|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **Дорогие друзья!**  Если вы хотите узнать, какой экологический след лично у вас, ответьте на вопросы теста. Чтобы вычислить экологический след, необходимо выбрать соответствующее вашему образу жизни утверждение и провести сложение\вычитание количества баллов, указанных справа. Суммируя баллы, вы получите величину экологического следа.  **1.Жилье.**  1.1 Площадь вашего жилья позволяет держать кошку, а собаке нормальных размеров было бы тесновато +7 1.2 Большая, просторная квартира + 12 1.3 Коттедж на 2 семьи +23 Баллы, полученные за ответ на вопрос о жилье, разделите на количество людей, живущих в нем. **2. Использование энергии**  2.1. Для отопления вашего дома используется нефть, природный газ или уголь +45 2.2. Для отопления вашего дома используется энергия воды, солнца или ветра +2 2.3 Большинство из нас получает электроэнергию из горючих ископаемых, поэтому добавьте себе +75 2.4. Отопление вашего дома устроено так, что вы можете регулировать его в зависимости от погоды -10 2.5. В холодный период года дома вы тепло одеты, а ночью укрываетесь двумя одеялами -5 2.6. Выходя из комнаты, вы всегда гасите в ней свет -10 2.7. Вы всегда выключаете свои бытовые приборы, не оставляя их в дежурном режиме -10 **3. Транспорт**  3.1. На работу вы ездите на общественном транспорте +25 3.2. На работу вы идете пешком или едете на велосипеде +3 3.3.Вы ездите на обычном легковом автомобиле +45 3.4.Вы используете большой и мощный автомобиль с полным приводом +75 3.5.В последний отпуск вы летели самолетом +85 3.6. В отпуск вы ехали на поезде, причем путь занял до 12 часов +10 3.7.В отпуск вы ехали на поезде, причем путь занял более 12 часов +20 **4.Питание**  4.1.В продуктовом магазине или на рынке вы покупаете в основном свежие продукты (хлеб, фрукты, овощи, рыбу, мясо) местного производства, из которых сами готовите обед +2 4.2. Вы предпочитаете уже обработанные продукты, полуфабрикаты, свежемороженные готовые блюда, нуждающиеся только в разогреве, а также консервы, причем не смотрите, где они произведены +14 4.3. В основном вы покупаете готовые или почти готовые к употреблению продукты, но стараетесь, чтобы они были произведены поближе к дому +5 4.4. Вы едите мясо 2-3 раза в неделю +50 4.5. Вы едите мясо 3 раза в день +85 4.6. Предпочитаете вегетарианскую пищу +30 **5.Использование воды и бумаги**  5.1. Вы принимаете ванну ежедневно +14 5.2. Вы принимаете ванну 1-2 раза в неделю +2 5.3. Вместо ванны вы ежедневно принимаете душ +4 5.4. Время от времени вы поливаете приусадебный участок или моете свой автомобиль из шланга +4 5.5. Если вы хотите прочитать книгу, то всегда покупаете ее +2 5.6. Иногда вы берете книги в библиотеке или одалживаете у знакомых -1 5.7. Прочитав газету, вы ее выбрасываете +10 5.8. Выписываемые или покупаемые вами газеты читает после вас еще кто-то +5 **6.Бытовые отходы**  6.1.Все мы создаем массу отбросов и мусора, поэтому добавьте себе +100 6.2. За последний месяц вы хоть раз сдавали бутылки -15 6.3. Выбрасывая мусор, вы откладываете в отдельный контейнер макулатуру -17 6.4. Вы сдаете пустые банки из-под напитков и консервов -10 6.5. Вы выбрасываете в отдельный контейнер пластиковую упаковку -8 6.6. Вы стараетесь покупать в основном не фасованные, а развесные товары; полученную в магазине упаковку используете в хозяйстве -15 6.7. Из домашних отходов вы делаете компост для удобрения своего участка -5 Если вы живете в городе с населением в полмиллиона и больше, умножьте ваш общий результат на 2.  **Подводим итоги:**  Разделите полученный материал на 100, и вы узнаете, сколько гектаров земной поверхности нужно, чтобы удовлетворить все ваши потребности, и сколько потребуется планет, если бы все люди жили так же, как вы!  1,8 га \* 3,6 га \* \* 5,4 га \* \* \* 7,2 га \* \* \* \* 9,0 га \* \* \* \* \* 10,8 га \* \* \* \* \* \*  Чтобы всем нам хватило одной планеты, на 1 человека должно приходиться не более 1.8 га продуктивной земли. Для сравнения: средний житель США использует 12.2 га (5.3 планеты!), средний европеец - 5.1 га (2.8 планеты), а средний житель Мозамбика - всего 0.7 га (0.4 планеты). Средний житель России использует 4.4 га (2.5 планеты).  **Чем еще анкета может быть полезна для вас**  Если вы хотите уменьшить свой экологический след, анкета поможет увидеть, какая сфера жизни вносит наибольший вклад в его величину. Также можно подумать и решить, какие сферы жизни вы готовы изменить. Может, вы давно мечтали изменить свой образ жизни - сесть на велосипед, перейти на более здоровую пищу, оптимизировать домашнее или дачное хозяйство - экологический след позволит не только реализовать мечты, но и помочь планете.  Электронную версию теста можно найти на сайте <http://www.myfootprint.org> | |  | |  |  |  | | --- | |  | | Пресса о нас | | |  | | --- | | **Разумное потребление** | | * [Что это такое?](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_main) * [Презентации](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_pr) * [Продукты питания](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_food) * [Интерактивные упражнения](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_inter) * [Тест Экослед](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_foot) * [Растения-очистители](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_plant) * [Лаурилсульфат натрия](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_sulfat) * [Утилизация люминисцентных ламп](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_lamp) * [Распоряжение о раздельном сборе ТБО](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_musor) * [Адреса площадок с ТБО](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_adres) * [Прием макулатуры](http://www.baltfriends.ru/consum_main?q=consum_resurs) | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | Карма: 396 OfflineOffline  Пол: Мужской Сообщений: 7473  http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&action=dlattach;attach=93340;type=avatar  90027_veteran.gif  Радикальный сторонник здорового образа жизни.   [Награды](http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&action=profile;sa=awards;u=52) | |  |  |  | | --- | --- | --- | | [http://forum.zaural.ru/Themes/default/images/post/xx.gif](http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&topic=97411.msg735571#msg735571) | [**Зачем нужно знать свой «экологический след»?**](http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&topic=97411.msg735571#msg735571)  « **:** 08 Сентябрь 2011, 15:50:57 » |  |   Зачем нужно знать свой «экологический след»?  Бурное развитие экономик многих европейских стран, США, Китая, Индии, а также рост мирового населения  привели к серьезному увеличению потребления природных ресурсов нашей планеты.   За последние десятилетия загрязнение окружающей среды стало таким масштабным, что ученые заговорили о глобальном изменении климата, вызванном «экологическим следом» человека. Известно, например, что всего за тридцать лет «углеродный след» человечества (выбросы углекислого газа в атмосферу) вырос в десять раз, количество используемой бумаги в шесть раза, вылавливаемой рыбы в пять раз.  Что такое «экологический след»?  Понятие «экологический след» (ecological footprint) было впервые использовано в 1992 году Уильямом Рисом. Этот индикатор еще называют «показателем давления на природу». Он помогает установить,  сколько земельных и водных ресурсов используется человеком (городом, регионом, бизнес-организацией) для производства, потребления  и утилизации необходимых для его жизнедеятельности товаров и услуг. С помощью полученных показателей  можно понять, не перерасходуются ли природные ресурсы, то есть, не  растрачивается ли их больше, чем наша планета способна произвести.  Степень воздействия на окружающую среду может быть подсчитана не только в отношении человека или района, но и для каждой страны в отдельности. К странам с очень большим «экологическим следом» относятся США, Китай, ОАЭ, Япония. Минимальный «экологический след» производят страны с неразвитой экономикой – Монголия, Бангладеш, Намибия.   Некоторые специалисты считают, что если бы все страны мира потребляли такое количество природных ресурсов как Америка, человечеству бы потребовалось пять планет размером с Землю.   К чему может привести бесконтрольное увеличение «экологического следа» человека?  По данным Всемирного фонда дикой природы (WWF), человеческое воздействие на биосферу планеты превышает способность Земли к восстановлению примерно на 30%, и эта цифра все продолжает расти.  Ученые полагают, что на сегодняшний день нашей планете требуется один год и пять месяцев, чтобы восполнить то количество ресурсов, которое человечество расходует за один год.   Глобальный перерасход  земельных и водных ресурсов угрожает не только экологии планеты, но и благосостоянию большинства людей на Земле. Бесконтрольный вылов морских обитателей,  уменьшение лесного покрова Земли, истощение источников чистой пресной воды приводят к снижению биоразнообразия и глобальным изменениям климата. Кроме того, загрязнение окружающей среды способствует развитию межнациональных конфликтов и увеличению массовой миграции населения, вызванных голодом, недостатком воды и других природных ресурсов.  Что такое индивидуальный экологический след?  На Западе широко распространены калькуляторы «индивидуального экологического следа», которые помогают подсчитать потребителю, сколько природных ресурсов используется для производства того или иного товара и последующей утилизации отходов. Таким образом, каждый человек  может самостоятельно определить величину своего «воздействия» на окружающую природу. Например, с помощью несложных подсчетов можно установить, насколько экологический образ жизни ведет человек - сколько ресурсов используется для выработки электричества в его доме или для полета на самолете вместе с семьей.  Для установления индивидуального экологического следа в расчет принимается не только расход электричества, продуктов, одежды, но и образ жизни в целом. То есть, любая совершенная  покупка или услуга оказывают определенное воздействие на окружающую среду, и в ваших силах уменьшить его.   Чтобы сократить свой «экологический след» и жить более зеленой жизнью, вы можете использовать энергосберегающие лампы, больше передвигаться пешком или на велосипеде, не есть мяса хотя бы раз в неделю, сдавать ненужные или старые вещи в переработку, покупать товары, сделанные из вторсырья. | | |  |  | | --- | --- | |  | | |  | http://forum.zaural.ru/Themes/default/images/ip.gifЗаписан | | | |
| |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | [Награды](http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&action=profile;sa=awards;u=52) | |  |  |  | | --- | --- | --- | | [http://forum.zaural.ru/Themes/default/images/post/xx.gif](http://forum.zaural.ru/index.php?PHPSESSID=bb3nk8beomqsahsfj9c8alpincqdugt8&topic=97411.msg735587#msg735587) |  |  | | | |  | | --- | |  | | | |

