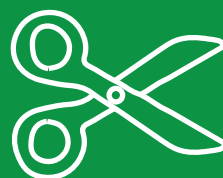


Uštedimo

planetu!



Priručnik

za održivu potrošnju

This publication was produced with the financial support of the European Commission as part of the KA 2 Erasmus+ adult education program and project "Towards communities of Reuse practices". It reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by
the European Union

Draga čitateljko, dragi čitaocē,

Pronalaženje rešenja za **klimatsku krizu** i **opštu krizu zagađenja okoline** nije odgovornost pojedinaca ili čak lokalnih zajednica, već pre donosioca odluka na međunarodnom i nacionalnom nivou. Međutim, svako od nas može svakako mnogo toga učiniti kako bismo **smanjili uticaj loš po okolinu**. Ovaj priručnik istražuje promene u načinu života koje svako od nas može usvojiti kako bi **ograničili količinu resursa** koje trošimo, a koje se suprotstavljaju ustaljenima praksama potrošačkog društva i utiru put **održivim izborima**.

Pitaš se ko smo mi?

Ovaj priručnik je napisala grupa **aktivista/kinja iz tri organizacije**, iz Hrvatske, Grčke i Srbije, koji imaju višegodišnje iskustvo u **promovisanju ponovne upotrebe i održive potrošnje**. Ovo nije o moralisanju; već o **deljenju iskustava i uvida** koji ti pružaju spoznaju (kako) da ostvariš promenu. Slavimo naše različitosti i podržavamo prakse ponovne upotrebe kao način života.

Posvećujemo ovaj priručniksvima koji već sada svojim primerom žele doprineti ponovnoj upotrebi i smanjenju nepotrebne potrošnje: **vođama održivih radnih mesta** u budućnosti, **aktivistima, zajednicama** koje žele da istraže ove prakse, kao i **pojedincima** koji žele da steknu i dele sa drugima nove veštine.

Ovaj priručnik posvećen je svima onima koji će postati (ili to već jesu) **majstori ponovne upotrebe i delotvorne raspodele resursa**, bilo iz potrebe ili aktivističke pobune, znajući da time doprinose opštem dobru ljudi i planete, ili ne.

Tvoje učešće je ključno za uspešnost i opstanak ovog pokreta!

Kako da koristiš priručnik

Hajde da razotkrijemo mitove i sagledamo razloge zašto samo recikliranje nije dovoljno. To će ti pomoći da otkriješ drugačije pristupe i razumeš uticaj ponovne upotrebe i odbijanja konzumerizma. Ovde nije reč o osećaju krivice, već o **donošenju informisanih izbora** koji se poklapaju sa **tvojim vrednostima**.

Ovaj priručnik je složen tako da izazove **postojeća uverenja, promoviše ekološku svest i edukuje**. Svaki mesec fokusirani smo određenu temu ponovne upotrebe i održive potrošnje. U drugom delu priručnika, pronaći ćeš **kalendar sa izazovima** za uvođenje novih, "zelenijih" praksi u svoj život. Ne brini, ovi izazovi služe da te podstaknu na razmišljanje, ne da te opterete, napravljeni tako da možeš sveobuhvatno razumeti održiv način života.

Zašto je ovo i tvoja briga?

Ako si skeptik, možda ćeš reći da **veliki ekološki problemi s kojima se naša planeta suočava zahtevaju sistematske promene i rešenja velikih razmera**, i naravno, slažemo se sa tobom. Klimatska kriza, kriza otpada, potreba za prelaskom na cirkularnu ekonomiju su teme o kojima se sve više govori, ali ponekad se čini da su to samo zvučni izrazi koji ne vode ka stvarnim promenama. Međutim, **tvoj pojedinačni doprinos sprečavanju otpada, očuvanju resursa i održivoj potrošnji** daleko je od beznačajnog. Naprotiv, ti držiš ključ za podsticanje promene, uticanja na ljude oko tebe i postavljanje temelja za održiviju budućnost.

Zato se ovaj priručnik fokusira na pružanje znanja, ideja i izazova koji će ti pomoći da sam/a (u)vidiš koliko jedna osoba može napraviti razliku. Svaki mesec predstavlja priliku da istražiš teme poput kupovine bez otpada i zamene odeće - svaki izazov je korak ka suprotstavljanju ustaljenim normama i doprinos borbi za boljitak okoline, društva i ekonomije. Ovde nije reč o savršenstvu; reč je o pravljenju opipljivog uticaja i doprinosu sistemskim promenama.



Januar

4 Nedelje izazova bez otpada

Koliko se puta dogodilo da obećaš ostvariti realistične ili ne baš realistične „novogodišnje odluke“, a pritom opterećuješ sebe (i svoje pratiocice na društvenim mrežama) ciljevima, i nametanjem konzumerističkog pritiska?

Iskuriraj: to nije ono što predlažemo radiš opet i iznova.

Umesto toga, kako ti zvuči manje zahtevan, ali nagrađujući izazov, dobar za tebe i za planetu, a prilagođen tvom načinu života? Jedna stara italijanska izreka kaže ovako: "Ako na početku godine nešto ne učiniš ili ne napraviš, šanse su da to nećeš raditi tokom cele godine"; a kada primenimo ovaj princip na otpad, zvuči prilično fantastično.

Dakle, evo tvog izazova bez otpada u trajanju od četiri nedelje!

Nedelja 1 Prati svoj otpad: Tokom ovog izazova, tvoj cilj je da pratiš kakav otpad proizvodiš svakodnevno. Sačuvaj ambalažu od svake stavke sa svoje nedeljne liste za kupovinu, bilo da je reciklabilna ili ne. Na kraju nedelje, sortiraj svoj otpad od ambalaže. Da li je reciklabilan? Može li se ponovo koristiti (npr. staklene tegle)? Da li je preostali (mešoviti) otpad - hoće li završiti u smeću? Na osnovu toga, možeš postaviti ciljeve za smanjenje preostalog otpada. Sledeći put kada praviš listu za kupovinu, pokušaj da zameniš nekoliko stavki koje dolaze u ambalaži koja nije ekološki prihvatljiva sa zelenijim alternativama. Postepeno ćeš primetiti da ćeš proizvoditi manje otpada svaki put kada kupuješ.

Želiš da odeš korak dalje? Dodaj i svoje neplanirane nedeljne kupovine i posmatraj svojstva upravljanja otpadom i za te stavke. Iznenadićeš se koliko je lako pratiti predmete koji nisu ekološki prihvatljivi čim počneš da paziš.

Nedelja 2 Mapiraj svoja mesta: Koje namirnice ili druge upakovane stvari obično kupuješ, a koje bi takođe mogle biti kupljene u rinfuzi? Koje prodavnice ili pijačne tezge nude proizvode bez ambalaže u tvom kraju?

Želiš da odeš korak dalje? Ako nema prodavnica sa proizvodima bez ambalaže, razgovaraj sa lokalnim prodavcima i proveri da li bi mogao/la početi da **donosiš sopstvenu ambalažu za određene stavke**. Slatkiši i grickalice na meru obično su lak početak!

Nedelja 3 Podeli svoja otkrića s drugima: Kada otkriješ koja prodajna mesta omogućavaju kupovinu bez otpada, šteta bi bila da to ne поделиš sa drugima! Koristi online mape za obeležavanje i napravi kartu za kupovinu bez otpada.

Želiš da odeš korak dalje? Ne zaboravi dodati koje vrste ambalaže (vreće za voće i povrće, staklene tegle, kutije za jaja, boce, druge) treba poneti od kuće. Ne iz-

mišljamo toplu vodu! Ne tako davno **bilo je uobičajeno kupovati namirnice bez ambalaže, tj. u staklenkama ili vrećama za voće i povrće koje su ljudi donosili od kuće**. Osim voća i povrća, mahunarki, testenine, pirinča, i keksa, prodavani su i mnogi drugi čvrsti prehrambeni proizvodi.

Nedelja 4 Menjanje navika: Počni na malo, a sanjaj naveliko i naširoko. Šta možeš planirati/promeniti sledeći meseca? A šta za celu godinu? Postavljanje više izazova, ponavljanje ovog procesa svakih nekoliko meseci, ili dodavanje više stavki na listu stvari za zamenu, ne samo da će ti pomoći da živiš održivije, već može doprineti i smanjenju tvojih troškova, jer proizvodi bez ambalaže mogu biti jeftiniji!



Februar

Uređaji, ljudi i planeta

Sve brža zamena starih električnih i elektronskih uređaja novim direktno je povezana s ozbiljnim ekološkim i društvenim štetama, posebno u siromašnijim zemljama, gde se većina resursa za proizvodnju izdvaja iz prirodnih dobara, čija radna snaga uglavnom učestvuje u njihovoj proizvodnji, i gde često završavaju kao otpad. Njihova proizvodnja zahteva retke i neobnovljive minerale koji često sadrže i štetne supstance.

