

СОДЕРЖАНИЕ

Первый шаг к большому делу	3
Почему эта книга может быть полезна	4–5
Наша планета — живая и хрупкая. Город и природа	6–9
Летние наблюдения и волшебный подарок на даче	10–19
Куда девается всё на Земле?	20–21
Городская экология: воздух и машины	22–23
Источники микропластика	24–25
Раздельный сбор: правда и мифы. Городские привычки	26–29
Что такое День экологического долга	30–31
Секрет зубной щётки и ванной полки	32–33
Про воду. Микропластик	34–37
История ватных палочек	38–39
Упаковка и ресурсы планеты	40–41
История «небумажного» стаканчика	42–43
Рассказ пластиковой бутылки	44–45
Кино и трубочки в напитках	46–47
Выбрасывание еды как глобальная проблема	48–49
История пластикового пакета	50–51
Переупакованные овощи и фрукты	52–53
Пищевая плёнка: вред или польза	54–55
Пластик в медицине	56–57
История бахил	58–59
История волшебного пластичного материала	60–61
История чайного пакетика	62–63
Откровения Аси: время действий	64–65
Что такое раздельный сбор и почему это важно	66–67
Возвращение бабушки и дедушки и выставка	68–69
Факты о мусоре	70–71
Производство и переработка пластика. Экослед	72–75
Игра «Волшебство переработки»	76–77
История добрых крышечек и эко-мастер-класс	78–79
Как организовать раздельный сбор?	80–81
Экологический навигатор	82–83
Секреты предметов вокруг нас	84–93
Твои новые экопривычки	94–95



ПЕРВЫЙ ШАГ К БОЛЬШОМУ ДЕЛУ



Эта книга написана с уважением к троим — к ребёнку, который будет её читать (привет, хорошего тебе путешествия!), к взрослому, который будет помогать ребёнку разобраться и сам узнает много нового (да-да, вам тоже будет очень интересно!), и, конечно же, с глубоким уважением к природе. Уверен, что планета Земля (на которой мы живём) скажет спасибо любому, кто прочитает эту книгу и хотя бы несколько полезных советов внедрит в свою жизнь.

Полагаю, что благодаря вашему союзу — детей и родителей, — а также благодаря таким книгам мы рано или поздно научимся жить в гармонии с другими живыми организмами, населяющими нашу планету. Мы станем взрослее и мудрее. Мы сможем писать слово «Человек» с большой буквы «Ч» лишь тогда, когда научимся не только забирать, но и отдавать нашей природе.

Сейчас вы в самом начале большого пути — вам только предстоит во всём разобраться. Вы узнаете, как при помощи технологий и современных экологических подходов сократить количество мусора, который мы же и создаём. Вы научитесь вести себя экологично — дома, в магазине и на даче. Вы поймёте, что такое микропластик, как вредят окружающей среде «бумажные» стаканчики и что такое экологический долг. Вы узнаете, как полюбить природу осмысленно — потому что она этого заслуживает.

Большие дела делаются маленькими шагами.

Книга, которую вы держите в руках, — это и есть такой шаг. Для многих — самый первый. Давайте настроимся на позитивный лад и сделаем его смело, с чистым сердцем и с чувством гордости. Перелистнём страницу — и наконец всё узнаем.

Жора Каваносян,
видеоблогер, гидрогеолог,
автор проекта «Сортировочная»



