

25 koraka do doma bez plastike

Katarina Fruk
Nikolina Špoljar Srebačić



Učenički dom Maksimir
Zagreb, 2020.

25 koraka do doma bez plastike

Autorice:

Katarina Fruk
Nikolina Špoljar Srebačić

Nakladnik:

Učenički dom Maksimir
Kennedyjev trg 9, Zagreb
www.udm.hr

Za nakladnika:

Zdravka Puljiz

Dizajn:

Tvrtko Zelić

Ilustracije:

Ana Ćurković Zelić

Lektura:

Ivana Čavlović

Tisak:

Stega tisak, Zagreb

ISBN: 978-953-49170-0-8

Zagreb, 2020.

CIP zapis je dostupan u računalnome
katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice
u Zagrebu pod brojem 001072228.

Uvod

Plastično zagađenje pronašlo je put do svih kutaka našeg planeta. U posljednjih 30 godina proizvodnja plastike dosegla je vrhunac. Svjetska mora i oceani sve su manje prekrasne oaze raznolikog biljnog i životinjskog svijeta, a sve se više pretvaraju u velike oaze plastičnog otpada. Životinje i ljudi svake godine unose u tijelo sve više plastike putem hrane i vode.

Onečišćenje plastičnim otpadom kriza je koja će se pogoršavati ako svi ne preuzmemo dio vlastite odgovornosti. Ljudi zaboravljaju da imaju moć promjene i da svojim svakodnevnim odabirima šalju signale što im treba ili što žele.

Većina nas danas u domovima odvaja plastiku u posebnu kantu iz kojih ona odlazi na reciklažu. Međutim, tek manji dio toga zaista se reciklira. Zato je jedini put za uklanjanje plastike, prije svega jednokratne, iz okoliša njezino postupno izbacivanje iz upotrebe.

Učenički dom Maksimir, unatoč višegodišnjim naporima u odgovornom odnosu prema otpadu, suočio se s neugodnom količinom jednokratne plastike koju godišnje potroši za potrebe učeničkih obroka i pića. Pokušat ćemo vam to "plastično" objasniti: radi se o 56 700 plastičnih čaša, 60 000 plastičnih žlica i 13 400 plastičnih vrećica, uz plastične čaše aparata za kavu (podatci za 2018.). Više od 130 000 komada jednokratne plastike. Samo za posluživanje obroka. A gdje su još svi oni omoti čokoladica, grickalica i drugih sitnica koje život znače? Skupini „zelenih entuzijasta“ iz doma nije preostalo drugo nego da, uz pomoć i podršku učenika i djelatnika, na početku školske godine 2019./2020. pokrenu projekt **Da nam ne treba plastika nije znanstvena fantastika** kojim postupno žele izbaciti jednokratnu plastiku iz upotrebe.



Ovaj priručnik prati aktivnosti tijekom cijele godine, put od motivacije i inovacije do svakodnevnog života bez jednokratne plastike. Ono što smo mi na tom putu naučili jest da je za promjenu ponašanja i navika potrebna motivacija i alternativno rješenje. Tako je na uvodnoj radionici nastala ideja o **Eko start paketu: platnena torba, višekratna čaša i Vodič za život bez plastike u domu** koji je svaki učenik dobio na početku školske godine i omogućio mu lakši prijelaz na život bez jednokratne plastike.

Naš je put počeo u „normalnim“ uvjetima, a nastavio se *online* kao i sve ostale aktivnosti u našim životima. Namjera nam je bila opisati sve korake na putu do doma odnosno škole bez plastike kako bi ih svaka škola ili dom koji žele mogli provesti. U ovom „novom normalnom“ koje je pred nama, neke će aktivnosti pričekati sigurnija vremena, ali je većinu ipak moguće provesti i u *online* uvjetima pa smo predložili alternativna rješenja.

Nadamo se da ćete u ovom priručniku pronaći inspiraciju za svoj put do načina života bez plastike. Odaberite ritam svoje ekološke preobrazbe koji vam najbolje odgovara kako biste mogli ustrajati. Dvadeset i pet koraka do zdravije okoline za sve nas uistinu nije mnogo.

Birajte planet, ne plastiku!

1.

Ispitaj stavove

Na početku svakog pothvata važno je znati gdje stojimo. Koliko smo informirani? Jesmo li svjesni posljedica zagađenja? Kakvi su naši stavovi? Brine li nas budućnost u moru plastike? Kakve su naše navike? Razvrstavamo li otpad? Upotrebljavamo li jednokratnu plastiku? I ono najvažnije: Jesmo li spremni promijeniti svoje navike?

Provedi istraživanje

- Definiraj pitanja
- Napravi anketu u nekom *online* alatu
- Pošalji svima koje želiš ispitati
- Analiziraj rezultate

Rezultati ti mogu pomoći u kojem smjeru krenuti, na koje probleme možeš naići, čemu posvetiti više pažnje... i naravno za usporedbu nakon godinu dana.



Primjer upitnika:

JEDNOKRATNA PLASTIKA

Molimo te da odvojiš trenutak i odgovoriš na sljedeća pitanja vezana za upotrebu jednokratne plastike.

Spol:

- m
 ž

Dob:

- 14
 15
 16
 17
 18

Upotrebljavaš li plastične slamčice?

- Da, svakodnevno.
 Da.
 Povremeno.
 Ne.
 Ne, ne upotrebljavam jednokratnu plastiku.

Upotrebljavaš li plastične vrećice?

- Da, svakodnevno.
 Da.
 Povremeno.
 Ne.
 Ne, ne upotrebljavam jednokratnu plastiku.

Kad kupuješ u trgovini:

- upotrebljavaš svoju platnenu vrećicu.
 nosiš stvari u ruci.
 upotrebljavaš plastičnu vrećicu nabavljenu/kupljenu u trgovini.
 kombiniraš plastičnu i platnenu vrećicu.

Što učiniš s plastičnom vrećicom nakon kupnje?

- Bacim je.
 Recikliram je.
 Ponovno je upotrijebim.
 Ne upotrebljavam plastične vrećice.

Upotrebljavaš li plastične čaše?

- Da, svakodnevno.
 Da.
 Povremeno.
 Ne.
 Ne, ne upotrebljavam jednokratnu plastiku.

U kojoj se mjeri slažeš s tvrdnjama?

	Uopće se ne slažem.	Ne slažem se.	Svejedno mi je.	Slažem se.	Potpuno se slažem.
Jednokratna plastika štetna je za okoliš.					
Otvoren/a sam prema ideji zamjene jednokratne plastike.					
Volim platnene vrećice za kupnju s atraktivnim dizajnom.					
Akcije i kampanje koje govore o štetnosti plastike utječu na moje ponašanje.					
Zabrinut/a sam za budućnost planeta.					

Koliko si voljan/voljna zamijeniti jednokratnu plastiku onom višekratnom ili predmetima drugih materijala (npr. platnenim vrećicama, papirnatim slamkama, drvenim ili višekratnim priborom za jelo...)?

Nimalo

1	2	3	4	5

Apsolutno sam voljan/voljna učiniti tu zamjenu.

2.

Motiviraj ciljanoj skupinu

RADIONICA

Da nam ne
treba plastika
nije znanstvena
fantastika

Opći cilj:

potaknuti razvoj navika
koje čuvaju okoliš

Specifični ciljevi:

- smanjiti upotrebu jednokratne plastike
- potaknuti otvorenost novim idejama
- pronalaziti nova rješenja

Ishodi:

- prilagoditi svoje navike očuvanju okoliša
- predložiti rješenje
- pristupati problemu kreativno

Mentimeter

je izvrsna
online zamjena
za prikupljanje
ideja.

1. Uvodna aktivnost

Voditelj/ica zamoli sudionike da se, bez riječi i mimike, rasporede u liniju prema datumu rođenja.

Nakon toga zamoli ih da razmisle u kojoj mjeri imaju razvijene ekološke navike i prema tome se rasporede u liniju na kojoj će na jednom kraju biti oni koji ih nemaju, a na drugomu oni koji misle za sebe da su potpuno ekološki osviješteni.

Zatim ih zamoli da se u liniju rasporede prema tome koliko su spremni učiniti i odreći se nečega ako bi to moglo spasiti planet.

osobni opis, slika i podatci	čime se bavi, hobi, interesi
potrebe i ciljevi	odnos prema ekologiji

2. Vježba: Mapa empatije

Voditelj/ica podijeli učenike u manje skupine, podijeli im velike papire i da im uputu:

- svaka skupina treba zamisliti jedan lik: jednoga tipičnog srednjoškolca koji živi u učeničkom domu, odgajatelja koji radi u učeničkom domu, profesora, roditelja srednjoškolca...
- dobiveni papir treba podijeliti na četiri dijela i upisati:
 - opis osobe, crtež i demografske podatke: koliko ima godina, u koji razred ide, koju školu pohađa, gdje živi, s kim živi...
 - ponašanje odnosno čime se bavi, hobi, interesi, što voli, što ne voli....
 - potrebe i ciljevi; što želi u životu...
 - kakav je njezin odnos prema ekologiji; brine li se za okoliš, ima li razvijene ekološke navike...

Nakon što završe, svaka skupina predstavi svoj lik drugima.

3. Vježba: Koliko plastike trošimo?

Voditelj/ica skupinama podijeli *Radni list* (5. str.) i da im uputu da sada, imajući na umu svoj lik, napišu što sve od plastike njihov lik potroši odnosno upotrijebi u jednom danu, od buđenja ujutro do lijeganja u krevet navečer.

Nakon završetka zadatka, svaka skupina izloži svoje rezultate te se zajedno analizira koliko plastike zapravo trošimo u samo jednom danu.