Istraživanja pokazuju da **potrošači u Evropi često smatraju da novi električni i elektronski uređaji ne traju koliko su trajali pre, te potražuju proizvode koji su dugotrajniji i lakši za popravku**. Trenutno, evropska unija preduzima korake da ublaži ovaj problem razvijanjem zakonodavstva koje bi trebalo da garantuje popravljivost i dugotrajnost proizvoda plasiranih na tržište. Dok čekamo da ove pravne uredbe stupe na snagu i zažive, postoji mnogo toga što možemo učiniti sada, od odbijanja nepotrebnih i pažljivog odabira potrebnih proizvoda, do popravke pokvarenih umesto da budu odbačeni na smeće.

Šta mogu da uradim kao potrošač?

Korak 1 – Da li mi to zaista treba?

Pre nego što kupiš nov uređaj, bilo da je u pitanju novi, sjajni televizor, robot usisivač, bežična bušilica ili još jedan tablet ili laptop, zapitaj se: da li mi to **zaista** treba i koliko dugo ću moći da ga koristim?

Korak 2 – Ako mi treba proizvod, koji da odaberem?

Izbor dugotrajnih i popravljivih proizvoda može napraviti značajnu razliku, iako to nije uvek lako. Popravljivost i dugotrajnost često dolaze uz višu cenu, i dok visokokvalitetni proizvodi mogu uštedeti novac na duže staze, viša cena ne garantuje nužno kvalitet ili mogućnost popravke. Pre kupovine mao istraži - potraži recenzije i tehničke specifikacije na internetu, i ne zaboravi da proveriš i dostupnost/cenu rezervnih delova ili usluga popravke za proizvod koji te zanima. **Određena tehnička svojstva čine uređaje posebno podložne kvarovima**. Baterije uvek imaju ograničen vek trajanja i često će biti prvi deo koji će prestati sa radom. U poslednjih nekoliko godina, tržište se prebacilo na aparate sa bežičnim napajanjem, čak i kada to nije važno za njihovu svrhu. Pokušaj izbeći takve uređaje ukoliko ti nisu nužni. Na primer, ako kupuješ trimmer za kosu ili bradu, razmisli da li je zaista važno da bude bežičan? Ako jeste, radije izaberi uređaj koji koristi standardne baterije (AAA, AA, itd.) koje lako mogu da se zamenei (i **naravno, koristi punjive baterije**).

Korak 3 – Popraviti ili zameniti?

Uređaji mogu postati beskorisni čak i pre nego što pre-

stanu raditi, na primer, laptopovi i mobilni telefoni koji ne podržavaju novi sofver, televizori koji ne mogu dekodirati nove TV signale, itd. Takvi uređaji mogu imati greške u dizajnu koje mogu dovesti do kvara ili ih učiniti izuzetno teškim za popravku - što može biti namerno ugrađena funkcija zvana **planirana zastarelost** kako bi morao/la da ih zameniš - ili mogu biti lošeg kvaliteta i suviše jeftino napravljeni, pa popravka nema smisla.

Međutim, **ako je moguće i ne preskupo, popravka uvek ima smisla!** Neki vrlo jednostavni električni uređaji, poput lampi, lusterata, itd., i mali aparati, poput mlinova za kafu, miksera, blendera, pegli i drugi, mogu se popravljati iznova, gotovo neograničeno, ili barem tokom mnogo godina ili čak decenija (pod uslovom da su dobrog kvaliteta). Što se tiče većih aparata koji troše puno energije, poput frižidera, veš mašina, mašina za pranje sudova, itd., zamenjivanje starog, popravljivog aparata novijim, radi energetske efikasnosti, može biti bolje. Međutim, to bi trebalo uraditi samo ako je poboljšanje energetske efikasnosti dovoljno veliko da opravda promenu. Kao vrlo opšte pravilo, može se reći da je poželjno popravljati takve aparate ako nisu stariji od 20 godina.

Ako kupuješ nov uređaj, izaberi onaj u visokoj klasi energetske efikasnosti.



Mart

denog datuma. Što duže idriš, to bolje!

Žurke razmene odeće

Tekstilna i modna industrija su među glavnim uzročnicima zagađenja, kako na lokalnom, tako i na globalnom nivou. **Naša svakodnevna odeća nije bezopasna po zemljište, vodu i vazduh:** od proizvodnje, distribucije, pranja pa sve do odlaganja - životni ciklus većine odevnih predmeta je nešto o čemu bismo više trebali brinuti nego što to činimo.

Velika zavisnost brendova od poliestera, najlona, akrila i polivinil hlorida (PVC) dovela je do procena da će vlakna činiti 73% ukupne proizvodnje vlakana (Changing Markets Foundation, 2021¹). Oko 60% sintetičkih tkanina pravi se od fosilnih goriva, koja se neće razgraditi kada završe na deponijama, dok od 150 milijardi novih odevnih predmeta plasiranih na tržište svake godine, 25% ostaje nekorišćeno. Odbačena odeća se često šalje na **globalni jug** (zemlje s nižim ili srednjim prihodima), gde narušava lokalne tekstilne i krojačke ekonomije. Bez brzog, radikalnog i značajnog usporavanja, trka modne industrije za jeftinom odećom rezultiraće neodrživim količinama otpada i toksičnih mikrovlakana, emitujući više ugljenika nego što planeta može podneti.

Nabavka odeće koja ne doprinosi uništavanju životne sredine, eksploataciji radnika ili oboje, nikada nije bila lakša i pristupačnija:

- u second-hand prodavnicama i na buvljacima,
- na zabavama za zamenu odeće - koje možeš organizovati sa prijateljima, kolegama i porodicom ili ih podići na viši nivo i uključiti zajednicu, što je onda moguće usmeriti na uključivanje određenih ranjivih grupa, poput LGBTIQ+ zajednica, izbeglice, preživelih u katastrofama, itd.
- prenamenom stare/iskorišćene/iznošene odeće koristeći neke od hiljada tutorijala dostupnih na internetu,
- ili jednostavno sređivanjem i smanjenjem količine garderobe, pa sledeći put kada budeš preslagao/la orman, imaj ovo na umu!

Male promene u pristupu nisu korisne samo za naš novčanik i kućni budžet, već mogu biti zabavne i korisne iz drugih razloga.

Da smanjiš negativan uticaj na okolinu sa garderobom iz sopstvenog ormana, možeš početi sa nizom odluka i ciljeva:

- Izbegavaj kupovinu nove odeće tokom cele sezone.
- Odaberi da odevne kombinacije za posebne prilike budu iz druge ruke (da li nasleđene ili kupljene).
- Organizuj zabavu za zamenu odeće za svoje prijatelje i porodicu kod kuće, u parku ili u nekom zajedničkom prostoru.
- Postavi sebi izazov da ne kupuješ novu odeću do odre-

Fosilna goriva su materijali koji sadrže ugljovodonike, poput uglja, nafte i prirodnog gasa, prirodno formirani u Zemljinoj kori od ostataka biljaka i životinja. Ovi materijali se ekstrahuju i koriste kao gorivo. Osim što emituju gasove koji uzrokuju globalno zagrevanje, sagorevanje fosilnih goriva takođe proizvodi lokalne zagađivače vazduha koji povećavaju rizik od bolesti kao što su moždani udar, bolesti srca, rak pluća i respiratorne bolesti.



Apciklaža i prenamena

Kroz apcikliranje (upcycling), transformišemo "stare" proizvode, pružajući im drugi život prenamenom u nešto "novo". Drugim rečima, **proces apciklaže se odnosi na stare materijale ili predmete koji se prilagođavaju i/ili ponovno koriste na kreativan način, čime se produžava njihov vek trajanja.**

Mogućnosti apciklaže su bezgranični, a odeća i kućni predmeti su oni kojima najčešće pružamo novu namenu.

Ako si nekada posetio/la neku gradsku baštu, sigurno ti je bilo zanimljivo videti:

- ✔ stare automobilske gume reciklirane u saksije,
- ✔ stare cipele transformisane u saksije,
- ✔ klupe izrađene od običnih drvenih paleta.

Svi imamo prijatelja ili tetku koja se bavi apciklažom i može provesti sate pokazujući nam svoje najnovije kreacije. Apcikliranje nije samo dobro za planetu, već je i zabavna aktivnost koja ti može pojačati kreativnost i snalažljivost, te omogućiti razvoj i razmenu veština sa drugima.

Prenamena je takođe **način da izraziš nezadovoljstvo** trenutnim stanjem društva i životne sredine. Da bi se proizvod prodao, mora se odigrati niz događaja, a neki od njih možeš pretpostaviti. Od nabavljanja sirovina poput celuloze, uglja i prirodnih gasova potrebnih za proizvodnju određenih materijala, kao što su plastika, do energije potrebne za izradu proizvoda, goriva potrebnog za transport i različitih nivoa potrošnje koje tržišni centri, prodavnice i online platforme podrazumevaju - putovanje predmeta od izvora do doma daleko je od bezopasnog. A vrlo često ti sam proizvod nije neophodan na kraju dana

Osim ekoloških faktora, ne smeš zaboraviti ni ljudske troškove. Radnici koji proizvode ove predmete često trpe loše radne uslove i primaju niske plate. Takvi problemi idu od eksploatacije radnika do savremenog ropstva, a to se ne dešava samo u udaljenim zemljama, već i u našem najbližem okruženju.

Ako želiš da počneš sa apciklažom, mnoge dostupni su ti mnogi izvori sa interneta koji nude vodiče i inspirativne fotografije svih vrsta, od odeće do nameštaja pa čak i umetničkih dela napravljenih od otpadaka.

