




Kraków



# Akademia Bohaterów Klimatu luty 2023

Sylwia Majcher

# ZERO WASTE – JAK TO SIĘ JE?

Każdy z nas ma dług. Żyjemy na kredyt zaciągnięty od natury. Już w połowie roku zużywamy zasoby Ziemi, na których odtworzenie planeta potrzebuje co najmniej 12 miesięcy. Swoimi decyzjami o robieniu zakupów do plastikowych siatek, wyrzucaniu jedzenia do kosza, niesegregowaniu śmieci wpływamy na tę pogarszającą się kondycję środowiska. Jeszcze 150 lat temu nasz ślad ekologiczny był bliski zeru. Teraz zmagamy się z globalnym ociepleniem, brakuje nam zimą śniegu, latem w niektórych miastach nie ma wody.

## CZY WIESZ, ŻE?



**CO MINUTĘ DO OCEANU CZY MORZA WPADA TAKA ILOŚĆ PLASTIKOWYCH ŚMIECI, KTÓRA ZMIĘŚCIŁABY SIĘ W DUŻEJ CIĘŻARÓWCE.**



**60% ODPADÓW, JAKIE PŁYWAJĄ W BAŁTYKU TO KAWAŁKI TWORZYW SZTUCZNYCH**



**CZĄSTECZKI MIKROPLASTIKU ZNALEZIONO W ŻOŁĄDKACH PONAD 90% RYB I ZWIERZĄT MORSKICH**



**JEŚLI NIC SIĘ NIE ZMIENI – W 2050 ROKU W OCEANACH I MORZACH BĘDZIE WIĘCEJ PLASTIKU NIŻ RYB**

Ratunkiem dla tego nadmiaru jest właśnie idea Zero Waste. To droga do oszczędności, którą warto pokonać. Ta podróż opłaci się naszemu portfelowi i planecie, która ugina się od ciężaru produkowanych przez ludzi śmieci – także tych jedzeniowych. Zero Waste polega na wykorzystywaniu tego co mamy, ograniczaniu bałaganu, jaki zrobiliśmy na Ziemi.

# ZASADA 5 R – PODSTAWA ZERO WASTE WG BEA JOHNSON



## CZY WIESZ, ŻE?



**W POLSCE CO ROKU DO ŚMIETNIKA TRAFIA 5 MILIONÓW TON JEDZENIA! PONAD POŁOWA MARNUJE SIĘ W DOMOWYCH KUCHNIACH.**



**150 KILOGRAMÓW JEDZENIA CO SEKUNDĘ TRAFIA DO POLSKICH ŚMIETNIKÓW.**



**WYRZUCANE JEDZENIE ODPOWIADA ZA PONAD 10% ŚWIATOWEJ EMISJI GAZÓW CIEPLARNIANYCH.**

## 5 produktów, które najczęściej trafiają do kosza

- Pieczywo
- Wędliny
- Owoce
- Warzywa
- Nabiał

## 5 powodów marnowania żywności

- Brak listy zakupów
- Brak planu posiłków
- Za duże zakupy
- Przegapienie terminu ważności
- Brak pomysłu na wykorzystanie produktów

### Co możesz zrobić?

#### Stosuj zasadę 4 P

- Planuj
- Przechowuj
- Przetwarzaj
- Podziel się

### Pamiętaj!

Marnowanie jedzenia nie opłaca się nam i Planecie.



## Sylwia Majcher

Edukatorka ekologiczna, autorka bestsellerów „Gotuję, nie marnuję. Kuchnia zero waste po polsku”, „Wykorzystuję, nie marnuję. 52 Wyzwania Zero Waste”, „Mniej Mięsa” oraz dla dzieci „Jestem eko” i „Samotny Banan”, reportaży, wywiadów kulinarnych. Absolwentka studiów podyplomowych na Wydziale Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji SGGW w Warszawie. Prowadzi warsztaty, szkolenia poświęcone ekologii, niemarnowaniu i obiegowi zamkniętemu.

Materiał przeznaczony jest dla uczestników szkolenia organizowanego przez Akademię Bohaterów Klimatu w Krakowie

Copyright © by Sylwia Majcher

Publikacja i kopiowanie fragmentów lub całości bez zgody autorki zabronione.

Kraków 2023