Nastavno na ovaj zaključak voditelj/ica učenicima pročita nekoliko činjenica o plastici, trajanju njezine razgradnje i posljedicama na okoliš i život (6. str.). Zatim ih upita je li se nešto promijenilo u stupnju motivacije od početka radionice.

5. Aktivnost: Što možemo učiniti?

Voditelj/ica upita učenike što možemo učiniti svi u učeničkom domu/školi kako bismo smanjili upotrebu jednokratne plastike, koje od ovih ideja možemo isupotrebjavati, koliko smo daleko spremni ići.

Cijela skupina raspravlja o mogućim rješenjima i donosi zaključak koji će predložiti vodstvu doma/škole.

Potrebni materijali i sredstva:

- B2 listovi i flomasteri
- Radni list
- Prilog – posljedice
- Blokovi sa samoljepivim papirićima
- Podsjetnici
- Evaluacijski plakat

4. Vježba: Ideje, ideje

Voditelj/ica podijeli nekoliko blokova sa samoljepivim papirićima te uputi učenike da upisuju sve što im padne na pamet o tome kako motivirati ljude da troše manje plastike, posebno one jednokratne, te kako omogućiti ljudima da troše manje plastike. Svaki put kad napišu neku ideju na papirić zalijepe ga na predviđeno mjesto na zidu.

Voditelj/ica napominje kako se traži što više ideja, kako su sve ideje dobrodošle i kako ne postoje pogrešna rješenja.

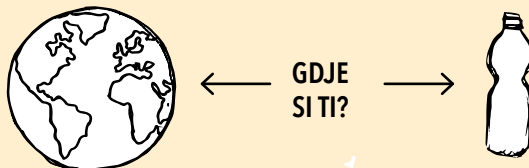
Nakon dovršetka voditelj/ica pročita ideje.



6. Zaključak

Voditelj/ica zahvaljuje učenicima na sudjelovanju i idejama te im podijeli podsjetnik s temom radionice.

Učenici umjesto evaluacije označe mjesto na plakatu gdje se nalaze na kontinuumu izbora između planeta i plastike.



Radni list

7:00

10:00

14:00

12:00

16:00

19:00

22:00

O plastici...

Proizvodnja plastike počela je tek 50-ih godina prošlog stoljeća, a život danas gotovo je nezamisliv bez nje. Suvremeno društvo praktički ovisi o njoj.

Od početka proizvodnje plastike – prije gotovo 70 godina do danas, njezina proizvodnja eksponencijalno raste; 2,3 milijuna tona plastike proizvedeno je 1950., a 2015. godine nevjerojatnih 448 milijuna tona!

Sama činjenica da je polovica ukupno proizvedene plastike proizvedena u posljednjih 15 godina – jest zastrašujuća.

Zbog intenzivnog i nesavjesnog upotrebljavanja plastike došli smo do granice u kojoj se planet doslovno guši.

Iako je plastika revolucionirala naš način života, jednokratna plastika poput plastičnih boca, vrećica ili slamki proizvodi milijune tona smeća koje završava u našim oceanima i utječe na morske ekosustave.

Ribe jedu plastiku jer miriše kao hrana, nakon što je prekrivena algama.

Morske ptice, trošeći energiju koje njihova pothranjivina tijela više nemaju, lutaju u potrazi za pravom hranom da bi nahranile svoje mlade, a pritom se zapliću u plastični otpad.

Do sada je prijavljeno oko 700 vrsta morskih životinja – koje su jele plastiku ili se u nju zaplele.

National Geographic pokrenuo je u lipnju 2018. godine globalni projekt „**Planet ili plastika**“ čija je svrha podizanje svijesti o golemim količinama plastike koja završava u oceanima i pokretanje inicijative za smanjenje uporabe jednokratne plastike.

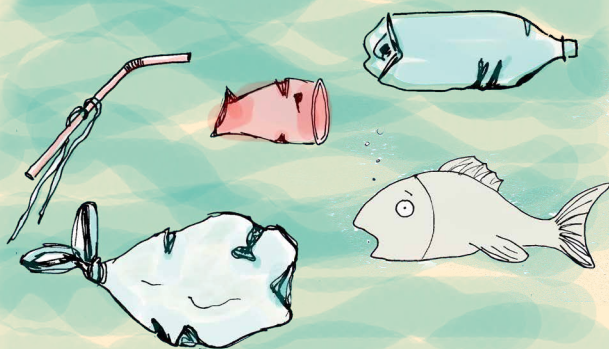
U Jadranu su četiri „nove“ vrste riba: **jadranska slamka, crvenorepa čašica, bocogubica i vrećica napuhača**.

U svijetu se svake minute proda gotovo milijun plastičnih boca za piće, a samo se petina cjelokupne količine plastike reciklira.

Više od 40% plastike upotrebljava se jednokratno, a njezina razgradnja traje od 450 godina do, za neke vrste, zauvijek...

Svake godine čak devet milijuna tona plastike završi u oceanima, tragovi mikroplastike pronađeni su u čak 114 vodenih životinjskih vrsta!

Ako se ne dogode nikakve promjene do 2050. godine, u oceanima će biti više plastičnog otpada nego riba!



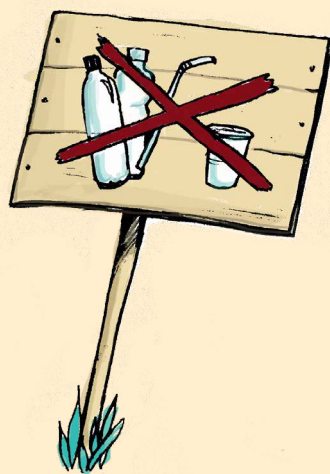
3. Sazovi Vijeće učenika

Sazovi Vijeće učenika i sastanak sa stručnom službom, ravnateljem na kojem ćete razmijeniti ideje i mogućnosti te dogovoriti što i kako dalje.

4. Kreni u realizaciju

Zamijeni jednokratnu plastiku za višekratna i ekološki prihvatljivija rješenja (malim koracima)

- Eko start paket
- Zamjena plastičnih čaša papirnatima, npr. u aparatu za kavu
- Izbacivanje jednokratnih plastičnih čaša i vrećica iz upotrebe



5. Okupi radnu skupinu

Naravno, u jednoj zajednici, školi, domu, svi smo tim i promjene su moguće samo ako svi dajemo svoj doprinos, međutim važno je imati skupinu u kojoj će biti vodstvo doma, odgajatelji, učenici, ekonom, zdravstveni voditelj kako bi se mogle donositi odluke, pratiti tijek njihove provedbe i razmatrati nove mogućnosti.

6.

6. Ofornji edukacijsko-motivacijski kutak

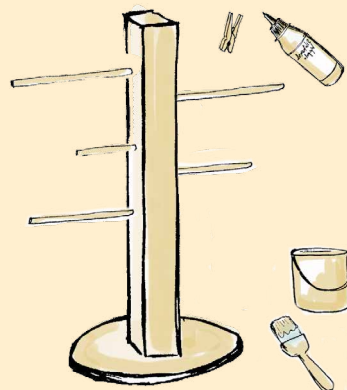
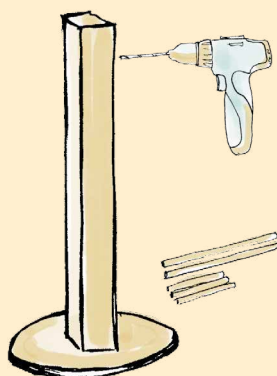
Važno je na vidljivom mjestu imati podsjetnik, na kojem će se svatko moći informirati o stupnju zagađenosti plastikom i mogućim rješenjima problema odnosno mjesto koje će svojim izlošcima podsjećati na posljedice zagađenja i motivirati na promjenu.

Prijedlog:

Potrebni materijali i alat:
krovna greda, daska
za postolje, nekoliko
štapova, drvene kvačice,
pila, akumulatorska
bušilica i odvijač, ljepilo
za drvo, silikonsko ljepilo



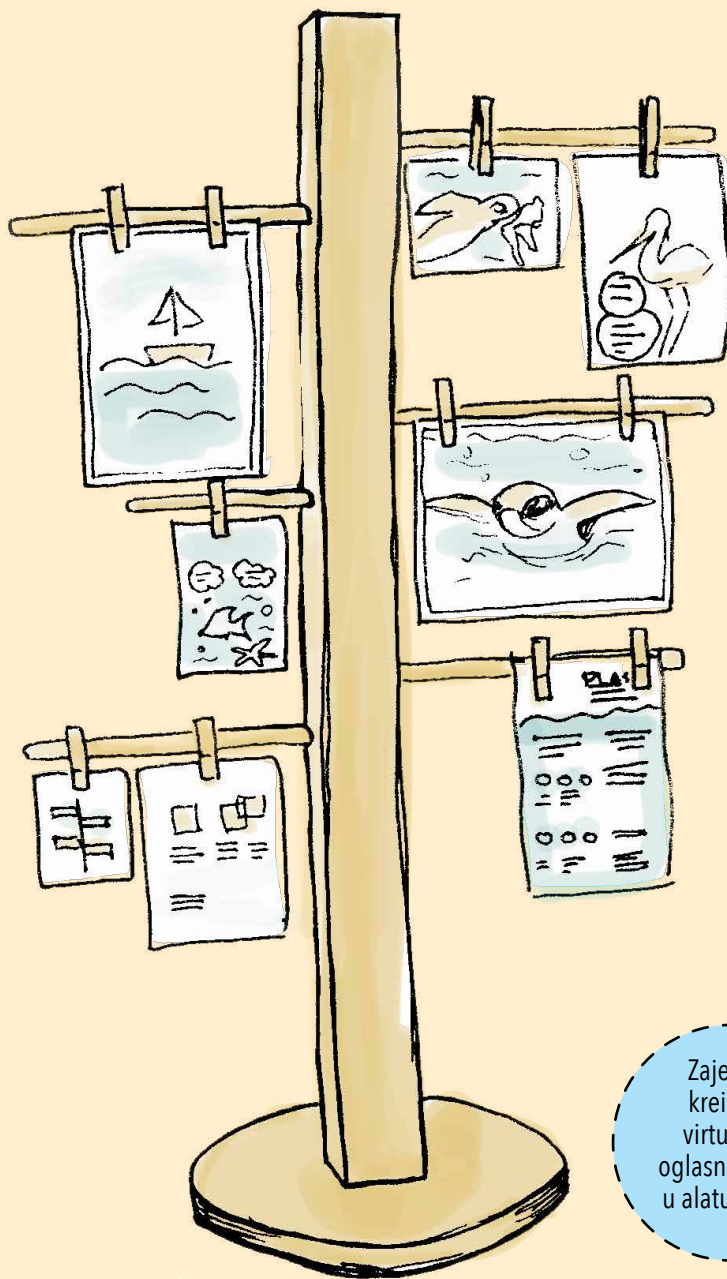
- krovnu gredu odreži na željenoj visini i pričvrsti na postolje
- sa svake strane bušilicom napravi rupe za štapove i pričvrsti ih ljepilom za drvo
- na štapove silikonskim ljepilom zalijepi drvene kvačice
- gotovi stalak možeš obojiti



