

# Przepis na ekologiczne święta

## 9 krótkich porad, jak to zrobić

Przed nami wyjątkowy czas spotkań rodzinnych i imprezowania z przyjaciółmi. Oznacza to jednak nieuchronnie także dodatkowe przygotowania. Mamy dla Was kilka „protipów”, które pomogą ułatwić życie i może nawet trochę zmniejszyć grudniowy stres. Przy okazji są także przyjaźniejsze dla środowiska! W praktyce nie wygląda to tak nieosiągalnie, jak się wydaje.

### 1. Zapraszamy domowników do sprzątnia

Świąteczne przygotowania wielu osobom kojarzą się z myciem szyb, odkurzaniem, zamiataniem, zakupami... Trochę tego jest. Nie wszystko jednak musi robić sama pani domu czy nawet rodzice. Do grudniowych wielkich porządków warto zaprosić wszystkich domowników, także dzieci. Oczywiście zadania trzeba rozdzielać w miarę umiejętności. Takie rozwiązanie może nie tylko przyspieszyć cały „projekt sprzątniowy”, ale także obniżyć poziom stresu.



Dobrze, ale co to ma wspólnego z ekologią? Rodzinne porządki to świetna okazja, by porozmawiać z maluchami na przykład o dobrych praktykach. W trakcie wyrzucania śmieci możemy wytłumaczyć, które odpady wrzucamy do pojemnika żółtego, niebieskiego czy zielonego. Z kolei podczas zakupów uczymy, że pamiętanie o torbach wielokrotnego użytku opłaca się i ekonomicznie, i ekologicznie. Zanim wyrzucimy jakąś zabawkę upewniamy się, czy przypadkiem nie da się jej naprawić, a potem używać przez kolejne lata. To tylko kilka przykładów, jak wprowadzić dzieci w ekologiczne nawyki przy świątecznych porządkach.

### 2. Prezenty wybieramy z głową

Dla niejednego ta cześć przygotowań to największe wyzwanie. Mimo tego, że w sklepach propozycji nie brakuje, to jednak zaskakująco często wydaje się, że nic nie pasuje do potrzeb, gustu czy zainteresowań obdarowywanego. Poza tym każda szafka i szuflada w domu ma swoją ograniczoną pojemność... W takim przypadku warto zainteresować się prezentem w formie bonu czy vouchera. Obecnie możliwości takich podarunków są naprawdę szerokie i dostosowane do różnych wielkości portfeli. Znajdziemy zaproszenia na wydarzenia kulturalne, zajęcia dla dzieci, warsztaty kulinarne, degustacje, masaże, kursy tańca aż po lot paralotnią. W ten sposób nie wydajemy pieniędzy na przedmioty, które zalegną w kolejnych domowych przestrzeniach, często zwiększając liczbę wyrzucanych po kilku latach śmieci.

Jeśli jednak mamy już pomysł na coś konkretnego, warto sprawdzić czy dany prezent jest dostępny do kupienia na platformie internetowej, gdzie swoje oferty wystawiają prywatne osoby. Często można znaleźć tam nieużywane przedmioty. Książki, gry planszowe czy ozdoby nie potrzebują metki, by sprawiać radość. Zakupy dokonane w ten sposób pozwalają korzystać z rzeczy, które zostały już wyprodukowane. Cieszymy nie tylko swój portfel, ale także środowisko.

### 3. Pakujemy ekologicznie

Prezenty gotowe? Teraz czas na przygotowanie ich do wręczenia. I tym razem powraca temat używania wykorzystanych już raz materiałów. Wiele toreb na prezenty nie wymaga wcale wyrzucania. Można im dać drugie, trzecie, a nawet czwarte życie. Jeśli mamy w szafce wystarczająco dużo miejsca, warto przechować opakowania w dobrym stanie i przekazywać je dalej. To samo tyczy się kokardek, tasemek i innych ozdobników.

