčaním výrobcu, a ak po ich otvorení nevidíme žiadne veľké zmeny (chuti, farby, vône, konzistencie) v porovnaní so zvyčajným produktom, výrobok sa môže spotrebovať aj niekoľko týždňov až mesiacov po dátume expirácie. Konzervované potraviny sa môžu spotrebovať aj rok po expirácii. Aj tvrdé syry, kyslá smotana alebo kefír vydržia v chladničke dlhšie.

Čo môžeme urobiť?

1. Nakupovať chodíte najedení a pripravte si nákupný zoznam!
2. Skontrolujte dátum minimálnej trvanlivosti potravín, aby ste vedeli, ako dlho ich môžete pred spotrebovaním skladovať!

3. Pri uplynutí dátumu minimálnej trvanlivosti výrobok najprv ochutnajte, nevyhadzujte ho automaticky!

Aj suchý chlieb a rožky sa dajú spotrebovať, stačí len nájsť spôsob, ako. Ak ich zomeliete, budete mať strúhanku. Zo skysnutého domáceho mlieka si môžete vyrobiť veľmi chutný tvaroh.

Triedenie odpadu



V prípade výrobkov, ktoré sa nedajú recyklovať, je potrebné vedieť, ako ich správne triediť.

Plasty

Plasty ukladáme do žltých kontajnerov. PET fľaše a plechovky musia byť stlačené, aby sa ušetrilo miesto. Nevyhadzujte obaly znečistené olejom, chemikáliami alebo masťou.

Papier

Do modrých kontajnerov vkladáme kartóny, papierové obaly, letáky, noviny, kancelársky papier. Nemôžu sa tam vkladať Tetra Pak obaly. Tetra Pak sú obaly od nápojov, ktoré sa skladajú z 3 materiálov: papiera, plasty a hliníka. Nemôžu sa tam vkladať ani masťné, znečistené papierové obaly.

Sklo

Kontajner na zber skla je zelený. Vkladajú sa tam sklenené fľaše, sklenené poháre a sklenené tabule. Znečistené sklo (najmä pieskom alebo zeminou), žiarovky, porcelán, keramiku a sklo kombinované inými materiálmi (kovový drôt), technické sklo a vratné fľaše nikdy nevyhadzujte do zeleného kontajnera.

Kovy

Do červeného kontajnera hádzame rôzny kovový odpad (konzervy, plechovky od nápojov, alobal). Nepatria sem znečistené kovové obaly, kombinované kovové obaly (od kávy, zubnej pasty atď.) ani obaly obsahujúce nebezpečné látky.

Biologický odpad

Tráva, lístie, kvety, tenké konáre, káva, čaj, ovocie a iný biologický odpad patria do hnedého kontajnera určeného na bio-odpad. Ak bývate v dome so záhradou, kompostujte!

Ak ste sa naučili, aký odpad môžete hádzať do ktorého kontajnera, tak si povieme aj o oplachovaní fliaš. Napríklad na dne pohára od majonézy alebo kečupu vždy zostanú zvyšky.

Kompostovanie



Kompostovanie je jednou z najstarších a najprirodzenejších metód znižovania množstva odpadu. Ak bývate v dome so záhradou, stačí vám trocha miesta oddeleného hoci aj starými doskami, kam budete ukladať odpad z domácnosti určený na kompostovanie, a kde bude prebiehať hnilobný proces. Vhodný je aj kút v polotieni, kde budete hromadiť rastlinný odpad. Príroda si už svoju prácu urobí.

Ak kompostujete (alebo si nájdete miesto, kam môžete odvieť svoj odpad určený na kompostovanie), znížite svoj odpad z domácnosti najmenej o 30 %. Pri kompostovaní nebudete musieť robiť takmer žiadne pravidelné úkony, stačí raz ročne poobracať a preosiať. Počas celého roka tam môžete jednoducho ukladať všetky prírodné látky. Kompost je vynikajúcim zdrojom živín pre rastliny namiesto hnojiva.

Na jeseň vzniká najviac zeleného odpadu. V tomto období k odpadu z domácnosti pribudnú ešte aj listy a konáre z jesenného prerezávania stromov. Riešením nie je ich spálenie! Spaľovanie mokrého záhradného odpadu je mimoriadne škodlivé, pretože výrazne znečisťuje ovzdušie a vytvára smog. Jednoducho len kompostujte. Do kompostu môžete vhadzovať nielen rastlinný odpad, ale aj množstvo odpadov z domácnosti: zvieracie chlpy, vtáacie perie, vaječné škrupiny, hobliny, prírodný papier, prach alebo strúhanku.