Na stalak kvačicama pričvrsti motivacijske poruke, fotografije, brošure i letke.

U okvire na zid objesi motivacijske plakate sa snažnim porukama.

Napravi mjesto za brošure i izložke (10. str.).



Zajedno kreirajte virtualnu oglasnu ploču u alatu **Lino**.

7.

Pogledaj film „Plastic Ocean”

Organizirana projekcija filma
„Plastic Ocean” uz raspravu
nakon filma

1. Uvod

Voditelj/ica najavi film
„Plastic Ocean” o plastici
koja završava u moru i
posljedicama njezinog
zagađenja.

2. Projekcija filma



3. Rasprava

Voditelj/ica nakon filma povede raspravu.

Pitanja za raspravu:

- Koju emociju u tebi izaziva ovaj film?
- Što te se u filmu najviše dojmilo?
- Kako možemo spriječiti ove scene?
- Što svatko od nas može učiniti pojedinačno, a što možemo ovdje u domu/školi?
- Je li nam ovaj film dovoljna motivacija?

Nakon samostalnoga gledanja filma kod kuće, organiziraj online raspravu na **Zoomu**.

8.

Kreiraj motivacijski izložak

KREATIVNA RADIONICA

Plastični ocean

Prije radionice, inspirirani filmom „Plastic Ocean“, voditelj/ica zamoli učenike da na radionicu ponesu jednokratnu plastičnu ambalažu koju su ispraznili, umjesto da je bace: bočice gela za tuširanje ili šampona, vrećica čipsa, omot čokolade i slično....

Cilj:

Upozoriti na posljedice uporabe jednokratne plastike na morski ekosustav

Ishod:

Osmisliti i kreirati motivacijski izložak

Učenici samostalno izrađuju izložke od prikupljene ambalaže. Njihove fotografije objavi u *online* fotoizložbi u **Padletu**.

1. Uvod

Voditelj/ica upozorava na posljedice plastike, posebno jednokratne plastične ambalaže, koja završava u morima na morski ekosustav: životinje jedu tu plastiku misleći da je hrana, zapliću se u nju zbog čega također obolijevaju i umiru.

Najavljuje izradu izložka koji će upozoravati na posljedice zagađenja mora plastikom i motivirati na promjenu navika.



2. Kreacija

Učenici dogovaraju što će napraviti od plastičnih predmeta koje su prikupili imajući na umu poruku koju izložak šalje.

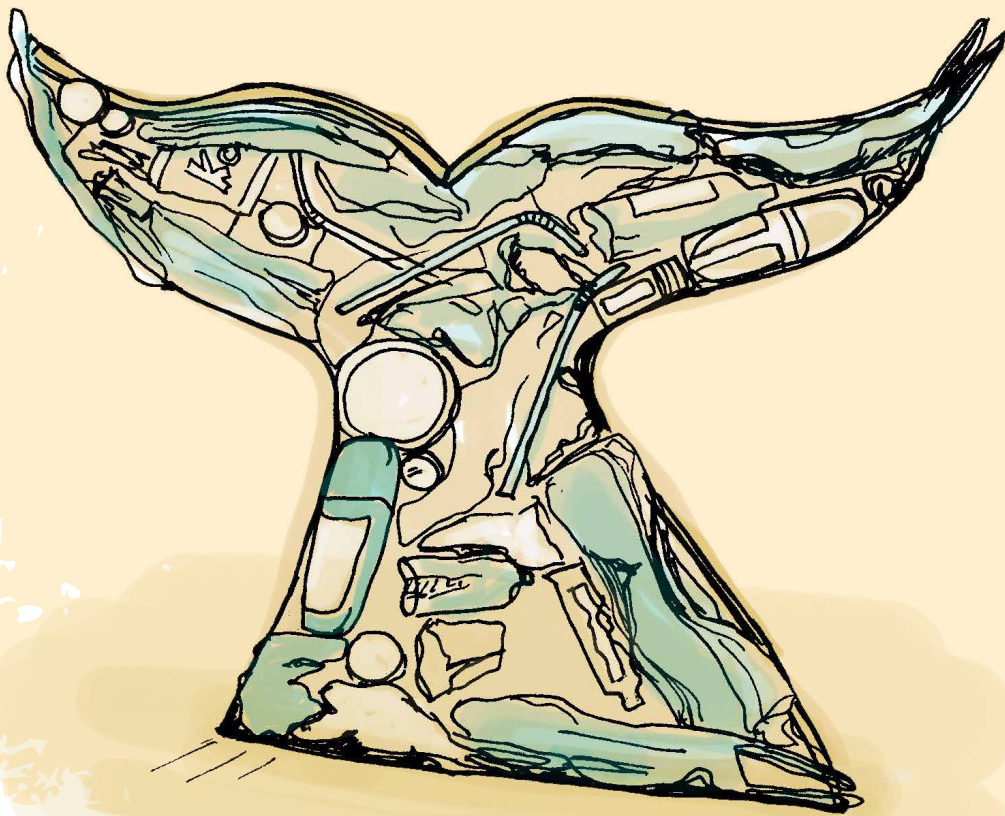
Prijedlog: kit od plastike

Potrebni materijali: OSB-ploča ili deblji karton, ubodna pila / škare / skalpel, plastična ambalaža, silikonsko ljepilo

- *izrezati ili ispiliti (ovisno o tomu koju podlogu upotrebljavate) oblik repa kita i trokut za postolje*
- *pričvrstiti trokut s ledne strane kako bi rep kita mogao stajati*
- *na prednju stranu zalijepiti plastičnu ambalažu, poštujući izrezani oblik*

3. Izlaganje

Nakon dovršetka rada učenici ga izlažu na vidljivo i prometno mjesto u domu/školi kao podsjetnik na promjenu navika.



9.

Analiziraj koliko plastike trošimo

Kako bismo promijenili svoje navike, moramo prvo osvijestiti one štetne.

PROJEKTNI ZADATAK

Cilj:

istražiti količinu potrošene plastične ambalaže u svakodnevnom životu

Ishodi:

- preispitati povezanost vlastitog života s utjecajem na okoliš
- primijeniti održiva rješenja radi smanjenja plastičnog otpada

1. sat

Zadatak se može obavljati individualno ili grupno.

Voditelj/ica učenicima ili skupinama učenika:

- dodijeli skupinu ambalaže čiju će potrošnju bilježiti (kupaonica, kuhinja/hrana, izvan kuće, kupnja)
- daje uputu: zadatak je zabilježiti svaki komad plastične ambalaže ili druge vrste jednokratne plastike koji potrošimo tijekom dva tjedna uz opis ambalaže (volumen...)
- podijeli *Radni list* (14. i 15. str.)

2. sat (nakon dva tjedna praćenja potrošnje i vremena za analizu i pripremu izlaganja)

Nakon dva tjedna prikupljanja podataka slijedi izlaganje.

Nakon što svaka skupina izloži svoje rezultate, rezultati svih skupina se sabere te se izračuna prosječna godišnja potrošnja jednokratne plastike po osobi.

Potom cijela skupina razmatra mogućnosti smanjenja potrošnje; kupnja većih pakiranja, alternativnih materijala i predlaže rješenja.

Zaključak projektnog zadatka potom se objavi.

Nakon individualnog obavljanja zadataka, zaključak se napiše u obliku infografike u jednom od digitalnih alata poput **Canve**, **Piktocharta** ili **Geniallya**.

Radni list

UPUTA

Dragi učenici, svrha je ovoga projektnog zadatka istražiti koliko plastike trošimo u svakodnevnom životu te istražiti načine kako smanjiti tu potrošnju.

Dobili ste jedno od područja unutar kojeg ćete bilježiti potrošnju:

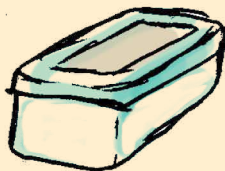
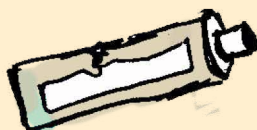
Kupaonica:

gelovi za tuširanje, šamponi, regeneratori, sredstva za čišćenje, higijenske potrepštine, kozmetika



Kuhinja:

ambalaža hrane, pića, slatkiša, grickalica



Kupnja:

ovdje ne brojite predmete poput hrane i kozmetike koju ste kupili, već samo ono čime ste se upotrebljavali tijekom kupnje kako biste predmete ili hranu donijeli kući, npr. vrećice, plastična ambalaža za kolače i gotovu hranu kao i čaše, slamke i ambalaža iz restorana brze hrane i slično...



