

PORADNIK



TAURON

Ekologiczne TRIKI w Twoim domu

36 EKOLOGICZNYCH PORAD

- Jak skutecznie **oszczędzać energię**
- Jak ekologicznie **sprzątać i gotować**
- Jak stosować **zero waste**



lepiej.tauron.pl



Zastanawiasz się, jak sprawić, żeby codzienne prace, które wykonujesz w domu i w ogrodzie, były bardziej ekologiczne?

**Przygotowaliśmy poradnik zbierający ekologiczne triki, które podpowiedzą Ci,
jak w prosty sposób uczynić swoje życie bardziej ekologicznym.**

W poradniku znajdziesz nie tylko porady dotyczące oszczędzania prądu i ciepła,
ale także sposoby na ekologiczne sprzątanie, gotowanie, zakupy,
a także porządki w ogrodzie.

Porady przygotowali pracownicy Grupy TAURON.

**Życzymy przyjemnej lektury
Zespół TAURONA**



SPIS TREŚCI

- | | |
|---|----|
| 1. Oszczędzaj energię w domu | 4 |
| 2. EKologiczne porządki
– poznaj przepisy na domowe środki czystości | 9 |
| 3. Bądź EKO w kuchni | 14 |
| 4. Podczas zakupów nie zapominaj o byciu EKO | 18 |
| 5. Zero waste – drugie życie przedmiotów | 19 |



1

OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ W DOMU



Nie istnieje jedna złota zasada, która pozwoli Ci z dnia na dzień obniżyć zużycie energii elektrycznej. Jednak czasami już niewielka zmiana nawyków może przynieść wymierne korzyści dla Twojego domowego budżetu.

Sprawdź, jak w łatwy sposób zmniejszyć zużycie prądu i ciepła w Twoim domu i mieszkaniu.

KONTROLA TEMPERATURY W STARYM BUDOWNICTWIE

Wiele się mówi o inteligentnych domach, w których kontrola temperatury powietrza w pomieszczeniach jest automatyczna. W takich domach wykorzystywane jest tyle ciepła/energii, ile jest na dany moment konieczne. Jednak w starszych budynkach dużo trudniej jest wprowadzić taką automatyzację i często grzejniki są cały czas odkręcone, nawet pod nieobecność domowników.

Istnieje prosty sposób, aby lepiej kontrolować działanie grzejników, nawet tych żeliwnych. Wystarczy wymienić tradycyjne gałki w kaloryferach na inteligentne głowice termostatyczne. Ich zakup to stosunkowo niewielki wydatek – ceny takich głowic zaczynają się już od kilkudziesięciu złotych za sztukę.

Jeżeli zdecydujesz się na taką inwestycję, wybierz taką, która pozwoli Ci tworzyć scenariusze działania grzejnika. Dzięki niej można ustawić godziny, w których kaloryfer będzie się nagrzewał do określonego poziomu, np. 5. Głowice z czujnikami temperatur pozwolą Ci wybierać ustawienia, dzięki którym grzejnik uruchomi się, gdy temperatura w pomieszczeniu spadnie do określonego poziomu. Co ważne, automatyczne głowice termostatyczne mogą posiadać czujniki otwartych okien, dzięki czemu ogrzewanie będzie wyłączane w momencie wykrycia otwartego okna w pomieszczeniu.

Kolejnym krokiem może być rozbudowa systemu głowic o kolejne czujniki, które pozwolą Ci tworzyć jeszcze bardziej zaawansowane scenariusze, np. „Włącz ogrzewanie po przyjeździe osoby do mieszkania”. Automatyczne i inteligentne głowice termostatyczne pozwolą zaoszczędzić pieniądze i energię oraz nie przegrzewać niepotrzebnie naszych mieszkań.



EKOporada 2



PRZYGOTUJ TWÓJ DOM NA ZIMĘ

Przed rozpoczęciem sezonu grzewczego sprawdź, czy Twój dom jest przygotowany na kilka miesięcy ogrzewania. Zacznij od porządków w kotłowni – nieważne, jakim źródłem ciepła ogrzewasz dom, powinieneś wykonać przegląd i czyszczenie pieca. Takie prace najlepiej zlecić wyspecjalizowanej firmie, szczególnie wtedy gdy ogrzewasz dom pompą ciepła lub kotłem na gaz. Przegląd powinien objąć także komin.

Przed sezonem grzewczym warto sprawdzić także ustawienie okien. Bardzo często zapominamy o tym, że okna posiadają tryb zimowy, który możesz ustawić w bardzo łatwy sposób. W tym celu otwórz okno – na ramie znajdziesz metalowe rolki ryglujące. Ich liczba zależy od wielkości i modelu okna.

