EKOLOGICKY ŠETRNÁ DOMÁCNOST

aneb pár rad pro spotřebitele, kteří to s životním prostředím myslí dobře

Eko-info centrum Ostrava

STÁTNÍ FOND ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ ČESKÉ REPUBLIKY

Ministerstvo životního prostředí

Tento materiál vznikl v rámci projektu „Rozvoj environmentálního poradenství EPIC (environmentálních poradenských a informačních center) v Moravskoslezském kraji", financovaného Státním fondem životního prostředí a Ministerstvem životního prostředí ČR jako materiál zpracovaný občanským sdružením Eko-info centrum Ostrava, které je partnerem projektu.

Moravskoslezský kraj

Tento materiál samozřejmě není vyčerpávajícím výčtem, co všechno můžeme ve svém chování změnit, abychom se chovali k naší Zemi ohleduplně, obsahuje spíš pár tipů, kterými se může řídit každý z nás ve svém běžném životě. Zaměříme se na následující oblasti – NAKUPOVÁNÍ, EKO-ZNAČKY, VÝBĚR POTRAVIN, ČISTÍCÍCH PROSTŘEDKŮ A KOSMETIKY, ODPADY, ÚSPORY VODY A ENERGIE a protože je tato brožurka určena také rodičům, nezapomeneme ani na PLENKY.

OBSAH

NAKUPOVÁNÍ 4
EKO-ZNAČKY 5
VÝBĚR POTRAVIN 7
ČISTOTA PŮL ZDRAVÍ? 8
MYTÍ NÁDOBÍ V MYČCE 13
KOSMETIKA 13
ODPADY 15
KDO ŠETŘÍ MÁ ZA TŘI 18
PLENKY 19

☑ **Chceme-li se chovat k životnímu prostředí ohleduplně, mějme na paměti, že méně znamená více a že základem takového chování je šetrnost. Mnohdy není nutné nakupovat speciální výrobky či používat speciální technologie, stačí se jen zamyslet nad svým spotřebitelským chováním.**

NAKUPOVÁNÍ

Jednou z nejběžnějších činností každé domácnosti je nakupování, začněme tedy právě tady. Důležité je uvědomit si, že nakupování není činnost, která nás naplňuje svou podstatou, je to jen způsob, jak získat **potřebné.** Ano, to je to klíčové slovo – první zásada tedy zní:

☑ ***Nakupujte jen to, co opravdu potřebujete*** – dobře si rozmyslete, co do nákupního košíku dáváte, zda je to věc, bez které se Vaše domácnost neobejde, zda jste se nenechali ošálit reklamou či prodejní akcí – dobrým způsobem, jak se bránit nástrahám supermarketů, který láká k tzv. impulsivním nákupům, je napsat si předem seznam věcí, které chci koupit a od něj se pokud možno neodchylovat. Méně potravin také nakoupíme, nepůjdeme-li do obchodu hladoví ☺.

☑ ***Berte si do obchodu vlastní tašku*** – i když se dnes v obchodních řetězcích pomalu prosazuje trend nerozdávat igelitové tašky zdarma, nejedná se o zákaz podpořen zákonem (jak tomu např. je v Irsku či Itálii). Chceme-li brát ohled na životní prostředí, nosme vlastní tašku i tam, kde nám je i nadále zdarma nabízena. Údaje z roku 2009 uvádí, že do oběhu v České republice je dáno až 3 miliardy igelitových tašek ročně, z nichž většina skončí na skládce, kde se z nich stane jen těžko rozložitelný odpad.

☑ ***Podporujte místní obchůdky a obchodníky svým nákupem*** – nadnárodní obchodní řetězce – supermarkety/hypermarkety – jsou často předmětem kritiky nejen z pohledu životního prostředí, ale také kvůli záporným socioekonomickým dopadům. Negativní působení supermarketů na životní prostředí spočívá především v záboru volné krajiny a nárůstu automobilové dopravy. Mezi socioekonomické dopady patří především likvidace konkurence v podobě malých prodejen, protože supermarkety nabízí zákazníkům zboží za ceny, které menší prodejci nabídnout nemohou. Také požadavek na dodavatele v podobě nízké ceny a vysokého objemu, vyřazuje ze hry místní producenty či je značně znevýhodňuje. Následně je převážná část zboží v nabídce supermarketu z dovozu, což vyvolává další environmentální dopady. Špatná zpráva pro naši peněženku je, že mnohdy při nákupu v hypermarketech paradoxně utratíme více, než jsme zamýšleli. Budeme-li podporovat místní obchůdky, přinejmenším si tím zachováme možnost volby, kde nakupovat. Kritikou hypermarketů jak z pohledu životního prostředí, tak i z pohledu sociálních a ekonomických dopadů, se zabývá např. brněnská organizace Nesehnutí, máte-li zájem se o této problematice dozvědět více, podívejte se na jejich stránky www.hyper.cz

☑ ***Zaměřte se na místní výrobky*** – je-li možnost, vyberte si výrobek český, u potravin nejlépe z produkce zemědělce z Vašeho regionu, neboť tím ušetříte náklady na přepravu výrobků a zmírníte tak negativní vliv na životní prostředí. Vybírejte výrobky, které co nejméně zatěžují životní prostředí – o eko-značkách si povíme v následující kapitolce.

☑ Při koupi výrobků berte ohled nejen na jejich obsah, ale ***věnujte pozornost také jejich obalům***, ze kterých se po použití stanou odpady. Dejte přednost větším balením a výrobkům bez zbytečných obalů (např. zelenina v plastových miskách ještě zabalená potravinářskou fólií) – předcházejte tak vzniku odpadů, neboť samotné třídění a recyklace obalů je sice činnost záslužná, nikoliv však postačující. K minimalizaci odpadů můžete tedy přispět jak výběrem správného výrobku, tak také uvědomělým nakupováním – věci, které použijete jen občas a pak se z nich stává nepotřebný odpad, si většinou můžete vypůjčit – není nutné všechno vlastnit, i když reklama nás přesvědčuje o opaku.

☑ ***Dávejte přednost výrobkům, které slouží déle před výrobky na jedno použití.***

Jak už bylo řečeno - nakupování by se nemělo stát náhražkou zábavy, svůj čas můžete využít určitě smysluplněji a prospěšněji.