В последние пятницу и субботу ноября, накануне праздничной распродажно-подарочной вакханалии, по всему миру отмечается «День без покупок» (Buy Nothing Day). [Галина Рагузина,](http://www.bellona.ru/persons/galina) 29/11-2008

Это международный неформальный протест против консюмеризма, глобализации и неравномерного распределения материальных благ. Личный эксперимент или публичное выступление против абсурда общества потребления, против шопинга как развлечения и средства самоутверждения, против рекламы, скидок и распродаж. 24-часовой мораторий на какие-либо покупки.

«День без покупок» призван обратить внимание на социальные, экологические и этические последствия современной культуры потребления, а также на общечеловеческие ценности и на то, что в мире есть много других интересных и ценных вещей и занятий.

По мнению организаторов «Дня без покупок», финансовый крах в сочетании с экологическим кризисом, связанным с изменением климата, мог бы стать началом основополагающего культурного сдвига, зарей эры постматериализма.

Действительно ли нам необходимо все, что мы покупаем? Каковы последствия наших приобретений? Не стало ли потребление для нас более важным, чем ему следует быть? Становимся ли мы счастливее, приобретая больше вещей? И вообще, разве Иисус родился для того, чтобы дать нам повод прикупить еще что-нибудь?

По истечении суток, проведенных в воздержании от покупок, приятных занятиях и размышлениях, можно уже навсегда отказаться, например, от приобретения товаров, при производстве которых нарушаются права рабочих, загрязняется и истощается окружающая среда, страдают животные, создаются дополнительные отходы...

Идейные вдохновители и пропагандисты «Дня без покупок» - коллектив канадского журнала Adbusters. Их цель – «возбудить сопротивление против тех, кто уничтожает нашу среду обитания, загрязняет наши умы, разрушает нашу жизнь». Adbusters создают и распространяют остроумные ролики и объявления, пародирующие известную рекламу, рассказывающие правду о рекламных трюках, о продуктах и компаниях.

|  |
| --- |
| [bodytextimage](http://bellona.ru/imagearchive/BND2008adbusters.jpg) |
|  |
| www.adbusters.org |

«Внезапно у нас закончились деньги и, чтобы избежать коллапса, мы быстро вернули системе ликвидность. Но за финансовым кризисом маячит другой, куда более зловещий кризис: у нас кончается природа… рыба, леса, пресная вода, минералы, почва. Что мы будем делать, когда закончатся эти жизненно необходимые ресурсы? Есть только один способ избежать коллапса в нашем эксперименте «человечество на планете Земля»: мы должны меньше потреблять. Сейчас или никогда!» - призывает Adbusters.

«Если копнуть немного вглубь, можно увидеть, что причина финансового кризиса не в ликвидности, деривативах или нерегулируемых рынках, а в культуре – в нашей культуре избыточного и бездумного потребления», – считает основатель Adbusters Калле Ласн.

По данным Глобальной сети экологического следа, уже сейчас потребности человечества в природных ресурсах на треть превышают возможности планеты. Иными словами, к 23 сентября мы исчерпываем все ресурсы, которые природа успевает создать и воссоздать за год. А дальше живем в долг у следующих поколений. И если уровень потребления и роста популяции человечества сохранится на существующем уровне, то к середине 2030-х нам нужно будет уже две Земли. Но ведь у нас есть только одна.

«Человечество проживает свою экологическую кредитную карту», - считает автор концепции «экологического следа» и директор Глобальной сети экологического следа доктор Матис Вакернагель. – Это возможно в течение короткого периода времени, но такое сверхпотребление в конечном счете ведет к ликвидации экологических активов планеты».

«Теперь, когда планета уже начала нагреваться, может быть, наконец пришло время завязать? Спрячьте свои наличные деньги и пластиковые карты и посмотрите, каково это – полностью выпасть из культуры потребления, пусть даже всего на сутки. А вдруг вас посетит прозрение, которое изменит всю вашу жизнь? Разве будет более подходящее время для того, чтобы выйти на улицы и обратить внимание на реальные альтернативы безудержному консюмеризму – и вызванной им климатической нестабильности?» - пишет Adbusters.

Во многих странах экологи и антиглобалисты проводят в этот день разнообразные акции - театрализованные шествия, представления в торговых центрах, трансляции антирекламных роликов и распространение брошюр и листовок. Впрочем, необязательно выходить на улицы, чтобы выразить свою позицию - достаточно просто ничего не покупать в этот день.

Как любая инициатива, идея «Дня без покупок» встречает немало скепсиса. Есть, например, мнение, что затея направлена на повышение продаж: по принципу «запретный плод сладок», народ, после суточного воздержания, кинется на следующий день в магазины и скупит двойную норму. Представляется, однако, что для того, чтобы возникли реальные основания для таких подозрений, «воздержание» должен быть значительно дольше и обязательнее.

Некоторые наиболее радикально настроенные активисты считают затеи вроде «Дня без покупок» не просто своего рода бездеятельным активизмом для сытых либералов, который дает лишь чувство сопричастности к борьбе, но более того – оскорбительной для тех, кто не может позволить себе купить вообще ничего.

По этой логике, День вегана с его призывами есть (покупать!) поменьше мяса, например, оскорбителен для голодающих. Что ж, действительно, День без покупок ориентирован на тех, кто может себе позволить что-то покупать, - именно в этом его смысл. Он, как и любой другой День – без автомобилей, Земли, прав животных и так далее – является необходимым поводом обратить внимание на проблему и сделать это по возможности привлекательно и весело.

Но российским антиглобалистам почему-то от идеи «Дня без покупок» не весело, а как-то даже тоскливо и сомнительно. «У нас сомнения в экономической целесообразности. Это для очень ограниченной группы людей, которые могут себе это позволить. В России это очередная авантюра», - сказал антиглобалист Михаил Дружининский питерскому телеканалу «100 ТВ».

|  |
| --- |
| [bodytextimage](http://bellona.ru/imagearchive/bnd04.jpg) |
| Список ~~покупок~~ дел на сегодня |
|  |

А вы можете себе это позволить? Позволить себе сделать что-то для планеты и остального человечества, как будто бы ничего не делая? Это как с вегетарианством, кстати. Ну и позвольте. У вас что-нибудь завалялось в холодильнике и кухонных шкафах? Вы еще не разучились читать, общаться, заниматься и развлекаться без денег? И вообще у вас куча дел и никакой магазин вам и не был нужен? А может быть, вы даже вспомните ради такого случая, что вы умеете делать руками, – и сделаете? Вот и отлично. Целесообразность в том, что праздник – здесь, с вами, а не в магазине. Главное, не забыть это и завтра.

И еще кое-что. Между прочим, сэкономленное антишопингом время можно провести за подсчетом своего собственного «экологического отпечатка». Пройдите интерактивный [тест](http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/personal_footprint/) (разработанный, кстати, совместно с создателями зоозащитного фильма the Meatrix) на сайте Глобальной сети экологического следа и узнайте, насколько большой кусок Земли необходим для поддержания вашего образа жизни, и что вы можете сделать, чтобы меньше следить на планете.

http://www.bellona.ru/print.jpg[Распечатать](http://www.bellona.ru/articles_ru/articles_2008/buy_nothing_day?printerfriendly=yes%27)

[More Sharing ServicesShare](http://www.addthis.com/bookmark.php?v=250&username=bellona) | [Share on vk](http://bellona.ru/articles_ru/articles_2008/buy_nothing_day/) [Share on facebook](http://bellona.ru/articles_ru/articles_2008/buy_nothing_day/) [Share on mymailru](http://www.addthis.com/bookmark.php?v=250&winname=addthis&pub=bellona&source=tbx-250&lng=ru&s=mymailru&url=http%3A%2F%2Fwww.bellona.ru%2Farticles_ru%2Farticles_2008%2Fbuy_nothing_day&title=%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C%20%D0%B1%D0%B5%D0%B7%20%D0%BF%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BF%D0%BE%D0%BA%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%20%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%81%D0%B0%20-%20Bellona&ate=AT-bellona/-/-/50b524b7b4829c45/2/49464dc841262917&frommenu=1&uid=49464dc841262917&ct=1&pre=http%3A%2F%2Fwww.google.ru%2Furl%3Fsa%3Dt%26rct%3Dj%26q%3D%26esrc%3Ds%26source%3Dweb%26cd%3D70%26ved%3D0CHsQFjAJODw%26url%3Dhttp%253A%252F%252Fwww.bellona.ru%252Farticles_ru%252Farticles_2008%252Fbuy_nothing_day%26ei%3DjiS1UPbMI6qI4gSusoCwDw%26usg%3DAFQjCNGoWWY27x38upXmUPot4kvcnfOddA%26sig2%3DhZsJcyJ2P1O5scsRGfks9Q%26cad%3Drjt&tt=0&captcha_provider=nucaptcha) [Share on favorites](http://bellona.ru/articles_ru/articles_2008/buy_nothing_day/)