Vaš je zadatak:

1. izraditi plan rada i podijeliti uloge i zadatke unutar tima ako radite u skupini
2. tijekom iduća dva tjedna bilježiti svaki komad jednokratne plastike koji ste potrošili s obzirom na zadano područje (kupaonica, kuhinja, kupnja...)
3. izraditi plakat s rezultatima
4. pripremiti izlaganje

Sretno!

KOLIKO PLASTIKE TROŠIMO?

Vrsta ambalaže	Volumen	Količina

Ukupno potrošenih komada u 14 dana:
Koliko je to komada plastike po osobi godišnje?

Trošena su pretežno (zaokruži) **VEĆA** **MANJA** pakiranja

Postoji li mogućnost kupnje većih pakiranja? Kod kojih proizvoda?

Postoje li alternativna rješenja za neke proizvode? Koja?

Koliko bi to bilo komada plastike manje po osobi godišnje?

10. Vodi dnevnik potrošnje

Vodi osobni dnevnik potrošnje jednokratne plastike.

Zadaj si razdoblje u kojem ćeš pratiti potrošnju, zapiši u dnevnik svaki komad jednokratne plastike koji upotrijebiš pa izračunaj svoj plastični otisak i razmisli kako ga možeš smanjiti.

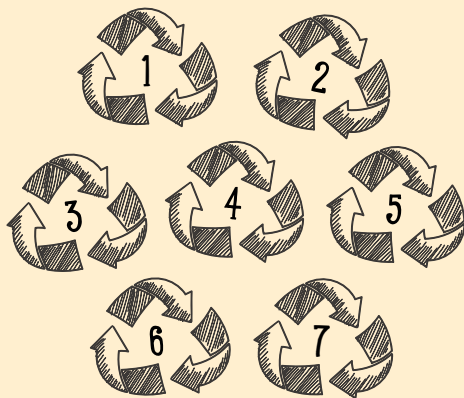
Ili vodi **OBRNUTI DNEVNIK**.

Zapiši svaki komad jednokratne plastike koji odbiješ ili izabereš alternativu.





11.

Upoznaj različite vrste plastike



Znamo da postoje različite vrste plastike te da na njima postoje određeni simboli koji nam daju informaciju o njezinoj sastavu i mogućnostima recikliranja.

 znači da je plastika reciklabilna, a što znače brojevi?

Kao i u 7. koraku, pojedinačni zaključci analiziraju se na sastanku na **Zoomu** te se sažimaju u infografiku za objavu. 

RADIONICA

Upoznaj „neprijatelja“!

Opći cilj:

prepoznati i razlikovati različite vrste plastičnih materijala

Specifični ciljevi:

- razviti odgovorne potrošačke navike
- kritički promišljati o ambalaži koju kupujemo

Ishodi:

- kritički promišljati o povezanosti vlastitog načina života s utjecajem na okoliš i ljude
- prepoznati i upotrebljavati proizvode koji nisu štetni za zdravlje i okoliš

Nekoliko dana prije radionice zamolite učenike da prikupljaju jednokratnu plastiku koju upotrebljavaju te je očišćenu donesu na radionicu.

Voditelj/ica radionice neposredno prije rasporedi prikupljenu plastiku po učionici. Poželjno je da među prikupljenom plastikom bude zastupljena ambalaža za sve vrste proizvoda: od hrane, kozmetike, higijenskih proizvoda do ambalaže uporabnih predmeta.

1. Uvod

Većina stvari koje rabimo u plastičnoj je ambalaži: od hrane, kozmetike do namještaja i igraćaka koje kupujemo. Međutim, neke od njih ispuštaju toksične kemikalije, što je osobito važno kada kupujemo hranu ili posude za njezino čuvanje. Sada ćemo upoznati neke od njih.

2. Razvrstavanje

U prostoru su posude/košare s oznakama reciklabilne plastike. Voditelj/ica uputi učenike da pronađu plastičnu ambalažu u učionici i razvrstaju je prema oznakama u za njih predviđene košare.

3. Inspekcija u grupama

Kada su sve košare popunjene, učenici se podijele u manje skupine, po jedna uza svaki simbol, te dobiju zadatak istražiti svoj simbol: što znači, kojeg je sastava ta plastika, je li razgradiva, za što se upotrebljava, je li opasna ili bezopasna...?

Nakon što saznaju informacije o svom simbolu, pregledaju sadržaj svoje kutije i ispune *Radni list* (18. str.) te osmisle koja bi alternativa bila ovoj plastici odnosno ambalaži.

4. Predstavljanje simbola

Svaka skupina predstavlja svoj simbol i nalaze svojih kutija te predlaže rješenja.

5. Pitanja za raspravu

- Upotrebljavamo li ovu ambalažu?
- Koliko često upotrebljavamo štetnu?
- Što se posebno ističe u našim nalazima?
- Koje su nam alternative?
- Što možemo/trebamo poduzeti za očuvanje zdravlja i okoliša?

6. Zaključno

Cijela skupina zajedno zapisuje zaključke inspekcije ambalaže koji će se objaviti radi podizanja svijesti i razvijanja kritičkog odnosa prema ambalaži koju kupujemo.

Voditelj/ica poziva učenike da idući put u kupnji, posebno hrane, čitaju etikete i simbole na ambalaži te izbjegavaju štetnu ambalažu, a onu koju ne mogu izbjeći recikliraju.

Radni list

Što je sve u kutiji?



Kojih su brendova proizvodi?



Ima li nešto što tu ne bi trebalo biti?



Postoji li mogućnost da se nešto od ovoga u svakodnevnoj upotrebi zagrije?

AMBALAŽA

OZNAKA:



Za što je namijenjena ambalaža u kutiji?

(za čuvanje hrane, higijenskih proizvoda...?)



Ima li proizvoda za djecu?

Ovo su naši zaključci:

- Najsigurniji polipropilen (oznaka 5) rijetko se upotrebljava u ambalaži za prehrambene proizvode: uglavnom grickalice i slatkiše i tek jedan mliječni proizvod.
 - Mliječni su proizvodi uglavnom pakirani u toksični polistiren (oznaka 6).
 - Kozmetički i higijenski proizvodi pakirani su u sigurniju i manje toksičnu plastiku (oznaka 2) od one u koju je pakirana hrana.
 - Većina je dječjih proizvoda (hrane i kozmetike) u ambalaži s oznakom 7, koja označava najopasniju vrstu plastike.
- A koji su vaši zaključci?

12.

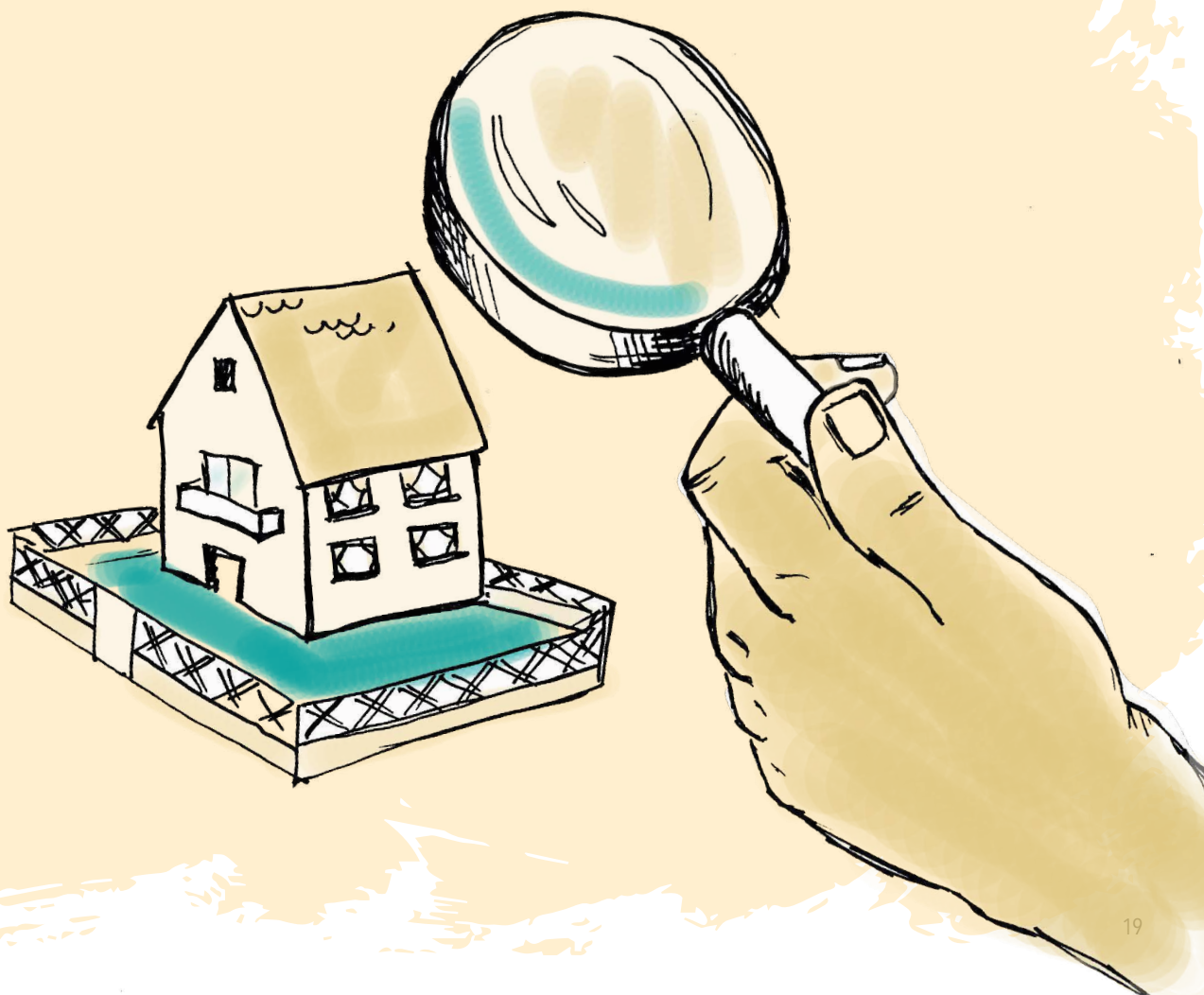
Istraži svoj dom

Istraži kod kuće koje je vrste plastična ambalaža odnosno koja je oznaka na ambalaži i je li u skladu s onom što smo naučili.