EKO-ZNAČKY

Že nevíte, jak poznat, který výrobek je k životnímu prostředí šetrný a který ne? Určitým vodítkem pro Vás mohou být tzv. ekoznačky. Jedná se o ochrannou známku, která zaručuje, že u označeného výrobku byly minimalizovány negativní vlivy na životní prostředí. Vypovídá o tom, že daný výrobek je ve své kategorii šetrnější k životnímu prostředí (i ke zdraví spotřebitele) než ostatní obdobné výrobky (např. vodou ředitelná nátěrová barva mezi ostatními nátěrovými barvami apod.) Jejich kvalita přitom zůstává na velmi vysoké úrovni.

U výrobků nepotravinářského charakteru je jedinou českou certifikovanou ekoznačkou označení **„Ekologicky šetrný výrobek“**. Dnes máme na výběr ze zhruba 400 výrobků označených tímto logem a výběr je opravdu široký – od toaletního papíru či nátěrové hmoty přes teplovodní kotle a čistící prostředky až po ekologicky šetrné služby, které nabízí turistický ruch či školství. Více o ekoznačkách naleznete na stránkách *www.ekoznacka.cz*

Na našem trhu vídanou **zahraniční ekoznačkou** je především evropská kytička „The Flower“ - je platná na celém území EU, udělovaná opět v mnoha oblastech. Zde je nutno zvážit důsledky dopravy tohoto výrobku ze zahraničí. Na další zahraniční

ekoznačky se můžete podívat na stránkách neziskové nevládní organizace GEN - Global Environmental Network *www.globalecolabelling.net*. V této síti označování ekologicky šetrných výrobků jsou sdruženy jednotlivé národní i nadnárodní programy z celého světa.

Pro potraviny vypěstované způsobem šetrným k životnímu prostředí je používána ekoznačka **„Produkt ekologického zemědělství“**, doplněná známou „zelenou zebrou“ s nápisem BIO. U této ekoznačky významně vystupuje do popředí také aspekt lidského zdraví, neboť potraviny bez chemie jsou bez pochyb pro náš organismus přívětivější. Seznam bio-farem a více o ekologickém zemědělství naleznete na stránkách *www.biospotrebitel.cz*, o české ekoznačce více na *www.kez.cz*.

Nové evropské logo biovýrobku - od července 2010 je povinné pro všechny předem balené potraviny v Evropské unii.

Koupíte-li si dřevěný výrobek s označením **FSC** můžete si být jisti, že dřevo, z něhož je výrobek zhotoven pochází z lesů, ve kterých bylo praktikováno environmentálně vhodné, sociálně přínosné a ekonomicky životaschopné lesní hospodaření včetně zpracovatelského řetězce. Tento standard směřuje k obnově zdravých listnatých a smíšených lesů obhospodařovaných šetrným způsobem. Více na *http://www.czechfsc.cz/*

Výrobky označené ochrannou známkou **Fair Trade** sdělují, že pocházejí ze spravedlivější formy obchodu s výrobci ze zemí Afriky, Asie a Latinské Ameriky – v překladu to znamená férový či spravedlivý obchod. Suroviny jsou vykupovány od výrobců za pevně stanovené ceny, výrobce tak nepodléhá výkyvům trhu. Součástí obchodu je rovněž příspěvek na sociální rozvoj komunity – např. stavba škol atp. Fair Trade je přínosný také pro spotřebitele a životní prostředí, neboť produkty v mnoha případech nesou známku bioprodukce. Sortiment je však poměrně omezený – nejčastěji můžete koupit čaje, koření, čokolády, kakao, kávu či umělecké a řemeslné výrobky aj. Problémem může být také dostupnost tohoto zboží. Nenabízí-li jej Vaše oblíbená prodejna, neváhejte se zeptat, zda o něčem takovém neuvažují do budoucna, čímž pomůžete šířit myšlenku Fair Trade a snad docílíte zavedení tohoto zboží i u Vás. Nebo můžete nakoupit v e-shopech nabízejících toto zboží. Více informací naleznete např. na stránkách Asociace pro Fair trade *www.fairtrade-asociace.cz* či Společnosti pro Fair Trade a rozvojové vzdělávání *www.fairtrade.cz*

Výše zmíněná označení jsou ověřená a garantovaná. Vyskytují se však také výrobky s nejrůznějšími značkami s předponou EKO nebo obrázky evokující ekologickou tématiku. Nemusí se nutně jednat o klamavou reklamu, nic však nezaručuje, že výrobek je opravdu k životnímu prostředí šetrný.

VÝBĚR POTRAVIN

Na světě sice nežijeme proto, abychom jedli, ale jíme proto, abychom žili, nicméně nákupu potravin bychom měli věnovat nemalou pozornost, neboť jídlo je jednou ze základních lidských potřeb. O zdravé výživě již bylo napsáno mnohé, jsou však potraviny námi považované za zdravé oprávněny honosit se tímto označením? Plodiny vypěstovány konvenčním zemědělstvím jsou od započetí svého růstu, až do doby než se dostanou na náš stůl, ošetřeny nemalým množstvím chemických látek (v konvenčním zemědělství je používáno více než 300 těchto látek) – aby byl plod dostatečně velký a pro oko přitažlivý, aby jej nenapadli nejrůznější škůdci, aby vydržel transport a skladování atd.

Chcete-li se vyhnout riziku, že potraviny, které jíme, jsou plné cizorodých látek, zaměřte svou pozornost na **biopotraviny**. Ty u nás reprezentuje výše zmíněná ekoznačka „Produkt ekologického zemědělství“. Tyto potraviny byly vypěstovány za minimálního použitíchemie (oproti konvenčnímu zemědělství je povoleno používat pouze 30 chemických látek), neobsahují konzervanty (tzv. éčka), obsahují naopak více vitamínů a minerálních látek a navíc jsou chutnější.

Možný přínos ekologického zemědělství pro zdraví člověka je však pouze jedním aspektem – dalším neméně důležitým je šetrné zacházení se životním prostředím. Principy ekologického zemědělství zaručují, že produkt byl vypěstován v souladu s přírodou – půda není přehnojována a jsou používána výhradně přirozená hnojiva, což má také vliv na kvalitu vody v okolí, plevelům je předcházeno preventivně střídáním plodin, jsou likvidovány mechanicky či jsou vybírány odolné plodiny, podstatné je, že není používána chemie. Také pro půdní organismy a jiné živočichy je tento způsob zemědělství přátelský. Jsou-li produkty živočišné povahy, můžete se spolehnout, že zvířata prožila důstojný život, byla krmena výhradně biokrmivy a při jejich chovu nebylo použito hormonů. Nevýhodou biopotravin je jejich omezená dostupnost a vyšší cena oproti konvenční produkci. Je však mnohdy pouze otázkou priorit, zamyslet se, zda není lepší místo velkého množství nekvalitních potravin, které koupíme beztak jen proto, že jsou „ve slevě“, investovat do svého zdraví a zdraví naší krajiny nákupem biopotravin.