Все права защищены © БЕЛЛОНА.РУ -- Перепечатки разрешаются только со ссылкой на источник

|  |
| --- |
|  |
|  | http://www.ecoindustry.ru/i/cl.gif |  | Экологический след и биологический потенциал [http://www.ecoindustry.ru/i/link.gif](http://www.ecoindustry.ru/phorum/viewtopic.html&f=4&t=7543&archive=1&show=1297156809#1297156809)  Экологический след (Ecological Footprint) - это условный показатель, наглядно иллюстрирующий потребление человечеством ресурсов Земли, который представляет собой площадь в гектарах биологически продуктивной поверхности Земли, необходимой для производства потребляемых нами ресурсов и переработки отходов. Биологически продуктивная поверхность Земли включает пахотные земли, леса, акватории морей и океанов, где осуществляется лов рыбы и не включает безжизненные пустыни, ледники и т.д.  В настоящее время на каждого жителя Земли приходится 2,70 гектаров продуктивной поверхности Земли.   Биологический потенциал (Biocapacity) - это возможность биосферы Земли производить возобновляемые ресурсы, который представляется также в гектарах. В настоящее время биологический потенциал на душу населения Земли составляет 1,78 гектаров.  Таким образом, что мы получаем. Экологический след - это ресурсы необходимые для удовлетворения наших потребностей, а биологический потенциал - это возможность удовлетворить эти потребности.  Если мы вычтем из Биологического потенциала экологический след (1,78 - 2,70) http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/2.gif, то узнаем насколько наше потребление ресурсов превосходит возможности планеты.  Только 20% населения мира живёт в странах, которые могут обеспечить своих граждан необходимыми ресурсами, не прибегая к импорту.  Список десяти самых главных "стран-потребителей".  1. Объединённые Арабские Эмираты: -9,831 2. Катар: -8,000 3. Кувейт: -5,929 4. Бельгия: -6,656 5. Нидерланды: -5,166 6. Южная Корея: -4,534 7. Израиль: -4,500 8. Саудовская Аравия: -4,295 9. Япония: -4,130 10. США: -4,128  Жители этих государств импортируют и потребляют количество ресурсов значительно больше, чем может предоставить им природа той или иной страны.  Если опустить железный занавес на эти страны, то они превратятся в "безжизненные пустыни".  Теперь посмотрим на более экологически устойчивые страны.  1. Габон: 27,878 2. Боливия: 16,262 3. Конго: 12,303 4. Монголия: 9,604 5. Парагвай: 8,050 6. Канада: 7,906 7. Австралия: 7,874 8. Центральная Африканская Республика: 7,122 9. Финляндия: 6,305 10. Бразилия: 6,080  В этом списки оказались, как бедные страны с низким уровнем потребления, так и развитые страны с относительно небольшой численностью населения и богатые природными ресурсами.  На территории СНГ этот показатель положительный только у России (1,339) /Биологический потенциал: 5,75; экологический след: 4,41/ и Киргизии (0,100). У остальных - отрицательный. Казахстан -0,534. Белоруссия -0,515. Минимальные значения у Украины (-1,100) и Азербайджана (-1,105). |
|  |  |  |  |
| http://www.ecoindustry.ru/i/user.gif[evenk](http://www.ecoindustry.ru/user/evenk.html) [http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/email.gif](http://www.ecoindustry.ru/user/evenk/letter.html)  09.02.2011 09:06 |  | http://www.ecoindustry.ru/i/cl.gif |  | RE: Экологический след и биологический потенциал [http://www.ecoindustry.ru/i/link.gif](http://www.ecoindustry.ru/phorum/viewtopic.html&f=4&t=7543&archive=1&show=1297231603#1297231603)  [ultra](http://www.ecoindustry.ru/user/ultra.html), на сайте одной из природоохранных организаций (ВВФ или Гринпис) есть даже программа посчета экологического следа для каждого человека, каково же было мое удивление, когда я прошел тест - я оказался в зоне людей, которые хорошо "следЯт", причем я всегда был склонен себя считать носителем экологической культуры! |
|  |  |  |  |  |
| http://www.ecoindustry.ru/i/user.gif[evenk](http://www.ecoindustry.ru/user/evenk.html) [http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/email.gif](http://www.ecoindustry.ru/user/evenk/letter.html)  09.02.2011 09:08 |  | http://www.ecoindustry.ru/i/cl.gif |  | RE: Экологический след и биологический потенциал [http://www.ecoindustry.ru/i/link.gif](http://www.ecoindustry.ru/phorum/viewtopic.html&f=4&t=7543&archive=1&show=1297231690#1297231690)  [evenk](http://www.ecoindustry.ru/user/evenk.html), слЕдят, конечно же - прощу прощения, напутал с ударениями! |
|  |  |  |  |  |
| http://www.ecoindustry.ru/i/user.gif[rubachok](http://www.ecoindustry.ru/user/rubachok.html) [http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/email.gif](http://www.ecoindustry.ru/user/rubachok/letter.html)  28.02.2011 13:46 |  | http://www.ecoindustry.ru/i/cl.gif |  | RE: Экологический след и биологический потенциал [http://www.ecoindustry.ru/i/link.gif](http://www.ecoindustry.ru/phorum/viewtopic.html&f=4&t=7543&archive=1&show=1298890012#1298890012)  Да интересные методологические ухищрения. Типа некого аналога «средней температуры по больнице».  Осталось только в гектарах измерить интеллект тех экологов, которые эту «лапшу на уши» заглатывают.  Судя по всему, решили продать гектары на Чукотке на гектары в Средиземноморье http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/11.gif |
|  |  |  |  |  |
| http://www.ecoindustry.ru/i/users/avatar/756c747261.jpg http://www.ecoindustry.ru/i/user.gif[ultra](http://www.ecoindustry.ru/user/ultra.html) [http://www.ecoindustry.ru/i/smiles/email.gif](http://www.ecoindustry.ru/user/ultra/letter.html)  01.03.2011 11:21 |  | http://www.ecoindustry.ru/i/cl.gif |  | RE: Экологический след и биологический потенциал [http://www.ecoindustry.ru/i/link.gif](http://www.ecoindustry.ru/phorum/viewtopic.html&f=4&t=7543&archive=1&show=1298967703#1298967703)  **rubachok** писал(а)  Да интересные методологические ухищрения. Типа некого аналога «средней температуры по больнице».  Осталось только в гектарах измерить интеллект тех экологов, которые эту «лапшу на уши» заглатывают.  Судя по всему, решили продать гектары на Чукотке на гектары в Средиземноморье :11:    Вы вопрос кому задаете? Или это был риторический вопрос?  Термин «экологический след» был введён в 1992 году Уильямом Ризом.  Экологический след - мера воздействия человека на среду обитания, которая позволяет рассчитать размеры прилегающей территории, необходимой для производства потребляемых нами ресурсов и хранения отходов. Этой единицей измерения можно определить соотношение между своими потребностями и объемами экологических ресурсов те, что есть у нас в запасе. Такая мера позволяет измерить давление (влияние) на окружающую среду любого человека, предприятия, организации, населенного пункта, страны и населения всей планеты. Она отражает расход экологических ресурсов для производства необходимых нам вещей, продуктов питания, энергии и т.д.  А вообще кто мешает ввести безразмерный показатель как результат деления экологического следа на биологи |

Вчера Всемирный фонд дикой природы (WWF) обнародовал данные по «задолженности» человечества перед природой. Данные зафиксированы в докладе «Живая планета - 2008», подобные обзоры публикуются раз в два года. По словам экспертов WWF, экологический след, оставленный человеком, на 30% превышает естественную способность нашей планеты к воспроизводству ресурсов. Если человечество сохранит нынешний уровень потребления, к 2030 году нам понадобятся ресурсы второй планеты.

**Выдержка из работы.**

# След  человека - шрам на планете

**03.11.2008**

Через 20 лет для удовлетворения потребностей землян понадобится вторая планета.

Вчера Всемирный фонд дикой природы (**WWF**) обнародовал данные по «задолженности» человечества перед природой. Данные зафиксированы в докладе «Живая планета - 2008», подобные обзоры публикуются раз в два года. По словам экспертов WWF, экологический след, оставленный человеком, на 30% превышает естественную способность нашей планеты к воспроизводству ресурсов. Если человечество сохранит нынешний уровень потребления, к 2030 году нам понадобятся ресурсы второй планеты.

Под **экологическим следом** ученые понимают количество земли и воды, необходимое для предоставления ресурсов, используемых человеком для различных нужд. Экологический след измеряется в гектарах. Самый большой экологический след ежегодно оставляют граждане США и ОАЭ - примерно по 9,4 гектара на каждого жителя страны. Не намного отстают Кувейт, Дания, Австралия, Новая Зеландия и Канада. Занявшая 15 место Великобритания, население которой составляет 59,5 млн человек, оставляет след, равный совокупному следу проживающих в 33 африканских странах 270,6 млн человек.

Больший след оставляют жители стран с  высоким доходом - 6,4 гектара на человека, в странах со средним уровнем дохода показатели в три раза ниже.