Provedi inspekciju:

- u kuhinji
- u hladnjaku
- u kupaonici
- u smočnici

Što je sve u plastičnoj ambalaži i koju oznaku nosi? Ima li među njima one štetne? Kako je možeš zamijeniti? Koje korake poduzeti?



13.

Sašij svoju vreću

Alternativa plastičnoj vrećici jest naravno platnena višekratna vrećica, a svatko će rado objesiti platnenu vreću o rame ako se njome ponosi i u kupnji ili u školi rado pokazati svojih ruku djelo ili neki zanimljivi dizajn.

RADIONICA

Potrebni materijali i pribor: čvrsti svijetli materijal, ručke, konac, škare, šivaća mašina, kist, pribor i dizajn za transfer.

Plastično
nije
fantastično

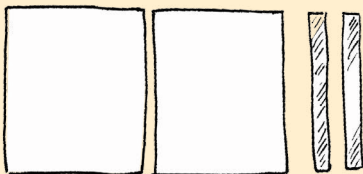
1. Uvod

Imajući na umu potrošnju plastičnih vrećica, duljinu njihove razgradnje i štetu koju čine morskom ekosustavu, možemo zaključiti da je posjedovanje vlastite vreće za kupnju veliki korak u očuvanju planeta. A ako vreći za kupnju još dodamo i vreću za školu, za slobodne aktivnosti, za tjelesni... moći ćemo plastične vrećice poslati u povijest, kamo i pripadaju.

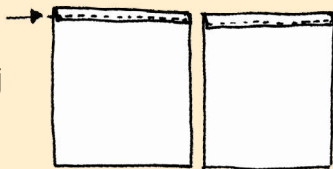
Ako nemate mogućnost šivanja, zamolite nekoga da vam sašije vreće ili kupite gotove od žutice, a vi nastavite od 5. koraka.

2. Izrada vrećice

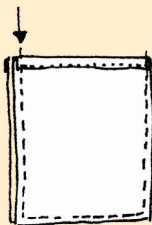
1. KROJENJE - izreži dva ista kvadrata ili pravokutnika koji će biti prednja i zadnja strana tvoje vrećice veličine po želji i vlastitim potrebama. Izreži dvije ručke odgovarajuće duljine.



2. RUBLJENJE - napravi rub na gornjoj strani obaju kvadrata.



3. ŠIVANJE - stavi prednju i zadnju stranu jednu na drugu tako da je „kriva strana“ izvana i zašij rubove kao na slici. Odreži konce koji su višak i izvрни vreću na pravu stranu.



4. PRIČVRŠČIVANJE

RUČKI - označi mjesto na kojem ćeš prišiti ručke i pričvrsti ih pazeći da budu jednake.



5. DIZAJNIRANJE - napravi dizajn svoje vreće u nekom od digitalnih alata ili se koristi nekim od naših. Kada radiš vlastiti dizajn imaj na umu autorska prava odnosno ako upotrebljavaš gotove ilustracije ili fotografije vodi računa o tomu da su pod licencom Creative Commons.

6. ISPIS DIZAJNA - ispiši dizajn na laserskom pisaču. Ne zaboravi ga ispisati zrcalno, ako upotrebljavaš tekst. Ako pisač nema mogućnost zrcalnog ispisa, možeš svoj dizajn ozrcaliti u nekom od besplatnih online alata.

7. TRANSFERIRANJE - transferiraj svoj dizajn na vreću prema uputama proizvođača ljepila za transfer tehniku. Nakon što se vreća osuši, spremna je za upotrebu!

Dizajn za umnožavanje i ispis



TORBA
PLANET
ČUVA AKO
NIJE OD
PLASTIKE

Dizajn za umnožavanje i ispis



PLASTIČNO NIJE
NIMALO
FANTASTIČNO!



Dizajn za umnožavanje i ispis



BIRAM PLANET!



A TI?

Dizajn za umnožavanje i ispis



14.

Organiziraj javnu akciju

Organiziraj akciju kojom ćeš informirati lokalnu zajednicu i javnost te ih potaknuti na promjenu navika.

1. Osmisli akciju

Koji je cilj tvoje akcije? Što njome želiš postići?
Koja je ciljana populacija na koju želiš utjecati?
Kako je namjeravaš provesti? Što će ti biti potrebno?

Npr. Akcija **ZAMIJENI PLASTIČNU ZA VREĆU FANTASTIČNU!**

Zamjena plastičnih vrećica potrošača platnenom na nekom frekventnom mjestu; na sajmu, tržnici ili ispred supermarketa.

Cilj: potaknuti građane na promjenu potrošačkih navika, osvijestiti problem zagađenja plastikom i motivirati na promjenu uz zamjenu plastične vrećice za platnenu

Dugoročni cilj: smanjiti upotrebu plastike i smanjiti količinu plastičnog otpada

Ishodi:

- osmisliti i predložiti motivacijske aktivnosti
- uključiti se u provedbu aktivnosti za opće dobro



Što ti je potrebno: materijali za izradu vrećica ili gotove vrećice, pribor za transfer ili ukrašavanje vrećica (imaj na umu da moraju biti perive, ako su za kupnju), brošure, letci, motivacijski plakati, pozivnice, prostor za održavanje akcije i dozvola, ako je ne namjeravaš održati u vlastitom dvorištu.

Sad kada imaš glavne parametre **NAPRAVI TROŠKOVNIK.**

2. Zatraži potporu lokalne zajednice

Npr. Vijeća gradske četvrti, Općine, Gradskog ureda...

Obavijesti ih o svojem naumu; koju promjenu želiš izazvati kod ciljane populacije i kako će to pozitivno utjecati na zajednicu te ih zatraži logističku i materijalnu potporu.

4. Provedi akciju

Provedi akciju koju ste ranije osmislili.

Ako misliš da nećeš imati dovoljno vrećica za sve koji su voljni zamijeniti svoju plastičnu vrećicu platnenom, možeš organizirati kviz znanja (pogledaj na 30. str.).



3. Pripremi akciju

Detaljnije razradi plan, oformi tim, podijeli uloge i kreni:

- nabava materijala, izrada vrećica, izrada brošura, plakata i letaka, animiranje cijele ustanove, osmišljavanje prostora/štanda, objava akcije, slanje pozivnica...

5. Evaluiraj akciju

Koliko ste vrećica podijelili? Koliko ste vrećica prikupili? Koliko teže vrećice koje ste prikupili? Koliko će komada plastike manje završiti u okolišu?

Na kraju osmislite što ćete napraviti od te prikupljene plastike (npr. višekratne vreće za kupnju, vidi 27. str.), jer ona ne smije završiti u okolišu i o tome, kao i rezultatima svoje akcije, **OBAVIJESTITE JAVNOST.**

Osmisli *online* akciju na nekoj društvenoj mreži; sudionici neka šalju fotografije svojih alternativnih rješenja, a vi pratite promjene njihovih navika.

15.

Izradi višekratnu vreću za kupnju od plastičnih vrećica

Kako prikupljene vrećice u akciji zamjene plastičnih vrećica platnenima ne bi završile u okolišu, **udahni im novi život** i daj im smisao. **Napravi od njih torbu za kupnju!**

Priprema:

1. Od prikupljenih vrećica izaberi one s najzanimljivijim dizajnom, bojama, uzorcima odnosno izaberi one od kojih ćeš najlakše kombinirati svoj dizajn.
 2. Izaberi nekoliko od preostalih vrećica slične veličine, od tri do pet, ovisno o debljini vrećice, stavi između dva sloja papira za pečenje i zapeglaj. Vrećice će se pod peglom rastopiti i slijepiti zajedno, a ti ćeš dobiti jedan čvrsti sloj za daljnji rad. Ako želiš zadržati dizajn koji već postoji, neka ti najgornji sloj bude ta vrećica. Ako želiš svoj dizajn, idi na sljedeći korak.
 3. Od postojećih vrećica izreži dijelove kojima ćeš napraviti svoj dizajn, posloži ih na gornji sloj, prekrij papirom za pečenje i ponovno zapeglaj.
 4. Tako dobivene čvrste materijale skroji kao za platnenu vrećicu i sašij pa joj dodaj ručke.
- Ako želiš da tvoja torba ima široko dno slijedi slikovne upute od 4. do 8. koraka.

Tvoja je torba gotova i spremna da je napuniš u prvoj sljedećoj kupnji.

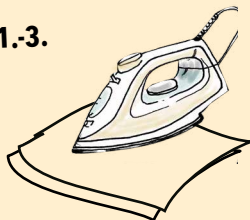
Na taj način možeš napraviti i manje torbe, torbice za mobitel, čak i „teglu“ za začinsko bilje. Zapravo bilo što kad ti je potreban nepromočivi materijal koji se lako čisti.