2.3.2. Otázky

Bezodpadová domácnosť - premyslené nakupovanie, triedenie odpadu, kompostovanie

1. Viete uviesť príklady na Tetra Pak?
2. Prečo by sme nemali chodiť nakupovať hladný?
3. Myslíte si, že nasledujúce tvrdenie je pravdivé alebo nepravdivé?

Na trvanlivých výrobkoch je uvedený dátum spotreby. Jeho exspirácia však nemusí znamenať, že by sa potraviny mali vyhodiť. Je možné, že kvalita týchto potravín už nie je taká ako kvalita čerstvých potravín. Ak však boli skladované v neotvorenom, nepoškodenom obale v súlade s odporúčaním výrobcu a ak si po otvorení nevšimneme žiadnu výraznú zmenu (chuti, farby, vône, konzistencie) v porovnaní s čerstvými potravinami, výrobok po dátume spotreby sa môže spotrebovať niekoľko týždňov až mesiacov po dátume exspirácie.

4. Aké látky sa môžu kompostovať?
5. Na čo sa používa kompost?



2.3.3. Praktické cvičenia - pracovné listy

Bezodpadová domácnosť - premyslené nakupovanie, triedenie odpadu, kompostovanie

1. Pracovný list

Aké užitočné predmety sa dajú vyrábať z odpadu? Napíšte alebo nakreslite.

2. Pracovní list

Nakreslite, aké zelené časti rastlín sa môžu kompostovať.

2.4. Mini-záhradka - mikrokozmos



2.4.1. Čo je dôležité vedieť?

Keď príde jar, každý sa chce venovať záhradke. O čo lepšie je vypiť si rannú kávu v zakvitnutom, zelenom prostredí, však? Najmä ak sú tie rastliny nielen krásne, ale ich stonky, listy, kvety a plody sa dajú konzumovať!

Ak túžite po domácich chutiach, ale žijete v byte, môžete si do svojho domova priniesť trochu prírody. V závislosti od veľkosti a typu bytu si môžete vyložiť niekoľko kvetináčov na parapet, balkón alebo pavlač, a takto si vytvoriť miniatúrnu záhradku. Bude to naozajstná mestská džungľa!

Okrem toho, že si dopestujete čerstvé plodiny, starostlivosť o záhradku bude pre vás užitočným oddychom či meditáciou, ktorá vám pomôže znížiť každodenný stres.

Aké rastliny sa nám oplatí pestovať?



Dôležité je vybrať si semená alebo sadenice rastlín, ktoré nepotrebujú veľa miesta a ľahko sa ošetrujú, a ktoré začnú v relatívne krátkom čase rodiť. Mimoriadne vhodné sú bylinky, ktoré sa môžu používať čerstvé alebo sušené na ochutenie jedál. Bazalka, pažitka, rozmarín alebo tymián sú na tento účel ideálne. Čaj a

limonádu si môžeme pripraviť aj z vlastnej záhradky - z byliniek ako je medovka, levanduľa či mäta.

Ak máte trochu viac miesta, môžete si na balkóne dokonca dopestovať vlastné paradajky, papriky, chilli papričky a dokonca aj cuketu a šalát. Jednou z najobľúbenejších rastlín, ktoré nevyžadujú veľkú starostlivosť, sú balkónové jahody, ktoré priebežne rodia. Všetko závisí len od našej zvedavosti a chuti experimentovať!

Hor sa do záhrady! Ako zaobchádzať s rastlinami?



Bazalka - Nepestujte ju na príliš chladných miestach! Má rada veľa vody, dážď, nevyžaduje veľa starostlivosti a prežije aj zimu. Neprelievajte ju, ale nemá rada ani prílišné sucho.

Pažítka - Rok čo rok vám nanovo vyrastie, po zimnom odpočinku začne na jar opäť rásť. Ak napríklad pripravujete bylinkové maslo alebo margarín, odporúča sa odrezáť celé listy už od koreňa. Môže sa stať, že vám zakvitne fialovými kvetmi, ktoré sú tiež jedlé, ale môžu sa použiť aj ako dekorácia. Darí sa jej na svetlom mieste, vo vlhkej, vápenatej pôde bohatej na živiny.

Tymián - Po zime sa táto bylina charakteristická pre stredomorskú kuchyňu tiež prebúda do nového života. Môže sa siať aj vypestovať zo sadeníc, čo je úspešnejší postup. Má rada teplo a slnečné svetlo, takže ju nedávajte na tienisté miesto! Hoci dobre znáša sucho, rok po výsadbe ju pravidelne zalievajte, aby ste udržali jej pôdu vlhkú.