Как отмечается в докладе, сегодня три  четверти населения Земли живут  в странах - экологических должниках. Россия в списках должников не значится, а, напротив, является страной - экологическим донором.

Хорошие показатели страны объясняются специалистами WWF огромными природными и территориальными ресурсами страны и низким уровнем  промышленного производства.

«При  наших площадях и не самом высоком  демографическом уровне мы вырабатываем двуокиси углерода меньше, чем производим кислорода. Даже при существующей низкой энергоэффективности наших производств естественные способности территории страны к восстановлению ресурсов велики. Сейчас экологический след россиянина составляет 3,7 гектара, при этом средний показатель по миру - 2,7 гектара, а оптимальный - 2,1 гектара. При сохранении старой экстенсивной модели экономического развития через 12 лет мы уже можем стать должниками», - объяснил корреспонденту «Газеты» директор по природоохранной политике российского отделения WWF доктор географических наук Евгений Шварц.

Корреспондент «Газеты», которая поспешила пройти тест WWF, наследила на 6,47 гектара, что  в два раза больше, чем средний  россиянин. Высокий показатель объясняется наличием домашних животных, ежегодным налетом более 15 часов в самолете и частым использованием общественного транспорта. Чтобы стать более "экологичной", корреспонденту "Газеты" порекомендовали добираться до места работы пешком и отказаться от продуктов, продающихся в оболочке.

# В согласии с природой, или из чего построен ваш дом?

Сегодня у россиян появилась возможность  самим выбирать, из чего построить  свой дом. И мы стали заботиться не столько о доступности материалов и оборудования, но еще и о том, чтобы они были "здоровыми". Однако сделать правильный выбор нелегко - ведь современный дом сильно отличается от тех, в которых жили наши предки. Прежде всего, у нас очень изменились представления о комфорте --мы уже не мыслим жизни без достойных удобств даже за городом. Попробуем разобраться, возможно ли сделать свой дом не только экологически безупречным, но и по-настоящему удобным, применяя современные продукции и технологии.

**Стены: попытка компромисса**

Конечно, главное в доме - это стены. Они во многом определяют микроклимат жилища. Первенство по-прежнему остается за деревом: брусом и оцилиндрованными бревнами (спрос на последние заметно возрос на российском рынке). Однако в эксплуатации деревянных домов есть свои минусы. Во-первых, древесина - горючий материал. Во-вторых, она разрушается от влаги, подвержена климатическим воздействиям: все мы знаем, как по весне - осени "ходят" отсыревшие двери, как трудно бывает закрыть разбухшие рамы... Для того чтобы избежать этих проблем, деревянные детали подвергают специальной обработке. К сожалению, после нее говорить о какой-то особенной "природности" материала зачастую уже не приходится. Тем не менее дерево до сих пор лидирует в индивидуальных постройках.

Как и дерево, кирпич (керамический и  силикатный) считается наиболее экологически приемлемым по своим характеристикам материалом. Постройки из него долговечны и красивы. Впрочем он тоже имеет свои недостатки - достаточно тяжеловесный и недешевый. Поэтому в настоящее время постройки, полностью сложенные из него, встречаются все реже - пальму первенства начинают перехватывать так называемые легкие бетоны (газосиликаты). Эти строительные материалы сочетают в себе достоинства и дерева, и кирпича - они достаточно легкие и способны "дышать", в то же время позволяют быстро возводить прочные постройки. Для улучшения качеств материала применяются различные добавки. Например, научно-исследовательский центр "Стройнаука" разработал технологию производства экологически чистых блоков с использованием продуктов переработки древесины. Введение в состав бетона стружки делает его легким и "теплым". Теми же свойствами обладает и так называемый "ячеистый бетон". Впрочем, эти стройматериалы нуждаются во внешней защите - оштукатуривании или облицовке все тем же кирпичом.

**Под крышей дома своего...**

Как бы хороши ни были стены, без крыши  дом невозможен. Сегодня к услугам  строителей - продукты современных  технологий. Насколько они экологичны? Попробуем ответить и на этот вопрос.

Испокон веков наибольшей популярностью  пользовалась керамика, в частности - черепица. При безусловной экологичности (в сущности, обожженные глиняные "чешуйки" - это близкие родственники кирпича) у нее есть один, но довольно существенный недостаток - большой вес. Для обустройства такой крыши необходима специальная конструкция балок и перекрытий. Кроме того, черепица требует очень осторожной и грамотной укладки, поскольку, несмотря на прочность, довольно хрупка. Тем не менее и сегодня такая кровля пользуется определенной популярностью.

Хорошо  знакомые всем металлические крыши (из оцинкованного железа) также служат долго, вдобавок просты в монтаже и весят немного. При этом надо учесть, что по сравнению с черепицей они менее долговечны, а при неправильной укладке начинают быстро корродировать.   
   
 

Современные производители предлагают ряд заменителей, которые обладают, как показывают исследования, сходными достоинствами и лишены обычных для кровельного железа недостатков. Это широко распространенная металлочерепица, к примеру, - многослойная конструкция, состоящая из алюминиевой или нержавеющей "сердцевины" и внешнего полимерного покрытия. Слой этот абсолютно инертен, то есть не выделяет никаких вредных соединений.

Среди прочих кровельных материалов несколько  особняком стоят так называемые "мягкие" покрытия. Обычно это  либо рулонные материалы, либо "гибкая черепица" (например, TEGOLA или IKO). Несмотря на то, что они изготовляются с  применением битума, их вполне можно считать экологически корректными (конечно, если это продукция известных производителей), поскольку готовая черепица также чрезвычайно устойчива к внешним воздействиям.

**Пусть будет тепло...**

Без правильного утепления дом существовать не может. Конечно, трудно возразить сторонникам традиционных природных утеплителей - мха и пакли. Действительно, они прекрасно держат тепло и очень долговечны. Но при одном условии: если правильно заготовлены и просушены. Иначе дом, между бревен которого заботливо уложен мох, достаточно быстро перестанет существовать - просто потому, что его "съест" жук-древоточец. Правда, мох, грамотно подготовленный, можно купить, однако сегодня это - экзотика, причем весьма недешевая.

Пакля для утепления домов довольно давно продается в прессованном варианте, в виде матов, разрезаемых на полосы нужной ширины.

Существуют  и другие теплоизоляционные материалы, например, блоки, сделанные на основе торфа и опилок. Они могут применяться  при строительстве как жилых  высотных зданий, так и хозяйственных построек. Блоки обладают звукоизоляционными, бактерицидными свойствами, не подвержены гниению, не годны в пищу грызунам. Одна из разновидностей производится в России и носит название "Геокар".

Даже  самым ярым сторонникам близости к природе нечего возразить против использования современных материалов, если они экологически чистые. Таковой является теплоизоляция из каменной ваты (например, ROCKWOOL). Этот материал еще и негорючий.

**Выгляни в окошко...**

Безусловно, знакомые всем нам рамы старого образца  назвать удобными трудно. Сквозняки, ежегодные длительные и трудоемкие процедуры по утеплению, не слишком эстетичный вид делают их аутсайдерами в современном домостроении. Впрочем, среди современных окон тоже есть деревянные образцы, но они далеки от своего прототипа, как автомобиль от пароконной повозки. Специально обработанная древесина близка по своим качествам к пластику и металлу, вот только насколько она "пригодна" - большой вопрос...

Тем не менее такие окна совершенно безопасны, эстетичны и занимают свою нишу в строительстве.

Сегодня и в индивидуальном, и в коллективном домостроении пальма первенства принадлежит  окнам из пластикового профиля (можно  назвать REHAU или VEKA). Конечно, при появлении  на российском рынке западных технологий сразу же разгорелись споры об экологичности окон из поливинилхлорида (ПВХ). Современные исследования показывают, что все-таки перед нами экологически безопасный материал.   
   
   
 

В конце 1990-х годов шведское национальное агентство по охране окружающей среды EPA опубликовало доклад, резюмирующий исследования ПВХ. В докладе не только подчеркивалась допустимость его использования, но и отмечалось, что "даже прямое сжигание ПВХ-материалов не генерирует диоксинов больше, чем сжигание традиционного топлива". Между прочим, об экологической безопасности ПВХ говорит и широкое применение его в медицине - системы для переливания крови, шприцы и многое другое делается из этого полимера.

При этом следует заметить, что современные  окна со стеклопакетами, вне зависимости  от того, из какого материала сделаны рамы, устанавливают в квартире или доме совершенно особый микроклимат, делая жилище недоступным для уличного шума или проникающей пыли. Однако параллельно исчезает и естественная, привычная для нас вентиляция, и поэтому хозяевам придется либо приобретать кондиционер, либо почаще проветривать помещение.

**Внутри дома**

Споры о том, какая внутренняя отделка  будет наиболее экологически чистой, неразрешимы. Впрочем очевидно, что  все материалы должны иметь гигиенические  сертификаты и соответствовать  отечественным нормативам, к слову сказать, одним из самых жестких в мире. В качестве простой проверки следует обращать внимание на резкий запах, которым часто "грешит" новая мебель и недорогие синтетические строительные материалы: обычно так пахнут соединения фенола - вещества, безусловно, вредные. Если без них не обойтись, в качестве возможного решения проблемы можно предложить банальное проветривание - через две-три недели "вредности" должны выветриться. Конечно, в этот период лучше не жить в помещении и уж во всяком случае не вселять туда детей.

Абсолютно безопасна для экологии отделка  деревом, керамической плиткой, керамогранитом, натуральными волокнами (сизалем, джутовым волокном и пр.). Несмотря на то, что  сегодня это недешевый вариант, здоровье, как известно, дороже, да и долговечность таких материалов выше, чем у синтетики. А вот модный ныне натуральный гранит должен обязательно поверяться: часто он может стать источником повышенного радиационного фона (такова природная особенность этой горной породы).