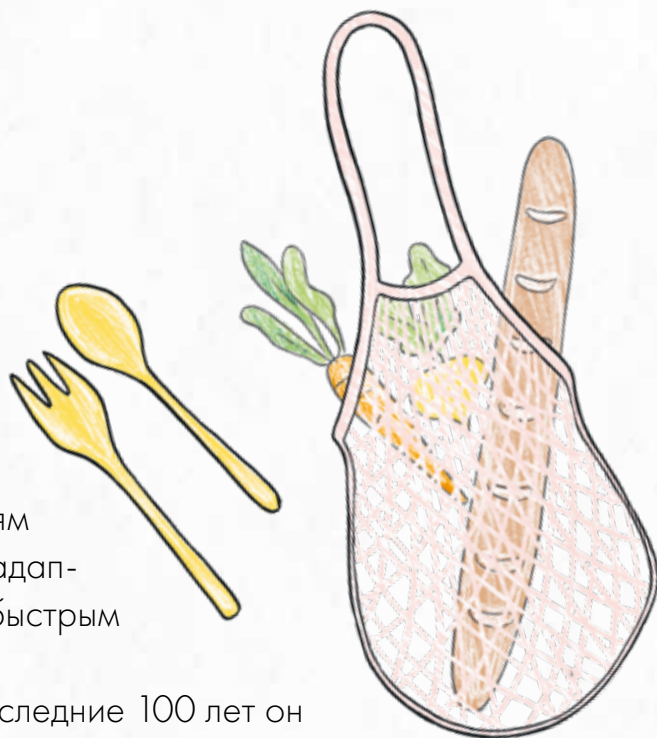
ПОЧЕМУ ЭТА КНИГА МОЖЕТ БЫТЬ ПОЛЕЗНА И ПОЧЕМУ ЕЁ НАДО ЧИТАТЬ ИМЕННО СЕЙЧАС



Это история для детей, но я уверена, что внутри вас также живёт любопытный ребёнок. Тот, кто поражался красоте каждого листочка, лежавшего осенью на земле. Кто хватал родителей за руку и спешил показать удивительную находку в лесу или радугу в небе. Кто от бессилия плакал, когда ему не объясняли, почему что-то происходит так, а не иначе. Кто разговаривал с цветами, насекомыми и животными и придумывал волшебные миры вокруг себя. В каждом из нас живёт этот маленький восторженный исследователь. Я верю, что говорить о важных вещах надо простыми, понятными словами. Настолько простыми, что поймёт даже ребёнок.

Я думаю, что если научить важному детей, то дети обучат этому своё окружение. Так получилось, что сейчас людям предстоит особенно быстро учиться и адаптироваться к изменениям, в том числе быстрым климатическим.

Человек — уникальное создание, но последние 100 лет он творит странные вещи, не всегда думая о последствиях. Последние 20 лет эти последствия стали отчётливо видны не только учёным. Плохая экология, низкий иммунитет, проблема утилизации отходов, исчезновение видов животных — всё это наша реальность. Но это не значит, что надо смириться. Дело в привычках и маленьких изменениях каждый день, на которые способны мы все. Я верю, что каждый может стать осознанным в своих действиях. Неважно, как много вы будете делать через неделю. Главное, что вы начнёте путь к более экологичной жизни уже сейчас.