Biokvalita není jediným tipem jak při nákupu potravin brát ohled na životní prostředí. Velkou zátěž pro životní prostředí znamená také doprava produktů – zvláště potravin, které kvůli své povaze musí být přepraveny v co nejkratším čase, aby si zachovaly svou svěžest. Proto je často využíváno letecké či automobilové dopravy, která je významným znečišťovatelem ovzduší. **Vybírejme proto potraviny, které pochází z naší blízkosti.**

Možné je kupovat si potraviny přímo od zemědělců (seznam biofarem na *www.biospotrebitel.cz*) – jedná se o tzv. **prodej ze dvora.** Další možnost nákupu lokálních potravin vytváří dnes stále populárnější **farmářské trhy** *www.ceskefarmarsketrhy.cz/*. A alternativou, která si hledá místo na českém trhu, jsou rovněž tzv. **bedýnky**. K jejich odběru se spotřebitel přihlásí většinou na celou sezónu a pravidelně odebírá domluvené množství zeleniny, ovoce i jiných zemědělských produktů (vejce, med, bylinky…) které je v daný okamžik čerstvé k dispozici. Podmínky se liší u různých poskytovatelů této služby. Máte-li zájem pravidelně "bedýnkovat", můžete si např. na stránkách *www.bedynky.cz* vyhledat nejbližšího dodavatele a také se o tomto systému dozvědět více.

U lokální produkce samozřejmě narazíme na sezónnost plodin – dnes však již máme mnoho alternativ, jak tyto potraviny uchovat a čím je v zimě nahradit. Je třeba si uvědomit, že člověk je pořád závislý na přírodě a dostupnost čerstvého ovoce a zeleniny musí být něčím vyvážena. Svůj jídelníček můžeme také obohatit o výše zmíněné produkty označené logem Fair Trade (které jsou většinou v biokvalitě a jedná se o produkty, které se v našich podmínkách pěstovat nedají – např. čaj, káva, kakao atd.).

Nezapomeňme také na možnost vypěstovat si vlastní potraviny. I když nemáte vlastní zahradu, kde se dá pěstovat zelenina a ovoce, nemusíte se o tuto radost připravit. Okenní parapety či balkóny se můžou stát Vaší zahrádkou – pěstování nejrůznějších bylinek a malých rostlin je možné téměř všude ☺.

ČISTOTA PŮL ZDRAVÍ?

Všechno co doma použijeme – prací prášky, prostředky na čištění odplouvají spolu se špínou z naší domácnosti. Ne všechny obce mají obecní kanalizaci, ani v případě, že naše „špína" odtéká do čističky odpadních vod, však tuto problematiku neházejme za hlavu – ani čističky nejsou všemocné a některé složky čisticích prostředků se nepodaří separovat a odbourat. Prací a čisticí prostředky tak mohou znamenat zatížení povrchových vod. Ačkoliv fosfáty zodpovědné za tzv. kvetoucí vody, jsou již naší legislativou v pracích práškách zakázány, z hlediska ohledů na životní prostředí je stále důležité dbát na výběr pracích a čisticích prostředků.

Neexistuje prací prostředek bez jakýchkoliv negativních dopadů na čistotu vod, ale jen jeho šetrnější varianty. Proto je podstatné věnovat pozornost správnému dávkování! Účinnou látkou v pracích prostředcích jsou tzv. tenzidy. Jejich složení se může lišit, stejně tak jako doba a stupeň jejich rozkladu. Pro znečištění vod je rovněž problémem přídavek parfému, barviv a optických

bělidel (zde v případě, že obsahují bor). Na produktech může být uvedena rozložitelnost, nejedná se však o celkovou biologickou rozložitelnost, navíc některé látky mohou dokonce při rozkladu tvořit nebezpečné a nerozložitelné meziprodukty, s horšími dopady než látka samotná v původním stavu. Tento údaj je tak spíše klamavou ekoznačkou. Dobrým vodítkem při výběru pracího prostředku může být zmíněná značka Ekologicky šetrný výrobek či její zahraniční varianta.

Obecně lze říci, že nejsnadněji odbouratelné, resp. beze zbytku rozložitelné, je v přírodě mýdlo, proto výběr **mýdlového pracího prostředku** je dobrou volbou pro životní prostředí. Chcete-li rovněž ušetřit finance, je možno podomácku vyrobit z jádrového mýdla tzv. mýdlový sliz, kde přídavkem prací sody zvýšíme účinnost i ve středně tvrdé vodě. Návod na jeho výrobu bez problémů naleznete na internetu. Tento přípravek je vhodný především pro dětské prádlo a pleny, ručníky atd., neboť je pro pokožku nedráždivý. Lze jej použít i pro běžné praní.

Další možností jsou tzv. **stavebnicové prací prášky** – při jejich použití jsou zvlášť dávkovány složky: změkčovadlo (dle tvrdosti vody v místě praní, za nejméně problémové bývají označovány zeolity), prací složka (dávkujeme dle množství a znečištění prádla, jejich složení by mělo být bez zbytečných chemických látek) a bělidlo (používáme pouze při silně znečištěném či zašedlém bílém prádle). Výhodou těchto stavebnicových systémů oproti běžnému pracímu prostředku je, že pokud potřebujeme zvýšit dávku jedné z komponent, nemusíme zbytečně přidávat vyšší množství dalších dvou (např. kvůli tvrdosti vody). Nevýhodou je horší dostupnost těchto prostředků.

V dnešní době jsou již dobře dostupné tzv. kompaktní prací prášky. Jejich používání lze rovněž považovat za šetrnější k životnímu prostředí, neboť neobsahují tzv. plnidla. Tato složka nemá přímý vliv na kvalitu praní, bývá používána pro lepší sypkost prášku a rovněž pro vytvoření dojmu velkého objemu. Kompaktní prací prášky mají nižší dáv-

kování (je třeba zohlednit, pokud vybíráte prášek podle ceny!), což znamená nižší nároky na obaly a snížení dopadů dopravy.

