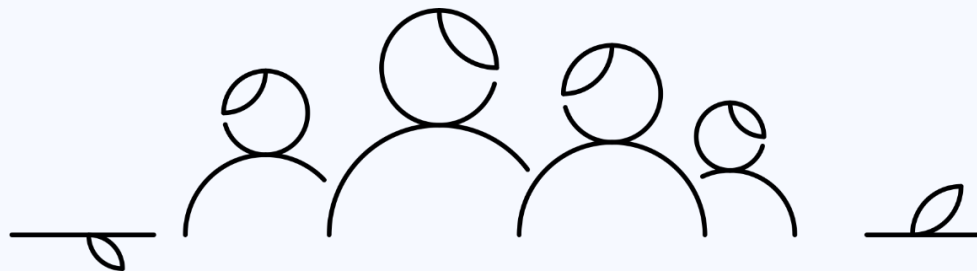


greenACT

D.G.T. ASSOCIATION

Projekto numeris: 2020-3-RO01-KA205-094853

- ŽALIASIS GYVENIMAS- PRISITAIKYMAS PRIE EKOLOGIŠKO GYVENIMO BŪDO



VADOVAS JAUNIEMS ŽMONĖMS

Šis projektas finansuojamas remiant Europos Komisijai. Šis leidinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame pateiktos informacijos naudojimą.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

TEMOS

1. Sveiko maisto vartojimas
2. Kompostavimas ir jo privalumai
3. Žalioji tarptautinis vystomasis bendradarbiavimas
4. Sąmoningas pirkimas
5. Žalieji transporto būdai
6. Gerosios veiklos pavyzdžiai



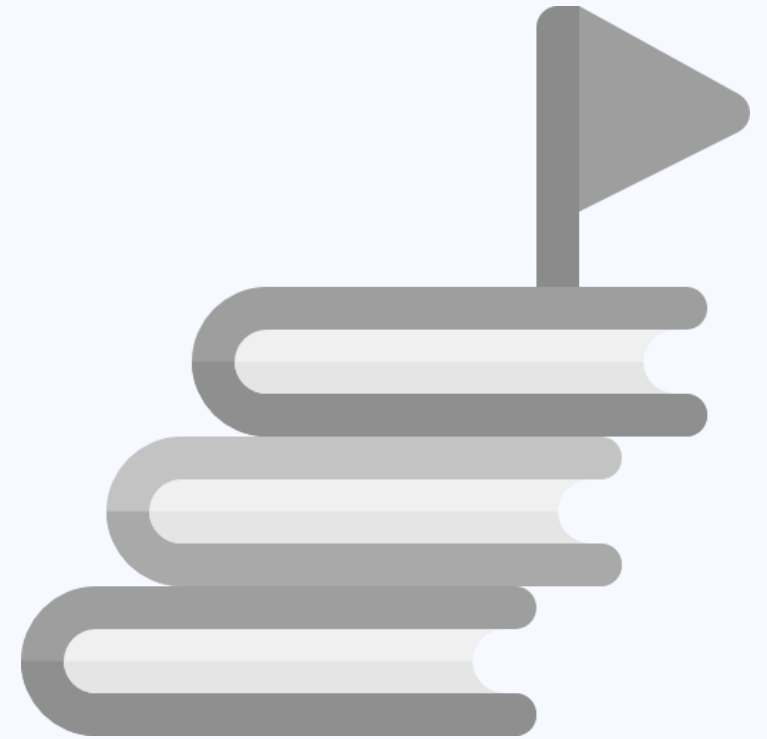
TRUMPAS APRAŠYMAS










Šio modulio tikslas – naudojantis pamokų planais, didinti jaunuolių sąmoningumą aplinkosaugos klausimais. Šiuose planuose daugiausia dėmesio skiriama sritims, kuriose žmonės gali įgyvendinti pokyčius ir prisitaikyti prie ekologiškesnio gyvenimo būdo, nesutrikdant savo gyvenimo kokybės. Pačiame modulyje taip pat gausu pavyzdžių ir įvairių metodų aprašymų, kaip žmonės savo gyvenimo būdu gali būti draugiškesni aplinkai.

MOKYMOSI TIKSLAI

1. Apibūdinti kompostavimo metodą naudojant reikiamus įrankius ir kaip jį būtų galima panaudoti ar pritaikyti kiekvienam gyvenimo būdui.
2. Plėtoti tam tikras idėjas ir elgesio tipus, siekiant ir toliau įsigyti sveiko maisto.
3. Žinoti skirtingus būdus, kuriais galima vadovautis siekiant praktikuoti ekologiškesnį gyvenimo būdą.
4. Suprasti kaip išsirinkti geriausią variantą sau ir pirkti protingai.
5. Gebėti pripažinti įvairių transporto būdų poreikį ir svarbą bei pasirinkti geriausią tiek sau, tiek aplinkai.
6. Siūlyti žinias apie jau esančias gerąsias praktikas, susijusias su ekologiškesniu gyvenimo būdu.