Samo ako se osvrneš oko sebe sigurno možeš pronaći mnoštvo nekada odbačenih predmeta koji mogu da se pretvore u nešto drugo uz malo mašte i odgovarajućih alata.

Iako ti mašina za šivenje nije neophodna za sve projekte, može ti značajno će olakšati put kroz uradi-sam (DIY) projekte. **Nabavi nekolicinu alata koje misliš da će ti trebati, prikupi neke stare stvari i počni da apcikliraš!**



kovi, veštački mirisi) i **toksične hemikalije** (ftalati, bisfenol-A i petrohemijski aditivi) - **ekološke zagađivače** i supstance koje remete endokrini sistem a povezane su sa uzrokovanjem oboljenja, poput srčanih bolesti, neplodnosti i kancera.

Bezbedni i ekološki periodi bez plastike i otpada

Polovina svetskog stanovništva ima menstruaciju tokom nekog perioda svog života, međutim, menstruacija i dalje ostaje tabu tema, a razgovori o njoj mogu naterati ljude da se osećaju nelagodno i postićeno.

Ne samo da izbegavamo razgovore o menstruaciji, već još manje razgovaramo o proizvodima za menstrualnu higijenu i njihovom sadržaju. Ovo doprinosi širenju vela tajanstvenosti oko menstruacije i svega što je s njom povezano, dok velike multinacionalne kompanije istovremeno plasiraju jednokratne proizvode na tržište, produbljujući trend srama i stigme na temu menstruacije skupim reklamama.

Problem s reklamama za menstrualne proizvode je taj što one obično predstavljaju jedini prihvatljiv javni sadržaj vezan za menstruaciju, a često su cenzurisane, generalizovane i obmanjujuće. Kao rezultat toga, kompanije koje stoje iza ovih reklama imaju neproporcionalno veliki uticaj u oblikovanju javnog mnjenja o mesečnicama. Važno je zapamtiti da je glavni interes ovih igrača tržište i profit, a ne zdravlje pojedinca - za to ne dozvoli da te njihove poruke zavedu!

Koliko vas se ikada zapitalo od čega su napravljeni proizvodi za menstrualnu higijenu i kako utiču na naše telo i okolinu? Ako nisi razmišlao/la o tome, nema problema; niste sam/a. Patrijarhat i kapitalizam su dva sistema veoma zgodna manipulaciju i utaju istine o ovim temama.

Činjenice - Od čega su napravljeni proizvodi za menstruaciju?

- ✔ Jednokratni menstrualni proizvodi: konvencionalni jednokratni ulošci obično su napravljeni od **90% plastike**. Polietilen je najčešće korišćena plastika, obično pomešana s drugim materijalima raspoređenim na različite slojeve, uključujući izbeljeni celulozu i natrijum poliakrilat, s unutrašnjim slojem polipropilena koji je prekriven lepkovima i različitim mirisima.
- ✔ Tamponi: jednokratni tamponi se uglavnom sastoje od apsorpcionih materijala (**preko 90% tampona**) i tankog sloja plastike u upijajućem delu, bilo da je reč o **rajonu, pamuku, poliesteru ili mešavini ovih vlakana, koji su obično izbeljeni**. Tamponi takođe dolaze s plastičnim nitima napravljenim od vlakana polipropilena ili polietilena.

Zdravstveni uticaji

Kao što vidiš, većina mejnstrim jednokratnih proizvoda za menstruaciju (ulošci i tamponi) i njihovo pakovanje **sadrže plastiku i druge sintetičke materijale** (rajon, lep-

Koja je alternativa?

Za razliku od jednokratnih proizvoda punih plastike i hemikalija, postoje zdravije i ekološki prihvatljive opcije, poput **višekratnih proizvoda za menstrualnu higijenu** napravljenih od materijala poput pamuka ili silikona. Najpopularnije alternative su **menstrualne čaše/diske, gaće za mesečnicu ili pamučni ulošci**. Možeš koristiti samo jedno od ovih rešenja, ili ih kombinovati u zavisnosti od svojih potreba.

Izazov : Ako imaš menstruaciju, razmisli o korišćenju višekratnih proizvoda za menstrualnu higijenu. Biće manje otpada, a ekonomski je održivije. S druge strane, ako nemaš menstruaciju, uvek možeš zagovratu upotrebnu višekratnih proizvoda koji su pristupačniji i manje zagađuju okolinu.



Jun

Višekratna ambalaža

Industrija ambalaže brzo je rasla tokom 20. veka, i naravno, postoje mnoge koristi ambalaže za očuvanje hrane, ali ekološki uticaj i velika upotreba resursa za proizvodnju i odlaganje ambalaže postali su veliki problem usko povezan sa zagađenjem plastikom i otpadom.

Postoje mnogi načini da uvedemo višekratnu upotrebu ambalaže u našu svakodnevnicu, neki su jednostavna i brza rešenja koja svako može pokušati uklopiti u svoj svakodnevni život, a neki zahtevaju promenu sistema i poslovnih praksi oko nas. Neki načini su čak stvari koje već godinama radimo, a da nismo svesni njihove ekološke koristi!

Najlakše je početi jednostavno, korišćenjem višekratnih kontejnera zarad prevencije otpada:

Kada je reč o jutarnjoj kafi, zašto ne **koristiti višekratni termos**? Kada naručuješ kafu za put, zamoli konobara da je sipa direktno u termos umesto u plastičnu ili kartonsku čašu. Uživaj u piću dok doprinosiš zelenijoj planeti.

Nosi sa sobom **metalnu bocu za vodu** koju možeš iznova koristiti tokom svakodnevnog života ili odmora. Ne samo da smanjuješ plastični otpad i pomažeš u zaštiti okeana i divljih životinja, nego ti i piće ostaje osvežavajuće satima čak i tokom leta!

Prati **januar sa 4 nedelje izazova bez otpada** (vidi početak priručnika) i počni da nosiš svoje kutije za pakovanje namirnica.

Prenameni ambalažu za čuvanje stvari po kući. Na primer, koristi staklene tegle za skladištenje sosova, džemova ili čak ostataka hrane. Ko se ne seća kutija za keks koje su se koristile za čuvanje pribora za šivenje ili drugih sitnih predmeta u kući svojih roditelja ili baka i deka?

Iako su ove svakodnevne prakse vredne, da bi se postigao širi uticaj, potrebna je promena u pogledu politika i propisa kako bi se smanjio otpad od ambalaže. Jedan primer je **sistem povrata depozita** (Deposit Return System), gde je trošak ambalaže uključen u cenu proizvoda, a potrošač dobija **povrat novca ili popust vraćanjem ambalaže** u prodavnice kako bi se mogla ponovo napuniti i koristiti.

U Evropi, sistemi povrata naknade postaju sve popularniji, ali na Balkanu, **ovo je već decenijama uobičajena praksa za boce piva**. Ovi sistemi već počinju da se razvijaju i proširuju na nove proizvode, najčešće pića, kako bi obuhvatili više staklenih boca, ali i plastičnih boca i limenki.

Pored sistema povrata naknade, **nove kompanije tako-**

de se pridružuju višekratnoj upotrebi. U mnogim gradovima širom Evrope pojavljuje se nova vrsta biznisa - kompanije koje nude višekratne kontejnere u koje pakuju (najčešće) hranu za poneti, a koji se mogu preuzeti i vratiti u restorane širom grada ili čak vratiti na vaša vrata!

Prihvatanjem višekratne ambalaže, izborom kupovine od preduzeća koja su zamenila jednokratnu ambalažu višekratnom, i podržavanjem sistema višekratne upotrebe, svi mi možemo biti ambasadori revolucije održive cirkularne ekonomije. **Hajde da ponovo ispunimo, smanjimo i iznova zamislimo svet sa manje otpada!**

Prema Eurostat-u, u 2021. godini, EU je generisala procenjenih 188,7 kg ambalažnog otpada po stanovniku (varirajući od 73,8 kg po stanovniku u Hrvatskoj do 246,1 kg po stanovniku u Irskoj). Da bismo smanjili otpad i sačuvali resurse, moramo implementirati sisteme poput Sistema povrata depozita (DRS) gde potrošači plaćaju za ambalažu i dobijaju povrat novca ili popust vraćanjem u prodavnice radi ponovnog punjenja i ponovne upotrebe.



Život bez plastike

Prošlo je malo više od jednog veka od kada je Leo Bejklend pionirao **prvu potpuno sintetičku plastiku 1907. godine**. Tada je ovo otkriće je možda delovalo kao veliki proboj zbog finansijske efikasnosti proizvodnje plastike, ekonomskog rasta i povećanja broja radnih mesta.