Možná jste už také slyšeli o tzv. mýdlových ořeších. Jedná se o slupky ořechů několika druhů stromů rostoucích v teplém až tropickém pásu, které obsahují saponin – látku, která je využitelná pro praní prádla. Z pohledu možného znečištění vod při praní, jsou mýdlové ořechy rozhodně volbou šetrnou k životnímu prostředí. Ale i přes jejich nízkou ekotoxicitu je dobré se zamyslet nad dopady spojenými s dopravou „přes půl světa“ či možným negativním působením pěstování těchto stromů v podmínkách třetího světa (informace o pěstování těchto stromů nejsou dostupné, u jiných plodin však není výjimkou přehnojování, degradace půdy, odlesňování či špatné pracovní podmínky pro místní dělníky). Mýdlové ořechy rovněž v zahraničních testech propadly, co se týče prací účinnosti.

Tabulka na konci kapitoly je přehledem dostupných ekologických pracích prášků a zároveň hodnotí biologickou rozložitelnost jednotlivých prostředků (zde se jedná o důležitý údaj, ne klamavou reklamu) a také jejich prací schopnosti.

Výběr pracího prostředku je prvním krokem k ekologicky šetrnému praní. Je třeba se také zaměřit na způsob praní. Opět zde platí, méně někdy znamená více, neboť větší dávka pracího prostředku účinnost praní nezvýší, ba právě naopak. Proto:

☑ **dávkujte prášek přímo do bubnu pračky** (použít můžete speciální nádobku či jej dát volně nebo do obyčejného kapesníku), praní bude účinnější

☑ **prádlo není nutné předpírat, silně znečištěné prádlo raději předem odmočte**

☑ **pokud neperete prádlo infekčně nemocným, na běžně zašpiněné prádlo stačí teplota 40 stupňů**

☑ **nepoužívejte aviváže** – na kvalitu praní nemají vliv a jejich použití znamená zatížení odpadních vod, jakož i produkci nadbytečných obalů. Navíc mohou být dráždivé pro lidskou pokožku. Chcete-li mít prádlo měkké a voňavé, stačí sušit jej na sluníčku či alespoň venku na vzduchu nebo v dobře větrané místnosti, do máchání můžete přidat také ocet a vonné oleje.

☑ skvrny odstraňte dříve, než vložíte prádlo do pračky, nejlépe hned po vzniku – můžete použít osvědčené recepty bez chemie (**vejce** – vyperte ve studené vodě, **červené víno** – čerstvou skvrnu posypte solí, po vsáknutí vína sůl odstraňte a vyperte, **káva a kakao** – střídavě namáčejte do teplé a studené vody tak dlouho, až skvrna zmizí; pokud je tkanina ze syntetického materiálu, použijte 1 % alkoholový roztok, vydrhněte a vypláchněte ve studené vodě, **krev** – čerstvé skvrny vyperte ve studené vodě, starší vyperte ve studené vodě s pomocí mýdla, **ovoce** – skvrnu odstraňte mýdlem, přírodní materiály můžete vyprat s pomocí citronové šťávy v horké vodě, tkaniny se syntetickými vlákny perte ve studené vodě s jemným pracím prostředkem a octem, **pero, fix** – namočte hadřík v citronové šťávě či 90 % alkoholu, rozpuštěnou barvu odsávejte papírovým ubrouskem), na většinu skvrn postačí tzv. žlučové mýdlo, dostupné téměř v každé drogerii.

☑ **pračku zapínejte, až bude optimálně naplněná (cca ze ¾)**

☑ **neperte prádlo, které není opravdu špinavé**

☑ **volba materiálu** Vašich textilií má rovněž vliv na frekvenci praní, neboť přírodní materiály méně vstřebávají lidské pachy než materiál syntetický.

Při výběru čisticích prostředků na nádobí si můžeme nechat „poradit“ opět známou značkou Ekologicky šetrný výrobek, která zajistí, že přípravek má menší negativní – nikoliv však nulový – dopad na životní prostředí. Vyhýbejte se přípravkům s obsahem chloru, prostředkům desinfekčním a s desinfekčními přísadami. S ohledem na přírodu a také na vlastní zdraví je vhodné nepřehánět to s „vůněmi“ – mohou způsobovat alergie, nemají prakticky význam pro dosažení čistoty a mohou znamenat zátěž pro vodu a vodní organismy. Nezanedbatelným pomocníkem pro šetrný úklid je utěrka či hadr z kvalitního mikrovlákna, kterou lze uklízet od podlahy až po okna (k dostání jsou utěrky různé jemnosti) bez použití čisticích prostředků. Co se týče vybavení naší domácnosti, z čisticích prostředků postačí prostředek na mytí nádobí, vhodný je také mýdlový čisticí prostředek a ekologickým a levným čisticím prostředkem je ocet (koupelna, záchod, kuchyň).

Při zpracování této kapitoly bylo čerpáno z otázek a odpovědí Sítě ekologických poraden – na jejích internetových stránkách *www.ekoporadna.cz* naleznete spoustu zajímavých zodpovězených dotazů nejen na téma čisticích a pracích prostředků. Vyčerpávající informace na téma šetrný úklid včetně praní naleznete také v publikaci „Do čista - o environmentálně šetrném uklízení“ ke stažení v elektronické podobě na stránkách Ekologického institutu Veronica *www.veronica.cz*.

Název prostředku	Výrobce	EŠV	Skupenství	Zhodnocení prací účinnosti (remise v %)	Zhodnocení bilogické rozložitelnosti
Frosch tekutý prací prostředek univerzální	Frosch		tekutý	A (79)	b
Qalt Excel Koncentrát univerzální prací prostředek	Qalt Rakovník	EŠV	sypký	A (79)	b
Frosch - tekutý prací prostředek na jemné a barevné prádlo	Frosch		tekutý	A (77)	a
SA 8™ COLOR Prací prášek na barevné prádlo	Amway		sypký	A (76)	b
SA 8™ Premium + BIOQUEST prací prášek	Amway		sypký	A (76)	b
ECOVER koncentrovaný tekutý prostředek na praní	Ecover Belgium		tekutý	B (71)	a
DonGemini prášek na praní	DonGemini		sypký	B (71)	c
ECOVER prací prášek na barevné prádlo	Ecover Belgium		sypký	B (68)	a
DonGemini tekutý prostředek na praní	DonGemini		tekutý	C (63)	a
DonGemini - tekutý prostředek s lanolinem na praní vlny	DonGemini		tekutý	C (62)	a
Sodasan BIO color tekutý prací prostředek	SODASAN		tekutý	C (60)	a
Permon	Missiva	EŠV	tekutý/sypký	C (59)	a
Sodasan na vlnu a choulostivé prádlo	SODASAN		tekutý	D (56)	b
Sodasan EKO kompakt	SODASAN		sypký	D (55)	a
SA 8™ DELICATE	Amway		tekutý	D (53)	b

Zdroj EKOLIST

Vysvětlivky k tabulce

Protože výsledky biologické rozložitelnosti jsou zatíženy poměrně velkou chybou, vychází konečné určení pořadí z prací účinnosti, která je více průkaz-

Hodnocení prací účinnosti pracích prostředků:

- skupina A - kvalitní prací prostředky
- skupina B - průměrné prací prostředky
- skupina C - podprůměrné prací prostředky
- skupina D - velmi slabé prací prostředky

Kvalitní prací prostředky mívají hodnoty prací účinnosti vyšší než 75 %, účinnost praní v obyčejné vodě dosahuje hodnoty 50 %.