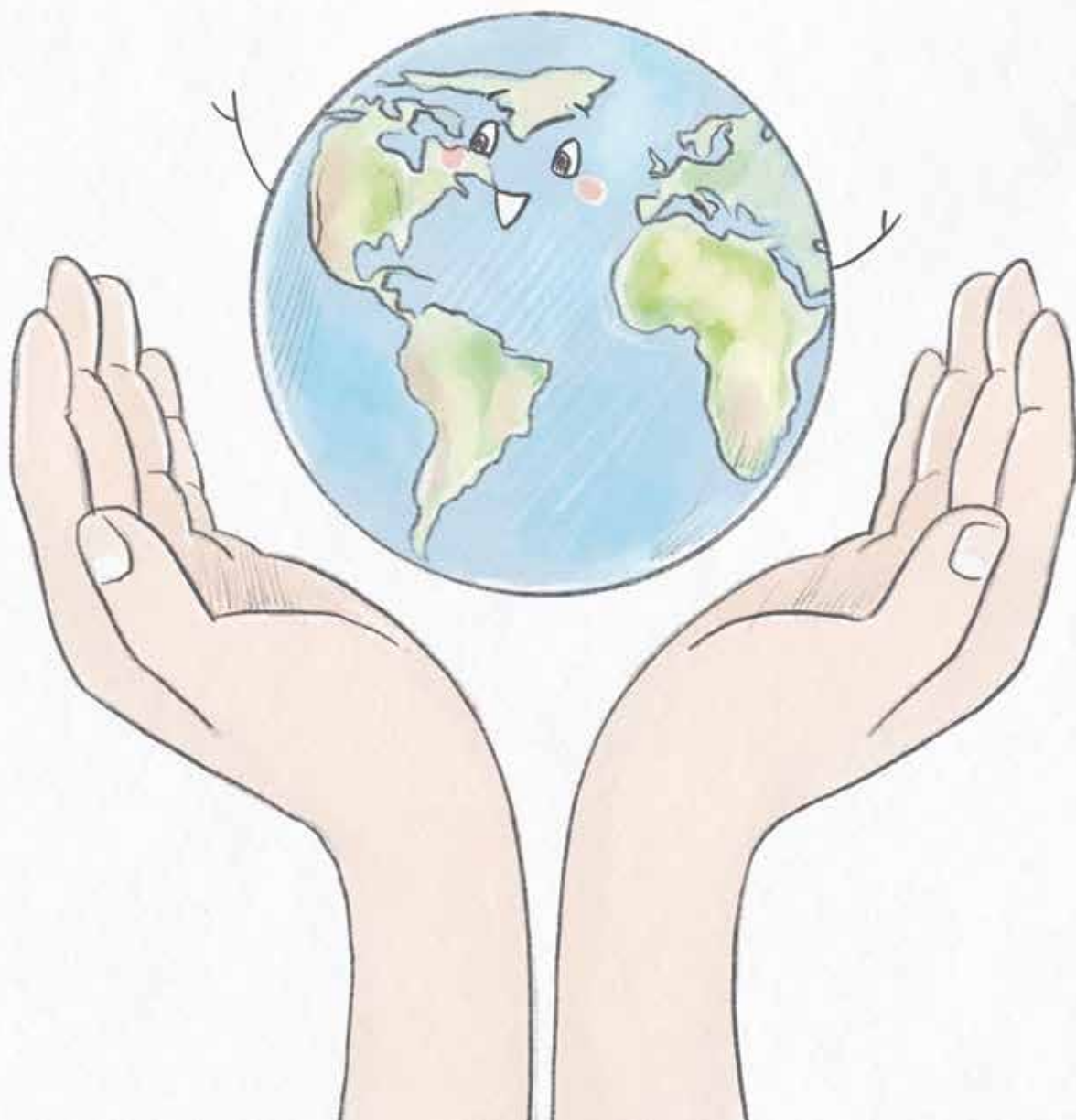


**Для совместного чтения взрослым (и) детям.
Ваш автор Ася Мицкевич**



Привет! Я — Эка. Я — маленькое семечко, и я хочу рассказать тебе о самой удивительной планете.

Наша Земля — живая. У неё есть лёгкие — леса, которые очищают воздух. У неё есть вены — реки, которые несут чистую воду. А ещё у неё есть сердце — океан, в котором живёт множество удивительных существ.



Вода и кислород — наши самые ценные ресурсы. Они дарят всему живому жизнь.

Совокупность морей, рек и океанов называют Мировым океаном.

Мировой океан определяет климат планеты и является домом для сотен тысяч различных форм жизни: от одноклеточных водорослей до самого большого млекопитающего — синего кита.

Самыми творческими существами на Земле являемся мы — люди.

Когда-то людей было совсем немного и природа легко справлялась со всем, что нам было нужно. Деревья росли, моря были полны рыбы, животные жили в лесах, а вода оставалась чистой.

Но с каждым столетием человечество росло, как и наша тяга к творчеству и созданию чего-то нового.

Чем больше мы узнавали о мире, тем больше создавали.

