



**Zaprasza Rodziców przedszkolaków na  
XIII akcję, której przyświeca hasło:**

**„PODRÓŻ DO EKO-KRAINY”**

# Spis treści

- Co to jest recykling?
- Jaki cel przyświeca recyngowi?
- Korzyści z recyklingu
- Przykładowy podział pojemników na odpady (Warszawa)
- Bezpieczne przechowywanie żywności
- Niebezpieczny BPA – bisfenol A
- Plastik bezpieczny i niebezpieczny
- Bezpieczne ferie zimowe
- Dekalog Eko Przedszkolaka

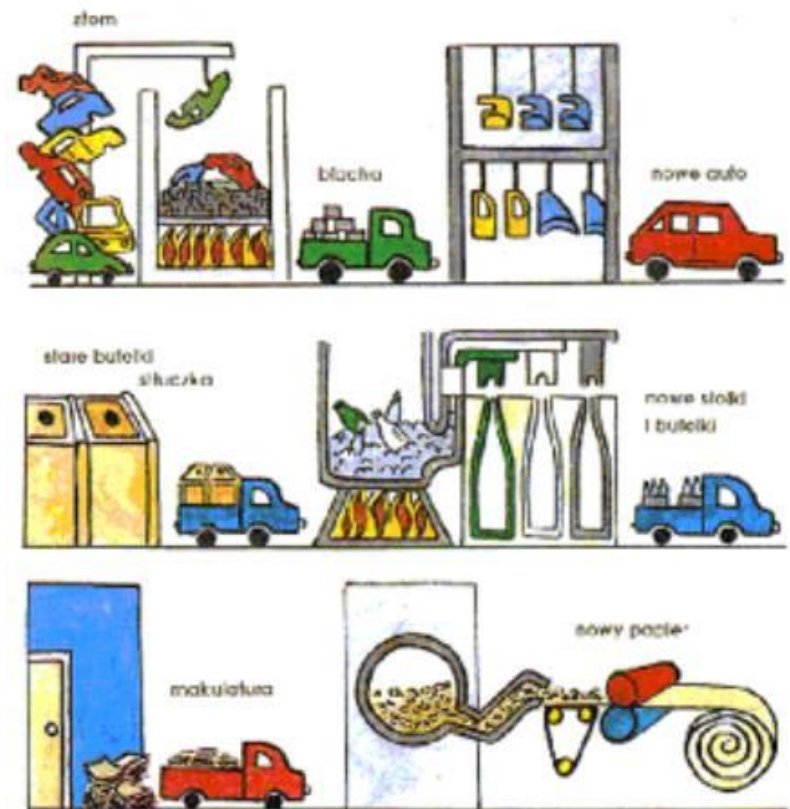


# Co to jest recykling?

**Recykling** jest to jedna z metod ochrony środowiska, która ma na celu zmniejszenie ilości odpadów i zużycia surowców naturalnych.

Jego ideą jest odzyskanie jak największej ilości materiałów i surowców z segregowanych odpadów, przy jednoczesnym maksymalnym ograniczeniu nakładów na ich ponowne przetworzenie.

Recykling - trudne słowo, które oznacza:  
ze starego - nowe



# Jaki cel przyświeca recyklingowi?

**Recykling ma na celu** zmobilizowanie producentów i handlowców do odpowiedniej gospodarki odpadami, a konsumentów do zmiany nawyków na bardziej odpowiedzialne.

Poza obowiązującymi przepisami bardzo ważnym aspektem jest zrozumienie istoty recyklingu i wyrobienie nawyków, które sprawią, że recykling będzie coraz bardziej powszechny i efektywny, dzięki czemu **ograniczy się ilość śmieci, odzyska materiały i surowce oraz zapobiegnie dewastacji środowiska naturalnego.**



# Korzyści z recyklingu

Oto kilka najważniejszych przykładów korzyści z recyklingu:

- redukcja ilości odpadów na wysypiskach i zmniejszenie kosztów ich utrzymania przez gminy
- mniejsze obciążenie środowiska naturalnego (m.in. wody, powietrza, gleb)
- ograniczenie ilości odpadów niebezpiecznych na wysypiskach
- obniżenie zużycia surowców naturalnych
- ponowne wykorzystanie materiałów i surowców lub ich przetworzenie na nowe
- zmniejszenie zużycia energii i redukcja wydatków.

