



14. tipů pro zerowaste nadšence i začátečníky

#ARPOKzerowastevyzva

1. Uspořádejte SWAP

Swapování je výměna zachovalého oblečení, knih, potřeb do domácnosti, šperků apod. Barva trička se vám už nelíbí? Daná velikost kalhot vám nesedí? Někomu může právě tento kousek přijít jako perfektní! A co s kousky, které nikomu nepadnou? My jsme je odnesly do charity, ať poslouží někomu dalšímu.

2. Nachystejte zerowaste svačinu na poradu

Nachystejte pro své kolegy zerowaste občerstvení na poradu nebo uspořádejte se svými přáteli “swap party” a spojte ji se zdravou svačinkou. Popcorn z bezobalového obchodu, kokosové chipsy, domácí cizrnový hummus s mrkví nebo ovesné sušenky je určitě potěší.

3. Uklízejte octem, citrusy a sodou

Třídění odpadu je pro nás na denním pořádku a v rámci naší zerowaste výzvy jsme se proto rozhodly vyměnit i klasické čisticí prostředky za přírodní a hlavně bezobalové alternativy. Nejjednodušší variantou je ocet, který čistí nečistoty, dezinfikuje, leští a také neutralizuje pachy. Smíchejte ocet s vodou a pár kapkami esenciálního oleje nebo citrusy a máte univerzální čistič.

4. Nakupujte kávu do vlastní sklenice

Zajděte si pro čerstvě mletou kávu do vlastní sklenice! V některých lokálních pražírkách obdržíte jako bonus při nákupu do vlastní nádoby například 15% slevu.

5. Jezděte do práce na kole

Náš tip zní: raději než autem jezděte do práce na kole, a to hlavně dokud je venku krásně a počasí to dovolí. Uděláte něco nejen pro životní prostředí, ale také pro své zdraví.

6. Používejte znovu použitelné pytlíky na nakupování

Igelitové sáčky patří k nejhůře recyklovatelným obalům. Věděli jste, že každý z nás ročně spotřebuje přibližně přes čtyři stovky jednorázových plastových sáčků? Poříďte si raději záclonové nebo látkové pytlíky, které můžete používat opakovaně.

7. Připravujte si čaj z vlastních bylinek



U nás v kanceláři jsme milovníci kávy, ale s příchodem podzimu si připravujeme čím dál víc i čaje. A proto si pečlivě po celé léto sbíráme bylinky, abychom si mohli v kanceláři uvařit skvělý čaj.

8. Nakupujte ekologické čisticí prostředky do vlastních nádob

Jak jednoduše omezit užívání plastů a tvorbu nadbytečného odpadu ve vaší domácnosti nebo kanceláři? Nakupujte ekologické čisticí prostředky do vlastní nádoby.

9. Kompostujte bio odpad

Kompostujete? My jsme třídění odpadu v kanceláři pozvedli o level výš. Máme nádobu na bio odpad, který si naše kolegyně Áďa pravidelně odnáší na zahrádku.

10. Nakupujte mléko ve sklenici

Pokud po ránu potřebujete kofein (stejně tak jako my) a pijete kávu s mlékem, tak doporučujeme zajít do mlékomatu a nebo alespoň kupovat mléko ve skle.

11. Používejte bavlněné odličovací tampónky

Věděli jste, že kosmetické potřeby jsou jedním z největších znečišťovatelů oceánů? Naše ředitelka Lenka má doma kromě pytlíků na nakupování také pratelné odličovací tamponky! Skvělý nápad, že?

12. Vyměňte plastový kartáček za bambusový

Pokud se snažíte být zerowaste, tedy bez odpadu, bambusový zubní kartáček by vám doma rozhodně neměl chybět. Ulevíte přírodě od plastového odpadu, protože bambusový zubní kartáček je 100% rozložitelný.

13. Používejte látkové kapesníky

Co se ekologické stopy týče, tak je lepší používat textilní kapesníky, a to i přesto, že bavlna, ze které jsou látkové kapesníky zpravidla vyráběny, je plodina náročná na vodu. Hlavní výhodou textilního kapesníku je totiž jeho životnost a možnost opakovaného využití.

14. Pěstujte bylinky na ochucení vody a pokrmů

Bylinky nemusíte pouze sušit a čekat až přijde chladný podzim, abyste si z nich uvařili čaj. Chuťově skvělé a i zdraví prospěšné je přidávat čerstvé bylinky do pokrmů a pití.