Но  вот что точно необходимо в современном доме, так это надежная система водоснабжения, водоотведения и канализации. Уходят в прошлое выгребные туалеты и баки, содержимое которых по мере накопления закапывалось домохозяевами в огороде. Данный способ совершенно точно наносит урон экологии: ведь продукты разложения фекальных масс проникают в грунтовые воды, а затем могут попасть и в водоносные слои... Помимо этого, даже на даче крайне неудобно мыть посуду в тазике, а в загородном доме, где семья полноценно живет круглый год, этот аттракцион и вовсе невозможен.

Разумеется, в подобных ситуациях необходимо сооружение инженерных систем. Причем они должны отвечать ряду требований: при довольно высокой мощности желательна экономичность насоса. От очистки  канализационных стоков мы вправе ожидать качества, от воды, поступающей для хозяйственных нужд, - чистоты. Этим требованиям отвечает современное оборудование. Например, часто применяющиеся для индивидуального водоснабжения скважинные насосы GRUNDFOS SQE при высокой производительности требуют сравнительно немного энергии и могут приспосабливаться к изменяющимся потребностям обитателей дома, а специальные комплектные канализационные установки Multilift обеспечивают простой и беспрепятственный отвод стоков к очистным сооружениям. Экономя ваши средства, уходящие на оплату электроэнергии, такое оборудование безопасно для окружающей среды.

Мы  живем, ежесекундно пользуясь приспособлениями, которые облегчают нашу жизнь, технологиями, которые предоставлят нам различного рода продукцию. Каким бы из них мы ни отдавали предпочтение, следует помнить - нам самим и нашим детям предстоит дышать, есть и пить в среде, которую мы создаем. И она должна быть максимально комфортна и естественна.

Ноябрь в нашем проекте - это месяц, посвященный экономии ресурсов Земли, бережному отношению к ресурсам Земли, их экономии и сбережению и ответственному потреблению.  
Один из базовых принципов экологии - это **принцип 3R, что означает reduce, reuse, recycle** - сокращаем потребление, используем повторно, перерабатываем.

[](http://letopisi.ru/index.php/%D0%A4%D0%B0%D0%B9%D0%BB:Nov1.jpg)

В ноябре мы не только узнаем, что можно сделать, чтобы сократить потребление ресурсов Земли, но и сделаем все вместе конкретные дела.   
В ноябре у нас есть 2 тематические даты, на которые мы будем ориентироваться в проведении наших Единых дней действий:   
**15 ноября** - День вторичной переработки   
**24 ноября** – День без покупок   
Ниже мы предложим два интересных дела, в которых мы все можем объединиться в эти дни.  
Ну что, приступим? :)

**ПРИСЫЛАЙТЕ ГОТОВЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ВЫПОЛНЕННЫЕ ЗАДАНИЯ НА АДРЕС ruecoshola@gmail.com с пометкой в теме письма Ноябрь.**

Для участия в Программе "Зеленые школы" зарегистрируйте ваше образовательное учреждение, [заполнив заявку в он-лайн анкете](https://docs.google.com/spreadsheet/viewform?formkey=dDFNbDhXR2JzTkQ4cmRVSm1ObjFub3c6MQ)

[ПЕРЕЙТИ НА ГЛАВНУЮ СТРАНИЦУ ПРОЕКТА "ЗЕЛЕНЫЕ ШКОЛЫ РОССИИ"](http://letopisi.ru/index.php/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0_%D0%94%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%AD%D0%9A%D0%90_%D0%97%D0%B5%D0%BB%D1%91%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%A8%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B)

Короткая ссылка на эту страницу: <http://tinyurl.com/greennovember>

|  |
| --- |
| Содержание [[убрать](javascript:toggleToc())]   * [1 Младшая возрастная группа (1-4 класс)](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.9C.D0.BB.D0.B0.D0.B4.D1.88.D0.B0.D1.8F_.D0.B2.D0.BE.D0.B7.D1.80.D0.B0.D1.81.D1.82.D0.BD.D0.B0.D1.8F_.D0.B3.D1.80.D1.83.D0.BF.D0.BF.D0.B0_.281-4_.D0.BA.D0.BB.D0.B0.D1.81.D1.81.29)   + [1.1 Учимся и исследуем](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A3.D1.87.D0.B8.D0.BC.D1.81.D1.8F_.D0.B8_.D0.B8.D1.81.D1.81.D0.BB.D0.B5.D0.B4.D1.83.D0.B5.D0.BC)   + [1.2 Делаем и практикуем](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.94.D0.B5.D0.BB.D0.B0.D0.B5.D0.BC_.D0.B8_.D0.BF.D1.80.D0.B0.D0.BA.D1.82.D0.B8.D0.BA.D1.83.D0.B5.D0.BC)   + [1.3 Творим](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A2.D0.B2.D0.BE.D1.80.D0.B8.D0.BC) * [2 Средняя и старшая возрастная группа (5-11 класс)](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A1.D1.80.D0.B5.D0.B4.D0.BD.D1.8F.D1.8F_.D0.B8_.D1.81.D1.82.D0.B0.D1.80.D1.88.D0.B0.D1.8F_.D0.B2.D0.BE.D0.B7.D1.80.D0.B0.D1.81.D1.82.D0.BD.D0.B0.D1.8F_.D0.B3.D1.80.D1.83.D0.BF.D0.BF.D0.B0_.285-11_.D0.BA.D0.BB.D0.B0.D1.81.D1.81.29)   + [2.1 Учимся и исследуем](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A3.D1.87.D0.B8.D0.BC.D1.81.D1.8F_.D0.B8_.D0.B8.D1.81.D1.81.D0.BB.D0.B5.D0.B4.D1.83.D0.B5.D0.BC_2)   + [2.2 Делаем и практикуем](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.94.D0.B5.D0.BB.D0.B0.D0.B5.D0.BC_.D0.B8_.D0.BF.D1.80.D0.B0.D0.BA.D1.82.D0.B8.D0.BA.D1.83.D0.B5.D0.BC_2)   + [2.3 Творим](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A2.D0.B2.D0.BE.D1.80.D0.B8.D0.BC_2) * [3 Начисление баллов](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.9D.D0.B0.D1.87.D0.B8.D1.81.D0.BB.D0.B5.D0.BD.D0.B8.D0.B5_.D0.B1.D0.B0.D0.BB.D0.BB.D0.BE.D0.B2) * [4 Материалы от педагогов-участников проекта](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.9C.D0.B0.D1.82.D0.B5.D1.80.D0.B8.D0.B0.D0.BB.D1.8B_.D0.BE.D1.82_.D0.BF.D0.B5.D0.B4.D0.B0.D0.B3.D0.BE.D0.B3.D0.BE.D0.B2-.D1.83.D1.87.D0.B0.D1.81.D1.82.D0.BD.D0.B8.D0.BA.D0.BE.D0.B2_.D0.BF.D1.80.D0.BE.D0.B5.D0.BA.D1.82.D0.B0) * [5 Тематические даты Ноября](http://letopisi.ru/index.php/%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F._%D0%AD%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%B8%D0%BC_%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D1%8B._%D0%9E%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C_2011#.D0.A2.D0.B5.D0.BC.D0.B0.D1.82.D0.B8.D1.87.D0.B5.D1.81.D0.BA.D0.B8.D0.B5_.D0.B4.D0.B0.D1.82.D1.8B_.D0.9D.D0.BE.D1.8F.D0.B1.D1.80.D1.8F) |

## Младшая возрастная группа (1-4 класс)

### Учимся и исследуем

* Рекомендуем начать с проведения урока по теме экономии ресурсов и ответственного потребления.

Используйте для подготовки [МАТЕРИАЛЫ К УРОКУ](http://letopisi.ru/index.php/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8B._%D0%97%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C)

* За присланный Вами план урока и фотографии с урока вашей команде начисляется 5 баллов
* Вы можете разработать авторский сценарий урока и прислать на адрес проекта - и получить еще 3 балла

[](http://letopisi.ru/index.php/%D0%A4%D0%B0%D0%B9%D0%BB:Nov6.jpg)

### Делаем и практикуем

Приступим к практике!

* Посчитайте вместе с учениками их персональный [экологический след](http://www.wwf.ru/footprint/about) - каждый может заполнить дома вместе с родителями тест на уменьшение экологического следа.
* Составьте рекомендации по уменьшению экологического следа в школе и дома, которые были бы полезны для каждого ученика и его родителей.

За присланные рекомендации по уменьшению экологического следа начисляется 3 балла.

* Предлагаем всем школам-участникам принять участие в **Едином дне переработки макулатуры.**

Он пройдет **15 ноября** в Единый день переработки отходов.   
[**ПОДРОБНОСТИ, КАК УЧАСТВОВАТЬ, НА СТРАНИЦЕ ЕДИНОГО ДНЯ!**](http://letopisi.ru/index.php/%D0%95%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%8C_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8_%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B,_15_%D0%BD%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8F)   
За присланную статистику по количеству сданой макулатуры, а также за фото и видеоотчет с акции начисляется 15 баллов.

[](http://letopisi.ru/index.php/%D0%A4%D0%B0%D0%B9%D0%BB:Nov3.jpg)

### Творим

* Предлагаем провести творческую выставку "Вторая жизнь наших вещей" - когда уже старые вещи перерабатывается творческим образом и из них делаются новые веши. Например, это может быть одеяло или одежда из лоскутков, старые джинсы, которые расписаны и приобрели новый стиль, это игрущки, сшитые из одной перчатки, которая осталась от пары и т.д.