Međutim, trajnost istog materijala brzo je dovela do njegovog nagomilavanja u deponijama i dospeća u sve šupljine u objektima i živim bićima širom sveta. **Od tada, svaki komad plastike koji je stvoren još uvek postoji u nekom obliku danas.**

Istraživanje objavljeno u časopisu Science Advances iz 2017³. otkriva da je do tog trenutka bilo stvoreno više od **9,1 milijardu tona plastike** od početka njene mas-proizvodnje sredinom 20. veka. Veliki pacifički tepih od smeća je velika masa plastičnog otpada procenjena da zahvata dva puta veću površinu od savezne države Teksas u SAD-u. Nemamo preciznih podataka o uticaju plastike na život širom planete, ali znamo bez sumnje da je ona sveprisutna- **nalazi se u vazduhu koji udišemo i hrani koju jedemo.**

Prosečna osoba unese između **78.000 i 211.000 mikroplastika godišnje**, a to se smatra potcenjenim⁴. Mikroplastika čini razložen otpad, sintetička vlakna i druge čestice plastike koje se mogu naći u proizvodima za higijenu, odeći itd, a jedan od glavnih krivaca za mikroplastike su flaše za vodu i jednokratne ambalaže.

Pratiti ogroman broj mikroplastika koje zagađuju prirodne elemente i ekosisteme predstavlja izazov. 2021. godine, japanski naučnici sa Univerziteta Kyushu⁵ procenili su prisustvo 24,4 triliona mikroplastika u gornjim okeanima sveta (gornji sloj okeana) - što je ekvivalentno 30 milijardi polulitarskih boca za vodu, a ovaj broj nastavlja da raste!

Konstantno zagađenje, hemijske emisije i iscrpljivanje resursa predstavljaju značajne uzročnike povezane sa proizvodnjom i odlaganjem plastike. Kako se krećemo kroz plastični pejzaž, prepoznavanje opasnosti svakog tipa osnažuje nas da donosimo informisane odluke i zalazemo se za održiviju budućnost.

Šta možeš učiniti?

Ovi zastrašujući brojevi se ne mogu promeniti, ali se mogu smanjiti. Pretpostavljajući da si već prošao/la kroz naše izazove u prvom polugodištu, jedino te možemo ohrabriti da istraješ u promeni svojih navika.

Zameni jednokratnu plastiku za višekratna pakovanja poput flaša za vodu od nerđajućeg čelika ili stakla, drvenog pribora i platnenih torbi koje se mogu reciklirati ili kompostirati bez ostavljanja otrova za sobom.

Preuzmi svoju potrošačku moć. Odaberi proizvode sa

minimalnom upotrebom plastičnog pakovanja, a kada si suočen/a sa novim mogućnostima, biraj proizvode koji teže održivosti. Potraži kompanije koje podržavaju ekološke prakse i njihove inicijative.

Nemoj gubiti volju ako ti promena padne teško. Svi one objave motivacionih zagovornika života bez plastike na društvenim mrežama služe kao inspiracija da pojedinci mogu težiti zdravijem načinu života. Da li je to moguće? Da, ali potrebno je puno vremena, učenja i energije da se to postigne.

Šest načela održivosti

Odbij, smanji, ponovno koristi, popravi, recikliraj i truli (ako je kompostabilno): Mantra šest načela održivosti nije samo slogan; to je plan održivog načina života. On te poziva da **odbijaš** jednokratne plastike kad god je to moguće, **smanjiš** ukupnu potrošnju i **preispitaš** svoje izbore kako bi maksimalno sveo loš uticaj na životnu sredinu. Seti se da **iznova koristiš stvari** kad god da je to moguće. **Popravljaš aparate** umesto da ih zamenjuješ, te pokušaj da ono što odbacuješ neko možda može reciklirati. **Kompostiranje organskog otpada** još je jedan način doprinosa održivijem i životu bez plastike.



Avgust

Više od čišćenja

Zamislite da hodate bosu po prekrasnoj peščanoj plaži, samo umesto peska i vode pod nogama osećate **koma-diće plastičnih boca, omota sendviča i ostalog smeća**. Ili zamislite da idete na planinarski izlet i umesto da se divite lepoti krajolika oko sebe vidite **ostatke piknika** koje je neko bezobzirno ostavio za sobom.

Svakog leta milioni ljudi odlaze na odmor u svoju zemlju ili insoranstvo. Svake sekunde 45 turista stigne na neko odredište – u 2023. godini bilo ih je više od 1,4 milijarde⁶. Velika koncentracija ljudi u turističkim područjima u vreme sezone rezultira **pritiskom na lokalnu infrastrukturu i velikim količinama krutog i tekućeg** otpada. Prema UN programu za okolinu, turisti svake godine proizvedu 1,3 milijarde tona krutog otpada. Uticaj na okolinu je neosporiv i ne odnosi se samo na vidljivi otpad. Turizam doprinosi **globalnim emisijama staklenih gasova** s više od 5 %, pri čemu se 90 % te brojke odnosi na emisije iz transporta⁷. Predviđanja za 2030. ukazuju na zabrinjavajući porast od 25 % u emisijama CO₂ iz turizma u poređenju sa 2016. godinom. To znači da je potrebno da **šuma veličine pola fudbalskog igrališta** apsorbuje za godinu istu količinu CO₂ isparenja koliko stara jedan jednosmerni let od Londona do Njujorka.

Pitate se kako možete – kao turista – smanjiti svoj uticaj na okolinu? Naravno, ne predlažemo da prestanete ići na odmor, ali postoje stvari koje možete učiniti kako biste sveli taj uticaj na najmanje moguće.

Kao prvo, razmislite o destinacijama do kojih možete relativno **lako doputovati na održivi način** (bez letenja); pre odabira smeštaja možete se raspitati drže li do **standarda zaštite okoline**, odnosno što čine kako bi smanjili sopstveni uticaj na okruženje; **birajte hranu koja se ne poslužuje u jednokratnoj ambalaži** i, ako je moguće, onu koja je **lokalno uzgojena**; umesto masovno proizvedenih uvoznih **suvenira** birajte one proizvedene **lokalno i od održivih materijala**; nosite **svoju bocu za vodu i izbjegavajte kupovinu pića u plastičnoj i nepovratnoj ambalaži**; pokušajte se držati svih onih dobrih praksi koje se preporučuju i kada niste na odmoru.

Upoznajte se s **lokalnim pravilima** za **odlaganje otpada** i poštujujte ih, **odvajajte svoj otpad** i kada ste na odmoru i, naravno, **ne odbacujte nikakav otpad u prirodu** – sve su to načini da pokažete poštovanje prema zajednici koja vas je ugostila dok uživate na odmoru.

Učestvovanje u akcijama čišćenja

Možda sami živite u turističkom području pogođenom zagađenjem od turizma. Ako i ne živite, možda želite učini nešto za svoje okruženje – **učestvovanje u akcijama čišćenja** je jedan način na koji to možete učiniti! Akcije čišćenja nisu samo skupljanje smeća, one su prilika da se povežete s drugim aktivnim građanima koji brinu

za okolinu. Potražite na internetu, odnosno društvenim mrežama, **lokalne grupe koje organizuju akcije čišćenja**. Ako takva grupa ne postoji u vašem kraju, možete razmisliti o tome da je pokrenete sami – okupite prijatelje, razmislite o lokacijama kojima treba čišćenje i krenite! Mogli biste se iznenaditi kada vidite koliko „male stvari“ mogu **inspirisati ljude** i doprineti **podizanju svesti o okolini**. Osim toga, akcije čišćenja su dobra prilika da budemo **aktivni na svežem vazduhu** dok istovremeno doprinosimo tome da lokacije koje volimo ostanu čiste i uredne za sve!



Septembar

pokreti kojima se možeš priključiti, ili koji te mogu inspirirati!

Evo nekih primera:

Otpad od hrane

Otpad od hrane ne podrazumeva samo hranu koja završi na otpadu, već uključuje i vodu, rad, energiju, zemljište, novac i transport koji se rasipaju. Osim toga, odbačena hrana često završava na deponijama, gde trune i oslobađa metan, gas koji značajno doprinosi efektu staklene baste.

Procenjuje se da se gotovo **polovina proizvedenog voća i povrća baca** (to je 3,7 biliona jabuka)⁸ i da se **25% svetskog slatkovodnog resursa koristi za uzgoj hrane koja neće biti pojedena**⁹. Štaviše, 17% ukupne globalne proizvodnje hrane može biti bačeno (11% od strane domaćinstava, 5% od strane ugostiteljskih usluga i 2% od strane maloprodajnih prodavnica)¹⁰. Bačena hrana čini otprilike 8-10% ukupnih emisija gasova staklene bašte širom sveta!

Zato je važno znati da **smanjenje otpada hrane predstavlja jednu od najefikasnijih promena pojedinca** za suočavanje sa klimatskim promenama. Dobra vest je da izbegavanje otpada hrane počinje u našoj korpi za kupovinu, torbi, frižideru i tanjiru, što znači da imamo potpunu kontrolu nad tim.

Hranu bacamo iz različitih razloga - preferencija, zabrinutosti o roku trajanja ili čak iz društvenih normi koje ismevaju štedljivost (ponuda ogromnih količina hrane gostima, klasistički stavovi i verovanja ukorenjena u stigmi oko štedljivosti, itd.)

Prevenција otpada hrane nije teška, ali zahteva **prilagođavanje rutina, navika kupovine i čuvanja namirnica**. Na individualnom nivou, smanjenje otpada hrane znači biti svesniji, malo planirati unapred i ljubazno odbiti hranu koju nećemo pojesti.

Kako da sprečiš/smanjiš količinu hrane koju bacaš?

