

Ян Артюс-Бертран
Духовная революция

Человеческий след продолжает распространяться на планете и с каждым днем представляет всё большую угрозу нашей окружающей среде и социальному обществу. Нам необходимо научиться предвосхищать события, адаптироваться к новому миру, который дает о себе знать.

Изменение начинается в нас самих.

Нам нужна революция. Но не та, которая заполняет книги по истории.

Нам нужна именно духовная революция, которая дает осознание связи, соединяющей нас друг с другом и с нашей планетой.

Ростки этой революции уже существуют.

Это глобальное позитивное движение, которое растет во всех странах: мужчины и женщины, правительства государств, предприятия, общины и неправительственные организации совершают конкретные действия и высаживают семена завтрашнего мира.

Полезные ресурсы:

Центр экономии ресурсов (просветительский экологический центр) – <http://centrecon.ru/>

Движение «Раздельный сбор» - <http://rsbor.ru/>, vk.com/rsbor

«Гринпис России» -

<http://www.greenpeace.org/russia/ru/>

WWF - <http://www.wwf.ru/>

Культурный центр «Новый Акрополь»

- www.acropolis.org.ru



Фестиваль кино «Так далеко, так близко»
<http://acropolis.org.ru/Moscow/Moscow-sc/activities/515.html>

«Я, Мы, Земля – Дом»
занятие по практической экологии



Советы для экожизни
на каждый день

1) **Попробуйте покупать только то, что вам действительно нужно.**

Помните о том, что всё, что мы приобретаем, рано или поздно станет ненужным и попадет на свалку, а для изготовления каждой вещи потребовалось определенное, и в основном немалое, количество ресурсов и энергии.

2) **Старайтесь отдавать предпочтение долговечным вещам,**

а не одноразовым. Например, можно ходить в магазин со своей сумкой или рюкзаком, а не брать одноразовые пакеты; на работе можно пить воду и чай из своей кружки, а не из одноразовых стаканчиков, использовать многоразовые бутылки, не использовать пластиковые трубочки и пр.

3) **Избегайте чрезмерно упакованных товаров,**

выбирайте продукцию в перерабатываемой упаковке. Упаковка сразу выбрасывается, а на ее изготовление пошли деревья, нефть и другие ресурсы.

4) **Отдавайте предпочтение местным производителям,**

местным и сезонным продуктам питания – при перевозке увеличиваются объемы выбросов парниковых газов.

5) **По возможности используйте вещи до конца срока службы.** Если вещь вам больше не нужна, не спешите ее выбрасывать. Одежда в хорошем состоянии, работающая бытовая техника – все это может пригодиться другим людям.

Полезные ресурсы

- Онлайн-сервисы безвозмездного дарения (www.darudar.org, <http://otdamtak.ru/>)

- Проект «Really Free Market» (vk.com/freemarket_97) - бесплатная ярмарка, обмен вещами.

- Благотворительный проект «Лавка радостей» - <http://lavkaradostej.ru/>

- Найти, куда отдать ненужные вещи – www.centrecon.ru/node/607

6) **По возможности пользуйтесь общественным транспортом**, а на короткие расстояния **ходите пешком или ездите на велосипеде** – так вы можете внести значительный вклад в сокращение негативного влияния транспорта на окружающую среду. На своей машине можно подвозить друзей и соседей, выключать двигатель при остановках и в долгих пробках, минимально расходуя топливо и тем самым сокращая объем выбросов углекислого газа в атмосферу.

7) **Берегите электроэнергию:**

- перейдите на энергосберегающие лампы (лучше светодиодные),

- выключайте свет при выходе из комнаты;

- выключайте компьютеры и мониторы, если они не используются;

- выключайте из розетки электроприборы;

- кипятите столько воды, сколько необходимо, не больше.

Все эти простые действия сокращают потребление электроэнергии и благоприятны как с точки зрения сохранения природы, так и для вашего бюджета.

8) **Экономно расходуйте воду** в душе, не допускайте протечки. Выключая кран во время чистки зубов, можно сэкономить несколько литров воды в день.

9) **Распечатывайте только те материалы, которые действительно необходимы**, отдавайте предпочтение электронным средствам хранения информации, пользуйтесь картриджами, которые можно перенаполнять.

10) **Сдавайте на переработку бумагу, стекло, пластик, алюминий, упаковки Tetra Pak. Передавайте опасные отходы на утилизацию.**

Карту пунктов приема отходов можно посмотреть на сайте <http://recyclemap.ru/2life.php>.

11) **Пищевые отходы** могут перерабатываться в компостном ведре и превращаться в перегной – прекрасное удобрение для сада.

12) **Заведите дома несколько неприхотливых комнатных растений.** Многие из них оказывают целебное воздействие, очищая воздух от вредных микроорганизмов, и благоприятно влияют на нашу психику. Особенно хорошо очищают воздух китайская роза, фикус, мирт, аспаргус, хлорофитум, диффенбахия. А такие растения как цикламен, папоротник, фиалка еще и увлажняют воздух.

13) При покупке бумаги и прочих товаров из древесины обращайтесь внимание на **знак сертификации FSC** (Forest Stewardship Council). Его



наличие означает, что лесопромышленная компания отвечает за сохранение особо ценных лесов, восстанавливает леса после рубок и применяет экологически щадящие технологии. Более подробную информацию вы можете найти на сайте FSC <http://www.fsc.ru/>

14) Мы часто видим на упаковках различные знаки **экологической маркировки** – почитать про них можно [здесь: http://www.goodsmatrix.ru/articles/1124.html](http://www.goodsmatrix.ru/articles/1124.html)

15) Вы также можете **участвовать в экоакциях**, поддерживать эко-компании, быть в курсе местных экологических инициатив, стать волонтером в долгосрочных проектах.

Волонтерский просветительский проект «Эковклад» - www.centrecon.ru/ecovklad
Движение «Раздельный сбор» - <http://rsbor.ru/>, vk.com/rsbor
Добровольческие проекты «Нового Акрополя» - www.acropolis.org.ru

16) И главное, **живите наполненной жизнью**, делайте то, что **имеет для вас смысл**, находите время для **отдыха, семьи и творчества**. Работа только ради денег и возможности приобрести еще никого не сделала счастливым.