PAGRINDINIAI SIMBOLIAI

Simboliai	Paiškinimas
	Apibrėžimas
	Atvejo analizė
	Papildoma medžiaga
	Patarimas
	Užduotis
	Priminimas
	Vaizdo įrašas

1. SVEIKO MAISTO VARTOJIMAS



Sveikas maistas = maistas, aprūpinantis visomis maistinėmis medžiagomis, reikalingomis kūno palaikymui, jo gerovei ir energijos išsaugojimui. Pagrindinės maistinės medžiagos, kurių reikia kiekvienam organizmui, yra vanduo, angliavandeniai, riebalai, baltymai, vitaminai ir mineralai, kurie užtikrina gerą sveiką ir subalansuotą mitybą.

Įvairus maistas ir jo funkcijos:

- **Vaisiai ir uogos:** saldūs ir maistingi, jie yra pagrindinis sveikos mitybos elementas. Nuo mažens žmonės skatinami vartoti kuo daugiau vaisių.
- **Kiaušiniai:** vienas maistingiausių maisto produktų pasaulyje.
- **Mėsa:** liesa ir neperdirbta mėsa gali būti įtraukta į sveiką mitybą.
- **Riešutai ir sėklos:** nors juose yra daug riebalų ir kalorijų, jie gali padėti numesti svorį.
- **Daržovės:** vienas iš labiausiai koncentruotų maistinių medžiagų šaltinių.

1. Maisto vartojimas – politika nacionaliniu ir tarptautiniu lygiu

Žalioji kursas sukurtas remiantis „Iš ūkio į lėkštę“ strategija. Jame dar kartą patvirtinami nenutraukiami ryšiai tarp sveikų asmenų, sveikos visuomenės ir sveikos aplinkos, taip pat sprendžiami tvarių maisto sistemų sunkumai.

Pagal Strategiją, yra keturios pagrindinės tvarių maisto sistemų sąlygos: užtikrinti, kad visa maisto tiekimo grandinė – įskaitant maisto gamybą, paskirstymą, rinkodarą ir vartojimą – turėtų neutralų arba palankų poveikį aplinkai;

1. Maisto vartojimas – politika nacionaliniu ir tarptautiniu lygiu

Remiantis strategijos ir „**Tvaraus vystymosi tikslais**“ (TVT), skelbiama, kad ES skatins visame pasaulyje pereiti prie tvaraus žemės ūkio ir tvarių maisto produktų gamybos sistemų. ES didins bendradarbiavimą, ypač siekdama sustiprinti jau egzistuojančius ryšius.

Didindama maisto sistemų atsparumą ir mažindama maisto švaistymą, ES stiprins bendradarbiavimą, visų pirma skatindama sveiką mitybą ir mažindama maisto nepriteklių. Bendradarbiaujama šiose srityse: maisto tyrimai ir inovacijos, daugiausia dėmesio skiriant prisitaikymui prie klimato kaitos ir jos švelninimui; agroekologijai; darniam kraštovaizdžio ir žemės valdymui; biologinės įvairovės išsaugojimui ir tvariam naudojimui; įtraukėjai ir sąžiningai prekybos grandinei; mitybai ir sveikai mitybai; maisto krizių prevencijai ir atsakui į jas, ypač pažeidžiamomis aplinkybėmis; atsparumui ir pasirengimui rizikai; integruotam kenkėjų valdymui; augalų ir gyvūnų sveikatai.



Ar žinojote?

Dalyviai bus suskirstyti į 3-4 grupes, priklausomai nuo dalyvių skaičiaus. Jiems bus duota užduotis rasti sveiko maisto vartojimo idėjų. Kiekviena grupė pristatys savo idėją ir turės apginti savo nuomonę, bandydama įtikinti kitų grupių narius prisijungti prie jų grupės. Laimi daugiausiai žmonių turinti grupė.

Reikalingas laikas:

- 10 minučių idėjai sugalvoti ir kaip ją pristatyti
- 15 minučių pristatymui
- 5 minutės išrinkti nugalėtojui

Priminimas:



Sveikas maistas yra teisė, kurią turėtų turėti ir ja naudotis kiekvienas.. ES ir tarptautiniu lygiu buvo priimti įvairūs teisės aktai, politika ir pakeitimai. Svarbu išlaikyti sveiką protą ir sveiką kūną, o mityba yra lengviausias būdas ne tik išlaikyti kokybišką gyvenimo būdą, bet ir tausoti aplinką.



