

Ekologiczne Świąta

Za kilka dni Świąta Bożego Narodzenia. Choć Świąta Bożego Narodzenia powinny kojarzyć się ze spokojem, czasem refleksji oraz chwilami spędzonymi z rodziną, to coraz częściej przepełnione są gonitwą, stresem oraz myśleniem czy wszystko zrobiliśmy perfekcyjnie. Ostatecznie, zamiast czerpania przyjemności ze Świąt, jesteśmy przepełnieni nerwami i frustracją.

Te Świąta kojarzą się zawsze z choinką, smacznym jedzeniem i z prezentami. Warto wiedzieć, że nawet tak podniosłe Świąta mogą być ekologiczne, zero waste. Przygotowanie świąt zero waste tylko z pozoru wydaje się trudnym zadaniem. W rzeczywistości nasze ekologiczne przyzwyczajenia znacznie ułatwiają większość czynności, które wykonujemy podczas przygotowania Świąt Bożego Narodzenia.

Najważniejsze, to planuj wszystkie działania wcześniej. Oto kilka porad, które pomogą przygotować się do zbliżających się Świąt w ramach idei zero waste:

- **Dekoracje:** stosuj dekoracje wielokrotnego użytku, unikaj dekoracji zawierających daty. Spróbuj wykorzystać kwiaty, liście, suszone owoce na dekoracje. Nie zawierają tworzyw sztucznych i są biodegradowalne. Jeśli potrafisz zrób własne dekoracje z papieru, bibuły, wstążek, szyszek, orzechów itp.,

- **Choinka.** Kup prawdziwe drzewko w doniczce, które może być używane wielokrotnie.

- **Prezenty.** Najlepszy prezent to taki, którego odbiorca faktycznie użyje. Zastanów się, co dostający prezent faktycznie użyje, polubi. Wyjątkowy prezent to nie tylko zawartość, ale i opakowanie. Dobrze, by było ekologiczne. Możemy wykorzystać używane pudełka, szary papier, woreczki z juty, czy inne ekologiczne materiały.

- **Jedzenie.** Sporządź listę gości i członków rodziny, dla których będziesz gotować – to pozwoli na oszacowanie ilości produktów, które należy kupić i przygotować. Zrób przegląd szafek w domu sprawdzając co mamy, a co musimy kupić. Zaplanuj jadłospis. Zrób listę zakupów, nie kupuj jedzenia „na zapas”. Używaj własnych toreb na zakupy, unikaj plastikowych opakowań. Sprawdzaj daty ważności produktów spożywczych.

Problem wyrzucania jedzenia jest bardzo powszechny. Część niezjedzonych potraw czy produktów można przełożyć do odpowiednich pojemników i zamrozić lub odpowiednio zakonserwować, by wydłużyć termin ich przydatności do spożycia.

Produkty, których nie da się zamrozić można w łatwy sposób przerobić na inne danie albo oddać komuś potrzebującemu.

Mam nadzieję, że przynajmniej niektóre pomysły przydadzą się i Świąta w tym roku zakończą się mniejszą ilością śmieci, jak w zeszłym roku.

Kilka prostych zmian w gotowaniu, dekorowaniu czy kupowaniu prezentów ma wielkie znaczenie dla otaczającej nas przyrody, a Świąta Bożego Narodzenia też mogą być ekologiczne.

Spokojnych, rodzinnych i ekologicznych Świąt Bożego Narodzenia.