<http://www.yaacool-eko.pl/index.php?article=3049>





# Przykładowy podział pojemników na odpady (Warszawa)



# Bezpieczne przechowywanie żywności

- **Przechowywana żywność podlega przemianom**, które wpływają na jej skład chemiczny i fizyczny. Ogromny wpływ na żywność ma również sposób jej przechowywania, czyli to w czym ją trzymamy w lodówce.
- Często nieświadomi, przechowujemy żywność w domu w plastiku, a ten ma niekorzystny wpływ zarówno na pożywienie i nasze zdrowie. **Plastiki nie są ani bezpieczne, ani ekologiczne.**
- **Jedną z toksyn uwalnianych do pożywienia z plastikowych opakowań jest BPA.** To związek chemiczny powodujący zaburzenia w układzie endokrynologicznym, które po pewnym czasie **prowadzą do wystąpienia otyłości.** Dowiedziono również, że BPA, przyczynia się do szybszego **rozwoju zmian nowotworowych.** Ponadto BPA ma **działanie antyandrogenne**, czyli blokujące pracę głównych hormonów męskich. Oznacza to, że cząsteczki bisfenolu A zachowują się w organizmie jak żeński hormon – estrogen. Pociąga to za sobą zmiany również na poziomie ośrodków w mózgu, które wprowadzone w błąd, mogą zaburzać płodność i sferę zachowań seksualnych.

# Niebezpieczny BPA – bisfenol A

Żeby skutecznie pozbyć się BPA w kuchni trzeba nauczyć się czytać informacje na etykietach. Substancję tę można zidentyfikować jeśli na opakowaniu znajdziemy **symbol PC7 lub cyfrę 7 wewnątrz trójkąta** symbolizującego recykling.

**Lepiej wtedy zrezygnować z tego produktu.**












# W czym przechowywać żywność?

- Do przechowywania żywności należy używać plastików oznaczonych cyfrą 2 (HDPE) i 5 (PP). Plastików z pozostałych grup nie używajmy do przechowywania żywności, ale oddawajmy je do recyklingu.
- Nie wolno podgrzewać w mikrofalówkach żywności w opakowaniach zawierających bisfenol (grupa 7), nie należy także wlewać do nich gorących płynów i zmywać w zmywarkach.
- Nie wolno wystawiać butelek plastikowych PET z napojami na działanie słońca. Butelki poddane promieniowaniu UV słońca potrafią wydzielać szkodliwe toksyny do znajdującego się wewnątrz napoju.
- Nie wolno używać ponownie butelek PET, ponieważ nawet po dokładnym umyciu, mogą wydzielać toksyczne chemikalia przy ponownym użyciu.
- Alternatywą dla powszechnie stosowanych plastików mogą być pojemniki szklane i papier. Dlatego po zrobieniu zakupów warto zadbać o to, aby w lodówce były one przechowywane w papierach lub pod szkłem.

# Plastik bezpieczny i niebezpieczny

 <p>01 PET</p>	<p>Używany jest do produkcji jednorazowych opakowań do żywności: butelek i naczyń. <b>Typowym opakowaniem PET są butelki do wody.</b> Opakowanie takie, nawet po dokładnym umyciu, może wydzielać toksyczne chemikalia przy ponownym użyciu. <b>Nigdy nie używaj ponownie wyrobów z tego rodzaju tworzywa!</b></p>
 <p>2 HDPE</p>	<p>Polietylen o dużej gęstości uważany jest za <b>jeden z bezpieczniejszych plastików, może być stosowany do powtórnego użycia.</b></p>
 <p>03 PVC</p>	<p>Polichlorek winylu, bardzo powszechny, używany do wyrobu m.in. folii do pakowania żywności. <b>PVC jest szkodliwy dla zdrowia i może wydzielać toksyny.</b> W procesie spalania polichlorku winylu wytwarzają się bardzo groźne dla zdrowia związki chemiczne zwane dioksynami, które są często bardziej niebezpieczne od cyjanku potasu!</p>
 <p>4 LDPE</p>	<p>Polietylen o małej gęstości używany do produkcji wielu rodzajów opakowań do żywności, <b>uznawany jest jako dozwolony do powtórnego użytku i bezpieczniejszy niż wiele innych plastików</b>, ale nie tak bezpieczny jak tworzywa nr 2 i 5.</p>
 <p>05 PP</p>	<p>Polipropylen wielokrotnego użytku jest często spotykany jako opakowanie do żywności. <b>Razem z tworzywem nr 2 (HDPE) uznawany jest za jeden z najbezpieczniejszych plastików.</b></p>
 <p>06 PS</p>	<p>Polistyren najbardziej znany w formie spienionej, czyli jako styropian. <b>PS wydziela toksyny i nie powinien być stosowany jako opakowanie do żywności.</b> I rzadko stosowany jest do tego celu ze względu na mniejszą odporność chemiczną od polietylenu, ale jest obecny np. w przykrywkach do jednorazowych kubków na kawę.</p>
 <p>07 INNE</p>	<p><b>Nigdy nie wykorzystuj do powtórnego użycia wyrobów z plastiku oznaczonego numerem 7.</b> W tej kategorii znajduje się wiele szkodliwych związków, m.in. także bardzo toksyczny bisfenol A (BPA). <b>W żadnym wypadku nie można ich używać w kuchenkach mikrofalowych, które zwielokrotniają przenikanie BPA do żywności.</b></p>