Строили города и здания, чтобы жить с комфортом среди других людей.

Писали книги — чтобы передавать знания.

Создавали машины и поезда — чтобы путешествовать.

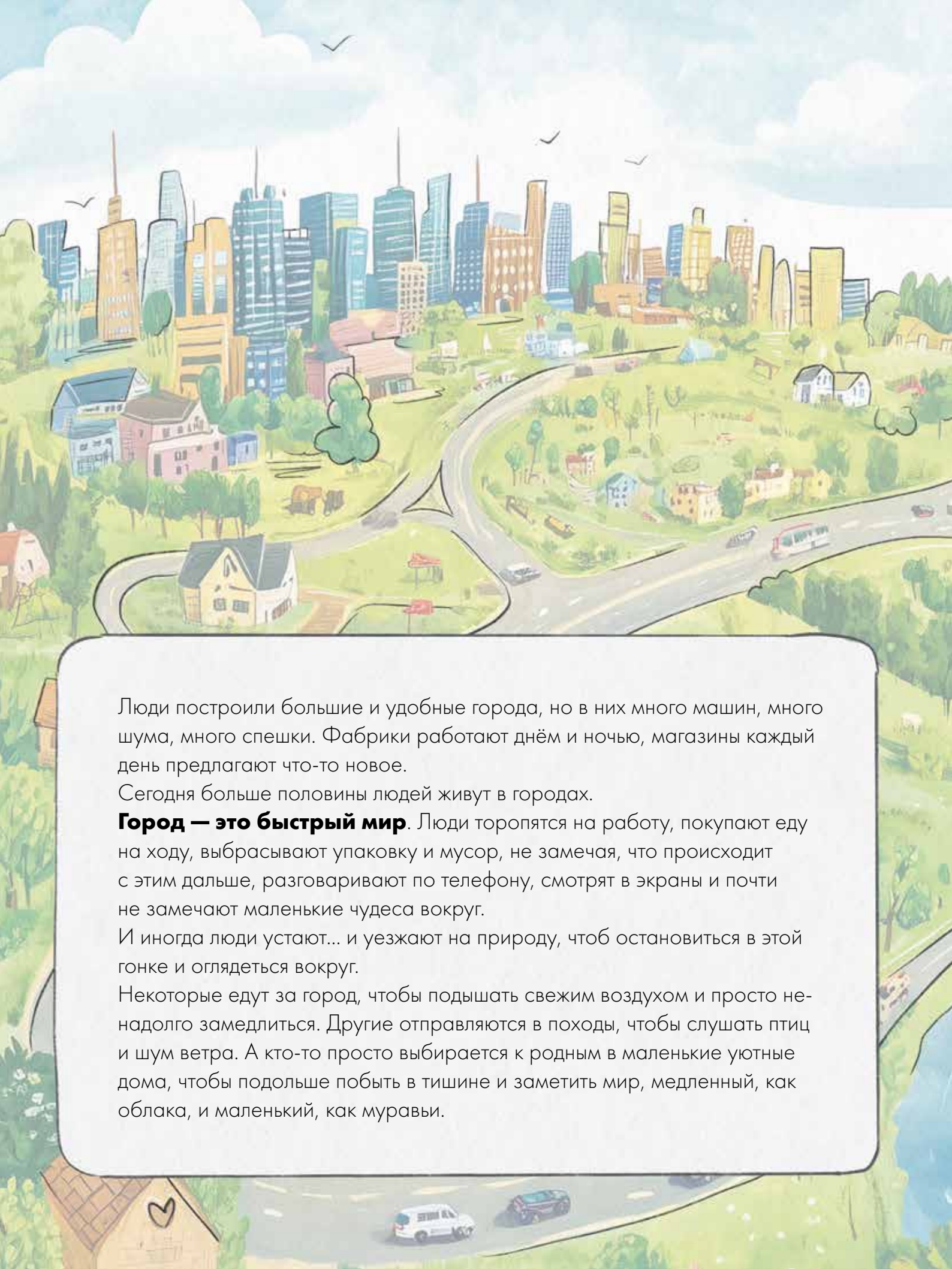
Шили игрушки, одежду — чтобы было тепло и уютно.