Za teglu napravi šire dno i još dodatno učvrsti šavovima sve rubove.

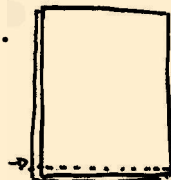
Što ti je potrebno:
plastične vrećice, škare,
papir za pečenje, pegla



1.-3.

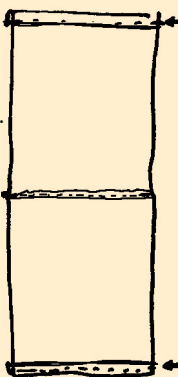


4.



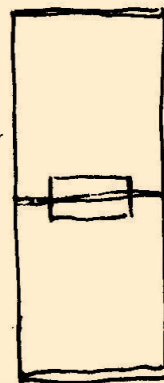
5.

Porubi
gornje
dijelove.



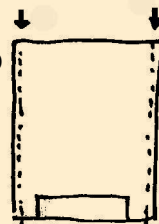
6.

Točno po
sredini
šava stavi
stabilizator
ili samo
odredi
gdje će
biti dno.

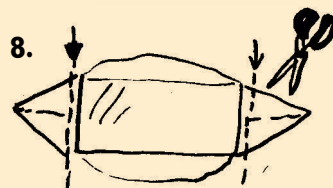


7.

Ponovno
preklopi
(posred
dna)
i zašij
bočne
rubove.



8.

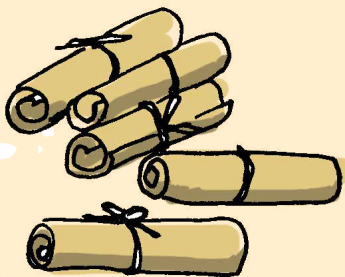
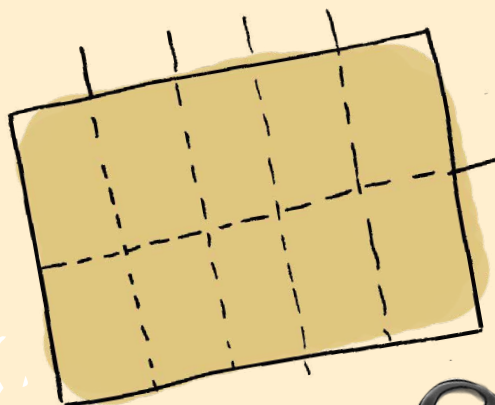


Izravnaj dno (tako da se donji i bočni rub preklapaju) pa kada se naprave trokutasti viškovi napravi šav uz rub stabilizatora (dna) i odreži višak. Zatim preokreni torbu na pravu stranu.

16.

Organiziraj proslavu Božića bez plastike

Organizirati održivi Božić, ali zadržati božićnu čaroliju nije teško. Kad kažemo bez plastike, ovaj put mislimo bez novo kupljene plastike, jer nećemo sve ukrase koje posjedujemo, ako su od plastike, baciti u smeće i stvoriti još više otpada za koji ne znamo gdje će završiti.



Savjeti za održivi Božić:

- ne kupuj nove ukrase, već starima daj novo ruho
- umjesto u ukrasni papir, poklone zamotaj u sašivenu vrećicu
- okiti živo drveće koje ćeš poslije zasaditi u vrtu. Uostalom, tko kaže da božićno drveće mora biti pravo drveće? Okititi možeš neku drugu biljku koju već imaš u kući, ljestve ili jednostavno lampice nalijepi na zid u obliku bora!
- izradi čestitke
- ako organiziraš božićni sajam, neka na njemu budu rukotvorine koje nisu u plastičnoj ambalaži, a sretni kupci neka svoj „ulov“ stave u platnenu vrećicu
- na sajmu možeš, uz standardnu ponudu ukrasa i čestitki, prodavati održivu zamjenu za jednokratnu plastiku koju ste zajedno izradili, poput platnenih vrećica, višekratnih torbi za kupnju, krpica od voska i slično, informirati posjetitelje o štetnosti jednokratne plastike i motivirati ih na promjenu navika
- oformi Ekipu za održivi Božić i postavi štand na kojem će Ekipa dijeliti savjete o tome kako proslaviti Božić na održivi način i zadržati božićnu čaroliju

Kartice sa savjetima za održivi Božić (29. str.) kopiraj, izreži, smotaj i sveži špagom, dopuni svojima pa ih podijeli na štandu ili stavi u tombolu.

Želiš da se tvojim domom širi miris Božića?



Umjesto kupovnih mirisa i osvježivača prostora u jednom loncu zakuhaj vodu u koju ćeš staviti klinčić, štapić cimeta, na kriške narezanu naranču, grančicu ružmarina i muškadni oraščić.



Božićna druženja s obitelji i prijateljima zabavnija su u božićnim pulloverima, posebno ako organiziraš

„Ugly Sweater Party“



Ali nemoj kupovati novi, nego odjeni prošlogodišnji koji možeš oplemeniti nekim novim detaljem!

P. S. Božićni pulloveri obično se rade od plastike!

Božićno vrijeme jest i vrijeme darivanja. Kako je lijepo primiti dar, tako je lijep osjećaj vidjeti nečije ozareno lice kad otvara

tvoj dar!

Darovi koje sami napravimo posebni su i uvijek mame osmijeh. Ove godine ispeci kolače i upakiraj ih u posebno izrađenu kutiju. Napravi čestitku ili sašij nešto.



Sigurno je lijep osjećaj kada vidiš da najljepše upakirani poklon

nosi tvoje ime. Kad kažemo najljepši, mislimo od srca...

Umjesto svjetlucah papira i mašni koji se ne mogu reciklirati, poklone umotaj u reciklirani papir, sveži ga špagom ili pamučnom trakom i za kraj ubaci grančicu bora, ružmarina ili lovora...



Ručno rađene dekoracije

sigurno najviše pridonose stvaranju domaćeg i toplog ugođaja. Ovog Božića umjesto kupnje tvorničkih, većinom plastičnih, dekoracija napravi svoje. Npr. saštrikaj svoju čarapicu, sašij ili izradi drvene ukrase...



Ima li bolje tradicije od zajedničkoga kićenja bora?



Ove godine neka tvoje drvce bude okićeno prošlogodišnjim ukrasima. Možeš ih prebojati ili odabrati samo neke te ih dopuniti novim ručno izrađenima. Tako će i ove godine biti "novo".

Ima li bolje tradicije od zajedničkoga kićenja bora?

No kakvog bora, pitanje je sad. Zašto umjesto posjećenoga ne biste imali živo drvce koje ćeš ti ili netko drugi nakon božićnih blagdana zasaditi u zemlju?



Ima li bolje tradicije od zajedničkoga kićenja bora?



No tko kaže da božićno drvce mora biti pravo drvce? Okititi možeš neku drugu biljku koju već imaš u kući ili možda ljestve ili jednostavno lampice naljepi na zid u obliku bora!

Ima li bolje tradicije od zajedničkoga kićenja bora?



No tko kaže da božićno drvce mora biti u kući? Okititi drvo u dvorištu i to jestivim kuglicama od masti i sjemenki kako bi i ptice imale blagdanski obrok.

Božićnu čaroliju donose rukom pisane i poštom poslane čestitke. Sjećaš se toga?



Izradi i pošalji potpuno razgradivu čestitku od recikliranog papira sa sjemenkama. Nakon što pročita lijepe želje, onaj kojem su poslane čestitku treba samo zasaditi u teglicu i čekati što će biti do proljeća...



Božićni ručak ili večera

jedan je od rijetkih trenutaka kada se cijela obitelj okupi za stolom. Dok uživamo u zajedničkom druženju i veselju oko blagdanskog stola razmišljajmo i o onome što će ostati kako ne bi završilo u smeću. Ako imaš previše pozovi još nekoga na ručak, ponesi nekome tko nema ili zamrzni za idući obrok.



Lampice, lampice, lampice!

U božićno vrijeme više i ne palimo svjetla, jedva čekamo da padne mrak da upalimo lampice i uživamo u njihovoj romantičnoj i toploj svjetlosti. Kada bismo svi svoje lampice zamijenili za one LED lampice, uvelike bismo smanjili emisiju CO₂ u samo nekoliko dana božićnih blagdana. Razmisli.



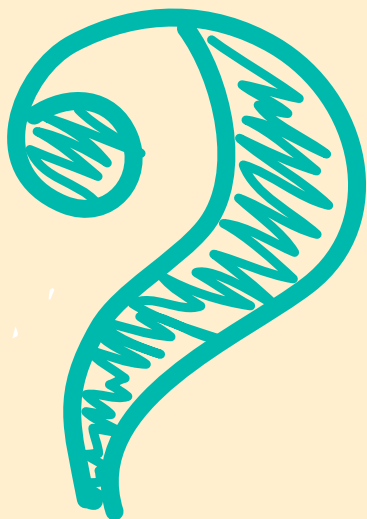
17.

Osmisli kviz

Kviz je zabavan način učenja i, u ovom slučaju, osvještavanja problema plastičnog zagađenja. Možeš organizirati cjelovečernji kviz u domu/školi ili kratki kviz kojim ćeš obuhvatiti širu populaciju, pogodan za javne akcije.

KVIZ ZNANJA I ZELENA OBEĆANJA

Cilj je ovoga kviza osvijestiti o problemu zagađenja planeta plastikom i motivirati na promjenu navika.



Kviz se može provesti u jednom od digitalnih alata poput **Kahoota** ili **Geniallyja**.

Kreiranje kviza

1. ZABRINJAVAJUĆE ČINJENICE – Prvo pitanje ispitivat će koliko su ljudi zapravo (ne) svjesni problema zagađenja plastikom.