За фотографии с выставки начисляется 15 баллов.

* Предлагаем вместе с учениками создать ряд творческих работ в разных жанрах, которые объясняют, почему важно экономить и сокращать потребление ресурсов Планеты и каким образом мы можем это сделать (как экономить воду, электричество, повторно использовать одежду, меньше покупать и т.д.).

Жанры, в которых могут быть представлены работы:

* Плакат в жанре рисунка
* Фотография
* Мини-спектакль, снятый на видео
* Конкурс на лучший слоган
* Конкурс на четверостишье, отражающее тематику

За творческие работы - в зависимости от ряда критериев и оценки эксперов проекта - начисляется от 7 до 15 баллов.

**ПРИСЫЛАЙТЕ ВСЕ МАТЕРИАЛЫ НА АДРЕС ruecoshola@gmail.com с пометкой в теме письма Ноябрь.**

[](http://letopisi.ru/index.php/%D0%A4%D0%B0%D0%B9%D0%BB:Smiling-planet-earth-cartoon-2-thum.jpg)

## Средняя и старшая возрастная группа (5-11 класс)

### Учимся и исследуем

* Рекомендуем начать с проведения урока по теме экономии ресурсов и ответственного потребления.

Используйте для подготовки [МАТЕРИАЛЫ К УРОКУ](http://letopisi.ru/index.php/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8B._%D0%97%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B._%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C)

* За присланный Вами план урока и фотографии с урока вашей команде начисляется 5 баллов
* Вы можете разработать авторский сценарий урока и прислать на адрес проекта - и получить еще 3 балла

### Делаем и практикуем

* Посчитайте вместе с учениками их персональный [экологический след](http://www.wwf.ru/footprint/about) - каждый может заполнить дома вместе с родителями тест на уменьшение экологического следа.
* Составьте рекомендации по уменьшению экологического следа в школе и дома, которые были бы полезны для каждого ученика и его родителей.

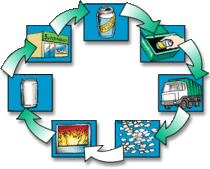
За присланные рекомендации по уменьшению экологического следа начисляется 3 балла.

* Предлагаем всем школам-участникам принять участие в **Едином дне переработки макулатуры.**

Он пройдет **15 ноября** в Единый день переработки отходов.   
[**ПОДРОБНОСТИ, КАК УЧАСТВОВАТЬ, НА СТРАНИЦЕ ЕДИНОГО ДНЯ!**](http://letopisi.ru/index.php/%D0%95%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%8C_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8_%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B,_15_%D0%BD%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8F)   
За присланную статистику по количеству сданой макулатуры, а также за фото и видеоотчет с акции начисляется 15 баллов.

* Есть одно известное по всему миру событие, которое мы предлагаем провести в ноябре и приурочить к **Всемирному Дню без покупок 24 ноября**. Это Really Free Market или **Рынок бесценного и бесплатного**.

Если объяснить простыми словами, как это событие помогает природе - мы сокращаем наше вредное для планеты потребление и отходы тем, что не выбрасываем вещи и не покупаем лишние, а обмениваемся ими. Так хорошие, но ненужные нам веши становятся полезными другим людям!   
[**ПОДРОБНОСТИ, КАК ОРГАНИЗОВАТЬ И ПРОВЕСТИ, НА ЭТОЙ СТРАНИЦЕ!**](http://letopisi.ru/index.php/Really_Free_Market_-_%D0%BA%D0%B0%D0%BA_%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%82%D1%8C_%D0%B8_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B8)   
За фото и видеоотчет с акции с текстовым комментарием-новостью (не более 1 страницы) начисляется 12 баллов.

[](http://letopisi.ru/index.php/%D0%A4%D0%B0%D0%B9%D0%BB:Recycling4.gif)

### Творим

* Предлагаем создать ряд творческих работ в разных жанрах, которые объясняют зрителям, почему важно сокращать потребление ресурсов Планеты и каким образом мы можем это сделать (как экономить воду, электричество, повторно использовать одежду, меньше покупать и т.д.).

Жанры, в которых могут быть представлены работы:

* Видеоролик (не более 3 минут)
* Комиксы
* Плакаты социальной рекламы
* Эссе, сочинение-размышление

За творческие работы - в зависимости от ряда критериев и оценки эксперов проекта - начисляется от 7 до 15 баллов.

[ИНСТРУКЦИЯ, КАК ВЫКЛАДЫВАТЬ РОЛИКИ, ОБУЧАЮЩИЕ МАТЕРИАЛЫ](http://ecowiki.ru/index.php?title=%D0%9A%D0%B0%D0%BA_%D0%B2%D1%8B%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%8B%D0%B2%D0%B0%D1%82%D1%8C_%D1%80%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%BD%D0%B0_Youtube%2C_%D0%97%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B)

**ПРИСЫЛАЙТЕ ВСЕ МАТЕРИАЛЫ НА АДРЕС ruecoshola@gmail.com с пометкой в теме письма Ноябрь.**

## Начисление баллов

Баллы начисляются каждой школьной команде за присланные на адрес ruecoshola@gmail.com материалы и фото (согласно указанному в каждом задании количеству баллов. В начале следующего месяца проекта публикуется промежуточный рейтинг.

## Материалы от педагогов-участников проекта

* [Пособие "Бумага своими руками"](http://dl.dropbox.com/u/14604669/%D0%97%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B/%D0%9D%D0%BE%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8C/%D0%91%D1%83%D0%BC%D0%B0%D0%B3%D0%B0%20%D1%81%D0%B2%D0%BE%D0%B8%D0%BC%D0%B8%20%D1%80%D1%83%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8.ppt) - МОУ СОШ №33, г.Энгельс, Саратовская область, координатор - Соленкова Наталья Николаевна

## Тематические даты Ноября

15 ноября - День вторичной переработки   
20 ноября - Всемирный День ребенка   
24 ноября - Всемирный День без покупок   
30 ноября - Всемирный День домашних животных

Начало формы

Конец формы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  | | --- | |  | | Практические работы  **Практические работы** - это один видов активной самостоятельной работы учащихся, который проводится с применением различных методов, материалов, инструментов, приборов и других средств.  **Экологический практикум** - (от греч. *praktikos* - деятельный, активный) осуществляется с целью формирования экологической культуры, т.е. различных умений по изучению окружающей среды и развитию способности применять их в различных жизненных и профессиональных ситуациях.  Экологический практикум предполагает использование различных методов: наблюдений, измерений, опытов, экспериментов, моделирования, прогнозирования.  Современный экологический практикум включает широкий спектр работ по изучению:   * качества основных сред - воздушной, водной, почвенной * экологического состояния природных экосистем; * показателей собственного здоровья и влияние на них окружающей среды; * экологического состояния школьных и жилых помещений, территории микрорайона.   Социально-экологический практикум позволит учащимся приобрести навыки использования экологических знаний в быту.  Экологический практикум школьника    [Программа курсов по выбору предпрофильной подготовки учащихся 9-х классов "Экологический практикум школьника" (36 часов)](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/doc/pred_pro_6.rtf)  Практическая экология:  использование экологических знаний и умений в повседневной жизни  Выполнение представленных практических работ поможет каждому из вас применять полученные экологические знания дома, в магазине, на дачном участке и т.д., Постарайтесь осознать свой личный "экологический след" и свою ответственность за состояние окружающей среды.  Практическая работа № 1  [Научись различать пищевые добавки](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_1.htm)  Практическая работа № 2 [Определение нитратов в продуктах питания](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_2.htm)  Практическая работа № 3 [Правила обращения с лекарственными препаратами](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_3.htm)  Практическая работа № 4 [Курение как фактор экологической опасности](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_4.htm)  Практическая работа № 5 [Исследование количества производимого мусора](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_5.htm)  Практическая работа № 6 [Выбор товара как способ сокращения загрязнения мусором окружающей среды](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_6.htm)  Практическая работа № 7 [Энергетический паспорт квартиры](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_7.htm)  Практическая работа № 8 [Мой личный экологический след](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/0aa16c08-ad07-4cf2-b53b-047d0bf26d18/site2/prakt/pract_8.htm) |

**[Советы](javascript:void(0))**

**по улучшению экологии вокруг себя – от** [**профессионалов**](javascript://)**.**

На сегодняшний день [проблема](javascript:void(0))

экологии, защита окружающей среды приобретает огромное значение. Вот только несколько цифр: 16%  территории России, где проживает больше половины ее народонаселения, характеризуются как экологически неблагополучные. Свалки вокруг городов расширяются, уровень загрязнения воды, воздуха и почвы превышает все допустимые нормы.

Вот какие советы по улучшению домашней экологии дают специалисты компании Amway, специализирующейся на производстве экологически чистых чистящих средств.

- В выборе средств отдавайте предпочтение биоразлагаемым: они разлагаются естественным образом, не нанося вреда природе.

- Избегайте фосфатов. Как известно, фосфаты добавляют в стиральные порошки для смягчения воды. Но  они же вызывают аллергические реакции, негативно воздействуют на дыхательную систему человека. А когда фосфаты вместе загрязненной водой попадают в природные водоемы, они становятся удобрением для водорослей и вызывают цветение воды.

- Меньше хлора! Хлор негативно влияет на сердечно-сосудистую систему, способствует возникновению атеросклероза и анемии, отрицательно влияет на [состояние](javascript:void(0))

кожи и волос.