Kaip susikurti sveiką patiekalą - https://www.youtube.com/watch?v=Gmh_xMMJ2Pw



Klausimai apibendrinimui:

1. Ką darėte?
2. Kokių sveiko maisto rūšių radote?
3. Kaip dirbote komandoje? Ar turėjote strategiją? Kokią?
4. Kaip jautėtės atlikdami šią veiklą?
5. Ko išmokote?

2. KOMPOSTAVIMAS IR JO NAUDA



Kompostas yra ingredientų mišinys, naudojamas augalams tręšti ir fiziniams, cheminėms ir biologinėms dirvožemio savybėms pagerinti. Paprastai jis gaminamas skaidant augalines medžiagas, maisto atliekas, perdirbant organines medžiagas ir mėšlą. Gautame mišinyje yra didelė maistinių medžiagų augalams koncentracija, taip pat naudingų organizmų, tokių kaip bakterijos, pirmuonys, nematodai ir grybai. Kompostas pagerina dirvožemio derlingumą ir sumažina priklausomybę nuo komercinių cheminių trąšų soduose, kraštovaizdžio kūrime, sodininkystėje, miesto žemės ūkyje ir ekologinėje žemdirbystėje. Komposto nauda yra maistinių medžiagų tiekimas pasėliams kaip trąša, dirvožemio gerinimo priemonė, humuso ar humino rūgšties kiekio dirvožemyje padidėjimas ir naudingų mikrobų padidėjimas, kurie padeda slopinti patogenus dirvožemyje ir taip sumažinti dirvožemio ligas.

2. KOMPOSTAVIMAS IR JO NAUDA



Kompostavimas iš esmės reiškia „žaliojo“ (žaliųjų atliekų) ir „rudojo“ (rudųjų atliekų) mišinio surinkimą. Žalumynai yra azoto turtingos medžiagos, tokios kaip lapai, žolė ir maisto likučiai. Rudos spalvos yra daug anglies turinčios medienos medžiagos, tokios kaip stiebeliai, popierius ir medžio drožlės. Medžiagos per kelis mėnesius suyra į humusą. Kompostavimas yra atidžiai stebimas, kelių etapų procesas, kuriam reikalingas tikslus vandens, oro ir anglies bei azoto turinčių medžiagų kiekis. Skilimo procesui padeda augalinių medžiagų smulkinimas, vandens pridėjimas ir tinkamos aeracijos užtikrinimas, reguliariai vartant mišinį ir naudojant atviras krūvas arba taip vadinamas „pradalges“. Grybai, sliekai ir kiti skaidytojai dar labiau ardo organines medžiagas. Cheminį procesą atlieka aerobinės bakterijos ir grybai, kurie pradines medžiagas paverčia šiluma, anglies dioksidu ir amoniu.

Kompostavimas – tai kietųjų organinių atliekų aerobinio skaidymo būdas. Dėl to jis geba perdirbti organines medžiagas. Kompostas gaminamas, kai biologinės medžiagos irstant virsta į substanciją, panašią į humusą, kuri yra gera trąša augalams. Kad kompostuojantys organizmai tinkamai veiktų, jiems reikia keturių vienodai svarbių ingredientų:

- Anglis reikalinga energijai gaminti; mikrobinė anglies oksidacija sukuria šilumą, reikalingą kitoms kompostavimo proceso dalims. Daug anglies junginių turinčios medžiagos paprastai būna rudos ir sausos.
- Azotas reikalingas tam, kad vystytųsi ir daugintųsi daugiau organizmų, kurie reikalingi anglies oksidacijai. Daug azoto turinčios medžiagos paprastai yra žalios ir šlapios. Jos taip pat gali būti ryškiaspalviai vaisiai ir daržovės.
- Skilimo procesui reikalingas deguonis, kuris oksiduoja anglį. Aerobinėms bakterijoms kompostavimo procesams atlikti reikalingas didesnis nei 5% deguonies kiekis.
- Vanduo reikalingas pakankamais kiekiais, kad būtų išlaikytas proceso tęstinumas nesukeliant anaerobinių sąlygų.