- ✔ Pridržavaj se spiska za kupovinu
- ✔ Čitaj deklaraciju, rok trajanja pre kupovine
- ✔ Očisti i uredi svoj frižider
- ✔ Podesi temperaturu u frižideru (na manje od 5 stepeni)
- ✔ Meri količinu hrane prema porcijama
- ✔ Koristi ostatke za pripremu novog obroka
- ✔ Podeli šta ostane posle žurke sa gostima.

Na nivou zajednice, prevencija otpada hrane zahteva organizaciju zajednice, obilje (samo)obrazovanja, rad na društvenim mrežama, veštine zagovaranja, dozu kreativnosti i možda čak i bojkotovanje. Postoje brojni

Food Not Bombs (foodnotbombs.net) : Pokret koji prikuplja hranu koja bi inače bila bačena i deli besplatne veganske i vegetarijanske obroke gladnima u preko 1.000 gradova u 65 zemalja, protestujući protiv rata, siromaštva i uništavanja životne sredine.

Zajednički frižideri: Prostor koji okupljaju ljude kako bi jeli, povezivali se, učili nove veštine i smanjivali otpad hrane. Vođeni od strane zajednica u deljenim prostorima poput škola, društvenih centara i prodavnica, ovi pokreti spašavaju svežu hranu koja bi se inače bacila iz supermarketa, lokalnih prehrambenih preduzeća, proizvođača, domaćinstava i bašti. Ljudi takođe mogu donirati!

Zajedničke ostave: Tokom karantina zbog COVID-19, filipinski preduzetnik uključio je poljoprivrednike i lokalne prodavce povrća u osnivanje male banke hrane za svoju zajednicu, postavljajući znak koji je pozivao ljude da "daju prema svojoj sposobnosti, uzmu prema svojim potrebama"¹¹. Inicijativa je stvorila efekat snežne lopte, sa građanima koji su postavljali svoje ostave i inspirisali ljude iz drugih zemalja da učine isto.

"Upotrebiti do" znači da ne biste trebali jesti hranu sa ovom oznakom, čak i ako izgleda i miriše ispravno. Ako hrana ističe, možete je zamrznuti. **"Najbolje do"** odnosi se na kvalitet hrane - ukusna je do određenog perioda, ali je bezbedna za konzumaciju čak i nakon toga.



Oktobar

Organizacija održivih događaja (bez otpada)

Bilo da si organizova/la desetine događaja ili imaš imaš nekoliko odličnih ideja i tragaš za načinima kako da ih sprovedeš u delo - bez stvaranja otpada- verujemo da ćeš hteti isprobati makar neke od trikova i saveta koje smo ti spremili!

Prilikom pripreme bilo kog događaja, ima par stvari na koje treba misliti:

- ✔ Kako smanjiti količinu otpada ili potpuno ga izbeći? (Da, dobro si pročitao/la!)
- ✔ Događaj bez otpada ponekad zahteva dodatan napor: pobrini se da je logistika pokrivena i da se u organizacionom timu zna svačiji posao (ko kupuje, ko obaveštava zajednicu, ko priprema sve na događaju, a ko čisti).
- ✔ Šta će biti lakše, a šta će biti izazovnije? Usmeri vreme i napor ka zadacima koji su vremenski zahtevniji, kao što je potraga za određenim proizvodima.
- ✔ Kako ćeš obavestiti posetioce da je reč o zero waste događaju? Da li treba nešto da ponesu od kuće ili obrate pažnju na nešto?
- ✔ Koliko je ciljna grupa obrazovana o ovoj temi? Koje korake treba preduzati da poruka stigne do različitih grupa? Velika je razlika između početnih entuzijasta i klimatskih aktivista.

Pripremili smo niz saveza povezanih s različitim elementima tvoje aktivnosti ili događaja, a koji mogu doprineti održivosti realizacije.

Hrana

- ✔ Pozovi učesnike da ponesu svoj šolju i/ili bocu za ponovno punjenje.
- ✔ Ako je događaj finansiran od strane donatora, možda postoji mogućnost da se svim učesnicima obezbedi šolja ili boca za višekratnu upotrebu, a da je napravljena od keramike, stakla ili metala.
- ✔ Pruži prednost "finger food" ili kateringa na zaloga je, umesto jela za koja biste morali koristiti tanjire i pribor za jelo, ili (u slučaju da to nije moguće).
- ✔ Izaberi prostor i ustanovu gde je moguće doneti sopstveni pribor za jelo.
- ✔ Uzmi u obzir namirnice i hranu koja se može poslužiti u jestivim ili kompostabilnim tanjirima poput listova kupusa, zrna kukuruza ili drugih.
- ✔ Nabavku obavi na pijacama ili prodavnicama gde se mogu kupiti proizvodi u rinfuzi.
- ✔ Uvek daj prednost mestima koja imaju pitku vodu

iz slavine, ili donesite boce vode napunjene na najbližem izvoru pitke vode.

Otpad

- ✔ Predvidi vidljiva i pristupačna mesta za odvojeno prikupljanje otpada, pobrini se da su pravilno obeležena prema mogućnostima recikliranja u tvom području (staklo, metal, papir, zajednički otpad itd).
- ✔ Raspitaj se da li neko od organizacionog tima ili učesnika ima pristup komposteru, pa organizujte odlaganje ostataka hrane, kartona i drugih kompostibilnih materijala.
- ✔ Povedi računa da su servirane porcije razumne i prosečne veličine, ili se dogovorite da se učesnici posluže sami, švedski sto je najbolja opcija da što manje hrane ostane na tanjirima, jer je u ovoj fazi već kasno za doniranje.
- ✔ U slučaju da postoji višak hrane na događaju, raspitaj se o opcijama za doniranje neotpakovane i neoštećene hrane, što se pre donira manja je šansa da se pokvari i da ne može da se upotrebi. Dnevna svratišta i mreže za podršku socijalno ugroženim pojedincima uvek rado prihvataju, ili imaju predlog kome hrana može da se prosledi.

Higijena

- ✔ Ako u prirodi, ne unajmljaj mobilne WC-e zato što izuzetno zagađuju. Umesto toga se raspitaj kod lokalnog stanovništva, naročito u ugostiteljskim objektima, da li postoji mogućnost korišćenja njihovih toaleta.
- ✔ Ako postoji potreba i ako se mogu osigurati sredstva, raspitaj se o mogućnostima izrade kompostnog WC-a, naročito ako postoji zajednica kojoj može biti od koristi u budućnosti.
- ✔ Podstakni upotrebu domaćih sredstava za pranje posuđa, a umesto industrijskih sunđerica koristite one od prirodnih materijala koji su sakupljeni odgovorno i etički.

Mobilnost

- ✔ Izaberi lokaciju koja je dobro povezana javnim prevozom i/ili dostupna biciklom.
- ✔ Informiši učesnike o linijama javnog prevoza koje ih mogu odvesti do događaja, kao i o rasporedu.
- ✔ Predloži učesnicima da nekoliko njih putuje privatnim prevozom, te da se povežu i organizuju grupni dolazak i odlazak.

Nakon događaja, okupi ekipu koja je učestvovala u organizaciji i ocenite događaj kako je prošao, prodiskutujte o pojednostinostima koje bi mogle biti bolje realizovane sledeći put

Ako dođe do toga da iza vas ipak ostaner neki otpad, naročito u okruženju koje nema razumevanja za aktivističke inicijative bez otpada, nemojte previše da se stresirate. Kako je En-Mari Bonau, jedna od najpoznatijih zero waste kuvarica, rekla: "Ne trebaju nam pojedinci koji vode savršen život bez otpada. Treba nam milion ljudi koji to čine nesavršeno".



Novembar

Pravo na popravku

U 21. veku, praksa popravki zamenjena je **kulturom odbacivanja**. Tokom poslednjih nekoliko decenija, obuća, odeća, nameštaj, aparati i mnogi drugi predmeti koji su se redovno popravljali sve se češće zamenjuju novima. Mnogi faktori doprinose ovoj promeni struje, kao što su brzi tehnološki napretci, dostupnost jeftine brze mode i prepreke poput nedostatka servisera, rezervnih delova ili osnovnih veština popravki.

Već smo razgovarali o popravkama kao načinu smanjenja otpada koji proizvodimo i produženju životnog veka stvari koje posedujemo. Mnoge popravke zahtevaju angažovanje stručnjaka. Međutim, postoji mnogo jednostavnih popravki koje možemo naučiti da obavljamo sami, koristeći jednostavne materijale i opremu.

Učenje popravki može značiti sve, od učenja kako zakrpati rupu u čarapi do zamene neispravnog hard diska na desktop računaru, presvlačenja nameštaja ili popravke automobila.

Razvijanje **osnovnih veština popravki** nije teško! Postoji mnogo načina da se nauči popraviti i beskrajn broj praktičnih veština koje možeš da razviješ, poput šivenja i popravka obuće i satova, nameštaja, aparata i elektronike, ili drugih predmeta koje imaš kod kuće, poput polomljene keramike.

Kako naučiti popravljati?