- Старайтесь использовать в быту концентрированные чистящие [средства](javascript:void(0))

, которые позволяют сократить потребление упаковки и тем самым уменьшить бытовые отходы.

- Установите в своей квартире приборы учета горячей и холодной воды. Без необходимости не оставляйте включенными лампы, [телевизор](javascript://) и другие электроприборы, регулярно размораживайте холодильник. Это уменьшит расход электроэнергии. Дело не только в экономии - чем больше электричества расходуется, тем больше топлива требуется электростанциям, а следовательно, тем больше ядовитых продуктов сгорания попадает в атмосферу.

- Старайтесь реже пользоваться аэрозолями. Покупайте только те из них, на которых есть надпись «Ozone friendly». Она означает, что спрей не содержит хлорфторуглероды (CFC), разрушающие озоновый слой над нашей планетой.

- Пользуйтесь электрическими зажигалками вместо спичек, тем самым вы сохраните частицу лесов - легких нашей планеты.

- Максимально используйте естественное освещение – это один из очень [эффективных](javascript://) путей уменьшения расхода электроэнергии на искусственное освещение. Грязные оконные стекла ухудшают освещение почти вдвое - соблюдайте чистоту.

- Никогда не выбрасывайте мусор в раковины и унитазы.

- Старайтесь покупать продукцию, изготовленную из материалов, подлежащих переработке, - бутылки, туалетную и писчую бумагу и т. п. Если вещи не выбрасывать, а сдавать в переработку, мы сможем добиться сокращения отходов и экономии природных

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | [Поделиться](http://vkontakte.ru/share.php?url=http%3A%2F%2Fwww.topnews.ru%2Fmedia_id_8635.html) |  |  |  |
|  | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| [Для тех у кого большой живот! Новый, проверенный метод сбросить 27-51 кг за](http://n.pcads.ru/click/22254/22980/26862/36546/1/0/0/?p=) |  |

## 50 простых способов помочь планете

Советы о том, как просто и легко помочь окружающей среде.

### Просто попробуйте

Помощь окружающей среде или "зеленая" жизнь совершенно не обязательно должна быть связана с головной болью. Наоборот, зачастую это очень просто. Да и мысль о том, что один человек ничего не изменит, далека от правды. Если каждый из нас уделит хоть немного внимания этому вопросу – изменения будут столь значительны, что не заметить их будет трудно.

В этом списке могут быть вещи, которые уже обсуждались ранее и широко известны. Но в данном случае и напоминание может сыграть положительную роль и подтолкнуть людей в правильном направлении.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/01.gif

### 1. Поменяйте лампочку

Если каждая семья в странах СНГ заменит одну обычную лампочку в доме на люминесцентную энергосберегающую, то это приведет к снижению уровня загрязнения окружающей среды аналогичному удалению с дорог миллиона автомобилей. Использование LED-лампочек окажется еще полезнее.

В случае, если вам не нравится свет таких ламп, можно поставить их хотя бы в те места, где свет нужен редко – в кладовку, на балкон и т.д.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/02.gif

### 2. Выключайте компьютер на ночь

Тем, что вы выключите компьютер, а не оставите его в спящем режиме, вы можете сэкономить до 40 ватт электроэнергии в сутки. Если вы не хотите утром ждать загрузки компьютера, то почему бы ему не загружаться пока вы умываетесь? Или же можно поставить его на автоматическое включение за пару минут до времени, когда вы просыпаетесь.

То же самое касается и других электрических приборов – все лучше выключить полностью.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/03.gif

### 3. Используйте обе стороны бумаги

Не стоит забывать о том, что у каждого листа две стороны и в большинстве случаев не будет проблемой, если вы распечатаете или скопируете что-нибудь на обеих сторонах. Или же вторую сторону можно использовать просто для личных заметок. Для того, чтобы быстро и просто сократить количество используемой бумаги вдвое, настройте свой принтер на печать с обеих сторон по умолчанию.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/04.gif

### 4. Не включайте духовку заранее

Если вы не печете хлеб и не делаете какую-то выпечку, не подогревайте заранее духовку. Просто включите ее, когда положите внутрь еду, которую нужно испечь. При проверке готовности, не открывайте лишний раз дверцу, посмотрите через окошко - это сохранит температуру внутри и сэкономит энергию, необходимую для ее восстановления после открытия дверцы.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/05.gif

### 5. Отдавайте стекло на переработку

При переработке стекла, уровень загрязнения воздуха уменьшается на 20%, а уровень загрязнения воды на 50%. А вот не переработанное стекло может разлагаться миллионы лет.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/06.gif

### 6. Используйте экологичные пеленки

По статистике, к тому времени, когда ребенок научится самостоятельно ходить в туалет, родители используют от 5,000 до 8,000 подгузников, а это создает несколько тонн мусора каждый год. В случае же, если вы будете использовать пеленки или другой более экологичный материал, вреда для планеты будет намного меньше.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/07.gif

### 7. Сушите постиранную одежду на солнце

Достаточно повесить веревку для сушки белья и вместо использования сушилки стиральной машины вешать одежду после стирки туда. Ваша одежда сохранит свои цвета, и заодно вы сэкономите деньги на счете за электричество. А ваша любимая футболка прослужит дольше.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/08.gif

### 8. Становитесь вегетарианцем раз в неделю

Всего лишь одно блюдо без мяса в неделю в вашем рационе уже поможет планете и вашему здоровью. Например, для производства 500 грамм говядины необходимо 2500 литров воды. Кроме того, таким образом вы поможете сохранить деревья.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/09.gif

### 9. Стирайте в теплой воде

Если все домохозяйства стран СНГ при стирке будут вместо очень горячей воды использовать просто теплую, это может сохранить несколько десятков тысяч баррелей нефти в день.

Кроме того, разумно не стирать грязные вещи сразу, а подождать, чтобы при стирке загружать стиральную машинку полностью.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/10.gif

### 10. Используйте на одну салфетку меньше

В среднем за год каждый американец использует 2,000 салфеток - около 6 каждый день. Если бы каждый использовал всего на одну салфетку меньше в день, за год было бы израсходовано на полмиллиарда килограмм салфеток меньше.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/11.gif

### 11. Выключайте свет

Всегда выключайте свет при выходе из комнаты, если там установлена лампа накаливания. В случае флуоресцентных ламп роль играет количество включений и выключений, поэтому их стоит отключать лишь в случае, когда вы выходите из комнаты более чем на 15 минут.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/12.gif

### 12. Отдавайте газеты на переработку

В странах СНГ ежедневно печатается несколько миллионов газет. Более 70% из них в конце концов просто выкидывается в мусорный ящик. Если же вы отправите на переработку всего одну газету в неделю, это уже поможет сэкономить множество деревьев.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/13.gif

### 13. Упаковывайте креативно

Подарочные упаковки, пакеты или же яркую цветную бумагу вполне можно использовать повторно. А если добавить старые карты, журналы, газеты или даже материал ненужной одежды, то можно сделать нечто действительно оригинальное и интересное. Кроме того, что повторное использование будет полезно окружающей среде, такая обертка понравится и получателю подарка.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/14.gif

### 14. Покупайте меньше воды в пластиковых бутылках

Около 90% пластиковых бутылок не перерабатывается, а их разложение займет тысячи лет. Простой выход – используйте одну бутылку много раз, это поможет окружающей среде, вашему кошельку и возможно даже здоровью. Можно также использовать фильтры для воды, очищенная таким образом вода вряд ли уступит по чистоте той, что продается в пластиковых бутылках.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/15.gif

### 15. Замените ванну принятием душа

Попробуйте в течение одной недели не набирать ванну и вместо этого принимать душ. Обычно для ванной нужно в два раза больше воды, чем уходит во время принятия душа. Опять же, вы не только уменьшите количество расходуемой воды, но и заплатите меньше за коммунальные услуги.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/16.gif

### 16. Чистите зубы с закрытой водой

Скорее всего, вам об этом уже говорили, но вы все равно не закрываете воду, пока чистите зубы. Вы сможете сэкономить до 19 литров воды в день, если последуете совету.

То же самое касается и мытья посуды, некоторые действия в этом процессе тоже не требуют постоянного потока воды.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/17.gif

### 17. Почините трубы в ванной

Место в трубе или кране в ванной, откуда капает вода, может и не мешать, однако представьте сколько воды таким образом утечет за год. А если такое место не одно? Просто почините трубы, и это уже поможет планете.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/18.gif

### 18. Принимайте душ меньше времени

Провели под душем на 2 минуты меньше – сэкономили около 38 литров воды. Если бы каждый житель России принимал душ на две минуты меньше, можно было бы сэкономить несколько миллиардов литров воды в год.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/19.gif

### 19. Посадите дерево

Это полезно как для воздуха, так и для земли. Дерево будет не только красиво смотреться, но и, возможно, увеличит стоимость участка при продаже.