Kompostavimo namuose privalumai:

- Kompostavimas yra puikus būdas perdirbti organines atliekas namuose. Maisto likučiai ir sodo atliekos sudaro daugiau nei ketvirtadalį visų atliekų. Maisto atliekos ne tik kenkia aplinkai, bet ir yra brangios perdirbti.
- Kompostas yra svarbi priemonė didinant didelio masto žemės ūkio sistemas. Komposte yra trys būtinos maistinės medžiagos, kurių reikia sodo augalams: azotas, fosforas ir kalis. Jame taip pat yra nedidelis kiekis kitų svarbių elementų, tokių kaip kalcis, magnis, geležis ir cinkas. Kompostavimas yra ekologiška alternatyva sintetinėms trąšoms, kuriose yra kenksmingų cheminių medžiagų. Tyrimais įrodyta, kad kompostas pagerina dirvožemio gebėjimą sulaikyti vandenį, padidina produktyvumą ir atsparumą. Jis taip pat gali būti naudojamas mažesnėse vietose, pavyzdžiui, privačiame ar mažame sode.
- Rūpindamiesi maisto atliekomis, žmonės geriau žino, ką vartoja ir ko jiems reikia. Taigi, kompostuodami žmonės gali nustatyti savo asmeninį atliekų šaltinį ir stengtis jį sumažinti taip, kad sumažėtų ir paties komposto. Kompostavimas yra puiki priemonė išmokti patenkinti savo poreikius ir nenaudoti per daug.

Kopostavimo rūšys:

- **Šaltasis** kompostavimas organines medžiagas skaido lėtai, tačiau jam reikia mažiausiai pastangų ir priežiūros. AViskas, kas organiška, galiausiai suyra; šaltas kompostavimas iš esmės yra leidimas gamtai atlikti savo darbą su minimaliu jūsų įsikišimu. Jums nereikia jaudintis dėl komposto sudedamųjų dalių santykio, aeracijos ar drėgmės lygio. Jei turite mažai organinių atliekų, kurias norite kompostuoti, neturite daug laiko jas tvarkyti ir neskubate paruošti gatavo komposto, šaltasis kompostavimas yra geriausias pasirinkimas. Tačiau, priklausomai nuo naudojamo šalto metodo, tinkamam kompostui pagaminti gali prireikti nuo vienerių iki dvejų metų.
- **Karštasis kompostavimas** ra greitesnis, bet labiau kontroliuojamas kompostavimo būdas. Šis metodas reikalauja kruopštaus dėmesio, kad skaidant organines atliekas būtų išlaikytas optimalus anglies ir azoto santykis. Taip pat reikalinga tinkama oro ir vandens pusiausvyra, kad pritrauktų deguonimi turtingoje aplinkoje klestinčius organizmus. Idealiomis sąlygomis paruošti galutinį komposto produktą gali prireikti nuo keturių savaičių iki metų. Tinkamai tvarkoma aukšta krūvos temperatūra sunaikins daugumą piktžolių, augalų ligų, pesticidų ir herbicidų, taip pat visas vabzdžių lervas ar kiaušinius.

Kaip kompostuoti - žingsniai:

- Nuspręskite, kaip rinksite ir kaupsite rudasias atliekas ir žalumynus. Surinkite ir laikykite vaisių ir daržovių likučius uždarame inde ant virtuvės spintelės, po kriaukle, šaldytuve ar net šaldiklyje. Raskite vietą lauke, kurioje būtų nuolat kaupiami lapai, šakelės ar kitos daug anglies turinčios medžiagos, priskiriamos prie rudųjų atspalvių (kurie bus sumaišyti su maisto likučiais).
- Pasirinkite vietą komposto krūvai ir pastatykite arba įsigykite dėžę. Komposto krūvai savo kieme pasirinkite vietą, kuri būtų prieinama ištisus metus ir kurioje būtų geras drenažas. Nestatykite jos prie pat tvoros ir įsitikinkite, kad šalia yra vandens šaltinis. Tiek saulėje, tiek pavėsyje jūsų komposto krūva suirs. Tada pasirinkite dėžės tipą, tinkamą jūsų krūvai. Dėžės gali būti pagamintos iš įvairių medžiagų, įskaitant vielą, medieną ir pelenų blokus. Jos taip pat gali būti uždarios ar su statinėmis ir stiklinėmis.
- Paruoškite kompostuojamus ingredientus. Pabandykite susmulkinti ir sukapti rudasias ir žaliąsias atliekas į mažesnius gabalėlius, prieš dėdami juos į krūvą (pvz., kukurūzų burbuoles, brokolių stiebus ir kitus kietus maisto likučius). Tai padės šioms atliekoms greičiau susiskaidyti krūvoje.