Na każdej z rolek znajduje się znak (najczęściej to kropka) – wskazuje on, w jakim trybie są aktualnie ustawione okna. Znak skierowany w stronę wnętrza, a więc tuż obok uszczelki, będzie oznaczał, że ustawiony jest tryb zimowy (znak bliżej zewnętrznej strony okna to tryb letni). Przygotowując okna na zimę, ustaw tryb zimowy. Na koniec sprawdź, czy okno bez problemu otwiera się i zamyka. Jeśli natrafisz na duży opór – odrobinę poluzuj śruby.

EKOporada 3

ZAINWESTUJ W ENERGOOSZCZĘDNE ŻARÓWKI

Za dużą część zużycia prądu w Twoim domu odpowiada oświetlenie. Szczególnie wtedy, gdy używasz tradycyjnych żarówek. Zdecydowanie tańsze w eksploatacji są żarówki LED-owe. Choć koszt ich zakupu jest wyższy, to działają one dłużej i przy tym zużywają zdecydowanie mniej prądu. Dlatego wymiana wszystkich żarówek w Twoim domu przyniesie oszczędności na rachunkach za prąd. Wymianę żarówek możesz przeprowadzać sukcesywnie – po kilka w każdym miesiącu. Dzięki temu inwestycja w energooszczędne oświetlenie nie będzie odczuwalna dla Twojego domowego budżetu.



EKOporada 4

ODŁĄCZAJ NIEUŻYWANE SPRZĘTY

Myślisz, że urządzenia, których nie używasz, a które najczęściej zostawiasz w gniazdku, takie jak np. wszelkiego rodzaju ładowarki, nie zużywają prądu? Nic bardziej mylnego. Nieużywana ładowarka podłączona do gniazdka pobiera prąd. Jest on nieznaczny, natomiast gdy pomnożymy go przez liczbę ładowarek używanych przez wszystkich domowników i liczbę dni w roku, okazuje się, że zużycie prądu jest spore.

Podobnie sprawa wygląda ze wszystkimi urządzeniami, które pozostawiamy w trybie spoczynku (tzw. standby) – urządzenia w tym trybie również pobierają prąd. Dlatego warto pamiętać o tym, żeby je wyłączać.



EKOporada 5

REGULARNY SERWIS I CZYSZCZENIE SPRZĘTU

Regularny serwis, a także czyszczenie sprzętów używanych w domu nie tylko wydłuży ich żywotność, ale także sprawi, że będą one zużywały mniej prądu. Zakamieniony czajnik czy pralka, wybrakowana uszczelka w lodówce, czy zanieczyszczona zmywarka – będą pobierać więcej energii do prawidłowego działania. Dlatego pamiętaj o regularnym serwisie urządzeń i utrzymywaniu ich w czystości. Dzięki temu zapłacisz mniej za prąd, ale także zmniejszysz prawdopodobieństwo nagłej awarii urządzeń domowych.

EKOporada 6

ZUŻYWAJ MNIEJ CIEPŁEJ WODY I ENERGII DO JEJ PODGRZANIA

Często naczynia przed włożeniem ich do zmywarki należy przepłukać, szczególnie wtedy, gdy pozostałości po jedzeniu są spore i Twoja zmywarka sobie z nimi nie poradzi. Najlepiej robić to w zimnej wodzie. Dzięki temu zmniejszysz zużycie prądu – i to wcale nie tak mało, bo przecież naczynia płucze się codziennie – Twoje rachunki będą mniejsze, a i skorzysta na tym środowisko!



2

EKOLOGICZNE PORZĄDKI – POZNAJ PRZEPISY NA DOMOWE ŚRODKI CZYSTOŚCI



EKOporada 1



EKOLOGICZNE ZMYWANIE PODŁÓG

Aby usunąć brud i zanieczyszczenia, a jednocześnie nie stosować środków chemicznych, stwórz ekologiczny płyn do mycia podłóg.

Składniki:

- 5 litrów ciepłej wody
- 1 szklanka octu
- 3 krople olejku z drzewa herbacianego

Tak przygotowanym płynem umyj podłogi. Zapach octu oraz olejku szybko wietrzeje, ale za to podłogi są czyste, a domownicy nie wdychają zapachu chemicznych środków czystości.

EKOporada 2



ZRÓB PŁYN DO PŁUKANIA TKANIN

Zwykłe płyny do płukania zawierają konserwanty, sztuczne substancje zapachowe i alergeny. Niestety płyny do płukania bardzo często uczulają, są drogie i mają bardzo intensywne zapachy, które nie każdemu mogą odpowiadać. W ich składzie są substancje, które mogą osiadać na pralce i prowadzić do jej zniszczenia. Ekologiczną alternatywą jest płyn domowej roboty. Składniki domowego płynu do płukania tkanin dodatkowo są bezpieczne dla dzieci i dorosłych z wrażliwą skórą.

