

## Магазин и отходы

---

- **Не выбрасывайте прочитанные журналы и книги** - отдайте их тому, кто захочет или в библиотеку. А также делите свою подписку на журналы с кем-то еще.
- **Игрушки, одежда и другие вещи**, которые стали не нужны вашей семье, могут пригодиться другой. Отыщите таких людей.
- **Пищевые отходы должны вернуться** в землю, благодаря которой выросли растения и животные, из которых сделаны пищевые продукты.
- **Покупайте напитки в стеклянной**, а не в алюминиевой или пластиковой бутылке, стеклянную тару можно сдать в магазин.
- **Используйте ненужную пластиковую** и другую тару для разведения цветов, хранения посуды и др. вещей.
- **По возможности не покупайте** упакованных товаров. Отдавайте предпочтение продуктам, которые продаются на развес.
- **Прихватите сумку или корзинку**, когда идете в магазин, тогда не придется покупать пластиковый пакет, а потом выбрасывать его. И избегайте покупки пластиковых пакетов, когда покупаете только один предмет.
- **Избегайте покупки одноразовых** товаров, таких, как зажигалки, лезвия и т.п. Покупайте предметы многоразового использования - перезаряжающиеся батарейки, многоразовые бритвы и др.
- **Покупай продукты, которые НЕ содержат** озоно-разрушающих веществ, а также стереофот.



## Вода

---

- **Отремонтируйте протекающие краны** и трубы, в среднем они могут стать причиной потери более 18200 литров воды в месяц.
- **Во время приготовления еды**, можно сохранять около 45-60 литров воды, промывая и моя овощи и фрукты в большой кастрюле с водой, вместо того чтобы мыть их под открытым краном.
- **Можно сэкономить около 60 литров** воды во время мытья посуды, если мыть посуду в раковине наполненной водой, а не под открытым краном.
- **Принимайте короткий душ** вместо ванны. Это помогает сохранить более 25 литров воды, что приблизительно в 3 раза меньше, чем прием ванны.
- **Закрывайте воду** когда чистите зубы, бреетесь или мылитесь. Наполняя раковину водой при бритье, вы используете около 4.55 литра, вместо 45 литров, которые вы потратите при открытом напоре воды. Закрывая кран во время чистки зубов, вы экономите 18 литров воды.
- **Во время покупки новой стиральной** машины, покупайте модели, с экономным режимом использования воды. Новые модели эффективнее старых в использовании воды на 40%.
- **Поливайте газоны и сады** утром и вечером, когда испарение гораздо меньше, чем днем.
- **Собирайте дождевую воду** для полива цветов и деревьев в вашем саду или на вашем газоне.



## Леса

---

- **Уменьшайте потребление и повторно используйте всю бумажную продукцию.** Все, начиная от газет до картонных коробок, может быть использовано повторно.
- **Покупайте переработанную продукцию** (со значком recycled). Если это возможно, используйте дома и в офисе только переработанную бумагу.
- **Экономьте бумагу.** Сделайте для себя привычкой использовать бумагу с обеих сторон.
- **Сажайте в своем дворе деревья.** Только убедитесь, что дерево которое вы сажаете естественно для вашей области.
- **Замещайте вырубленные деревья.** Если вы используете деревья для получения дров, обязательно замещайте их новыми саженцами.
- **Напишите прямо сейчас.** Напишите письмо в правительство чиновникам, выражая свое отношение к лесам страны. Напишите письма в местные газеты, чтобы привлечь внимание к этой проблеме. Спросите их, используют ли они переработанную бумагу и перерабатывают ли непроданные газеты.
- **Используйте экономные печи.** Если вы пользуетесь дровами для приготовления пищи и/или отопления своего дома, убедитесь что печи, которые вы используете экономные и не сжигают дров больше, чем это требуется.
- **Распространяйте "слово".** Поделитесь всеми своими идеями и заботой о лесе со своими соседями и друзьями. Привлекайте своих друзей, семью, соседей и коллег к действиям по защите лесных ресурсов. Ваш вклад тогда станет еще более ощутимым. **(Этот пункт касается любых экологических проблем).**

## Лесные пожары

- ♦ **Помогите нам распространить** эти советы для других - сделайте в своей школе/ВУЗе стенгазету, которая будет посвящена лесам и примерам их сохранения.

### КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ЛЕСНЫЕ ПОЖАРЫ

- **Ни в коем случае НЕ** бросайте в лесу горящих спичек и окурков.
- **НЕ разводите костров** и не сжигайте мусор в пожароопасный период.
- **НЕ используйте на охоте** пыжи из тлеющих материалов.
- **Соблюдайте предосторожность** и разжигайте костер только на очищенной до слоя грунта площадке.
- **Покидая место привала,** загасите костер водой или забросайте землей до полного прекращения горения и тления в очаге.
- **НЕ оставляйте в лесу** промасленный и пропитанный бензином обтирочный материал.
- **НЕ оставляйте стеклотару** и разбитое стекло. Преломляя солнечные лучи, оно может стать источником пожара.
- **Начинающийся пожар** потушите водой, ветками лиственных деревьев или забросайте землей.

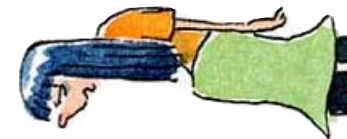
Чтобы компенсировать глобальный урон, наносимый вырубкой лесов, нужно засаживать деревьями около 375 млн. акров земли ежегодно!  
(данные ЮНЕП)



## Разное

- **Создавайте молодежные** экологические группы в школах или микрорайонах.
- **Проводите встречи по** экологическим вопросам в школах. На такие встречи можно пригласить специалиста, ученого, представителя экологической организации.
- **Старайтесь объяснить** людям, живущим по соседству всю масштабность экологических проблем – мы предоставим вам такую информацию!
- **Не сжигайте мусор** и листья – это приводит к выбросу в атмосферу ядовитых газов и сажи.
- **Проводите акции по** очистке озер, речушек, каналов и других водоемов в вашем районе. Акции по уборке мусора можно проводить также в парках или скверах, на вашей улице или в вашем микрорайоне.
- **Присоединяйтесь к работе** экологических организаций, например таких, как наша.
- **Сажайте деревья,** кустарники и цветы. Разведите свой собственный сад!
- **Проводите кампании** против жестокого обращения с животными или охоты.
- **Пишите письма** вашим местным властям, компаниям или фирмам, которые, по вашему мнению, наносят вред окружающей среде. Вы можете собрать подписи у ваших соседей и друзей, обеспокоенных этим.
- **Пользуйтесь велосипедом** вместо машины и общественным транспортом вместо личного автомобиля.
- **Заставляйте покупать** ваших родителей и/или покупайте сами электроприборы, потребляющие меньше энергии и энергосберегающие лампы.
- **Не забывайте рассказывать** своим друзьям и близким о том, что они тоже могут сделать массу полезных вещей, чтобы помочь ПРИРОДЕ!

Экологическая организация “Ради Земли”  
734003, Таджикистан, Душанбе,  
ул. Набережная д.14  
тел. (+992 372) 24-12-77,  
E-mail: <forearth@yandex.ru>



Республиканская экологическая организация  
“Ради Земли” (“For the Earth!”)

Мы члены Международного Социально-Экологического Союза  
Мы члены Youth and Environment Europe

**Как Вы можете помочь природе?  
практические советы**