- Kaip pasidaryti komposto krūvą. Pradėkite nuo dešimties iki penkiolikos centimetrų sluoksnio, sudaryto iš stambių rudų atspalvių, pavyzdžiui, šakelių ir medžio drožlių. Šis sluoksnis sugers skysčių perteklių, pakels jūsų krūvą ir leis krūvos pagrinde cirkuliuoti orui. Tada, kaip ir gaminant lazaniją, sluoksniuokite žaliąsias ir rudąsias atliekas. Jei reikia, sudrėkinkite krūvą trupučiu vandens. Tinkamos sudedamųjų dalių proporcijos jūsų komposto krūvoje suteiks pakankamai anglies, azoto, deguonies ir drėgmės, kurių reikia kompostuojantiems mikroorganizmams ir kad atliekos būtų suskaidytos į gatavą kompostą.
- Prižiūrėkite savo komposto krūvą. Kai komposto krūvoje esančios medžiagos suyra, krūvos temperatūra iš pradžių pakyla, ypač jos centre. Gerai prižiūrimas kiemo kompostas gali įkaisti nuo 50° iki 70° C. Aukšta temperatūra padeda sumažinti ligų sukėlėjus ir piktžolių sėklas. Reguliarus krūvos vartymas ir maišymas padės pagreitinti irimo procesą ir jį „vėdinti“. Suverskite krūvos išorę į vidų šakėmis.
- Surinkite baigtą kompostą. Leiskite komposto krūvai nusistovėti arba baigti irti mažiausiai keturias savaites po to, kai sumaišius ji nustos kaisti ir neliks matomų maisto likučių. Galite atskirti seniausią kompostą krūvos apačioje, kad nustotų bręsti, arba į krūvą nebedėti atliekų. Subrendus kompostui jūsų krūva susitrauks maždaug trečdaliu.

- Kai nustatysite, kad jūsų kompostas yra subrendęs, pateikiame keletą jo naudojimo būdų:
- Gali būti naudojamas augalų apšildymui.
- Sumaišykite jį su dirvožemiu vazonėliuose.
- Dėkite jo į daržovių lysves.
- Paskleiskite ant vejų.
- Dėkite jo į gėlių lysves.
- Tręškite juo savo kambarinius augalus.
- Jo reikėtų įberti į dirvą aplink vaismedžius.



Ar žinote kaip tai daryti?

Ši veikla bus atliekama individualiai. Kiekvienas dalyvis turės savo priemones ir išmoks kompostuoti. Pirmiausia į stiklainį bus pilamas dirvožemis, po to dedami laikraščiai ir maisto likučiai, užpilti sodo atliekomis. Šis procesas kartojamas, kol stiklainis bus beveik pilnas. Po to į stiklainį įpilama vandens ir ant jo užrašomas dalyvio vardas. Visi stiklainiai bus pastatyti saulėtoje vietoje ir kas dvi savaites bus tikrinamas komposto lygis, kuris bus pažymimas žymekliu ant stiklainio.

Priemonės:

- Skaidrus stiklainis plačiu kakleliu
- Organinės kiemo atliekos (pvz., nukritę lapai, nupjauta žolė ir žemė)
- Seni laikraščiai
- Vaisių ir daržovių žievelės, šerdys ir kiti likučiai iš virtuvės
- 1 puodelis lietaus vandens
- Permanentinis žymeklis

Reikalingas laikas:

- 40 minučių pasiruošimui



Galimi klausimai apibendrinimui:

1. Koks kompostavimo būdas jums atrodo įdomiausias?
2. Kuris būdas ar proceso dalis atrodo sunkiausias?
3. Ar manote, kad galėtumėte pradėti gaminti kompostą savarankiškai, ar svarstytumėte galimybę tai daryti?
4. Ko išmokote iš šios veiklos?

3. ŽALIASIS TARPTAUTINIS VYSTOMASIS BENDRADARBIAVIMAS

Trumpiau tariant, žaliasis bendradarbiavimas, kuriamas siekiant skatinti dvišalį bendradarbiavimą ekologinio efektyvumo srityje. Bendros veiklos, susijusios su gamtos išteklių, įskaitant požeminį vandenį ir naudingąsias iškasenas, valdymas konkrečiose teritorijose, želdynuose ir pan.

Danija „**Visapusišką strateginę partnerystę**” su Kinija pasirašė 2008 m. Partnerystė teikia bendradarbiavimo pagrindą ir daugiausia dėmesio skiria sritims, kuriose Kinija ir Danija sutinka stiprinti bendradarbiavimą. Kinija ir Danija sukūrė bendradarbiavimo darbo programą (Kinijos ir Danijos jungtinė darbo programa 2017–2020 m.), siekdamos toliau tobulinti partnerystę. Šiuo metu rengiamas antrasis bendradarbiavimo programos etapas, kuris tęsiasi 2021–2024 m. Pagrindinis dėmesys bus skiriamas dvišaliam bendradarbiavimui, įgyvendinant JT pasaulinius tvaraus vystymosi tikslus. Tikimasi, kad tvari ekologiška transformacija visose pramonės šakose bus pagrindinė šios partnerystės sritis.