# Bezpieczne ferie zimowe

Zbliża się długo wyczekiwany okres ferii zimowych. Jest to beztrudny czas odpoczynku i zabawy. Przed tym szczególnym okresem należy przypomnieć dzieciom o podstawowych zasadach bezpieczeństwa. O czym należy bezwzględnie pamiętać?

- Omijaj zamrożone jeziora, rzeki, stawy! Nigdy nie można być pewnym wytrzymałości tafli lodowej. Jeśli chcesz bezpiecznie jeździć na łyżwach, skorzystaj z przygotowanych lodowisk – miejsc do tego przeznaczonych.
- Wybieraj bezpieczne miejsca do zabawy – z dala od ulic, mostów, torów kolejowych.
- Zjeżdżaj na sankach i nartach z górki, które znajdują się daleko od jezdni.
- Zawsze bądź widoczny na drodze dzięki elementom odblaskowym! Zimą szybko zapada zmrok.
- Zawsze informuj rodziców/opiekunów gdzie i z kim będziesz przebywał.



## Bezpieczne ferie zimowe c.d.

- Wracaj do domu zawsze o ustalonej porze, przed zapadnięciem zmroku.
- Najbezpieczniej jest bawić się pod opieką dorosłych, opiekunów.
- Korzystaj ze zorganizowanych form wypoczynku – tam jest bezpiecznie!
- Unikaj rozmów z obcymi ludźmi. Nie przyjmuj od nich prezentów, nie oddalaj się z nieznanym.
- Rzucając śniegowymi kulkami zwróć uwagę czym, gdzie i w kogo rzucasz np. nie mogą to być przechodnie, okna lub przejeżdżające samochody – można stać się sprawcą groźnego wypadku! Kulka śniegowa powinna być miękka i nie zawierać twardych, ostrych przedmiotów. Nigdy nie celuj w głowę.
- Kulig może być zorganizowany tylko poza obszarem dróg publicznych.
- Zaczepianie sanek do pojazdów mechanicznych (samochód, motocykl) jest niebezpieczne.

## Bezpieczne ferie zimowe c.d.

- Ubieraj się stosownie do temperatury panującej na dworze.
- W zimowe dni widoczność na drodze jest ograniczona i kierowcy potrzebują więcej czasu do zahamowania pojazdu. Na jezdnię wchodź uważnie i spokojnie, rozejrzyj się.
- Dbaj o zdrowie i higienę. Pamiętaj o zasadach zdrowego stylu życia i odżywiania oraz o zachowaniu podstawowych zasad higieny, które pomogą uchronić cię przed zachorowaniem na grypę i infekcje grypopodobne.

<http://www.sp18koszalin.pl/news2012/01/ferie.htm>





# Dekalog Eko-Przedszkolaka

1. Recykling jest bardzo ważny dla środowiska naturalnego
2. Umiem i chętnie segreguję śmieci
3. Odżywiam się zdrowo i ekologicznie
4. Znam źródła energii odnawialnej i nieodnawialnej
5. Wiem, że należy chronić środowisko naturalne, dlatego stawiam na odnawialne źródła energii
6. Zimą chętnie wychodzę na spacer i aktywnie spędzam czas na świeżym powietrzu
7. Znam sportowców dyscyplin zimowych i tak jak oni chcę zostać mistrzem
8. Niepełnosprawni też kochają sport i rywalizację sportową
9. W sporcie kieruję się zasadą Fair Play
10. W zawodach sportowych umiem i lubię zwyciężać, ale też godnie znoszę porażki



# Dziękujemy za uwagę!



Zapraszamy na [www.zdrowyprzedszkolak.pl](http://www.zdrowyprzedszkolak.pl)