А ещё... люди придумали много новых материалов для замены ограниченных по количеству природных. Один из таких синтетических материалов — **пластик**.

Этот лёгкий, удобный, прочный материал помог многим — из него делают медицинские инструменты, детали космических кораблей, протезы и спасательные жилеты.

Чем больше у людей появлялось вещей, тем сложнее становилось следить за их судьбой. Не всё, что создаётся, остаётся нужным. Не все вещи находят второй дом. И тогда без заботливой утилизации они становятся... мусором.





Люди построили большие и удобные города, но в них много машин, много шума, много спешки. Фабрики работают днём и ночью, магазины каждый день предлагают что-то новое.

Сегодня больше половины людей живут в городах.

Город — это быстрый мир. Люди торопятся на работу, покупают еду на ходу, выбрасывают упаковку и мусор, не замечая, что происходит с этим дальше, разговаривают по телефону, смотрят в экраны и почти не замечают маленькие чудеса вокруг.

И иногда люди устают... и уезжают на природу, чтоб остановиться в этой гонке и оглядеться вокруг.

Некоторые едут за город, чтобы подышать свежим воздухом и просто ненадолго замедлиться. Другие отправляются в походы, чтобы слушать птиц и шум ветра. А кто-то просто выбирается к родным в маленькие уютные дома, чтобы подольше побыть в тишине и заметить мир, медленный, как облака, и маленький, как муравьи.