Składniki:

- 1 litr wody
- 1 szklanka octu
- 1 łyżka sody
- 10-20 kropli olejku eterycznego o ulubionym zapachu

Wszystkie składniki zmieszaj. Wlewaj do pralki w miejsce płynu do płukania. Możesz nalać minimalnie więcej niż standardowego płynu.

EKOporada **3**

UNIWERSALNY PŁYN DO CZYSZCZENIA SZYB, KUCHNI ORAZ BLATÓW

Aby zapobiec gromadzeniu kolejnych plastikowych butelek, znajdź stary pojemnik z atomizerem i zamiast wyrzucać go, daj mu drugie życie. Przygotuj w nim ekologiczny płyn do czyszczenia!

Składniki:

- 2 szklanki przegotowanej wody
- ½ szklanki octu
- 1 łyżeczka płynu do naczyń
- 2 łyżki soku z cytryny (dla zabicia zapachu)

Wszystkie składniki wymieszaj i przelej do butelki.

Tego płynu można używać tak naprawdę do wszystkiego. Sprawdza się doskonale: blaty są czyste i błyszczące, a okna i lustra bez żadnych smug.



EKOporada **4**

PRZEPIS NA WŁASNY OLEJEK ETERYCZNY

Składnikiem wielu domowej roboty środków czystości jest olejek eteryczny. Możesz go wykonać sam.

Składniki:

- 1 szklanka suszonych ziół lub kwiatów
- ok. 1 ½ szklanki oleju jojoba lub oleju migdałowego
- filtr do kawy lub gaza
- szklany słoik

Suszone zioła lub kwiaty umieść w szklanym słoiku. Zalej je olejem. Koniecznie upewnij się, że wszystkie kwiaty i zioła są w pełni zanurzone. Zakręć słoik i umieść go w ciepłym miejscu na około 2-4 tygodnie. Pamiętaj o cyklicznym potrząsaniu słoikiem. Po upływie czasu oddziel kwiaty od oleju, używając filtra lub gazy. Przelej swój olej do ciemnej buteleczki i korzystaj z pięknego zapachu. Olejek możesz dodawać do domowej roboty środków czystości czy jako odświeżacz do pomieszczeń.

EKOporada **5**

ZABÓJCA KAMIENIA W TWOIM CZAJNIKU

Aby usunąć osad z kamienia w czajniku, nie musisz sięgać po środki ze sklepów. Składnik, który pomoże Ci usunąć kamień, z całą pewnością masz w swojej kuchni – to OCET.

Wystarczy, że wlejesz go do czajnika i zagotujesz. Odstaw do wystygnięcia. Następnie dokładnie wypłucz – czajnik znów będzie lśnił czystością i a po osadzie z kamienia nie będzie śladu.



EKOporada **6**

SPOSÓB NA CZYSZCZENIE TOSTERA

Składniki:

- 4 łyżki skrobi ziemniaczanej
- 1 łyżka sody oczyszczonej
- niewielka ilość wody

Ze składników przygotuj pastę. Nałóż ją równomiernie na blaszki tostera lub gofrownicy – zamknij i zapiecz. Po wystygnięciu biały nalot usuń ściereczką.



3

BĄDŹ EKO W KUCHNI



EKOporada

1

BULION Z OBIEREK!

Pyszny, esencjonalny, zdrowy i – co najważniejsze – nic się nie marnuje! Wystarczy tylko, że będziesz pamiętać o tym za każdym razem, gdy obierasz warzywa w kuchni. Kiedy na przykład przygotowujesz sałatkę lub gotujesz warzywa, nie wyrzucaj obierków do kosza, ale włóż je do pojemnika, a następnie zamrażarki. Możesz też użyć torebki strunowej. Pamiętaj – warzywa muszą być porządnie wyszorowane, żeby obierki były czyste. W zamrażarniku oprócz obierek z marchewek, pietruszki czy selera mogą wylądować też łodygi brokuła, zielone części pora, twarde końcówki szparagów i głąb kapusty. Po kilku tygodniach takiego zbierania masz gotowe składniki na zdrowy bulion. Wykorzystujesz najbogatsze w składniki mineralne części warzyw i nic się nie marnuje!



EKOporada

2

NIE MARNUJ RESZTEK

Rób częsty przegląd lodówki, aby nie wyrzucać jedzenia. Pamiętaj, że zwiędłe warzywa możesz dorzucić do zup, zamrozić na potem, upiec i dodać do ciast czy sosów (pieczone warzywa również można mrozić), zblendować na pasty do kanapek, dodając ulubione przyprawy.