Danas je vrlo lako steći osnovne ali i napredne veštine za popravljanje uz korišćenje raznih, lako dostupnih resursa sa interneta koji mogu biti u potpunosti besplatni. Potrebno je malo znanja o korišćenju pretraživača i lako ćeš pronaći gomilu uputstava i video priručnika, tzv. tutorijala za razne stvari! Pregledaj ono što imaš, odvoj predmete kojima je potrebna popravka i pokušaj da se snađeš uz pomoć internet uputstva. impresivne **popravljačke vještine** korištenjem internetskih resursa koji mogu čak biti posve besplatni: **na internetu** postoji **gomila uputa i video priručnika** za čitav dijapazon predmeta! Prokopaj po svojim stvarima, odaberi predmete kojima je potreban popravak i potraži na internetu upute kako ih popraviti. Veliki broj popravki ipak zahteva specijalizovanu opremu, međutim za manje kvarove su često potrebni lokalno dostupni i jeftini materijali, što je odlična prilika da počneš da brusiš svoje veštine popravljanja!

Ako ti popravljanje deluje korisno ili zabavno, možeš potražiti uradi-sam radionice ili lokalne mogućnosti za upis na duže kurseve kroz koje možeš da naučiš kako da rukuješ komplikovanijom opremom i/li naučiš kompleksnije veštine, poput šivenja, obrade drveta itd. Ovaj put te možda odvede do novog hobija, ili čak otvori moguć-

nost promene karijere koja je dobra za planetu i lokalnu ekonomiju!

Susreti za učenje popravki: Moguće je da u tvojoj zajednici postoje organizacije koje povremeno ili često organizuju radionice ili događaje za učenje popravki na temu koja te zanima. Obično su ovi događaji besplatni i zasnovani na volonterskom radu ili imaju malu naknadu za materijal i honorar instruktora.

Biblioteke alata su mesta gde članovi određene zajednice (stambena zgrada, kvart, grad, itd.) mogu pozajmiti različite vrste alata umesto da ih kupuju. Postoji toliko mnogo alata i specijalizovane opreme za popravke koje ti možda neće često trebati, poput bušilica, merdevina, testera, ali i sezonskog alata za baštovanstvo koje često koristimo u određenim sezonama. Zbog toga je nepotrebno, skupo i neodrživo da ih poseduješ. S druge strane, biblioteke alata su savršena alternativa za skupljanje opreme koja se retko koristi, ali još uvek nisu vrlo uobičajene u Evropi. Ako živiš u području gde nije dostupna biblioteka alata, možeš pokušati i uspostaviti sličan sistem sa svojim prijateljima, rodbinom, komšijama ili zajednicom: jednostavna stranica na društvenim mrežama ili grupni čet može ti pomoći da pokreneš zajednicu za pronalaženje i deljenje svih alata koje biste mogli koristiti za popravke.



Decembar

Održiva potrošnja

U kulturi koja podstiče potrošačko ponašanje, često nas uče da ne razmišljamo mnogo o svojim kupovnim navikama ili njihovom velikom uticaju na naše okruženje i društvo. U ovom priručniku puno smo govorili o ponovnoj upotrebi, popravci i prevenciji otpada. Sada, kako bismo postavili nove izazove za narednu godinu, istražimo zajedno sopstene navike i kako možemo uticati na promene putem održive potrošnje!

Preispitivanje potrebe za novom tričarijom, **izbegavanje** jednokratnih proizvoda i suvišnog pakovanja, **korišćenje višekratnih kutija**, **razmena** knjiga ili odeće, **pozajmljivanje** predmeta koje ćemo koristiti samo jednom, **popravka** malih aparata i **informisanje o praksama brendova** - sve su to aktivnosti, odluke i procesi koji nam pomažu da kupujemo nove stvari samo kada je to zaista potrebno i svrsishodno. Međutim, postoji još nekoliko pitanja koja će naše kupovne navike učiniti još održivijim; pitanja koja se odnose na ekološki uticaj proizvoda, njegove energetske karakteristike i mogućnost popravke, da li je proizvod dizajniran, proizveden i odbačen na održiv način, i da li postoje održive alternative.

Pravo na popravku

Mnogi proizvodi više **nisu napravljeni da bi se popravljali**, poput jeftinih predmeta brze mode gde bi popravka koštala više od vrednosti jeftinih sintetičkih tkanina ili električnih i elektronskih uređaja (sećaš se planirane zastarelosti?). Danas se na tržištu stalno plasiraju elektronika i električni aparati s novim, poželjnim i atraktivnim funkcijama, ali dizajn većine takvih proizvoda namerno ne promovise ili čak dozvoljava mogućnost popravke. U stvarnosti su dizajnirani da se pokvare i da budu zamenjeni novim svakih nekoliko godina. Ovo je posebno tačno za proizvode koji se ne mogu lako rastaviti radi popravke, poput telefona s nezamenljivim baterijama i proizvoda s kratkim periodom garancije.

Brza promena uređaja na tržištu često znači da rezervni delovi neće biti dostupni ili će biti vrlo skupi samo nekoliko godina nakon kupovine, što čini popravke manje isplativim ili nemogućim, dok složenost dizajna proizvoda znači da popravke mogu vršiti samo brendovi koji prodaju proizvod. Osim toga, brendovi postavljaju softverska ograničenja na uređaje ili softverske proizvode koja otežavaju ažuriranje softvera na starijim modelima.

Iz tih razloga je nastao pokret "Pravo na popravku". U osnovi, pokret za pravo na popravku nastao je kao odgovor frustriranih potrošača na sve veću težinu popravljivanja njihovih uređaja zbog proizvođački nametnutih ograničenja u pristupu informacijama o popravci, ala-

tima i rezervnim delovima. "Ako sam ga kupio, trebalo bi da mogu da ga održavam." - razmislite o svom telefonu ili blenderu - kada dođe do kvara, zašto ne bismo mogli da ga jeftino i lako popravimo? Ovo se odnosi na oslobađanje od kulture odbacivanja, smanjenje otpada i poručivanje velikim kompanijama da tražimo mogućnost popravki. Kako je Ifixit napisao u svom manifestu popravki, "ako ga ne možeš popraviti, ne poseduješ ga".

Pitanja koja treba postaviti pre kupovine:

- ✔ Da li mi ovo zaista treba? Mogu li dobiti višekratni ili polovni predmet umesto toga? Mogu li pozajmiti umesto kupovine?
- ✔ Da li se može kupiti bez pakovanja ili otpremiti u sopstvenom višekratnom pakovanju?
- ✔ Kada mi više nije potreban, kako da zbrinem ovaj predmet?
- ✔ Da li je napravljen od netoksičnih materijala?
- ✔ Da li ispunjava standarde za očuvanje okoline?
- ✔ Da li se proizvodi lokalno ili daleko?
- ✔ Da li je predmet energetski efikasan?
- ✔ Da li ima dugu garanciju? Kakav mu je očekivani životni ciklus?
- ✔ Da li se može popraviti? Da li su dostupni rezervni delovi i serviseri za popravku? Da li je dizajniran da ne traje dugo?
- ✔ Da li se robna marka fokusira na održivost i ekološke standarde?
- ✔ Da li postoji održiva alternativa?
- ✔ Ako je odgovor na većinu ovih pitanja - ne, možda bi trebalo izbeći kupovinu tog proizvoda.

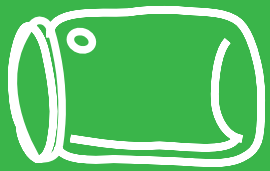
BIBLIOGRAFIJA

- [1] Changing Markets Foundation, 2021. Fossil Fashion - The hidden reliance of fast fashion on fossil fuels. Available at: <https://changingmarkets.org/wp-content/uploads/2021/02/CM-Fossil-Fashion-online-reports-layout.pdf> [Accessed on 21.02.2024, 38 pp.]
- [2] EUROSTAT, 2021. Packaging waste statistics. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Packaging_waste_Statistics. [Accessed on 21.02.2024]
- [3] Geyer, R., Jambeck, J.R. and Law, K.L., 2017. Production, use, and fate of all plastics ever made. *Science advances*, 3(7), DOI: 10.1126/sciadv.1700782.
- [4] Cox, K.D., Covernton, G.A., Davies, H.L., Dower, J.F., Juanes, F. and Dudas, S.E., 2019. Human consumption of microplastics. *Environmental science & technology*, 53(12), pp.7068-7074.
- [5] Isobe, A., Azuma, T., Cordova, M.R., Cózar, A., Galgani, F., Hagita, R., Kanhai, L.D., Imai, K., Iwasaki, S., Kako, S.I. and Kozlovskii, N., 2021. A multilevel dataset of microplastic abundance in the world's upper ocean and the Laurentian Great Lakes. *Microplastics and Nanoplastics*, 1, pp.1-14.
- [6] The World Counts, 2024. Negative environmental impacts of tourism. Available at: <https://www.theworldcounts.com/challenges/consumption/transport-and-tourism/negative-environmental-impacts-of-tourism>. [Accessed on 21.02.2024]
- [7] World Tourism Organization and International Transport Forum, 2019. Transport-related CO2 Emissions of the Tourism Sector – Modelling Results, UNWTO, Madrid, DOI: <https://doi.org/10.18111/9789284416660>.
- [8] WWF, 2022. Food waste. Available at: <https://www.worldwildlife.org/initiatives/food-waste> [Accessed on 21.02.2024]
- [9] UNECE, 2021. Time to reform our food systems. Available at: <https://unece.org/media/news/359818> [Accessed on 21.02.2024]
- [10] FAO, 2023. LEGISLATING TO PREVENT AND REDUCE FOOD LOSS AND WASTE - Legal brief for parliamentarians in Latin America and the Caribbean, no. 10. Available at: <https://www.fao.org/documents/card/en?details=cc0664en> [Accessed on 21.02.2024]
- [11] Del Castillo, F.A., 2022. Community pantries: responding to COVID-19 food insecurity. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 16(6), pp.2213-2213.