Hodnocení biologické rozložitelnosti:

- skupina a - prostředky snadno rozložitelné do 7 dnů
- skupina b - prostředky snadno rozložitelné do 28 dnů
- skupina c - prostředky rozložitelné

MYTÍ NÁDOBÍ V MYČCE

Z pohledu ochrany životního prostředí je důležitá především volba mycího prostředku. I když prací prášky s fosfáty jsou na našem trhu již zakázané, netýká se toto omezení prostředků do myček na nádobí. Na rozdíl od prostředků pro ruční mytí, jsou v mnohých prostředcích pro mytí v myčce fosfáty používány a to pro změkčování vody. Další škodlivou látkou může být chlor, který je v některých prostředcích použit jako bělidlo. Doporučujeme tedy **vybírat si prostředky bez chloru a bez, příp. s nízkým obsahem fosfátů.**

Stejně jako u praní prádla, můžeme eliminovat negativní vliv na životní prostředí také u myček – a to nejen volbou mycího prostředku. Myčku je třeba vhodně vytížit (což může být problém především u malých domácností), energii uspoří napojení myčky na přívod teplé vody (pokud je to konstrukčně možné), dbáme na správné dávkování regeneračních solí, čímž zvyšujeme kvalitu mytí bez chemie a prodlužujeme životnost myčky, volíme programy podle míry znečištění nádobí, mycím prostředkem neplýtváme, dávkujeme přesně, vybíráme myčku podle spotřeby energie i vody. Více informací tipů najdete na stránkách *www.ekospotrebitel.cz*

KOSMETIKA

Ze všech stran se na nás valí reklamní slogany nabízející „…krásnou pleť bez vrásek … neslíbatelnou rtěnku… 2x větší objem řas…“ výběr zkrášlovacích prostředků je opravdu široký. Bohužel velká část běžně dostupných výrobků může být stále testována na zvířatech a to velmi krutými způsoby. A to i přes to, že dnes existují alternativní metody testování kosmetických výrobků, které jsou navíc mnohdy levnější.

Česká legislativa sice od roku 2004 zakazuje testování kosmetických přípravků a jejich složek na zvířatech, bohužel je většina složek do ČR dovážena ze zemí, kde takto přísná legislativa neexistuje nebo jsou primárně určeny k jiným účelům a proto zákazu nepodléhají. V rámci EU platí zákaz od roku 2009, ovšem se třemi výjimkami – nadále jsou tedy prováděny testy toxicity po opakované dávce, reprodukční toxicity a toxikokinetiky, pro něž bude zákaz platit až od r. 2013, pokud nedojde k odkladu.

Chce-li si být spotřebitel jist, že nakupuje výrobek netestovaný na zvířatech, musí hledat na výrobku certifikát HCS (Human Cosmetics Standard – Humánní standard pro kosmetické pro-

středky) – jediný celosvětově platný certifikát, firmy, které jej obdrží, podléhají pravidelným kontrolám nezávislými auditory. Seznam značek s certifikátem HCS a/nebo HHPS (obdoba HCS pro přípravky pro domácnost) dostupných v České republice:

- Balm Balm - www.lavanda.cz/balm-balm/c-1163/
- Freeman - www.freemanbeauty.com, - www.calco.cz
- Hedera natur (značky: Almacabio, Equo, Eco, Florame) - www.detersivoequo.it, www.florame.cz
- Himalaya Herbals - www.himalaya-herbals.com
- Jason Natural Cosmetics - www.jason-natural.com
- Kiss My Face - www.kissmyface.com, www.kissmyface.cz
- Laboratoire Holistica International - www.holistica.fr
- Liz Earle Cosmetics (KPL Cosmetics Ltd) - nákup pouze přes internet - www.lizearle.com
- L'Occitane - www.loccitane.cz
- Lush - www.lushcz.cz – výrobek s přísnější kontrolou než vyžaduje certifikát HCS
- Lily LoLo Mineral Cosmetics - nákup pouze přes internet - www.lilylolo.co.uk
- Manufaktura - www.manufaktura.cz
- Marks & Spencer - www.marks-and-spencer.cz
- Mary Kay - www.marykay.cz
- Melvita - www.melvita.cz
- Montagne Jeunesse - www.montagne-jeunesse.cz, www.montagnejeunesse.com
- Nothing Nasty - nákup pouze přes internet - www.nothingnasty.com
- Organix South Inc. (Thera Neem) - - www.organixsouth.com
- Paul Mitchell - www.paulmitchell-shop.cz
- Raw Gaia - http://www.heaven4skin.cz/raw-gaia-v2.html
- Sanoflore - www.sanoflore.cz
- Suma Foods (Triangle Wholefoods Collective Ltd; výrobky Ecoleaf) - www.suma.coop
- Super Diet - www.superdiet.fr
- The Body Shop - www.thebodyshop.com
- Urtekram - www.urtekram.cz
- Yes Syzygy Ltd - nákup pouze přes internet - www.yesyesyes.org
- Yves Rocher – www.yves-rocher.cz

Seznam kamenných obchodů i e-shopů s těmito výrobky naleznete na stránkách organizace Svoboda zvířat pod kampaní Oběti krásy *http://www.pokusynazviratech.cz/*. Existují i několik dalších označení přírodní kosmetiky, která by neměla být na zvířatech testována (mnohde ovšem není dále kontrolováno) – přehled těchto značek, vám pomůže lépe se na trhu zorientovat - naleznete na stránkách *http://www.netestovanonazviratech.cz/faq*. Určitým řešením je také spolehnout se na prostředky na přírodní bázi (mýdlo, byliny, mezi přírodní a netestovaný však není možno vložit rovnítko) a nevyhledávat novinky, jejichž výroba vyvolává potřebu nového testování.