Wykorzystaj liście kalafiora czy twarde części brokuła. Możesz dorzucić je do rosółu lub innej zupy. Jeżeli akurat ich nie potrzebujesz, pamiętaj, że bez obaw możesz je zamrozić, by wykorzystać w przyszłości.



EKOporada **3**

BROWNIE Z CZERSTWEGO CHLEBA

Czerstwe pieczywo możesz wykorzystać do przygotowania smacznego brownie. Do tego celu będzie Ci potrzebny: czerstwy chleb, siemię lniane, suszone daktyle, masło, mleko, cukier, kakao, cynamon, czekolada deserowa.

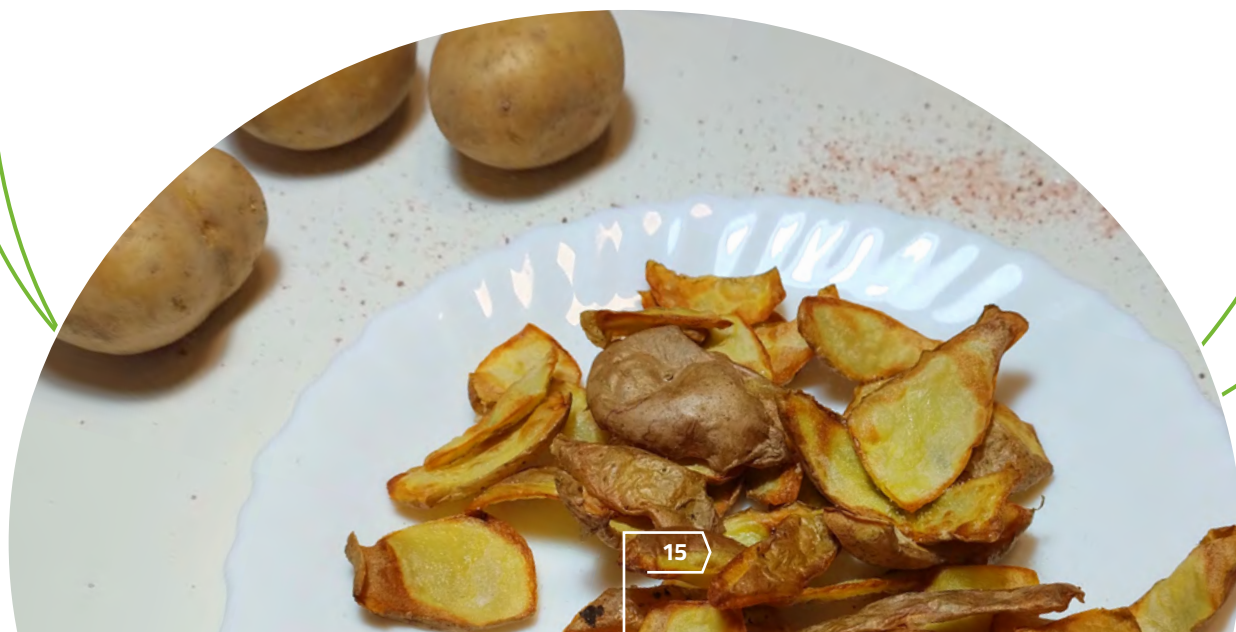
Zblenduj siemię lniane, daktyle i chleb. Dodaj do nich mleko i masło, a następnie zmiksuj. Do tak przygotowanej masy dołóż kakao, cynamon, cukier i dokładnie wymieszaj. Całość przełóż do formy i piecz przez 40 minut w temperaturze 180 stopni C. Po wyciągnięciu z piekarnika konieczne polej rozpuszczoną czekoladą.



EKOporada **4**

OBIERKI Z ZIEMNIAKÓW ZAMIAST CHIPSÓW

Ziemniak! Narodowa tradycja Polaków. Wykorzystajmy go zatem maksymalnie. Większość ludzi obierki z ziemniaków wyrzuca do kosza. Ale jest na to inne rozwiązanie – bardzo smaczne. Warunek jest jeden – wykorzystaj w tym celu obierki z ziemniaków umytych przed obraniem. Obierki rozłóż na papierze do pieczenia, skrop oliwą i włóż do piekarnika na 10 minut, 180 stopni C – termoobieg. Przed podaniem posól!



EKOporada 5

UŻYWAJ POKRYWEK DO GARNKÓW

Gotowanie, duszenie, pieczenie pod przykryciem nie tylko oszczędza energię, lecz także przyspiesza obróbkę termiczną: płyta indukcyjna lub piekarnik działają krócej i mniej intensywnie, co skutkuje wymierną redukcją zużycia prądu.

