

## **«Что я могу сделать, чтобы уменьшить свой экологический след»**

Экологический след учитывает потребности в природных ресурсах и загрязнение окружающей среды. Экологический след - мера того, сколько ресурсов человек использует.

Слушая новости об очередной экологической катастрофе, об угрозе для всего человечества и для всей планеты, видя душераздирающие фотографии погибающих животных, мне становится больно. Я чувствую возмущение и беспомощность. Я понимаю, что с каждым годом человек все больше и больше загрязняет планету, наносит вред мировой экологии. И винить в этом кого-то одного нельзя. Каждый из нас вносит свой вклад в разрушение нашего «дома».

Хочу сказать, что после Вашей лекции «Что такое экологический след», мне стало немного не по себе. Я, конечно, не могу сказать, что полностью не загрязняю окружающую среду. Но стараюсь, по мере своей возможности уменьшить свой экологический след. Я не бросаю мусор мимо урны; установила в своей квартире приборы учета горячей и холодной воды; рационально использую горячую и холодную воду; кипячу воду на газовой плите, тем самым не затрачиваю электроэнергию; при печати на принтере использую обе стороны бумаги, а для рабочих материалов использую черновики.

Моя старшая дочь тоже озабочена экологической ситуацией на нашей планете. Она уже несколько лет поддерживает акцию «Час Земли». Каждый год в марте мы выключаем все электроприборы на один час, тем самым давая нашей Земле небольшой отдых. Поначалу я восприняла этот проект несерьезно. Но теперь я понимаю, что это действительно необходимо. С каждым годом число участников «Часа Земли» увеличиваются, новые города принимают в проекте участие. Люди стали понимать, что Земле нужна «передышка». Конечно, одного часа в год недостаточно, чтобы полностью возместить ущерб, нанесенный нами нашей же планете. Но это только

начало, и возможно в будущем благодаря таким проектам люди поймут значение своего экологического следа.

Теперь я могу объяснять детям в детском саду, что шаг каждого из нас очень важен, что мы должны беречь планету.

Чтобы еще больше уменьшить свой экологический, я думаю о более необычных изменениях образа жизни.

*Чтобы сократить вредные выбросы в атмосферу я могу:*

- после использования выключать из сети компьютер, телевизор, любые приборы. Ведь оставленные даже в режиме ожидания они потребляют энергию;
- не забывать отсоединять зарядные устройства сотовых телефонов;
- пользоваться энергосберегающими лампочками;
- стирать бельё на экономичном режиме;
- максимально использовать естественное освещение;
- чаще протирать лампочки - пыль ухудшает освещение почти вдвое;
- не заслонять батарею мебелью или шторами;
- пользоваться настольными лампами и бра вместо того, чтобы освещать всю комнату;
- сортировать мусор (макулатуру, батарейки, др. можно сдавать в переработку);
- не выбрасывать ненужные вещи - отдавать нуждающимся;
- принимать душ вместо ванны;
- выключать воду в то время, когда намыливаюсь, во время чистки зубов;
- вовремя устранять протекания;
- покупать продукты питания и товары местного производства. Минимальная их транспортировка снижает воздействие на окружающую среду;
- не выбрасывать еду - покупать столько, сколько сможем съесть;
- избегать полуфабрикатов;

- стараться покупать многоразовые карточки в метро;
- больше ходить пешком;
- рассказать всем своим знакомым про экологический след человека.

Я искренне надеюсь, что мой экологический след будет уменьшаться с каждым годом. И если каждый из нас будет заботиться об окружающем нас мире, жизнь изменится в лучшую сторону. Главное – научить детей ценить и уважать природу, оберегать ее и не наносить ей вред. Все вместе мы сможем изменить будущее.