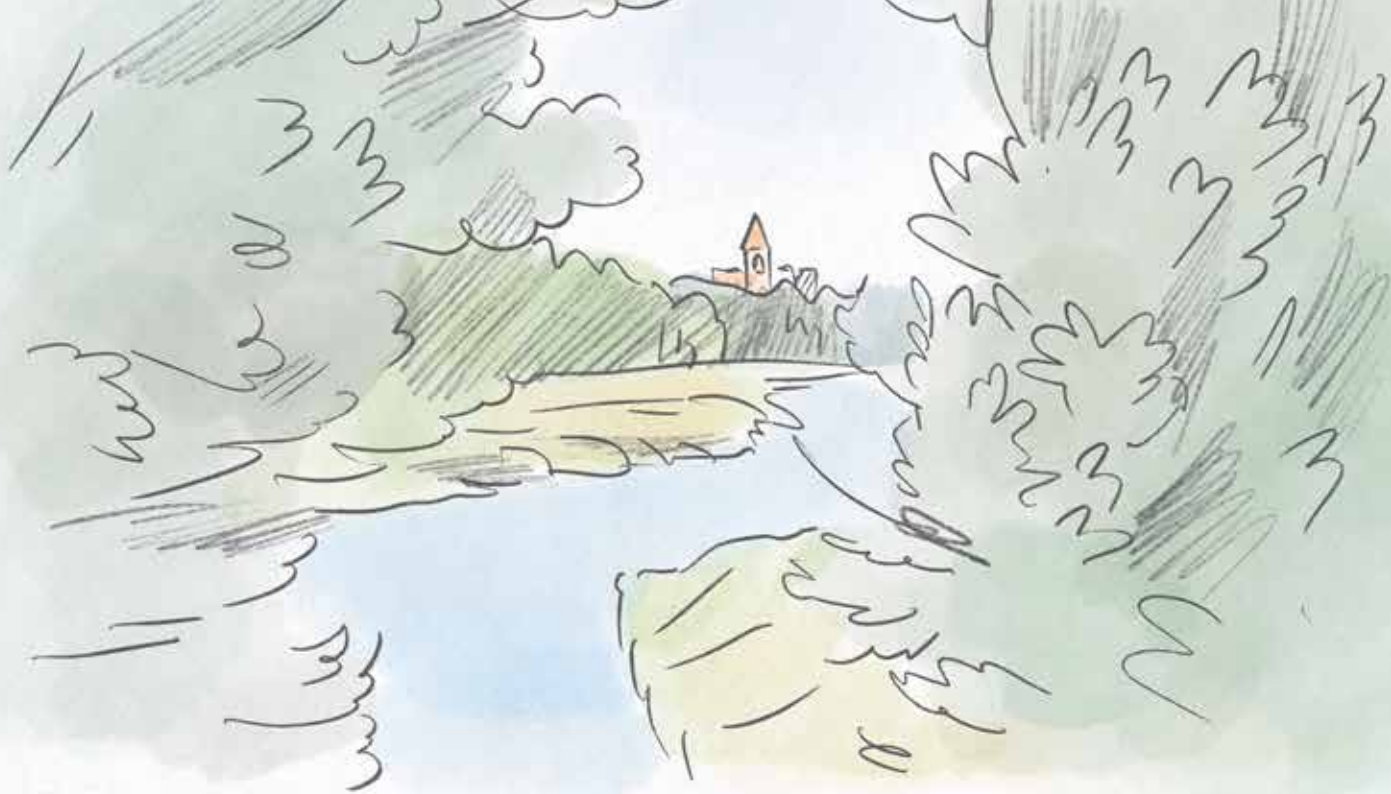


Знакомься, это Ася.

Лето она проводит у бабушки с дедушкой на даче.

У вас с Асей есть кое-что общее — она всё время хочет знать, почему что-то делается и устроено так, а не иначе. Ба и Де (так Ася называет бабушку и дедушку) очень терпеливые и всё ей объясняют.





С прошлого года осталось
всего несколько баночек
повидла. Поможешь мне
собрать яблоки?

Да, и оставим не-
много свежих ябло-
чек маме и папе.





Этим летом Ася начала замечать, что Ба и Де делают многие вещи не так, как мама и папа в городе.

Например, они всегда ходят за продуктами со своими авоськами и смешными сетчатыми мешочками-фруктовками, сшитыми из старых штор, чтобы положить в них разные овощи, зелень и фрукты.



Когда Ася помогает дедушке и бежит на родник за водой, то бабуля даёт им чистые старые бутылочки и большой тканевый рюкзачок, чтобы было удобно нести полные бутылки домой.

На дачном участке есть компостная яма, куда можно выбрасывать огрызки от яблок, несъедобные части овощей, кусочки натуральной ткани и салфетки. Туалет на даче находится вне дома, а умываются бабушка с дедушкой, бережно используя каждую капельку воды.



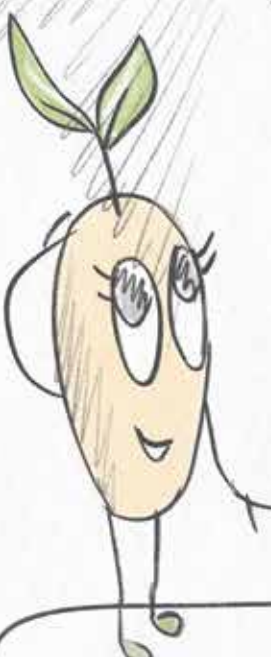


Компостная куча — это сооружение, в котором вызревает компост. Компост нужен для того, чтобы почва была плодородной и полезной для растений. Когда органические отходы попадают на полигон с другим мусором, то они очень долго

гниют на полигонах, выделяя большие объёмы углекислого газа CO_2 .



Потому что у нас почти не появляется мусор: почти всю упаковку можно использовать повторно или сдать в переработку. Остатки пищи станут прекрасным удобрением для нашей грядки, и, значит, у всей нашей семьи будет много вкусных овощей, ягод и зелени. Недавно я прочёл интересную статью и понял, что мы с бабушкой — зировейстеры.



Деда, почему вы не выбрасываете мусор в пакетах, как делают в городе?