EKOporada 6

ODPOWIEDNI ROZMIAR W KUCHNI MA ZNACZENIE

Gotuj w czajniku elektrycznym dokładnie tyle wody, ile potrzebujesz: odmierz ją przy użyciu naczynia, w którym parzysz herbatę czy kawę. Dobieraj wielkość naczynia do średnicy pola grzewczego. Mały garnek na dużym palniku jest niekomfortowy w obsłudze i powoduje niepotrzebne zużycie energii elektrycznej.



EKOporada

7

WYKORZYSTAJ SWOJĄ ZAMRAŻARKĘ NA MAKSA!

Każdemu z nas zdarzyło się zamrozić jakiś produkt, a później zapomnieć o nim na wiele tygodni – aż do następnego mycia zamrażarnika albo poszukiwania miejsca do zamrożenia kolejnej porcji pożywienia, które „należy zamrozić, aby się nie zmarnowało”.



PAMIĘTAJ O KILKU ZASADACH

1. Do mrożenia nadaje się niemal wszystko. Nie oznacza to jednak, żeby wszystko mrozić. Mroź tylko to, co zjesz na bieżąco albo w ciągu kilku tygodni – mięso, masło, owoce sezonowe, borówki, truskawki, maliny.
2. Jeśli wiesz, że czegoś nie lubisz „po rozmrożeniu”, to tego nie zamrażaj. Wykorzystaj od razu lub podziel się z rodziną lub przyjaciółmi.
3. Mroź w porcjach. Jeśli mroisz drożdże, podziel je w porcje (np. w kostki po 25 g). Dzięki temu łatwiej będzie Ci rozmrozić taką porcję, jakiej akurat potrzebujesz. Podobnie z mięsem – mroź je w porcjach i odpowiednio opisz.
4. Zamrażaj produkty „luźno”, np. pierogi do zamrożenia rozłóż pojedynczo, a do woreczków zapakuj je po zmrożeniu. Dzięki temu pierogi się nie skleją i nic się nie zmarnuje.
5. Jeśli masz wątpliwość, to sprawdź w Internecie, co i jak można mrozić, bo niektóre produkty nie są wcale oczywiste! Przykładowo, można zamrozić awokado, ale bez pestki i pokrojone na takie kawałki, z których zwykle korzystasz.



EKOporada

8

FUSY Z KAWY – NIE WYRZUCAJ, WYKORZYSTAJ

Wykorzystując to, co zostaje na dnie naszej filiżanki lub w ekspresie do kawy, można zrobić peeling do ciała. Wystarczy kilka składników z kuchennej szafki i w swojej łazience mamy produkt niczym z najdroższej drogerii. Przygotuj tylko pół filiżanki wyschniętych fusów, szklankę cukru lub soli, pół szklanki oleju, np. kokosowego, ewentualnie łyżkę cynamonu. Wszystkie składniki wsyp do dużego słoika, zakręć i wstrząśnij. Gdy konsystencja będzie zbyt tłusta, dodaj więcej soli lub cukru. Pamiętaj o tym, żeby przechowywać peeling w chłodnym i ciemnym miejscu.

Peeling kawowy stosuj na zwilżoną skórę ciała. Wetrzyj okrężnymi ruchami, a następnie spłucz ciepłą wodą. Taka mieszanka świetnie działa także na stopy i dłonie, dzięki niej pozbędziemy się martwego naskórka.

Fusy po kawie to także doskonały nawóz dla roślin – zarówno tych w domu, jak i ogrodzie. Wystarczy, że szklankę fusów rozpuścisz w 10 litrach wody. Poczekaj kilkanaście minut i roztwór będzie gotowy do podlewania roślin. Pamiętaj jednak, że taki nawóz nadaje się wyłącznie do roślin kwaśnolubnych!

4 PODCZAS ZAKUPÓW NIE ZAPOMINAJ O BYCIU EKO



- 1. Na zakupy zabierz swoje torby**
i ewentualnie mniejsze woreczki, np. na warzywa.
- 2. Nie masz dużej torby na zakupach?** To nie powód, aby kupować plastikową torbę – rozejrzyj się po sklepie. Na pewno znajdziesz pusty karton, do którego zapakujesz zakupy!
- 3. Na mniejsze zakupy wybierz się rowerem lub piechotą.**
- 4. Produkty z długą datą ważności** kupuj w większych opakowaniach.
- 5. W przypadku ubrań dla dziecka możesz wymieniać się ze znajomymi i rodziną –**
w ten sposób ograniczysz ich zakup. Ubrania, z których wyrosło Twoje dziecko, przekaz innym. Kluczowe jest tu utrzymanie ubranek w dobrym stanie, aby jak najwięcej dzieci z nich skorzystało.
- 6. Ogranicz zakup ubrań:** wybieraj rzeczy uniwersalne, z dobrym składem, który pozwoli jak najdłużej użytkować rzecz. Kupuj również ubrania z drugiej ręki. Ubrania w dobrym stanie, których już nie zakładasz, sprzedaj. Możesz też podzielić się nimi z potrzebującymi.