Za to su nam potrebne:

- slikovite i šokantne činjenice poput *Najveće područje plutajućega plastičnog otpada veliko je kao FRANCUSKA. Zove se plastična juha i nije jedino*
- činjenice koje sadrže neku količinu, površinu, neki broj kako bi odgovor na postavljeno pitanje bila procjena, npr. *U svijetu se u jednoj minuti potroši milijun vrećica za jednokratnu upotrebu.* Pitanje bi glasilo: *Znaš li koliko se u jednoj minuti u svijetu potroši plastičnih vrećica za jednokratnu upotrebu?*

Voditelj/ica podijeli učenike u manje skupine i dodjeli im zadatak da pronađu zabrinjavajuće činjenice o plastičnom zagađenju koje će se isupotrebljavati za pitanja uz napomenu da svrha pitanja nije odgovoriti točno, već dati svoju procjenu i uvidjeti koliko smo svjesni problema.

2. PROPITIVANJE – Učenici, nakon što su pronašli činjenice za kviz, formiraju pitanja i propituju jedni druge kako bi utvrdili koliko su i sami svjesni zagađenja.

3. ALTERNATIVNA RJEŠENJA I ZELENO OBEĆANJE

– Drugo pitanje u kvizu odnosi se na zeleno obećanje odnosno na novu naviku koja smanjuje upotrebu plastike i plastičnog otpada.

Učenici u razmjeni ideja nabrajaju moguća rješenja zamjene jednokratne plastike u svakodnevnom životu kojima se smanjuje plastični otpad; npr. uporaba platnenih vrećica za kupnju, držanje opreme za tjelesni u platnenoj vrećici, nošenje užine u platnenoj vrećici, čuvanje namirnica u platnenoj vreći...

Prikupljene ideje formiraju u pitanje odnosno odgovore na zadano pitanje i na taj način kreiraju zeleno obećanje.

Na primjer: Koju si naviku spreman/spremna promijeniti kako bismo zajedno smanjili zagašenje planeta plastikom?

- nositi u kupnju platnenu vrećicu
- nositi knjige u platnenoj torbi
- nositi užinu u platnenoj vrećici itd...

Činjenice koje ti mogu biti korisne za kviz:

- U ovom trenutku u morima i oceanima pluta 5,25 trilijuna komada makro i mikroplastike.
- Jedna osoba u prosjeku pojede 70 000 komadića mikroplastike godišnje, otprilike 100 komadića po obroku.
- Reciklira se samo 9 % ukupno proizvedene plastike, 12 % se spali, a preostalih 79 % završi u okolišu.
- Čak 50 % kornjača jede plastiku jer misle da je hrana. Na taj način životinjama čiji je životni vijek 200 do 250 godina prijeti izumiranje.
- Znanstvenici procjenjuju da svake godine u morima i oceanima završi do 12,7 milijuna tona plastike.
- Milijun ptica i 100 000 morskih sisavaca godišnje umire od posljedica zagađenja okoliša plastikom.
- Godine 2015. u Hrvatskoj je generirano 12 kg plastičnog otpada po stanovniku.

Završni dio

Cijela skupina dogovara kako će kviz izgledati i kako će ga provesti.

Ako je namijenjen javnoj akciji „Zamijeni plastičnu za vreću fantastičnu“, kviz može služiti za podijelu platnenih vrećica. Ako nemaš dovoljno platnenih vrećica, osvojiti je može onaj tko je najbliži točnom odgovoru na prvo pitanje među nekoliko igrača.

Kvizu se može dodati *online* anketa u kojoj sudionici opisuju naviku koju su promijenili. Na taj način možeš pratiti učinke svoje akcije.



5 min.



- Upotreba jednokratne plastike traje 12 minuta, a za razgradnju joj je potrebno više od 450 godina.
- Čak 50 % ukupne plastike čini plastiku za jednokratnu upotrebu.
- Svake minute u oceanu završi JEDAN KAMION plastike.
- Svake minute u svijetu se proda MILLJUN boca i taj će se broj do 2021. povećati za 20 % ako nešto ne poduzmemo.
- Kada bismo mogli izvagati svu plastiku koja trenutno pluta u svjetskim morima odgovarala bi masi otprilike 38 000 afričkih slonova.
- Različiti oblici plastičnog otpada čine otprilike 90 % smeća u moru.

Primjer kviza

KVIZ ZNANJA I ZELENA OBEĆANJA



ZNAŠ LI... koliko plastike pojedemo godišnje?



Jedna osoba u prosjeku pojede 70000 komadića mikro plastike godišnje. Otprilike 100 komadića po obroku.



Koju naviku si spreman/spremna promijeniti kako bismo zajedno smanjili zagađenje planeta plastikom?

- Nositi u kupovinu platnenu torbu
- Nositi opremu za tjelesni u platnenoj torbi
- Nositi papuče i tenisice u školu u platnenoj torbi
- Nositi knjige u platnenoj torbi
- Nositi užinu u platnenoj torbi
- Spremati namirnice u platnenu umjesto plastičnu vrećicu.



KAD GOD JE TO MOGUĆE, RECI NE JEDNOKRATNOJ PLASTICI.

OBEĆAJEM



JAVI NAM PROMJENU!



18.

Organiziraj akciju čišćenja

Znamo da plastika koja nije reciklirana završi na odlagalištu ili u okolišu. Kako ona koja završi u okolišu ili barem dio ne bi na kraju završila u nama odnosno hrani koju jedemo, organiziraj akciju čišćenja.

Čistiti se može plaža, obala rijeke, potoka ili jezera, park, livada, šuma ili bilo koja druga površina koja je onečišćena plastikom. Je li razlog tome vjetar ili morska struja, izostanak koševa ili nemar, nije sada, kad je već ovdje, važno. Važno je da ne otputuje dalje i učini dodatnu štetu ekosustavu.

Što ti je potrebno: zaštitna oprema poput gumenih rukavica i maski, vreća i dobra volja.



Akcija čišćenja može se provesti individualno, a fotografije kojima pojedinci dokumentiraju akciju objavi *online* izložbi u **Padletu** ili od njih napravi mozaik u nekom od digitalnih alata poput **Mosaicallyja**.

1. Priprema akcije

- okupi ekipu i donesite odluku što ćete čistiti
- obavite svoju akciju s pozivom da vam se pridruži tko želi
- nabavite opremu

2. Akcija

- podijeli zaštitnu opremu, pribor i vreće
- kako biste izbjegli naknadno kopanje po prikupljenom otpadu zaduži „brojače“ koji će brojiti prikupljeni otpad
- pokupite plastični otpad s površine koju ste odredili. To ne znači da ćete ostali otpad ostaviti, već da je vjerojatnije da će većina otpada biti plastična, jer je najotporniji. Ostali otpad skupite u posebne vreće
- prikupljeni otpad odložite u za njih predviđene spremnike
- dokumentirajte akciju i prikupljeni otpad, posebno plastični
- dokumentirajte broj, vrstu i stanje spremnika za otpad na površini koju čistite

3. Nakon akcije

- izračunajte koliko ste otpada prikupili i koliko će točno komada plastike manje, zahvaljujući vašoj akciji, završiti u okolišu
- raspravite što je potrebno da tog otpada bude manje i predložite rješenje
- objavite rezultate svoje akcije čišćenja
- obratite se jedinici lokalne samouprave, obavijestite je o održanoj akciji čišćenja i rezultatima i predložite svoja rješenja za smanjenje plastičnog otpada na javnim površinama

19.

Napravi svoju granolu za školu

Recept za brze i ukusne granola pločice

Što nosimo u školu za ušinu i u što je ta ušina upakirana? Je li to sendvič u plastičnoj foliji, čokoladica u plastičnoj ambalaži ili nešto drugo zamotano u jednokratnu plastiku koju ćemo nakon užine odbaciti u smeće?

Zašto ne biste napravili svoju granolu, hranjivi međuobrok po svom ukusu i ponijeli je u školu u papirnatom omotu?



Sastojci:

- zobene pahuljice
- nasjeckani orašasti plodovi po želji: bademi, orasi, lješnjaci
- med
- maslac
- smeđi šećer
- malo soli
- sušeno voće po želji: brusnice, groždice...
- komadići čokolade

Priprema:

1. Tostiraj bademe.
2. Pomiješaj med, maslac, šećer i sol i zagrijavaj na laganoj vatri dok se šećer i sol ne rastope.
3. Pomiješaj smjesu sa sjeckanim bademima i zobenim pahuljicama.
4. Pusti da se ohladi pet minuta pa dodaj suho voće i dio čokolade pa ponovno dobro promiješaj.
5. Izlij smjesu u papirom obložen lim, dobro je utisni i pospi ostatkom čokolade.
6. Pusti da se ohladi u hladnjaku, zatim nareži i uživaj!

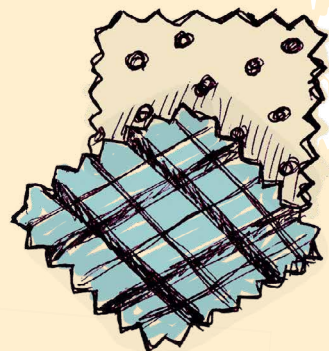
20. Unesi promjenu u svoj dom

Razgovaraj sa svojim ukućanima o tome koju biste promjenu mogli unijeti u svoj dom kako biste smanjili upotrebu jednokratne plastike, npr. upotreba krpice od voska umjesto jednokratne plastične folije.

Krpice od voska još su jedno ekološko rješenje za čuvanje hrane, umjesto uporabe plastične folije.

Ako smo, kako bismo smanjili plastični otpad, odlučili kupovati veća pakiranja, negdje moramo čuvati onaj ostatak primjerice lješnjaka koje nismo pojeli odmah prvi dan.