Kalendar





Izazov za Januar

Neka putovanje počne!

Nedelja 1 Prati svoj otpad

- Sakupi sav otpad od pakovanja, zatim razvrstaj predmete prema tome da li su za reciklažu, višekratnu upotrebu ili za bacanje. Postavi ciljeve za smanjenje otpada.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Dodaj svoje nepredviđene nedeljne kupovine i posmatraj gde i kako je otpad završio.

Nedelja 2 Mapiraj svoja mesta

- Utvrdi koji se predmeti mogu kupiti u rinfuzi i bez ambalaže, i pokušaj pronaći prodavnicu koja to nudi.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Ako nema opcija bez ambalaže, razgovaraj s lokalnim prodavcima o donošenju vlastitog pakovanja za određene predmete. Kupuj namirnice na pijacama i insistiraj na tome da ti prodavci stavljaju hranu u tvoju torbu, jer će ti inače obično dati plastične kese.

Nedelja 3 Podeli otkrića s drugima

- Napravi mapu bez otpada koristeći online mape i podeli svoja otkrića s drugima. Uključi vrste pakovanja koje trebaš doneti od kuće.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Ne zaboravi dodati koje vrste pakovanja (vreće za voće, staklenke za konzerviranje, kutije za jaja, boce, druge) treba doneti od kuće.

Nedelja 4 Menjaj navike

- Počni malim koracima, sanjaj velike. Planiraj održive promene za naredne mesece i godinu.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Dodaj više stavki na svoju listu za zamenu ili postavi više izazova za naredne mesece.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				



Izazov za februar

Pričajmo o popravljanju!

Korak 1 proceni potrebu

- Postavi sebi pitanje - da li zaista ti treba novi uređaj? Proceni njegov potencijalni vek trajanja i odbaci kulturu jednokratne upotrebe. Daj prednost tajnim vrednostima umesto prolaznim trendovima.

Korak 2 izaberi izdržljivost

- Ako zaključiš da ti proizvod treba, biraj pažljivo! Istraži i proveri recenzije proizvoda na internetu. Ne zaboravi proveriti dostupnost zamenskih delova ili dostupnosti servisa za popravak proizvoda koji te zanima.

Korak 3 razmisli o popravljanju

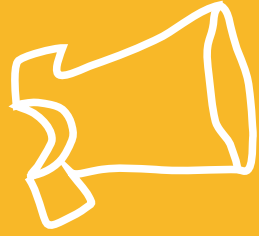
- Pozvati profesionalca ili rizikovati sa samostalnim popravkama?
- Proveri da li oštećene stvari mogu biti popravljene. Potraži profesionalne usluge, online tutorijale, ili se posavetuj sa prijatelji-ma, porodicom i komšijama koji znaju da majstoriju (možda ih poznaješ).

Korak 4 ulaži promišljeno

- Razmisli o tome kako kupovina novih uređaja utiče na okolinu. Savesno proceni potencijalne koristi od kupovine novog uređaja (npr. zbog uštede energije) nasuprot šteti potencijalnog otpada.
- Ako kupuješ novo, izaberi proizvode koji su izdržljivi, mogu se servisirati i imaju visok nivo energetske efikasnosti. Investiranje u takve proizvode je isplativije dugoročno.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	

Izazov za mart



Druga šansa za staru
odeću!

Nedelja 1 Svest o brznoj modi

- Razmisli o svojim trenutnim izborima odeće. Razmotri životni ciklus svojih odevnih predmeta i kako svaki komad doprinosi ekološkim problemima.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Započni jedan širi izazov "Ništa novo u novoj godini", šireći primenu planiranje kupovine izvan odevnih predmeta.

Nedelja 2 Otkrivanje polovne garderobe

- Posveti jedan dan nošenju isključivo odeće iz druge ruke. Poseti lokalne, second hand, prodavnice odeće sa prijateljima umesto redovnih tržnih centara.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Produži praksu organizovanjem dana nošenja polovne odeće sa prijateljima ili kolegama, podržavajući zajedničko opredeljenje ka održivoj modi.

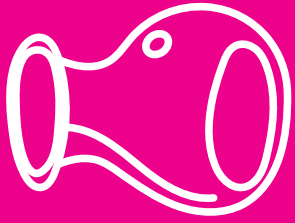
Nedelja 3 Strategija da se ne kupi ništa novo

- Definiši pravila i raznovrsne metode razmene za različite proizvode. Uključi ove strategije u svoj životni stil.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Proširi izazov na svoju zajednicu, подели pravila koja si kreirao/la i pozovi ljude da ti se pridruže.

Nedelja 4 Organizuj ili učestvuj u događaju razmene odeće

- Organizuj ili učestvuj u zabavi zamene odeće. Planiraj događaj, pozovi prijatelje i postavi smernice za uspešnu razmenu.
- Želiš li otići korak dalje u ovom izazovu? Razmotri organizovanje ovih događaja u zajednici - takođe moguće za određene (ranjive) grupe: LGBTQ+ zajednica, izbeglice, preživeli, itd.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				



Izazov za april

Budi kreativan sa onim
što imaš!

Korak 1 Transformiši apciklažom papira

- Zamisli potencijal papira. Zaroni u veštinu papirne apciklaže, bilo da daješ novi život starim knjigama, praviš jedinstvene papirne umetnine ili istražuješ napredne tehnike.

Korak 2 Druge vešte kreacije

- Uzmi nekoliko odbačenih limenki ili praznih kutija za sok - materijala koji često prolazi neprimеčen u tradicionalnim zanatima, pa pretvori limenke u šarmantne saksije za biljke ili napravi stilizovani novčanik od ambalaže za sok.

Korak 3 Poseji seme prenamene

- Uzmi šivaću mašinu i prepriavi stare odevne predmete u trendi dodatke ili funkcionalne predmete. Oslobodi svoju kreativnost sa tkaninom i koncem, i pokaži svoje veštine šivenja tako što ćeš dotrajalim odevnim predmetima dati svež izgled.

Korak 4 Osveži nameštaj

- Oživi svoj životni prostor osvežavanjem nameštaja. Bilo da je u pitanju zaboravljena stolica ili stari sto, daj nameštaju novo lice.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30



Izazov za maj Oslobodi se toksina i otpada!

Nedelja 1 Otkrivanje plastike

- Ispitaj svoje trenutne proizvode za menstruaciju. Proveri materijale koji se koriste u njihovoj proizvodnji i njihov uticaj na prirodu.
- Želiš li otići koraj dalje? Ispitaj održivu alternativu. Isprobaj menstrualnu čašu ili pantalone za mesečnicu koje se mogu ponovo koristiti.

Nedelja 2 Detoksikuj svoju menstruaciju

- Očisti svoju rutinu od jednokratnih menstrualnih proizvoda. Biraj ekološki prihvatljivije alternative.
- Želiš li otići koraj dalje? Podeli svoje iskustvo. Ohrabri bližnje da pređu na održive opcije.

Nedelja 3 O snaži kroz obrazovanje

- Saznaj o ekološkim i zdravstvenim uticajima mejnstrim menstrualnih proizvoda.
- Želiš li otići koraj dalje? Edukuj druge. Započni razgovore sa širom publikom kako bi se razbile predrasude koje prate menstruaciju.

Nedelja 4 Budućnost zelenijih ciklusa

- Ispitaniraj menstruaciju bez plastike. Obaveži se na korišćenje proizvoda koji se mogu ponovo koristiti i/li kompostirati.
- Želiš li otići koraj dalje? Pronađi, isprobaj i promoviši lokalne proizvođače ekoloških higijenskih uložaka.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				

Izazov za

jun

Reci ne jednokratnom
pakovanju!



Korak 1 Nosi višekratnu šolju za kafu

- Raspitaj se da li u tvom omiljenom kafiću možeš doneti svoju bocu ili šolju umesto korištenja pairnih i plastičnih pakovanja kafe za ponedjeljak, pa uživaj u omiljenom piću dok sitnim gestovima podržavaš zeleniju budućnost.

Korak 2 Izaberi omiljenu bocu za vodu

- Ne samo da smanjuješ otpad od plastike i pomažeš u zaštiti okeana i divljih životinja, već će tvoje piće ostati osvežavajuće satima čak i tokom leta!

Korak 3 Ponesi sopstvene tegle i kutije u kupovinu

- Prati naš Zero Waste izazov za januar i počni da nosiš svoje kontejnere kada ideš u kupovinu.

Korak 4 Iskoristi pakovanje za čuvanje stvari

- Koristi staklene tegle za čuvanje sosova, džemova ili čak ostataka hrane. Ko se ne seća kako su naši stari čuvali pribor za šivenje u limenim kutijama za keks?