5

ZERO WASTE – DRUGIE ŻYCIE PRZEDMIOTÓW



EKOporada **1**

ZAMIAST OCZYSZCZACZA WYKORZYSTAJ ROŚLINY

Rośliny w domu to nie tylko ozdoba – niektóre z nich mogą oczyszczać powietrze. Poprawiają jakość powietrza, usuwają szkodliwe substancje, a także mają właściwości nawilżające. Rośliny w sypialni wpływają na lepszą jakość snu oraz odprężenie się po ciężkim dniu w pracy. Zamiast szumiącego oczyszczacza powietrza, możemy uzyskać podobny efekt, upiększając swoje mieszkanie zielonymi roślinami.

Polecane w tym celu gatunki: paprocie, draceny, fikusy, skrzydłokwiaty czy monstery.

EKOporada 2

PORZĄDEK W SZUFLADACH

Chyba każdy ma w domu magiczną szufladkę z... kabelkami. Jak zrobić z nimi porządek? Wykorzystaj w tym celu rolki po papierze toaletowym czy ręczniku papierowym. Nawiń na nie pojedyncze kabelki. Dzięki temu nie będą się plątać w szufladzie. Dodatkowo możesz je opisać – jaki to kabel i do jakiego urządzenia.



EKOporada 3

NIE WYRZUCAJ MAKULATURY

Niepotrzebne gazety z szarego papieru (makulatury) możesz wykorzystać do polerowania umytych wcześniej okien – zamiast ręczników papierowych. To metoda, która pozwoli Ci cieszyć się czystymi oknami bez smug. Jeśli masz w domu takie gazety, koniecznie odłóż i wykorzystaj podczas porządków.

EKOporada 4

WYKORZYSTUJ MNIEJ PAPIERU!

Jeśli chcesz ograniczyć ilość zużywanego papieru, możesz to zrobić w bardzo prosty sposób. Zrób przegląd biurka i innych szafek w swoim domu – na pewno znajdziesz tam całą masę niepotrzebnych już kartek zadrukowanych tylko z jednej strony. Zamiast wyrzucać taką kartkę, możesz ją odwrócić i coś zanotować, wydrukować lub dać dzieciom do rysowania.



EKOporada 5

ZERO WASTE W ZABAWIE Z DZIEĆMI!

Każdy rodzic dziecka, które jest fanem bajki o piskach z Miasta Przygód, zna hasło jednego z bohaterów: „Nie wyrzucaj – wykorzystaj!”. Warto sobie o nim przypomnieć szczególnie wtedy, kiedy mały uczeń ma przygotować kreatywną pracę plastyczną do szkoły, przedszkola albo na konkurs. Z niepotrzebnych rzeczy (jak kubki plastikowe, stare gazety, fragmenty opakowań, kartony) można przy pomocy odrobiny wyobraźni wyczarować prawdziwe dzieła. Fragmenty rozwarstwionej bambusowej deski do krojenia świetnie imitują pień drzewa. Z pomalowanych patyczków do lodów można zrobić choinkę. Ponacinane zielone fragmenty starych magazynów mogą być trawą. Stara koszulka wypełniona watą i ozdobiona kilkoma elementami może zostać sową... jedynym ograniczeniem jest pomysłowość, której dzieciom nie brakuje. Dodajmy, że wspólna praca nad takimi rzeczami jest świetnym sposobem na spędzenie zimowego wieczoru z tabletem, telefonem czy komputerem odłożonym w najdalszy kąt. Zero waste w najczystszej postaci... oszczędzamy środowisku kolejnych śmieci i lokujemy swój czas w naprawdę wartościowe, rodzinne momenty.



EKOporada 6

POZBĄDŹ SIĘ PLASTIKU ZE SWOJEGO DOMU

Jeżeli na co dzień pijesz wodę niegazowaną, to sprawa jest prostsza – wystarczy kupić filtr do wody lub korzystać z wody z kranu.

Jeżeli lubisz wodę gazowaną, kup saturator do wody gazowanej. Jest już ich sporo na rynku. Takie saturatory posiadają wymienne naboje na gaz. Można je zakupić lub wymienić w korzystnej cenie w miejscach, gdzie sprzedawany jest gaz spożywczy.

Dzięki takiemu działaniu zredukujesz sporą ilość plastiku w swoim domu. Jeżeli dokupisz bidony na wodę dla całej rodziny, ograniczysz wykorzystanie jednorazowych, plastikowych butelek poza domem.