ODPADY

Jak již bylo řečeno, recyklace je sice činnost záslužná, nicméně není řešením naší odpadové situace. Ministerstvo životního prostředí také uvádí negativní trend nakládání s odpady – 91 % veškerého komunálního odpadu končí na skládkách! Nejdůležitějším bodem je proto **předcházet vzniku odpadů**. Zboží, které obal nepotřebuje, zbytečně nebalíme – např. ovoce a zelenina se bez igelitového sáčku obejde, nemáte-li ten pocit, noste si do prodejny sáčky vlastní – schválně, nemáte jich doma již řádnou kupu donesených z obchodu? To stejné platí pro pečivo. Vybírejte větší balení místo více menších. Vyhýbejte se věcem na jedno použití, vybírejte zboží, které není zbytečně baleno či je baleno v obalu, který je alespoň recyklovatelný a méně problematický. Máte-li možnost, dejte přednost papíru před plastem, skleněným lahvím před plastovými či alespoň plastům čirým před barevnými (mimochodem kvalita vody v naší zemi umožňuje pití rovnou z kohoutku, což je to nejekologičtější řešení). Vyhněte se hliníkovým obalům, neboť jejich výroba je velmi energeticky náročná a také obalům a výrobkům z PVC – ty jsou problematické jak pro přírodu, tak i pro zdraví člověka. Nevhodné jsou také obaly z polystyrenu. Problematické jsou nápojové kartóny, které sice již na mnohých místech máme možnost třídit, energetická náročnost jejich recyklace je však pořád příliš vysoká a nachází se pro ně velmi špatné druhotné uplatnění, je tedy lepší je nekupovat.

Pokud odpady vzniknou, snažte se je v co největší míře roztřídit pro možnou recyklaci. V roce 2009 bylo vyprodukováno 356 kg komunálního odpadu na jednoho obyvatele. Z celkového množství připadaly téměř 2/3 na odpad směsný, tedy netříděný (zdroj: MŽP ČR).

Co do které popelnice patří?

Je potřeba vždy se seznámit se systémem sběru a separace odpadů v místě Vašeho bydliště (např. nápojové kartony se v některých obcích ukládají k papíru, jinde k plastovému odpadu a někde mají zvláštní kontejner nebo např. není možné vždy třídit všechny popsané druhy plastů, ale třeba jen PET lahve atd.).

Papír

– do modrých kontejnerů **můžete hodit**: noviny, časopisy, kancelářský papír, reklamní letáky, knihy, sešity, krabice, lepenka, kartón, papírové obaly (např. sáčky),

nevhazujte: mokrý, mastný nebo jinak znečištěný papír, uhlový a voskovaný papír, použité plenky a hygienické potřeby

Obaly z papíru bývají označeny:

Sklo

– do zelených kontejnerů **můžete hodit**: láhve od nápojů, skleněné nádoby, skleněné střepy - tabulové sklo,

nevhazujte: keramiku, porcelán, autosklo, drátěné sklo a zrcadla. V některých městech mohou být kontejnery zvlášť na bílé a zvlášť na barevné sklo.

Obaly ze skla bývají označeny:

Plasty

- do žlutých kontejnerů **můžete hodit**: PET láhve od nápojů (nezapomeňte je sešlápnout stejně jako ostatní duté obaly), kelímky, sáčky, fólie, výrobky a obaly z plastů, polystyrén,

nevhazujte: novodurové trubky, obaly od nebezpečných látek (motorové oleje, chemikálie, barvy apod.), výrobky z PVC.

Obaly z plastů bývají označeny:

Kovy

- kovové odpady – včetně hliníku, se odnášejí do sběren nebo na sběrné dvory. Jste-li nadšenec a snažíte se separovat také drobný hliníkový odpad, kterému se i přes veškerou snahu nevyhnete (např. víčka od jogurtů), máte velmi omezené možnosti, kde tento odpad odevzdat, aby byl skutečně recyklován. Zkuste oslovit instituce z Vašeho okolí, občas se sběrem drobného hliníku zajímají knihovny, školy či mateřská centra. Drobný hliníkový odpad je rovněž možno zaslat přímo zpracovateli. V některých obcích je možno kovový odpad ukládat do kontejnerů společně s plasty, kontejner musí být označen šedou nálepkou s příslušným nápisem.

Nápojové kartóny

pokud se ve Vaší obci nápojové kartony sbírají, odhazujte je do kontejnerů nebo pytlů označených touto oranžovou nálepkou (v některých obcích bývá na kontejneru pro plasty), před tím je sešlápněte nebo zmáčkněte.

Pokud se ve Vaší obci kartony ještě nesbírají, nezbývá nic jiného, než je vyhodit do směsného odpadu.

Obaly z nápojových kartonů bývají označeny:

Do běžné popelnice dále nepatří: nebezpečné odpady jako baterie, akumulátory, zářivky, pneumatiky, mrazničky, ledničky, barvy, chemikálie atd. a také velkoobjemové odpady (nábytek, koberce, matrace..). Ty můžete dovézt na sběrný dvůr, či využít služeb pojízdné sběrny nebezpečných odpadů.

Kompostovatelný odpad

Máte-li vlastní zahradu, není problém založit si na ní kompost a plnit jej odpadem z kuchyně. Nemáte-li to štěstí, nezoufejte, kompostovat se dá i v bytě či například na sídlišti. Pokud se Vám z jakéhokoliv důvodu nezamlouvá vermikopostování (kompostování za pomoci žížal) v prostorách Vašeho bytu, je pro Vás další možností tzv. komunitní kompostování. Jedná se o uzamykatelný dvoukomorový kompostér, do něhož zapojené domácnosti třídí svůj domácí biologicky rozložitelný odpad a po čase si rozeberou vyzrálý kompost.

Problematice kompostování se v podmínkách České republiky systematicky věnuje sdružení Ekodomov *www.ekodomov.cz* (jeho působnost je spíše v Čechách). Občanské sdružení Eko-info centrum Ostrava *www.eico.cz* pomohlo umístit první čtyři komunitní kompostéry na území Ostravy, dalších pět boxů bude v rámci aktivit EICO umístěno v roce 2011 v různých částech Moravskoslezského kraje. Nemáte-li to štěstí, že by se fungující komunitní kompostér vyskytoval ve Vašem okolí, můžete se sami stát iniciátory vzniku nového místa.

Systém sběru a recyklace odpadů je popsán na stránkách firmy Ekokom *www.ekokom.cz*.