Chilli - Môže sa pestovať aj na malom mieste v kvetináči. Semená si môžete objednať aj poštou, ale aj vypestovať zo semien. Spočiatku vyžaduje teplé prostredie. Na balkón sa vysádza až neskôr, keď je vonku už teplejšie (v máji).

Paprika, paradajky – na jar pred vysadením sadeníc dajte do pôdy trochu hnojiva. Je lepšie zvoliť odrodu, ktorá nerastie vysoko, pretože sa ľahko vyvráti. Keď je veľmi teplo, polievajte ich každý deň. Medzi sadenice môžete vysadiť bylinky.



Rady a nápady

- Kvôli prachu a smogu z ulice by balkónový box, do ktorého budeme sadiť bylinky, nemal byť umiestnený na balkóne obrátenom na ulicu.

- Je vhodné kvetináče umiestniť na také miesto, kde rastliny dostanú aspoň šesť hodín denne slnečné svetlo.
- Vyberte si kvetináč s dierkami na dne, aby prebytočná voda vytiekla a vyhli ste sa plesniam.
- Pri zalievaní zalievajte zeminu, nie priamo na stonku alebo list rastliny.
- Odstraňovanie suchých listov a výhonkov a prerezávanie podnecuje ďalší rast rastliny.
- Boxy s rastlinami umiestnite na miesta, ktoré sú pre domáce zvieratá a deti z bezpečnostných dôvodov neprístupné.



Aby ste sa vyhli sklamaniu, musíte dbať na to, aby ste nemali tesne vedľa seba príliš veľa malých kvetináčov. Treba tiež dbať na to, aby nedošlo k zahŕňaniu koreňov (pomocou odvádzania vody). Rastliny by sa nemali príliš málo ani príliš veľa polievať. Musíme zabezpečiť aj ochranu proti húseniciam a iným škodcom. Dobrými prírodnými látkami proti nim sú cesnak, čili papričky a mydlo.



2.4.2. Otázky

Mini záhradka - mikrokozmos

1. Kde bývate? Čo si myslíte, dá sa aj u vás vytvoriť mini-záhradka?
2. Čo sú bylinky? Uvedte 1-2 príklady.
3. Aké jedlá môžeme jesť s pažitkou?
4. Prečo nie sú vhodné bylinky pestované na balkóne obrátenom na ulicu?
5. Čo si myslíte, ako by sme sa mali starať o rastliny?



2.4.3. Praktické cvičenia - pracovné listy

Mini-záhradka - mikrokozmos

1. Pracovný list

Nakreslite nástroje, ktoré sa používajú pri pestovaní rastlín.

2. Pracovní list

Nakreslite, ako sa rastlina vyvíja a ako rastie.

3. Kvíz

1. Ako môžeme kupovať čo najmenej balených výrobkov?

- a) vezmeme si so sebou vlastnú tašku na pečivo, zeleninu a ovocie
- b) nakupujeme iba v supermarkete
- c) nekúpime nič, čo je vopred zabalené
- d) nijako, vždy si musíme v obchode kúpiť igelitovú tašku

2. Čo znamená obnoviteľná energia?

- a) To, že jej nie je viac.
- b) To, že sa obnovuje každý deň.
- c) To, že má veľmi nízku cenu.
- d) To, že jej je veľmi málo.

3. Ktorá činnosť NIE JE správna, ak chcete byť aj doma zodpovedným spotrebiteľom energie?

- a) Po odchode z miestnosti vždy zhasnite svetlo.
- b) V zime nepotrebuje mať v byte 25°C, stačí 20°C a radšej sa oblečte!
- c) Ak nepozeráte televíziu, vypnite ju.
- d) Voda v Európe nie je drahá, môžete ju hojne a často využívať!

4. Čo je kompostovanie?

- a) Hnilobný proces rozkladu zeleného odpadu.
- b) Zaváranie kompótov.
- c) Záhradné práce.
- d) Zodpovedné nakupovanie.

5. Ktorá rastlina NIE JE balkónová rastlina?

a) bazalka

b) pažitka

c) jabloň

d) čili

Správne odpovede:

1 a), 2 b), 3 d), 4 a), 5 c)

Koordinátor



SPOLUPRÁCOU PRE LEPŠIU BUDÚCNOSŤ
VEĽKÝ MEDER
TEAMWORK FOR A BETTER FUTURE

<http://ozbuducnost.sk/>

Partner



<https://www.humanprofess.hu/>



ZPMP
Dunajská Streda



Fundația Creștină Diakonia
Serviciul Caritativ al Eparhiei Reformate din Ardeal

<https://www.facebook.com/iriszhaz>

<https://eco-compass-project.eu/>



Spolufinancovaný
Európskou úniou