

# «Мой трекер экологических привычек»

Ведущие, ученицы 10 класса, школы 12:  
Фещенко Полина Черемных Саша



ЭКОЛОГИЯ

ВЕСТИ

Пермь



Как сидя дома экономить ресурсы, следовать разумному потреблению, минимизировать отходы? Как правильно сформировать такие привычки и научиться следовать им всегда?



Чтобы что-то изменить, начни с себя!



Запомни, Саша,  
**разумное потребление** —  
это бережное отношение к  
любым ресурсам.



Сознательное обращение с отходами основано на принципе трех R: *reduce* (уменьшать), *reuse* (использовать повторно), *recycle* (перерабатывать). Правильно — следовать этим пунктам именно в такой последовательности.



Поняла!  
А на этом видео-фрагменте я набираю воду в чайник ровно на 4 кружки, потому что у меня в семье 4 человека.



Я знаю, что электроэнергии, чтобы нагреть полный чайник, нужно гораздо больше, а вы нальете всего одну чашку воды - и следующий раз будете снова греть полный чайник... Мало того, что это лишний расход электроэнергии, но и бесполезно для здоровья. В кипяченой больше одного раза воды не остается кислорода, зато активизируется хлор.

Всё правильно, Саша.  
Кстати, я не знала, что у тебя  
такая большая семья. А что если  
не пользоваться светом один,  
два или три раза в месяц?  
Вечером вместо светильников и  
ламп зажигайте свечи,  
устраивая посиделки с семьей!



К тому же доказано, что  
огонь успокаивает нервную  
систему и создает в доме  
уют. Я со своей семьей уже  
так делаю!



15 мая 2020 г. в 15:18

### список продуктов:

- молоко
- хлеб
- филе куриное
- овощи для салата
- овсяное печенье
- йогурт питьевой

Слушай, Полина, я знаю, что ты ужасная транжира, а это ведь тоже очень плохо и для экологии в том числе!

### Не покупай лишние продукты!

Даже на карантине рассчитывай на количество продуктов, которые точно сможешь съесть. Ведь даже у гречки и консервов есть срок годности. И здесь дело не только в экономии, но и в том, чтобы потом не пришлось лишний раз превращать продукты, на которые требовались природные ресурсы, в отходы. Я использую заметки в телефоне, это, кстати, очень удобно и всегда рядом



Хорошо. А еще не я забуду разделять пластик, бумагу, стекло и пищевые отходы, ведь так мы помогаем отделить перерабатываемые отходы от перерабатываемых, вернув в промышленный оборот те или иные материалы. И это важно для того, чтобы планета стала чище!





Думаю, эти советы были бы полезны не только для нас с тобой. Мы очень надеемся, что Вам понравилась наша работа, что она была полезна для Вас.



Поддерживаю!  
Берегите нашу планету, ведь нас на ней много, а она у нас одна!



A close-up photograph of two hands, one from the left and one from the right, gently cupping a small, vibrant green seedling. The seedling has several leaves and is growing out of a mound of dark brown soil. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting an outdoor setting. The hands are positioned to support the plant from below, with the fingers slightly curled. The overall mood is one of care and nurturing.

**Спасибо за внимание!**