Drugi sposób na ekologiczne opakowanie to wykorzystanie przyjaznych środowisku materiałów. Owinięte w papier prezenty też ucieszą. Dodatkowo takie pakowanie jest kreatywniejsze i bardziej wyjątkowe. Wymaga oczywiście więcej czasu, ale można go potraktować jako przedświąteczny relaks. Czym ozdobić zwinięty w papier prezent? Ładnie będą wyglądać suszone płatki kwiatów (wersja romantyczna), suszone cytrusy (wersja zapachowa), wycinanki z gazet (wersja recyklingowa) czy po prostu nasze własne rysunki (wersja spersonalizowana, w niektórych przypadkach nawet humorystyczna).

### DIY: ekologiczne opakowanie na prezent

Potrzebujesz: papier pakowy (lub do pieczenia), sznurek jutowy (lub włóczka czy mulina), pomarańcza, cytryna, blok techniczny, gazeta o świątecznej tematyce (lub ulotka)

- odpowiednio wcześniej kroimy cytrusy na plasterki i suszymy
- prezent zawijamy w papier i wiążemy mocno sznurkiem, żeby uniknąć stosowania taśmy, zostawiając odpowiednio długie końce sznurka
- z bloku technicznego wycinamy małą wizytówkę,



wypisujemy na niej imię adresata, ozdabiamy grafiką czy grafikami wyciętymi z gazety

- wizytówkę wkładamy pod zawiązany sznurek lub przywiązujemy do niego
- kawałki cytrusów wkładamy pod zawiązany sznurek lub przywiązujemy do niego
- końce sznurka zawiązujemy w podwójną kokardkę

### 4. Przygotowujemy choinkę w doniczce

Czas przejść do kolejnego etapu, czyli wyboru choinki. Przyjęło się, że ekologiczna wersja to ta z lasu, naturalna. Można jednak pójść o krok dalej i kupić drzewko w donicy. Podczas świąt sprawdzi się jako ozdoba w domu, a później będziemy mogli przesadzić ją do ogrodu. Dzięki temu unikniemy też corocznego problemu ze stojakiem i całej walki o stabilizację choinki.

Co w przypadku braku ogródka? Na rynku dostępne są także mini choinki w doniczkach, które na co dzień mogą stać na przykład na parapetach czy balkonie. W sezonie zimowym wystarczy udekorować je zimowymi ozdobami i choinka gotowa. I to bez konieczności corocznej wyprawy w celu zdobycia drzewka. Można też wcześniej uspokoić najmłodszych, że rozmiar choinki nie musi być powiązany z rozmiarem gwiazdowych prezentów.



### 5. Wybieramy się na świąteczny spacer

Podczas wolnych dni wiele osób będzie odwiedzać najbliższych. Nie zawsze oznacza to podróż na drugi koniec kraju, czasem jest to tylko drugi koniec osiedla. O ile możliwości nam na to pozwalają, można wykorzystać wizytę jako pretekst do spaceru. Świąteczny czas kojarzy się bardziej z siedzeniem za stołem niż jakąkolwiek aktywnością fizyczną. Tym bardziej warto wykorzystać okazję do przewietrzenia się. Samochód nie jest nam do tego potrzebny.

Zaraz po świętach obchodzimy Nowy Rok i rozpoczyna się okres karnawałowy, a z nim różnego rodzaju imprezy. Wybierając się na nie samochodem, warto porozmawiać

wcześniej ze znajomymi i zabrać się na wydarzenie jednym pojazdem. Koszty takiej przejażdżki można podzielić między więcej osób, a i środowisko na tym zyska.