EKOporada

7

DRUGIE ŻYCIE ELEKTROŚMIECI

Elektrośmieci można zmienić w ciekawe gadżety. Stara klawiatura od komputera może służyć jako „dawca” klawiszy, z których można wykonać brelok do kluczy. Do starych breloków możesz przygotować oryginalne przywieszki z przewierconych wcześniej klawiszy, np. Alt, Ctrl i Del.

Brelok można zrobić też z fragmentów podzespołów komputera, np. z procesora.

Klawiszami można okleić np. przybornik na biurko wykonany z puszek. Pustą metalową puszkę pokrywamy szczelnie klawiszami w taki sposób, jakby ktoś owinął klawiaturę wokół puszki.

Większe podzespoły, takie jak np. płyta główna, można wykorzystać jako tarczę zegara.

Zdemontuj oryginalną obudowę taniego budzika i jego mechanizm zamontuj do płytki z podzespołami. Przez nawierconą wcześniej dziurę przełóż nóżkę od wskazówek i dokręć wskazówki po tej ładniejszej stronie.

EKOporada

8

PÓŁKA ZE STARYCH SKRZYNEK

Stworzenie takich półek to nie tylko sposób na oszczędność, ponowne wykorzystanie niepotrzebnych przedmiotów, ale także kreatywny sposób na personalizację przestrzeni. Te oryginalne półki dodadzą uroku i charakteru wnętrzu, a jednocześnie są praktycznym rozwiązaniem do przechowywania różnych przedmiotów.

PROSTY I OSZCZĘDNY PROJEKT W KILKU KROKACH

1. Zaopatrz się w stare skrzynki, np. po owocach. To nic trudnego – pewnie bez problemu znajdziesz je w swojej w piwnicy lub garażu. Jeżeli nie, zapytaj w lokalnych sklepach spożywczych czy na targowiskach.
2. Oczyszcz skrzynki z ewentualnych resztek ziemi, kurzu i nadmiaru farby. Zdecyduj, czy pozostawisz drewno w jego naturalnym stanie, czy przemalujesz na wybrany kolor.
3. Następnie rozplanuj układ: tu pomocne będzie rozmieszczenie skrzynek na podłodze w wybranym układzie. W ten sposób stwórz wzór półek (np. w pionie, poziomie lub na krzyż), który potem odtworzysz na ścianie.
4. Zamontuj je na ścianie za pomocą solidnych wkrętów lub haczyków.
5. Tak powstałe półki możesz udekorować według uznania. Masz tu nieograniczone opcje – ozdoby, rośliny doniczkowe, stare płyty lub kasety, elementy metalowe z remontu. Słowem wszystko, co znajdziesz i pasuje do Twojego wnętrza, aby nadać półkom dodatkowy charakter.

DAJ DRUGIE ŻYCIE USZKODZONYM RAJSTOPOM!

Kobięce rajstopy, ozdoba kobiecych nóg, delikatne, charakterne, tak różne jak właścicielki, które je noszą. Mają jeden mały minus – lubią się drzeć w najmniej oczekiwanym momencie. I co wtedy? Wszystko zależy od tego, jak duże „poszło oczko” i w którym miejscu. Małe można próbować posmarować bezbarwnym lakierem, żeby nie rozprzestrzeniało się dalej, schować w bucie, przekręcić w mniej widoczne miejsce. Ostatecznie jednak większość zużytych rajstop trafia do kosza, ale czy słusznie? Nie! Uszkodzone rajstopy można wykorzystać na wiele sposobów!

PERFEKCYJNA PANI DOMU

Do sprzątania użyj ścierek zrobionych ze starych rajstop. Oczywiście rajstopy nie przydadzą się we wszystkich czynnościach związanych ze sprzątaniem, ale idealnie nadają się do polerowania lusterek i okien. Świetnie zbierają nadmiar wody, usuwają wszelkie smugi i paprochy. Rajstopy mają też tendencję do elektryzowania i przyciągania kurzu. W normalnym użytkowaniu jest to ich wada, którą można przekuć w sukces podczas sprzątania. Świetnie bowiem sprawdzają się jako czyściki trudno dostępnej podłogi pod lodówką. Wystarczy zawinąć je na końcu kija od szczotki, przymocować gumką i przejechać w trudno dostępnym miejscu – rajstopy zbiorą wszystkie nieczystości. Materiał, z którego wykonane są rajstopy, przyciąga nie tylko kurz, ale też sierść zwierząt. Wystarczy założyć na dłoń odciętą stopę rajstop i przejechać nią po miejscu, które chcemy wyczyścić. Taka rękawica działa na sierść jak magnes i zbierze ją do ostatniego włoska.