ЧТО ТАКОЕ ЗИРОВЕЙСТ?

Зировейст (zero waste) переводится как «ноль отходов». Ноль отходов? Это как?

Отходы есть у всего живого, и человек не исключение. Поэтому стоит пояснить, на чём строится такой экологичный подход. Движение за «ноль отходов» предусматривает особое внимание к тому, чтобы создавать как можно меньше отходов и не причинять вред планете.

Те, кто стремится к осознанному потреблению и в итоге вступает на путь «зировейстеров», уделяют особое внимание первым двум пунктам. Они стараются покупать только необходимое и всегда думают о том, куда отправить ту или иную вещь после её использования — в компост или на переработку. Так в их жизни практически нет мусора (ноль отходов), есть только вторсырьё.

Существует 5 правил:





Эти пять правил сформулировала **Беа Джонсон**, рассказывая про свой дом без отходов. Переехав в 2008 году в дом в два раза меньше предыдущего и отдавая всё, что не используется, её семья начала осознанно идти по пути минимализма и сокращения отходов. В итоге семья из четырёх человек каждый год собирает примерно пол-литровую баночку того, что нельзя переработать, использовать повторно или компостировать.

А это **Лорен Зингер** — известная американская эоактивистка. Лорен живёт в Нью-Йорке. Всерьёз о проблемах экологии она задумалась будучи студенткой университета, где изучала вопросы и проблемы окружающей среды. Во время учёбы в университете она возглавляла клуб по экологии. Обнаружив, что у неё дома очень много одноразовых вещей, Лорен приняла решение попробовать полностью исключить одноразовое из своей жизни.

Отказ от одноразового неперерабатываемого мусора помог ей стать счастливее! А ещё любимое дело Лорен стало её работой — она открыла магазин товаров для экологичной жизни.



В конце лета и начале осени Ася помогает бабушке собирать с грядок огурцы, помидоры, яблоки и ягоды. Бабуля делает из них соленья на зиму и самое вкусное в мире варенье. А ещё из кабачков получается самая вкусная кабачковая икра.



Знаешь ли ты, что треть выращенных овощей и фруктов выбрасывается?

Зачастую это происходит, потому что они не соответствуют косметическим стандартам продуктовых магазинов. Их ещё называют «ugly produce» («уродливая продукция»).

Это некрасивые овощи, которые из-за своей внешности не попадают на прилавки магазинов. Но в них нет ничего плохого, они такие же вкусные и полезные, просто кто-то решил, что они не соответствуют товарному виду (не тот цвет, форма, размер).

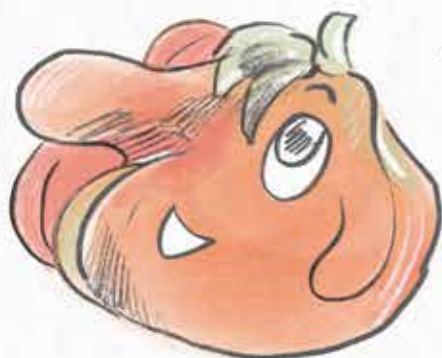
Если вы увидите такие овощи, не бойтесь и «спасите их». Они зачастую даже вкуснее обычных на вид. Одно но: **как съесть таких милашек?**! Мы не всегда успеваем съесть все фрукты и овощи свежими. Когда они начинают вянуть, многие люди считают их непривлекательными. Если мы консервируем продукты, то продлеваем их пользу для нас в будущем.

Выбрасывание еды — это большая мировая проблема, ведь треть всех съедобных продуктов оказывается на свалках, и при этом по итогам 2024 года 735 миллионов человек на планете голодают.



Ася, очень важно, чтобы
как можно больше
овощей и фруктов
были использованы
и не пропали.

Так вот почему мы
делаем такие за-
готовки на зиму!



Купив один такой овощ, как
мы, ты получаешь больше. На-
пример, три морковки в одной.