KDO ŠETŘÍ MÁ ZA TŘI

Úspory vody a energie nejsou prospěšné jen pro životní prostředí, ale také pro Vaši kapsu. Zde je tedy několik tipů, jak úspory realizovat:

☑ nemyjte nádobí pod tekoucí vodou, pokud máte myčku na nádobí, zvolte vhodný program, resp. vhodnou teplotu vody, pokud je to technicky možné, zapojte myčku na přívod teplé vody, můžete ušetřit až 50 % elektrické energie

☑ dávejte přednost sprchování před plnou vanou, čímž ušetříte až 60 % spotřebované vody, což při průměrné spotřebě vody člověka na rok znamená cca 700 Kč a to už je slušná úspora, stejně tak je zbytečné nechat vodu téci při čištění zubů

☑ nenechte kohoutky kapat – jedna kapka za minutu znamená 2000 litrů za rok a kohoutky kapou poměrně vyšší frekvencí než kapka za minutu

☑ pořiďte si pákové baterie, které umožní nastavení teploty vody bez jejího zbytečného plýtvání, opatřete sprchu úspornou hlavicí a umyvadla perlátory

☑ používejte dvoufázové splachování WC, které může 4 členné rodině ušetřit skoro 1000 Kč ročně

☑ pračku pouštějte až je naplněná, optimální teplota praní prádla pro zdravého dospělého člověka je 40 stupňů C

☑ v rychlovarné konvici vařte jen tolik vody, kolik zrovna potřebujete

☑ používejte při vaření pokličku, spotřebujete tak mnohem méně energie

☑ pořiďte si úsporné zářivky do místností, kde je to vhodné – kde pobýváte delší dobu, na WC či do koupelny je vhodná obyčejná žárovka

☑ není nutné chodit v zimě doma v kraťasech, 21 stupňů C je dostačující teplota, teplo se podílí na spotřebě energie v českých domácnostech 56 %, takže v této oblasti můžeme dosáhnout výrazných úspor. Kromě snížení teploty v bytě a zateplení obydlí, které však nemusí být v naší moci, můžeme přispět také správným větráním – při větrání vypněte topení a větrejte krátce a intenzivně, nenechávejte okno pootevřené po delší dobu

☑ vypínejte spotřebiče, které momentálně nepoužíváte, i tzv. standby režim spotřebovává energii (až 8 % veškeré elektřiny), stejně jako zapomenutá nabíječka mobilu v zásuvce

☑ pokud kupujete nové spotřebiče, vybírejte z energetické třídy A (i v této třídě je několik stupňů)

Více tipů jak ušetřit najdete na stránkách organizace Greenpeace *http://www.greenpeace.org/czech/zijte_ekologicky*, další informace např. na stránkách *www.ekowatt.cz*, *www.uspornespotrebice.cz* nebo můžete také navštívit internetovou energetickou poradnu *www.i-ekis.cz*.

PLENKY

Používání jednorázových plen se stalo běžnou záležitostí, zatímco jejich látková podoba byla z trhu téměř vytlačena. Používání jednorázových plen je sice pro mnohé rodiče pohodlné, znamená však velkou zátěž pro životní prostředí, vyloučeny nejsou ani zdravotní rizika u dítěte.

Hlavním problémem je u jednorázových plen množství vzniklého odpadu. Zanedbatelná není ani energetická náročnost při výrobě, používání chloru k jejich bělení a možný obsah dioxinů v hotové pleně. A co Vás jistě potěší, pokud se rozhodnete látkové plenky používat, je fakt, že používání látkových plen ušetří nějakou tu korunku z Vašeho rozpočtu. Posuďte sami výhodu a nevýhody užívání běžných jednorázových plen:

Jaké mají jednorázové plenky nevýhody?

☑ Dítě vytváří velké množství tuhého domovního odpadu – až **jedna tuna na dítě** za plenkové období. Odpad je nerecyklovatelný, skládkuje se nebo pálí, pleny se rozpadají za 200 – 400 let.

☑ Zátěž pro přírodu znamená rovněž výroba jednorázových plen, neboť spotřebovává velké množství surovin (dřevo na buničinu, ropa na umělou hmotu, velké množství vody na výrobu celulózy). NAOPAK pleny látkové spotřebují méně energie i při opakovaném praní. Spotřeba surovin se uvádí u jednorázových plenek 10 - 50x vyšší než u plenek látkových.

☑ Kromě energetické náročnosti při výrobě mají dále negativní ekologický dopad - doprava (včetně nákupů) a spalování plen po jejich použití zatěžují ovzduší.

☑ Bělení buničiny znamená zátěž pro odpadní vody.

☑ Jednorázovky jsou **finančně náročné** (náklady na používání jednorázových plen se pohybují za přebalovací věk dítěte od 12 do 24 tisíc korun – podle značky. Moderní látkové pleny Vás přijdou na 10 až 17 tisíc korun – opět se liší dle druhu plen a pracího prášku, neboť je započtena i energie, voda a použité prací prostředky, klasické čtvercové pleny pak pouze na zhruba 5 – 8 tisíc korun)

☑ Dítě si hůře a později zvyká na nočník – prodlužuje se tak doba přebalovacího věku cca o půl roku až rok.

☑ Není zcela vyloučené **zdravotní riziko** (z reziduí stopových množství škodlivých látek, přehřívání pohlavních orgánů s možným vlivem na plodnost chlapců či nesprávný vývoj kyčlí)

☑ Na rozdíl od látkových plen s moderními svrchními kalhotkami, jednorázové pleny častěji „protečou“, což vyžaduje přebalení celého dítěte a vytváří zvýšenou potřebu praní. Je nutné zabývat se nákupem plen opakovaně během celého přebalovacího věku dítěte, což rovněž může být časově náročné.

Výhodou, která by všechny zmíněné nevýhody měla vyvážit, je menší pracnost při používání – snazší přebalování, úspora času - není nutné se zabývat praním a sušením.

Mnohdy je používání látkových či jednorázových plen pouze otázkou zvyku a organizace. Mnohým rodičům používajícím jednorázové pleny přijde nepředstavitelné začít používat pleny pratelné, aniž by se pokusili nad touto variantou zamyslet. Cílem předchozích odstavců je nabídnout argumenty proč vůbec začít uvažovat o látkových plenách.