ZADBAJ O SWOJE OBUWIE

Stare rajstopy z mikrofibry doskonale sprawdzą się do polerowania obuwia. Rajstopy świetnie ściągają nadmiar pasty, a polerowanie nimi nadaje butom piękny połysk. Dodatkowo rajstopy wypełnione żwirkiem dla kota doskonale sprawdzą się do osuszenia przemoczonych jesienią butów. Wystarczy odciąć stopki rajstop, wsypać do nich żwirki dla kota i zawiązać. Tak przygotowane pochłaniacze wilgoci należy włożyć do butów i zostawić na noc. Rano po wilgoci w butach nie będzie ani śladu.

ZAPACHOWE WORECZKI

Stare rajstopy, oczywiście po wypraniu, możesz wykorzystać do zrobienia zapachowych woreczków do zawieszenia w szafie. Wystarczy wypełnić je pachnącą liściastą herbatą skropioną olejkiem eterycznym lub ulubionymi perfumami. W ten sposób możesz się cieszyć pięknym zapachem w szafie.

W KAŻDEJ KOSMETYCZCE

Podczas nakładania maseczki masz problem z brudzącymi się włosami? Aby tego uniknąć, możesz przygotować opaskę ze starych rajstop. Taka opaska ochroni Twoje włosy przed zabrudzeniami.

REMONTOWE CZARY

Jaki związek mają rajstopy z remontem, wiedzą Ci, którzy próbowali zamalować starą farbą plamy na ścianie. Z reguły w takich sytuacjach oprócz towarzyszącej nam paniki, mamy też w zapasie zeszlóroczną farbę, która została nam po remoncie. Jest tylko jedno małe „ale”... Jeśli wykorzystujemy zeszlóroczną emulsję, najczęściej już trochę zaschła i pojawiły się w niej grudki, które oczywiście nie najlepiej będą się prezentowały na naszej ścianie. I tu z pomocą przychodzą nam rajstopy, które przydadzą się również podczas przedcedzenia farby. Dzięki przedcedzaniu farby przez rajstopy konsystencja z powrotem będzie idealna!

RAJSTOPY W OGRODZIE

Wykorzystaj elastyczne sznurki z rajstop do podwiązywania traw i innych roślin na balkonie czy w ogrodzie. Sprawdzą się one także do ochrony cebulek kwiatów. Przed wsadzeniem ich do ziemi potnij rajstopy na małe kawałki i włóż do nich cebulki, a następnie zszyj. Tkanina ochroni je przed szkodnikami.

IGŁA W STOGU SIANA

Każdemu z nas zdarzyło się zgubić coś małego: kolczyk, guzik, igłę. W ich znalezieniu pomocne mogą okazać się rajstopy oraz odkurzacz. Wystarczy założyć na rurę odkurzacza kawałek rajstop. Teraz już tylko zostaje włączyć odkurzacz, by rozpocząć poszukiwania. Zgubiony drobiazg nie przedostanie się do odkurzacza, a zatrzyma się na rajstopach.



EKOporada 10

PORZĄDKI W OGRODZIE Z EKOLOGIĄ W TLE

Każdy z nas, kto posiada chociaż odrobinę ogródka, bez względu czy jest to ogród przydomowy, czy ogródek działkowy, jesienią staje przed wyzwaniem jego uporządkowania.

Z liści i odpadów z kuchni (obierki, kwiaty) warto zrobić kompost, który na wiosnę wykorzystasz w swoim ogrodzie. Pamiętaj tylko, aby nie robić kompostu z liści orzecha włoskiego, gdyż znajduje się w niej juglon (to jest ta ciemna substancja brudząca ręce przy obieraniu orzechów z łupin), który hamuje wzrost innych roślin. Liście orzecha muszą być zgrabione i zabrane wraz ze śmieciami jako bioodpady.

Obcięte gałęzie drzew, łodygi malin, jeżyn czy winorośli pozbawione liści możesz zmielić i zrobić z nich ściółkę pod kwiaty i inne rośliny. Zamiast kupować w sklepie budowlanym korę sosny, możesz mieć własne ekologiczne podłoże pod kwiaty, warzywa i inne rośliny. Do tego może Ci posłużyć mały, tani, ale skuteczny rębak, zwany też rozdrabniaczem, który w zupełności wystarczy na Twoje amatorskie potrzeby. Na wyścielonych zrębkami grządkach będą rzadziej rosły chwasty, gleba będzie dłużej wilgotna, a i wrażenia estetyczne będą lepsze. Same rośliny odwdzięczą Ci się pięknymi kwiatami i owocami, a za rok zrębki zamienią się w doskonałej jakości nawóz.