Можно сделать это традицией и, например, сажать по одному дереву для каждого члена семьи раз в год.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/20.gif

### 20. Используйте "круиз-контроль" в автомобиле

Если в вашей машине есть функция круиз-контроля, то пусть она делает свое дело. С ней автомобиль будет ездить на 15% эффективнее. Вы ведь заплатили не просто за дополнительную кнопку на панели. А с учетом нынешних цен на топливо, можно еще и прилично сэкономить.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/21.gif

### 21. Подержанный не значит плохой

Подумайте о покупке вещей с рук. Из игрушек, велосипедов, роликовых коньков и других размерных вещей дети быстро вырастают. Магазины секонд-хенд обычно продают подобные вещи в отличном состоянии, потому что они используются не слишком долго. Туда же их можно и продать после того, как они уже не понадобятся.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/22.gif

### 22. Покупайте местное

Представьте, насколько загрязняется окружающая среда от того, что продукты питания довозят из других регионов или стран в ваши местные магазины. Поэтому при возможности старайтесь поддерживать и покупать продукты, выращенные в вашем регионе или городе. Таким образом, количество выбросов парниковых газов может заметно уменьшиться.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/23.gif

### 23. Измените температуру в доме

Если вы пользуетесь отоплением и кондиционером, понизьте температуру всего на один градус зимой и повысьте ее на один градус летом. Каждый градус может сэкономить до 10% энергии.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/24.gif

### 24. Одевайтесь вместо обогревания

Вместо включения обогревателя на максимальный уровень, просто одевайтесь зимой потеплее. Шерстяные носки или вязаный свитер не только сэкономят энергию, но еще и помогут почувствовать, какое время года на улице.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/25.gif

### 25. Носите с собой собственную кружку

Если вы начинаете свое утро с чашки ободряющего кофе или любите чай в кофейнях в течение дня, есть способ не брать оттуда каждый раз новый стаканчик, чтобы сразу же его выкинуть. Попробуйте купить кружку, подходящую для многоразового использования, и брать с собой ее. В большинстве кофеен вам с удовольствием нальют кофе в собственную кружку.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/26.gif

### 26. Объединяйте поездки по делам

В случае если вам приходится часто ездить куда-то по делам или с поручениями, есть способ сэкономить как топливо, так и время. Многое из этого может подождать пару дней. Просто вместо того, чтобы постоянно куда-то ездить, составляйте список дел и потом выделяйте время на поездки один раз в неделю.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/27.gif

### 27. Запишитесь в библиотеку

Вместо того, чтобы покупать книги в магазинах, можно просто записаться в библиотеку и брать их оттуда. Библиотечные книги далеко не всегда в плохом состоянии, да и бумаги можно сэкономить очень много.

Другой вариант - купить электронную читалку. Это может быть дорого, но затраты быстро окупятся.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/28.gif

### 28. Обращайте внимание на упаковку

Около 33% того, что мы выбрасываем на свалки - это упаковка. Старайтесь не покупать продукты с несколькими слоями упаковки, если было бы достаточно одного. Таким образом, вы поддержите производителей, которые наносят меньший вред окружающей среде.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/29.gif

### 29. Используйте маркеры, когда приходят гости

Иногда в суете разговоров и развлечений в гостях можно потерять свою одноразовую чашку или тарелку среди абсолютно одинаковых предметов посуды, и в результате придется взять новую. Есть простой способ тратить меньше пластмассовой посуды – оставьте маркер рядом со столом и пусть гости пометят свои чашки и тарелки. Это занятие может стать развлечением и само по себе.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/30.gif

### 30. Отдавайте старые мобильники на переработку

В среднем на сегодняшний день один мобильный телефон используется около 18 месяцев, и таким образом на свалке ежегодно оказывается около 130 миллионов телефонов. Части телефона и батареи со временем будут испускать токсичные элементы в окружающую среду. Поэтому лучше найдите место, где принимают телефоны для последующей экологичной переработки.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/31.gif

### 31. Поддерживайте ваш автомобиль в хорошем состоянии

Этим можно не только продлить срок его службы, но и значительно уменьшить уровень загрязнения окружающей среды. Хорошее состояние двигателя, чистые воздушные фильтры, накачанные шины и т.п. могут значительно повысить производительность автомобиля.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/32.gif

### 32. Отдавайте ненужные вешалки

Часто вешалки для одежды бывают сделаны из стали, которую очень сложно как-то переработать. Поэтому вместо того, чтобы выкинуть старую вешалку, отдайте ее знакомым или, например, в химчистку, где она может быть очень кстати.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/33.gif

### 33. Отдавайте на переработку алюминий

На создание 20 алюминиевых банок из переработанных старых затрачивается столько же энергии, сколько на создание одной абсолютно новой.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/34.gif

### 34. Работайте удаленно

Если есть такая возможность, попробуйте договориться с управляющим, чтобы вам разрешили работать из дома какую-то часть недели. Это может не только сэкономить деньги или топливо, но и позволит вам иногда работать в лучшем окружении.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/35.gif

### 35. Выращивайте комнатные растения

Они не только украсят комнату, но и поспособствуют очистке воздуха и большему количеству кислорода в доме. Кроме того, можно подарить их друзьям вместо срезанных цветов и тогда, возможно, друзья сами начнут их выращивать.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/36.gif

### 36. Используйте спички вместо зажигалок

Зажигалки сделаны из пластика и в большинстве своем являются одноразовыми, поэтому ежегодно на свалках их оказывается более миллиарда единиц. Спички, сделанные из дерева, в этом плане менее вредны, но еще более экологичным выбором станут картонные спички, которые зачастую делаются из переработанной бумаги.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/37.gif

### 37. В магазин со своим пакетом

Разумно не покупать новые пакеты каждый раз, делая покупки в магазине, а взять с собой свои – даже один не выброшенный пакет уже поможет окружающей среде. Как известно, полиэтиленовые пакеты сегодня являются одними из главных загрязнителей в наших городах.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/38.gif

### 38. Отдавайте вещи

Прежде чем что-то выкинуть, подумайте, не нужна ли эта вещь кому-либо еще. И даже если она не нужна тем, кого вы знаете, вполне возможно, что ей будут рады в какой-нибудь благотворительной организации.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/39.gif

### 39. Пользуйтесь услугами автомоек

Профессиональные автомойки обычно более экономны в использовании воды, чем сами водители, а результаты обычно не сильно отличаются. Таким образом, можно сэкономить большое количество воды.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/40.gif

### 40. Нет пластиковым пакетам!

Каждый год в мире используется 500 миллиардов пластиковых пакетов. Они не разлагаются и чаще всего оказываются в океанах, а впоследствии могут оказаться и в желудках морских обитателей. По возможности старайтесь использовать многоразовые сумки из переработанного или перерабатываемого материала, лучше бумажные.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/41.gif

### 41. Пользуйтесь электронными билетами

Цена создания одного бумажного билета приблизительно $10, а в случае с электронным билетом тратится всего $1. В ближайшем будущем все авиакомпании мира перейдут на электронные билеты, а пока выбирайте их сами, если у вас есть возможность сделать такой выбор.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/42.gif

### 42. Скачивайте программы из интернета

Множество программ доступно как на компакт-дисках, так и для скачивания онлайн. При выборе второго способа получения программы можно было бы избежать траты 30 миллиардов дисков, которые продаются и оказываются на свалках каждый год. Кроме того, если вы скачаете программу, то всегда сможете повторить это в будущем, что не всегда доступно при покупке диска.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/43.gif

### 43. Отключайте зарядное устройство

Не нужно оставлять зарядное устройство в розетке, когда ничего не заряжается. Многие не знают, что недостаточно просто отключить само устройство (телефон, ноутбук и т.д.), нужно обязательно выдернуть его из розетки, т.к. электричество при этом все равно расходуется.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/44.gif

### 44. Ходите пешком

Если вы всегда ездите на машине, заведите привычку раз в неделю вместо поездки на автомобиле сходить куда-то пешком. Например, это может быть один поход на работу или в магазин. Помимо прочего вы еще и смените обстановку.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/45.gif

### 45. Используйте тряпичные салфетки

Вместо одноразовых бумажных салфеток, можно приобрести тряпичные. Выгода в том, что их можно стирать. Так можно сэкономить и деньги на салфетки и бумагу.

То же самое касается бумажных и тряпичных носовых платков.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/46.gif

### 46. Подвезите коллегу

К сожалению, в большинстве случаев люди едут на работу в машине одни, то есть обычно еще 3 места пустует. Попробуйте договориться с коллегой или коллегами, которые живут недалеко, что вы их подвезете. Вы не только уменьшите количество выделяемых в атмосферу парниковых газов, но и можете получить интересных попутчиков.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/47.gif

### 47. Платите по счетам онлайн

По некоторым подсчетам, если бы все платили за коммунальные и другие услуги в интернете вместо использования бумажных квитанций, можно было бы сохранить несколько десятков миллионов деревьев в год.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/48.gif

### 48. Пользуйтесь интернет-банкингом

Банки на территории СНГ пока не задумываются об этом, но можно было бы сэкономить значительные ресурсы, если бы все их клиенты пользовались интернет-банкингом вместо бумажной бюрократии. Кроме того, теоретически помощь окружающей среде еще и в том, что человек не ездит в отделение банка.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/49.gif

### 49. Используйте аккумуляторные батареи

Десятки миллиардов батарей производятся и продаются каждый год и множество из них – одноразовые щелочные. При этом перерабатывается совсем небольшая часть из них. Купите зарядное устройство и пару аккумуляторных батарей, они дороже, но окупят себя через несколько месяцев использования.

http://thinkgreen.ru/wp-content/themes/thinkgreen.ru/icons/50.gif

### 50. Делитесь этими советами

Запомните то, что вы прочитали, примените в жизни то, что можете, и рассказывайте своим знакомым. Даже один человек может внести большой вклад, а если мы будем передавать друг другу эти сведения, то такими небольшими шагами окружающей среде будет оказана неоценимая помощь.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | [Сохранить](http://vkontakte.ru/share.php?url=http%3A%2F%2Fthinkgreen.ru%2F50s%2F) |  | **[1311](http://vkontakte.ru/share.php?url=http%3A%2F%2Fthinkgreen.ru%2F50s%2F)** |  |