Šių gairių su investicijomis susiję aspektai labai atitinka **devynis Tarptautinės žaliosios plėtros koalicijos „Belt and Road Initiative“ (BRIGC) ir „Žaliosios plėtros gairės dėl BRI projektų“ (Belt and Road Initiative)**, kurios buvo paskelbtos 2020 m. gruodį ir kurias remia Kinijos ekologijos ir aplinkos ministerija. Gairės buvo paskelbtos praėjus vos kelioms savaitėms po to, kai G7 paskelbė apie iniciatyvą „Build Back Better World“ (B3W, liet. „atstatykime geresnį pasaulį“) pradžią, kurios pagrindinis dėmesys skiriamas tvariam vystymuisi, ir praėjus vos kelioms savaitėms po to, kai 29 BRI šalys paskelbė apie „Žaliosios BRI partnerystės“ iniciatyvą, kurioje akcentuojamas BRIGC darbas ir Žaliųjų investicijų principai (GIP).



Darnaus vystymosi pavyzdžiai - https://youtu.be/bD-zH_4RbyM



1. Mokomasis vizitas

Dalyviai bus dalyvaus pažintiniame vizite vienoje kompetentingoje institucijoje, kuri dirba su bendraisiais aplinkosaugos teisės aktais. Jiems bus parodomi šios institucijos užkulisiai - kaip atrodo teisėkūros procesas ir paaiškinama, kaip parašyti įstatymą.



2. Ar mes taip pat galime tai padaryti?

Po pažintinio vizito dalyviai bus suskirstyti į 5 grupes. Kiekviena grupė bandys parašyti teisės akto pasiūlymą remdamiesi žiniomis, gautomis pažintiniame vizite. Pabaigoje kiekviena grupė pateiks savo pasiūlymus, o kitos balsuos, ar jam pritaria, ar ne.

Reikalingas laikas:

- -30 minučių trumpai aprašyti pasiūlymą
- -15 minučių greitai jį pristatyti



Galimi klausimai apibendrinimui:

1. Kaip jautėtės šios veiklos metu?
2. Ko išmokote?
3. Kuris iš matytų/apartų veiksmų jums atrodo įmanomas?

4. SĄMONINGAS PIRKIMAS



Vartotojiškumas = „aukštas vartojimo lygis“, išpopuliarėjo aštuntajame dešimtmetyje, suvokiant vartotojiškumą kaip nerimtą ir savanaudišką poelgį, suteikiantį šiam žodžiui neigiamą reikšmę.

Vartojimas arba asmenų išlaidos vartojimo prekėms ir paslaugoms ekonomikoje laikomas pagrindiniu ekonomikos vystymosi varikliu ir pagrindiniu kapitalistinės ekonomikos produktyvumo rodikliu. Remiantis šiuo vartotojiškumo apibrėžimu, vyriausybės turi sutelkti dėmesį į vartotojų išlaidų skatinimą, nes daugumoje šalių jos sudaro didžiausią BVP arba bendrojo vidaus produkto dalį. BVP yra bendra visų prekių ir paslaugų, pagamintų šalies ekonomikoje per tam tikrą laikotarpį, rinkos vertė

Patarimai, kaip pirkti „sąmoningai“:

1. Pirmiausia, pasidomėti preke: stenkitės ieškoti geriausių alternatyvų ir net artimiausių. Jei pirktumėte vietinius produktus, anglies pėdsakas būtų mažesnis, palyginti su pirkimu iš importuotų šaltinių. Taip pat atminkite, kad kai kurie prekybos centrai siūlo nuolaidas prekėms, kurios netrukus suges. Taigi, jei tikrai žinote, kad netrukus sunaudosite tam tikrą prekę, galite nusipirkti su nuolaida, o ne leisti jai sugesti;
1. Žinoti savo ribas: stenkitės imti tik tai, ko jums reikia, ir nepirkite papildomų dalykų. Jei pavyksta susidėlioti reikiamus produktų kiekius ir sudaryti sąrašą, tai neturėtų būti problema;
1. Būti kūrybingiems: panaudokite sukurtas „atliekas“ kažkam kitam. Jei nėra valgomo varianto, galbūt galite pabandyti pasigaminti komposto;
1. Planuoti iš anksto: galite pabandyti būti atidesniais ir planuoti savo mytybą iš anksto. Tai darydami galite turėti gana tikslius reikiamus kiekius, taip išvengdami švaistymo ar per didelio pirkimo.

Tips on how to buy “smart”:

5. Nebijoti NEnaudoti prekės ženklo: ar kada nors bandėte pigesnį, kito prekės ženklo produktą? Dar geriau, jei jų pakuotės yra tvarios (iš popieriaus ar pan.) ir produktai yra tokios pat kokybės.
6. GANA pirkti plastiką: daug vaisių ir daržovių yra plastikiniuose pakuotėse, nepaisant to, kad jie turi savo natūralią dangą. Kodėl obuolį reikia dėti į kartoninę dėžę, papildytą permatoma plėvele, jei jis turi savo žievelę?
7. Sukurkite savo sodą: jei turite tinkamą erdvę, galite pabandyti sukurti mažą sodo erdvę namuose. Kai kurios lengvai užauginamos žolelės, nuo kurių galima pradėti, būtų: petražolės, raudonėliai, mėtos, čiobreliai ir krapai.