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30



Izazov za jul

Bez plastike je bolje!

Korak 1 Odbaci jednokratne flaše za vodu

- Investiraj u višekratnu upotrebljivu bocu za vodu. Biraj napitke u staklenim ili aluminijumskim pakovanjima.

Korak 2 Preskoči plastičnu slamku ili izaberi metalnu

- Kada naručuješ piće, naglasi da ti ne treba slamka. Ako pak zaista uživaš u pijuckanju kroz slamčicu, kupi sopstvene od nerđajućeg čelika i počni ih nositi sa sobom.

Korak 3 Ponesi sopstvene kutije za poneti

- Ponesi svoje kutije kada naručuješ hranu za poneti. Podrži lokalne biznise koji koriste ekološke prakse i ambalaže.

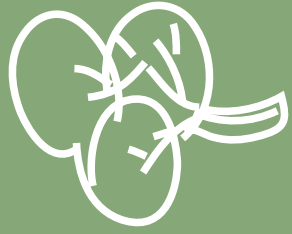
Korak 4 Učestvuj u međunarodnom danu bez plastičnih kesa

- Zauzmi stav protiv plastičnih kesa 3. jula. Reci ne jednokratnim plastičnim kesama i širi svest.

Korak 5 Unapredi svoje veštine razvrstavanja otpada na Evropskoj dan recikliranja

- Iskoristi 17. jul da se podsetiš odgovorne reciklaže. Informiši se o lokalnim praksama i mogućnostima reciklaže, te pomozi drugima da čine isto.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				



Izazov za

avgust

Uključite se u čišćenje
planete!

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				

Korak 1 Održivo putovanje

→ Pre nego što kreneš na put istraži koje su mogućnosti transport. Uvek daj prednost putovanju vozom ili autobusom, pošto te podsećamo da je letenje najgora opcija kada je reč o emisijama staklenih gasova. Ako planiraš da putuješ sopstvenim prevozom, pokušaj da ne ideš na put sam, već da povedeš najmanje dva saputnika. Neka mogućnost održivog putovanja postane makar jedan od kriterijuma za tvoj godišnji odmor - možda te iznenadi lepota i prednosti lokalnog turizma, Ne zaboravi da поделиš svoja iskustva održivog putovanja sa drugima.

Korak 2 Zero-waste putni izazov

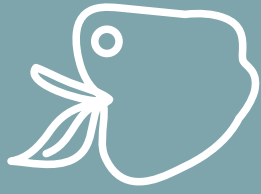
→ Razmisli šta ti je sve potrebno da na odmoru izbegneš nepotrebno stvaranje otpada. Ponesi sa sobom boce za vodu koje ćeš iznova koristiti, a za kupovinu imaj platnene vreće, i druge stvari koje ti omogućavaju da izbegneš kupovinu jendokratne ambalaže. Nakon putovanja, razmisli šta ti je možda falilo, i dodaj sebi neki podsetnik za pripremu pred sledeće putovanje.

Korak 3 Biraj lokalno

→ Kada stigneš na određite upoznaj se sa lokalnom kulturom i običajima. Daj prednost mestima koja poslužuju lokalno proizvedenu hranu, koristi javni prevoz, kupuj autentične suvenire... Razgovaraj sa lokalnim stanovništvom za najbolje savete i mesta koja možeš da posetiš.

Korak 4 Učestvovanje u akcijama čišćenja

→ Kada se vratiš kući, potraži lokalnu grupu koja organizuje akcije čišćenja ili razmisli o tome da sam/a pokreneš jednu. Dokumentuj proces čišćenja, uključujući fotografije pre i posle, te ih подели na društvenim mrežama.



Izazov za

septembar

Spreči bacanje hrane!

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

Korak 1 Svesna kupovina

- Pridržavaj se svog spiska kako bi izbegao/la impulsivne kupovine. Pismenost o deklaracijama: Pročitaj deklaracije pre nego što kupiš hranu i razumi razliku između "Upotrebiti do" i "Najbolje do."

Korak 2 Planiranje porcija i obroka

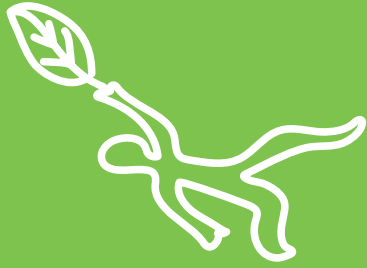
- Organizovan frižider: Redovno čisti i organizuj svoj frižider, podešavajući temperaturu na manje od 5 stepeni Celzijusa.
- Kontrola porcija: Meri veličinu porcija po osobi kako bi smanjio-/la ostatak hrane.

Korak 3 Kultura deljenja obroka

- Kreativno kuvanje: Iskoristi ostatke hrane kako bi pripremio/la nove obroke, sprečavajući ih da završe u smeću.
- Deljenje obroka: Podeli višak hrane sa gostima ili komšijama da se ništa ne baci.

Korak 4 Doprinos zajednici

- Pridruži se pokretu: Učestvuj u inicijativama poput kuhinja solidarnosti ili "Food Not Bombs", koji prikupljaju odbačenu hranu radi deljenja besplatnih obroka u znak protesta protiv društvenih problema.
- Zajednički ostaci: Kreiraj zajedničke ostave kao doprinos lokalnoj zajednici koji će smanjiti količinu bačene hrane.



Izazov za oktobar

Dobar provod bez
otpada!

Korak 1 Planiranje bez otpada

- Izazov: Razmisli o logistici događaja kako bi smanjio/smanjila otpad.
- Unapređeni izazov: Dodeli odgovornosti za kupovinu, postavljanje i čišćenje.

Korak 2 Održiva hrana

- Izazov: Koristi lokalno nabavljene grickalice i obroke bez otpada.
- Unapređeni izazov: Podstiči učesnike da ponesu svoje čaše i boce.

Korak 3 Upravljanje otpadom

- Izazov: Postavi odvojene tačke za prikupljanje smeća sa odgovarajućim oznakama.
- Unapređeni izazov: Istraži i planiraj opcije za doniranje hrane nakon događaja.

Korak 4 Ekološki prihvatljiva higijena i mobilnost

- Izazov: Odaberi ekološki prihvatljivije toaletne potrepštine i sredstva za čišćenje.
- Unapređeni izazov: Podstiči javni prevoz, vožnju bicikla i zajedničko putovanje radi pristupa događaju.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				



Izazov za novembar

Sam/a nauči da
popraviš!

Korak 1 Izazov brušenja vještina popravljanja

- Pronađi predmete koje je potrebno popraviti (npr. čarapa s rupom na peti ili fen za koju koji se pregreva). Zatim na internetu pokušaj pronaći uputstva za popravku. Ako smatraš da ti gali vještina, potraži lokalne inicijative za popravke i potencijalne radionice ili događaje na kojima možeš videti i naučiti kako se to zapravo radi.

Korak 2 Izazov pronalazačenja edukativnih resursa na internetu

- Detaljnije istraži tehnike popravka i videozapise kojima ćeš proširiti svoje vještine. Provjeri sa prijateljima i komšijama da li možda imaju predmete kojima je potrebna popravka.

Korak 3 Izazov učestvovanja u kursevima za razvoj veština

- Potraži lokalne radionice i grupe sa fokusom na razvoj određene vještine koje uključuju i popravljanje materijala - poput šivenja, rada sa drvetom ili elektronikom.

Korak 4 Organizuj jedan "Nauči da popraviš" događaj

- Proveri da li ima događaja vezanih za popravku u tvom kraju. Ako si u mogućnosti, razmisli o povezivanju s drugima i pokušaj da ih organizuješ. Deli svoje vještine i podstiči druge osobe da ih nauče.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30



Izazov za decembar

Razmišljaj zeleno,
kupuj održivo!

Korak 1 Proceni svoje navike potrošnje

- Razmisli o naučenim lekcijama o ponovnoj upotrebi, popravci i prevenciji otpada. Postavi pitanje potrebe za novim kupovinama u kulturi vođenoj potrošačkim navikama. Razmisli o ispitivanju navika poput izbegavanja jednokratnih proizvoda i upotrebe prekomernog pakovanja.

Korak 2 Osveštaj kupovne navike

- Prioritet daj održivim praksama poput upotrebe višekratnih kontejnera. Razmotri zamenu, pozajmljivanje ili popravku predmeta. Ostani informisan o praksama brendova i njihovom uticaju na životnu sredinu.

Korak 3 Pravo na popravku

- Istraži koncept planiranog zastarevanja. Razumij pokret "Pravo na popravku". Zagovaraj proizvode dizajnirane da traju dugo sa mogućnošću popravke.

Korak 4 Zapitaj se pre kupovine

- Postavi suštinska pitanja poput - Da li mi je ovo potrebno? Mogu li dobiti višekratni ili polovni predmet umesto toga? Mogu li pozajmiti umesto kupovine?
- Razmotri ekološki uticaj, energetske karakteristike i mogućnost popravke prilikom istraživanja održivih alternativa i praktikovanja svesne potrošnje.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31				

This publication was produced with the financial support of the European Commission as part of the KA 2 Erasmus+ adult education program and project "Towards communities of Reuse practices". It reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by
the European Union