## 6. Gotujemy według potrzeb, nie według uznania

Kolejny ważny temat to kulinarne przygotowania. Choć trudno nam wyobrazić sobie Wigilię bez pierogów, śledzi czy makówek, to już perspektywa jedzenia ich przez kolejny tydzień nie napawa dużą radością. Nie zawsze łatwo oszacować, ile jedzenia tak właściwie potrzebujemy, zwłaszcza jeśli spodziewamy się gości, a wizja, że czegoś może zabraknąć, budzi co najmniej nerwowość. Z drugiej strony, niechlubną tradycją stało się wyrzucanie nieprzejezonych resztek. Od czego więc zacząć? Ważne jest dobre przygotowanie. Trzeba przypomnieć sobie, ile czego zostało podczas poprzednich świąt. Jeżeli po Wigilii karp był dojadany przez następne trzy dni, może wystarczy przygotować go cztery razy mniej? Dobrze też zwrócić uwagę na datę przydatności do spożycia kupowanych produktów. O ile bakalie czy mąka nie popsują się tak szybko, o tym masło czy sery – już tak.

## 7. Odwiedzamy lodówkę społeczną

Święta się skończyły, a mimo wszystko w domu pozostało za dużo potraw. Co teraz? Rozwiązaniem może być lodówka społeczna. W Tarnowskich Górach znajduje się ona przy Carrefourze (ul. Kościuszki 5). Przy markecie umiejscowiony został punkt, gdzie mieszkańcy mogą oddawać jedzenie, którego sami nie są w stanie przejeść. Z darów pozostawionych w lodówce społecznej korzystają wszyscy zainteresowani. To jednocześnie sposób na pomaganie i niemarnowanie żywności. Zgodnie z regulaminem, do lodówki przynosimy:

- produkty, które samemu mogłybyśmy zjeść
- wyroby własne, np. ciasto lub zupa, starannie i szczelnie zapakowane, z naklejonym opisem potrawy i datą przygotowania
- produkty suche, napoczęte – starannie zapakowane, np. torebka ciastek, sój mąki lub ryżu
- produkty, które wymagają chłodzenia dostarczamy w torbie termicznej lub przenośnej lodówce. Produkty te są opisane na etykiecie "przechowywać w warunkach +2 do +8 stopni Celsjusa lub "przechowywać w warunkach chłodniczych". Są to także sałatki, ciasta z kremem, śmietaną albo inne podatne na zepsucie jedzenie.

## 8. Nieudane prezenty przekazujemy dalej

Chyba każdy ma doświadczenie otrzymania подарunku, który później przez długie lata zalega na dnie szafy. Ostatecznie trzeba się go pozbyć. Dobre, a nawet nieużywane rzeczy lądują na przykład na śmietniku, a mogłyby przecież posłużyć komuś innemu. W okolicy nie

brakuje organizacji charytatywnych, które przyjętyby tego typu prezenty i przekazały dalej. Jedną z nich jest Tarnogórska Szafa Społeczna. Jej siedziba znajduje się przy ulicy Opolskiej 21 A. Wolontariuszy spotkamy w każdy wtorek i czwartek w godzinach od 16:00 do 19:00. Aktualnie trwa między innymi zbiórka odzieży zimowej.

Czas otulić ciepłem tych, którzy najbardziej tego potrzebują. W naszym punkcie teraz najbardziej potrzebujemy czapek, szalików i innych zimowych akcesoriów, które pomogą przetrwać najchłodniejsze dni. Jeśli macie w swoich szafach ciepłe rzeczy, których już nie używacie – podarujcie je tym, którzy tego potrzebują. Każdy szalik ma znaczenie. Każda czapka to uśmiech i odrobina nadziei. Razem możemy sprawić, że nikt nie będzie musiał zmagać się z zimnem samotnie! – zachęcają organizatorzy przedsięwzięcia.

## 9. Cieszymy się świętami

Brzmi banalnie, prawda? Warto jednak zastanowić się, czy ten czas to faktycznie moment wypoczynku i radości, czy więcej w nim stresu, zabiegania i zmęczenia. My sami też jesteśmy częścią ekosystemu, więc tak samo wymagamy opieki i troski. W przedświątecznej gonitwie łatwo zapomnieć, o co tak naprawdę w tym wszystkim chodzi. Na zakończenie przypominamy, by podczas tych kilku dni znaleźć czas na dobrą rozmowę z bliskimi, zabawę z dziećmi, kawę ze znajomymi, ale też chwilę dla samego siebie. Czas relaksu nie jest czasem zmarnowanym, jeśli nabieramy po nim więcej siły i energii. Jesteśmy też pozytywniej nastawieni do świata, a przede wszystkim – naszych najbliższych. Życzymy więc, aby nadchodzące święta okazały się radosne, spokojne i zdrowe.