Kaip tai auga?

Dalyviai bus suskirstyti į 5 grupes. Kiekviena grupė gaus tam tikrą augalą, kurį galima auginti namuose. Kiekviena grupė turės parengti plakatą, kuriame būtų aprašyta augalo evoliucija, reikalingos medžiagos ir aplinka, kurioje jis turi būti laikomas.

Augalų idėjos: <https://herbsathome.co/the-easiest-herbs-to-grow/>

-30 minučių pasiruošimui

-15 minučių pristatymui



Galimi klausimai apibendrinimui:

- Kaip jautėtės šios veiklos metu?
- Ką naujo išmokote?
- Kokių veiksmų galite imtis savo kasdieniame gyvenime, kad sumažintumėte savo „vartotojiškumą“?

5. ŽALIEJI TRANSPORTO BŪDAI



Tvarus transportas yra bet kokia ekologiška transporto rūšis, turinti mažai įtakos aplinkai. Tvarus transportas taip pat reiškia mūsų dabartinių ir būsimų poreikių suderinimą.

Yra keletas visiems žinomų „žaliųjų“ / ekologiškų transporto priemonių. Labiausiai žinomas yra dviratis, tačiau pastaruoju išpopuliarėjo elektrinis paspirtukas. Seniausias ir vis dar naudojamas, visiems prieinamas būdas yra vaikščiojimas. Taip pat jau kurį laiką žmonės naudoja pavežėjimo programėles, kuriose galite rasti žmonių, kurie važiuoja ta pačia kryptimi, kaip jūs.

Transportas, deja, yra vienas didžiausių teršėjų visame pasaulyje. Žmonės visame pasaulyje renkasi komfortą, visur vykdami asmeniniu automobiliu, naudodamiesi taksi ar privačių pervežėjų paslaugomis, taip pat dažnai renkasi skrydžius, o ne kitas transporto priemones. Šie pasirinkimai lemia augantį taršos lygį, o tai prisideda prie smogo ir prastos oro kokybės. Kuo prastesnė oro kokybė, tuo didesnė rizika susirgti.

Transporto poveikis aplinkai yra didelis, nes transportas sunaudoja nemažą visos pagaminamos energijos kiekį ir didžiąją dalį pasaulio naftos. Tai sukelia oro taršą, įskaitant azoto oksidus ir kietasias daleles, o išmetant anglies dioksidą labai prisideda prie visuotinio atšilimo. Transporto sektoriuje, kelių transportas labiausiai prisideda prie visuotinio atšilimo.

Aplinkosaugos taisyklės pramoninėse valstybėse sumažino atskirų transporto priemonių taršą. Tačiau tai greitai buvo kompensuota padidėjus automobilių skaičiui kelyje ir kiekvienos transporto priemonės naudojimo dažniui (efektas, žinomas kaip „Jevons Paradox“). Kai kurie kelių transporto priemonių anglies taršos mažinimo būdai buvo išsamiai ištirti.

Įvairių transporto būdų energijos suvartojimas ir išmetamųjų teršalų kiekiai labai skiriasi, todėl aplinkosaugininkai skatina perėjimą nuo keliavimo oru ir keliais į geležinkelius bei žmonių jėga varomą transportą, taip pat didinti transporto elektrifikaciją ir energijos efektyvumą.

Palikę savo transporto priemonę namuose ir pasirinkdami ekologiškesnes transporto formas, padėsite sau ir miestui. Keletas pavyzdžių:

- Sumažės transporto spūstys.
- Sumažės oro tarša ir su tuo susiję pavojai, pavyzdžiui, astmos.
- Sumažės šiltnamio efektą sukeliančių dujų išmetimas.
- Sumažėjusi priklausomybė nuo neatsinaujinančių energijos šaltinių.
- Mažesnės išlaidos susisiekimui.
- Padidėjus fizinė veikla ir didesnis socialinis įsitraukimas.
- Parama vietiniam verslui ir klestinti ekonomika.
- Geresnė sveikata ir gyvenimo kokybė.



Judėkime!