Što ti je potrebno: pčelinji vosak, pamučna tkanina, papir za pečenje, škare (cik-cak), kist, pegla



Postupak:

1. Nareži (cik-cak škarama) čistu pamučnu tkaninu na komade željene veličine, dovoljno velike da mogu pokriti zdjelu, omotati jabuku, sendvič...
2. Vosak naribaj ili nareži na manje komade i otopi na pari.
3. Na papir za pečenje poslaži tkaninu i kistom na tkaninu namaži vosak (ne pretanko).
4. Na tako namazanu tkaninu stavi još jedan papir za pečenje i zapeglaj krpice. Krpice cijelom svojom površinom moraju upiti vosak.
5. Kvačicama ih objesi na špagu (žicu ili sl.) kako bi se osušile i eventualno iscurio višak voska. Prilikom sušenja ispod krpica stavi papir ili staru krpu kako ne bi zaprljao površinu jer se vosak teško uklanja.
6. Nakon sušenja izgužvaj ih u rukama kako bi se aktivirale.



Savjeti:

Krpice se mogu upotrebljavati kao poklopac na zdjelama ili loncima ili izravno na hrani. Dovoljno je krpicu staviti preko posude i toplim je rukama oblikovati.

Za što god ih upotrijebili, važno je brinuti se o higijeni i održavati ih poput posuda i posuda koje inače upotrebljavamo, uz toplu (ne vruću) vodu i srtedstvo za pranje suđa.

NE UPOTREBLJAVATI za prekrivanje mesa ili ribe jer se ne mogu prati na visokoj temperaturi.

21.

Ponovno upotrijebi jednokratnu plastiku



Kako bi spriječio da jednokratna plastika završi ondje gdje bi mogla izazvati štetu ekosustavu, ponovno je upotrijebi i razvijaj svoju kreativnost.

Postavi si pitanje što sve može postati boca vode, bočica gela za tuširanje, čaša za jogurt i ispunj radni list Ured za patente (na sljedećoj stranici). Otvori se za nove ideje i pronađi rješenje. Sve su ideje dobrodošle!

Nakon što ispuniš *Radni list* na sljedećoj stranici, izaberi najbolje rješenje i provedi ga u djelo.

Nakon individualnih kreacija, objavi popis inovacija.

22.

Provedi plastic free izazov

Potakni sve oko sebe da prihvate *plastic free* izazov odnosno izaberu sedam odluka za sedam dana u tjednu bez plastike.

Svakome podijeli *Radni list plastic free* izazov (38. str.) da sami ispune što će učiniti u tjedan dana kako bi smanjili gomilanje plastičnog otpada.

Npr. 1. dan - Neću upotrebljavati plastičnu vrećicu.

2. dan - Neću kupiti ništa u plastičnoj ambalaži.

3. dan - Neću piti iz plastične boce.

Nakon provedenog izazova izračunajte razmjere svoje akcije.

Provedi *plastic free* izazov na društvenoj mreži i prikupljaj originalne ideje.

Ured za patente

Hvala vam što ste pronašli nova rješenja za
predmet _____
kojima ćemo smanjiti količinu plastičnog otpada.

NACRTAJTE SVOJE PROTOTIPOVE!

plastic free izazov

Moje je ime _____
i ovo su moje odluke kojima ću smanjiti
upotrebu plastike.

1. dan

2. dan

3. dan

4. dan

5. dan

6. dan

7. dan



23.

Djeluj

RADIONICA

Svaka promjena kreće od nas samih. Svaki put kreće jednim korakom. Niti jedna akcija nije uzaludna niti premala. Školski štrajk za klimu Grete Thunberg postao je globalni pokret protiv klimatskih promjena i stavio to važno pitanje u fokus cijelom svijetu.

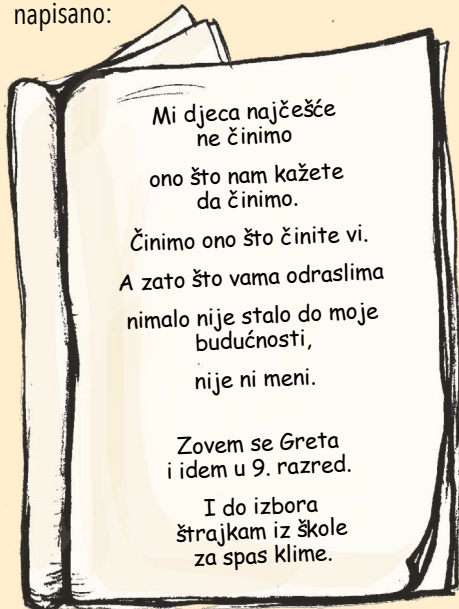
Ne možemo i ne moramo svi organizirati prosvjede svjetskih razmjera, ali svaka naša akcija može pokrenuti lavinu. Koji ćeš kamen ti zakotrljati?

Uvod

Voditelj/ica pročita ulomak:

U jutro 20. kolovoza 2018. godine Greta je ustala sat vremena prije nego inače u radni i obični školski dan. Jede svoj doručak. Stavlja u ruksak školske knjige, posudu s ručkom, pribor za jelo, bocu vode, podlogu za sjedenje i dodatnu vestu.

Ispisala je 100 letaka s činjenicama i izvorima o globalnoj krizi klime i održivog razvoja. Tekst je imao 5303 znaka, računajući razmake. A na prednjoj je stranici velikim, crnim slovima bilo napisano:



Tako je počeo Gretin trojedni štrajk ispred zgrade Parlamenta.

Moj govor

Cilj: osvijestiti vlastitu ulogu u kreiranju zdravog okruženja

Ishodi:

- promicati važnost aktivnog djelovanja za zaštitu okoliša
- predložiti načine unapređenja opće dobrobiti
- istražiti mogućnosti uključivanja u procese kreiranja i provedbe politike prema plastici

Glavni dio

„Kažu da kada osoba koja učini nešto na svoju ruku dobije društvo još jedne osobe, tada to prelazi u pokret.“

Do kraja štrajka Greti se pridružuju tisuće ljudi iz različitih zemalja, a dan nakon štrajka, 8. rujna 2018., drži svoj prvi govor na Maršu za klimu u Stockholmu.

Voditelj/ica potom daje uputu učenicima: *„Kada bi ti držao/držala govor odraslama, vlastodršcima, svijetu, svima nama što moramo učiniti da zaustavimo gušenje planeta u plastici, kako bi on zvučao?“* i poziva ih da napišu svoj govor.

Nakon što su svi napisali svoje govore, tko želi može ga pročitati.

Završni dio

Skupina se osvrće na napisane govore i promišlja o mogućnostima djelovanja.

Voditelj/ica upućuje zainteresirane učenike na čitanje Gretinih govora.

24.

UKLJUČI SE

Uključi svoj dom/školu u neku od inicijativa koje se bave smanjenjem plastičnog otpada.

Istraži, potraži i priključi se mreži škola s istom namjerom. Uključivanje u zajedničke inicijative omogućava ti pomoć i podršku, dijeljenje ideja i iskustava, učenje i prepoznatljivost.

Potraži: inicijative, natječaje, akcije, izazove...

25.

PROVEDI EVALUACIJU

Na kraju školske godine analiziraj učinke zajedničkih nastojanja u borbi protiv plastičnog otpada.

Učink na ciljanu skupinu ispitaj ponovljenim upitnikom s početka godine.

Koji su rezultati vaših aktivnosti?

- Koliko ste prikupili vrećica?
- Koliko ste manje komada plastike potrošili?
- Jeste li osmislili proizvod ili neko novo rješenje za smanjenje plastičnog otpada?
- Jeste li utjecali na politiku škole / doma, npr. promjenom pravila?

Upotrijebljena literatura i izvori:

A Comprehensive DIY Beeswax Wraps & Use Guide, dostupno na: <https://reducereuserenewblog.com/diybeeswaxwraps/>

A PLASTIC OCEAN Education & Discussion Guide, dostupno na: https://plasticoceans.org/wp-content/uploads/2018/11/PO_Educational_Sup_v16_NOV2018.pdf (6. 5. 2019.)

CREATIVE THINKING IN LITERACY & LANGUAGE SKILLS Smjernice za poučavanje, dostupno na: http://www.creativethinkingproject.eu/training_guide/CTILLS_O1_TrainingGuide_CR.pdf (14. 1. 2019.)

European Commission: Environment, dostupno na: https://ec.europa.eu/environment/waste/plastic_waste.htm

KIDS against PLASTIC, dostupno na: <https://www.kidsagainstplastic.co.uk/>

Leeson, C. (2017): A Plastic Ocean, dokumentarni film, Plastic Oceans Ltd.

PLANET OR PLASTIC, dostupno na: <https://www.nationalgeographic.com/environment/planetorplastic/>

PlasticEurope, dostupno na: <https://www.plasticseurope.org/en>

Thunberg, G., Thunberg, S., Ernman, B., Ernman, M. (2019): Naša kuća u plamenu, Egmont, Zagreb

WWF International (2019): Solving Plastic Pollution Through Accountability, Dalberg, Geneva

Preporučeni digitalni alati:

Canva, dostupno na: https://www.canva.com/hr_hr/

Genially, dostupno na: <https://www.genial.ly/>

Kahoot, dostupno na: <https://kahoot.com/>

Lino, dostupno na: <http://en.linoit.com/>

Mentimeter, dostupno na: <https://www.mentimeter.com/>

Mosaically, dostupno na: <https://mosaically.com/>

Padlet, dostupno na: <https://padlet.com/>

Piktochart, dostupno na: <https://piktochart.com/>

Zoom, dostupno na: <https://zoom.us/>

Nemamo
mnogo vremena!
Slijedi ove korake i
reci NE jednokratnoj
plastici!