Je pravdou, že používání látkových plen dnes již není běžnou záležitostí a proto vyžaduje především zájem rodiče o tuto problematiku. Kromě klasických čtvercových plen, které jsou nejlevnější variantou, je možné si vybrat ze široké nabídky tzv. moderních látkových plen – liší se střihem i materiálem (kromě běžné bavlny se můžete setkat s příměsí savého bambusu či konopí), dostupné jsou i pleny „all in one“ (vše v jednom), jejich používání je jednorázovým plenám velmi podobné (samozřejmě s tím rozdílem, že se po použití plena nevyhodí, ale vypere). Může chvíli trvat, než se rodič v nabídce zorientuje a vyplatí se poradit s někým, kdo látkové pleny již používá. Výhodou je, že plenkovou výbavu jednou pořídíte a můžete ji využít i pro další potomky či dokonce prodat dále. Tím se celková investice do plen pro jedno dítě ještě snižuje.

Nejlevnější a pro životní prostředí bezesporu nejšetrnější je obejít se bez plen. Ano i to je možné. Bezplenková komunikační metoda (BKM) je aplikace tradičního modelu přírodních národů v civilizaci třetího tisíciletí (některé národy ji praktikují po staletí dodnes). Základem je předpoklad, že pro dítě je přirozenější vykonávat svou potřebu „mimo plenu“ a pomocí „signálů“ informuje okolí, že „musí“. Spočívá proto v komunikaci rodiče a dítěte a vyhovění potřeb dítěte týkající se vylučování. S rodiči praktikující tuto metodu se můžete setkat i u nás (není ojedinělá ani v Anglii, Německu, Rakousku či jiných zemích). Pokud se o BKM chcete dozvědět více, zavítejte např. na www stánky *www.mokosha.info* či diskusi na serveru Modrý koník *http://www.modrykonik.cz/diskuse/tema/bezplenkova-komunikacni-metoda-ii/*. K dispozici je také český překlad knihy Ingrid Bauerové – Bez plenky. Organizací, která se problematikou dětských plen z pohledu dopadu na životní prostředí i zdraví dětí zabývá, je obecně prospěšná společnost Rosa, na jejichž stránkách najdete odpovědi na mnoho otázek týkajících se používání látkových plen *www.rosacb.cz* nebo *www.ekospotrebitel.cz*.

Jako zdroj tohoto materiálu byly použity výše zmíněné www stránky, kde najdete více informací a tipů k ekologicky příznivému chování v domácnosti, případně vlastní zkušenost.

Máte-li nezodpovězené otázky týkající se ekospotřebitelství, navštivte internetové stránky Sítě ekologických poraden www.ekoporadna.cz.

Pro Moravskoslezský kraj fungují webové stránky http://ekoporadna.kr-moravskoslezsky.cz/ .

POZNÁMKY:

LITERATURA A INTERNETOVÉ ZDROJE

Soukupová, V. (ed): Průvodce ekospotřebitele. České Budějovice, Rosa, 2005.

Máchal, A., Vlašín, M., Smolíková, D.: Desatero domácí ekologie. Brno, Rezekvítek, 2000.

Jako zdroj tohoto materiálu byly použity také www stránky, na něž je odkazováno v textu, případně vlastní zkušenost autorů. Na zmíněných stránkách najdete více informací a tipů k ekologicky příznivému chování v domácnosti.

- www.bedynky.cz – zde se můžete dozvědět více o doručování zeleniny v tzv. bedýnkách a najít si nejbližšího dodavatele
- www.biospotrebitel.cz - nejen seznam prodejen a producentů biopotravin
- www.ceskefarmarsketrhy.cz – přehled míst pořádání Farmářských trhů a další informace
- www.czechfsc.cz - užitečné při nákupu dřevěných výrobků. Dozvíte se zde vše o environmentálně vhodném, sociálně přínosném a ekonomicky životaschopném lesním hospodaření v České republice.
- www.eico.cz – stránky občanského sdružení Eko-info centrum Ostrava, zabývající se ekologickým poradenstvím a ekovýchovnou pro celou rodinu
- www.ekodomov.cz - stránky sdružení Ekodomov zabývajícího se odpady, především bioodpady a kompostováním
- www.ekokom.cz - stránky Autorizované obalové společnosti EKO-KOM, a.s. nejen o správném třídění odpadů
- www.ekoporadna.cz – stránky Sítě ekologických poraden
- http://ekoporadna.kr-moravskoslezsky.cz/ - stránky projektu Rozvoj environmentálního poradenství EPIC (environmentálních poradenských a informačních center) v Moravskoslezském kraji
- www.ekospotrebitel.cz - internetová podoba publikace Průvodce ekospotřebitele
- www.ekowatt.cz - informace o obnovitelných zdrojích a úsporách energie
- www.ekoznacka.cz - více o české ekoznačce Ekologicky šetrný výrobek a dalším ekoznačení
- www.fairtrade.cz - stránky společnosti pro Fair Trade a rozvojové vzdělávání - informace nejen o tzv. spravedlivém obchodu, ale také např. seznam míst, kde výrobky Fair Trade koupit
- www.globalecolabelling.net – zde naleznete přehled ekoznačení v různých zemích
- www.greenpeace.org/czech/zijte_ekologicky - několik základních rad a tipů, jak snížit svou ekologickou stopu.
- www.hyper.cz - stránky organizace NESEHNUTÍ věnované problematice hyparmarketů
- www.i-ekis.cz - internetové Energetické konzultační a informační středisko, zde můžete směřovat své dotazy ohledně energií
- www.kez.cz - více o biopotravinách, informace pro spotřebitele, ekozemědělce i prodejce biopotravin
- www.modrykonik.cz/diskuse/tema/bezplenkova-komunikacni-metoda-ii/ - informace a diskuse k bezplenkové metodě
- www.mokosha.info – informace nejen o bezplenkové metodě
- www.netestovanonazviratech.cz – stránky věnující se problematice testování kosmetiky, toaletních potřeb a čisticích prostředků na zvířatech
- www.pokusynazviratech.cz – stránky organizace Svoboda zvířat věnující se testování na zvířatech
- www.rosacb.cz- zde se dozvíte mimo jiná spotřebitelská témata mnohé o dětských plenkách, ale také o šetrných dámských hygienických potřebách
- www.uspornespotrebice.cz - množství informací o úsporách energie při nákupu a využívání domácích elektrospotřebičů

STÁTNÍ FOND
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Ministerstvo životního prostředí

Moravskoslezský kraj

Autorka textu: Mgr. Ing. Zuzana Krautová
Korektury textu: Ing. Ivana Mariánková
Občanské sdružení Eko-info centrum Ostrava (EICO)
Chelčického 4, Ostrava, 702 00
www.eico.cz
e-mail: info@eico.cz

Ostrava, 2011

eico
Eko-info centrum Ostrava

Vytištěno na recyklovaném papíře