Dalyvių bus paprašyta savaitę naudotis viešuoju transportu, einant į mokyklą ar bet kurias kitas vietas. Jie turės pažymėti, jei viešasis transportas jiems neprieinamas, jei jis yra per daug perpildytas tuo metu, kai jie jį naudoja, ir visą kitą informaciją, kuri gali atrodyti aktuali. Po šio nedidelio tyrimo, jie bus suskirstyti į grupes pagal to paties maršruto naudojimo kriterijus ir bus paprašyti pasidalinti bei palyginti jų rezultatus. Išanalizavę visus rezultatus, jie bandys pateikti sprendimus, kaip sumažinti srautus arba kaip viešąjį transportą padaryti prieinamesnį ir geresnį, kad jie galėtų juo naudotis kasdien.

- 5 minutės susiskirstymui į grupes
- 30 minutės grupės diskusijai
- 10 minučių išvadų pristatymui



Galimi klausimai apibendrinimui:

1. Kokia buvo jūsų patirtis?
2. Ar pavyko iš asmeninio transporto persėsti į viešąjį? Ar tai jums buvo sunkus pokytis?
3. Ar svarstote daugiau naudotis viešuoju transportu?
4. Kaip jautėtės dėl šios patirties?

6. GERŲJŲ VEIKLŲ PAVYZDŽIAI

Štai trumpas kai kurių jau atliktų geros praktikos pavyzdžių sąrašas:

- „Sumažinti, pakartotinai naudoti ir perdirbti“ – daugelis žmonių arba tinkamai rūšiuoja savo šiukšles, arba pakartotinai naudoja kai kuriuos daiktus.
- Vienkartiniai daiktai – daug žmonių apsipirkdami pradėjo nešti savo maišelius, kad nereiktų įsigyti naujų.
- Buitinė chemija – kai kurie žmonės patys pradėjo gaminti valiklius ir pesticidus, naudodami natūralias ir biologiškai skaidžias chemines medžiagas. Valant paviršius puikiai padeda actas.
- Atsinaujanti energija – saulės baterijas įsirengė daugiausia namuose gyvenantys žmonės. Prieš porą metų, kai kurių valstybių vyriausybės rėmė asmenis, perkančius saulės baterijas, teikdamos tam tikrą kompensaciją, kad vis daugiau žmonių iš dalies arba visiškai pereitų prie atsinaujinančios energijos.
- Viešasis transportas – žmonės vis dažniau pradėjo naudotis viešuoju transportu, o ne asmeniniais automobiliais. Šis pokytis padeda sumažinti oro taršą ir transporto kiekį gatvėse, todėl eismas tampa greitesnis.
- Dėvėtų daiktų pirkimas – pastaruoju metu tapo madinga apsipirkti sendaikčių parduotuvėje arba pirkti iš dėvėtų prekių parduotuvių.



Kas tai jau padarė?

Dalyviai bus paprašyti sustoti į eilę. Vedėjas garsiai skaitys teiginius apie ekologiškus pokyčius, pvz., „Galėčiau naudoti dantų pastos tabletes, o ne dantų pastą iš tūbelės“ arba „Galėčiau įsigyti ir naudoti daugkartinį vandens buteliuką, o ne visada pirkti vienkartinius“. ir taip toliau. Dalyvių bus paprašyta žengti žingsnį į priekį, jei jie manys, kad gali padaryti minėtus pakeitimus. Galų gale bus galima pamatyti, kaip kai kuriems gali atrodyti lengva būti ekologiškam ir kaip tai gali būti sunku kitiems. Jei dalyviams kyla klausimų, po to gali vykti diskusijos.

- 20-30 minučių žaidimui
- 10-15 minučių diskusijai



Galimi klausimai apibendrinimu:

1. Kaip jautėtės įgyvendindamas veiklą?
2. Ko išmokote iš šios veiklos?
3. Ar dėl savo pasirinkimų veiklos metu laikote save kitokiu, nei kiti?

BIBLIOGRAFIJA

- 1.WHY GREEN INDUSTRIAL POLICY SHOULD BE A PRIORITY AREA OF DEVELOPMENT COOPERATION - [.https://kina.um.dk/en/about-denmark/green-diplomacy/green-cooperation](https://kina.um.dk/en/about-denmark/green-diplomacy/green-cooperation)
- 2.Interpretation of the “Green Development Guidelines for Foreign Investment and Cooperation” - <https://greenfdc.org/interpretation-of-the-green-development-guidelines-for-foreign-investment-and-cooperation/>
- 3.How the world embraced consumerism. - <https://www.bbc.com/future/article/20210120-how-the-world-became-consumerist>
- 4.Britannica - definition of consumerism - <https://www.britannica.com/topic/consumerism>
- 5.Consumer Protection - Guide to buying smart - <https://www.consumerprotection.govt.nz/general-help/guide-to-buying-smart/>
- 6.The easiest herbs to grow - <https://herbsathome.co/the-easiest-herbs-to-grow/>



<https://greenactproject.eu/>



This project has been funded with support from the European Commission. This communication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union