# Zieloną Pracownią 2025

**Twoja szkoła nie ma jeszcze Zielonej Pracowni? To jeszcze może się zmienić. WFOŚiGW ogłosił nabory na dofinansowanie projektów i utworzenie sal na potrzeby nauk przyrodniczych, biologicznych, ekologicznych, geograficznych, geologicznych i chemiczno-fizycznych.**

W ostatnich latach w wielu szkołach na terenie powiatu tarnogórskiego powstały Zielone Pracownie założone dzięki wsparciu Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach. Są to nowoczesne, przyjazne przestrzenie, w których dzieci i młodzież mogą zdobywać wiedzę na różnych przedmiotach związanych ze środowiskiem.

Fundusz właśnie ogłosił nabory do przyszłorocznych konkursów. Mogą do nich aplikować szkoły, które chciałyby stworzyć takie sale dydaktyczne. W konkursie „Zielona Pracownia\_Projekt’2025” placówki mogą otrzymać nawet 12 tysięcy złotych na opracowanie

projektu. O przyznaniu środków decydować będzie wykorzystanie przestrzeni, funkcjonalność, estetyka, kreatywność, innowacyjność rozwiązań oraz różnorodność pomocy dydaktycznych, wyposażenia i sprzętu oraz zasadność ich zakupu. Wnioski będą przyjmowane do 31 stycznia 2025 r.

W konkursie „Zielona Pracownia’2025” szkoły podstawowe i średnie mogą dostać do 48 tys. zł m.in. na przeprowadzenie prac remontowych, zakup mebli, pomocy dydaktycznych, sprzętu komputerowego, audio-video, fotograficznego itd. Nabór będzie prowadzony w dniach od 1 do 31 marca 2025. Szczegóły obu na-



borów są dostępne na stronie [www.wfosigw.katowice.pl/zielona-pracownia.html](http://www.wfosigw.katowice.pl/zielona-pracownia.html)

# Są środki dla wspólnot

**Za oknem znów zrobiło się mroźno. Odczuwamy to na własnej skórze i portfelach. Szczególnie w nieocieplonych budynkach. Na szczęście są sposoby, aby wspólnoty mieszkaniowe uzyskały wsparcie finansowe na termomodernizację.**

16 grudnia rusza nabór wniosków do programu „EKO WSPÓLNOTA” finansowanego przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach. W jego ramach przyznawane będą dotacje i pożyczki dla wspólnot mieszkaniowych na zadania polegające na termomodernizacji budynków, montażu instalacji OZE, modernizacji źródeł ciepła, modernizacji instalacji c.o. lub c.w.u., likwidacji istniejących źródeł ciepła z jednoczesnym podłączeniem do sieci ciepłowniczej i ograniczeniem zużycia energii elektrycznej.

Wspólnoty będą mogły otrzymać nawet do 200 tysięcy złotych. Fundusz dysponuje środkami w wysokości 4 mln zł na przyznanie dotacji, zaś na przyznanie pożyczek nie ma ograniczeń. Co więcej dopuszcza się możliwość zwiększenia dostępnej puli środków. Wnioski będzie można składać tylko do 14 lutego 2025 r., ale trzeba się śpieszyć, bo nabór może zostać zamknięty wcześniej, jeśli alokacja środków zostanie wyczerpana.

Więcej informacji o programie można znaleźć na stronie internetowej [www.wfosigw.katowice.pl/program-eko-wspolnota.html](http://www.wfosigw.katowice.pl/program-eko-wspolnota.html)

