



KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE!



Kupuj odpowiedzialnie

www.ekonsument.pl



Polska Zielona Sieć

KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE!

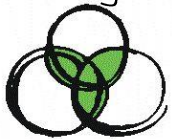
Wprowadzenie

Codziennie kupujemy jedzenie, ubrania, kosmetyki, środki czystości, sprzęt elektroniczny, książki, gazety, zabawki i wiele innych produktów. **Każdy z nas jest więc konsumentem.**



Prawdziwy koszt zakupów

- Ciesząc się niskimi cenami ubrań, żywności czy sprzętu elektronicznego, warto pamiętać, że i tak musimy ponieść ich prawdziwy koszt. Koszt ten nie musi być wyrażony w pieniądzu – może się objawić na przykład w postaci degradacji środowiska naturalnego. Czasami to inni ludzie płacą za osiągnięte przez nas oszczędności – niska cena ubrań z Azji jest osiągnięta kosztem tych, którzy produkując te ubrania, zarabiają kwoty ledwo starczące na przeżycie. Przemysłowa hodowla zwierząt być może prowadzi do zmniejszenia ceny nabywanego przez nas mięsa, lecz wiąże się z niepotrzebnym cierpieniem zwierząt hodowanych. Z kolei prawdziwy koszt zakupów w supermarketach możemy dostrzec dopiero wtedy, gdy zauważymy, że lokalne sklepy znikają z naszych głównych ulic oraz osiedli.



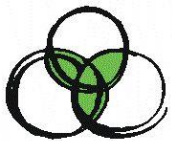
Wprowadzenie

Odpowiedzialna konsumpcja oznacza podejmowanie decyzji zakupowych z uwzględnieniem konsekwencji społecznych i środowiskowych, jakie niosą za sobą **wydobycie** surowców oraz **produkcja, dystrybucja, użytkowanie i utylizacja** danego produktu.



- Obejrzyj video [Opowieść o rzeczach](#) („The Story of Stuff”) Annie Leonard (20 min., j. polski), który pokazuje w jaki sposób produkcja i konsumpcja rzeczy wpływa na środowisko i życie ludzi – w większości w sposób ukryty przed naszym wzrokiem.

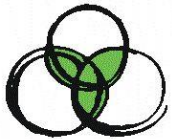
Globalizacja sprawiła, że niezależnie od tego w którym miejscu na Ziemi odbywa się każdy z tych procesów, ma on wpływ na naszą rzeczywistość.



Wprowadzenie

W dobie **zglobalizowanej gospodarki**, której efektem jest m.in. możliwość przeniesienia części bądź wszystkich etapów produkcji, a także utylizacji, do krajów globalnego Południa, problemem jest brak kontroli zleceńodawców nad ich dostawcami, przy jednoczesnej silnej presji na jak najniższe koszty i krótkie terminy wykonania. Prowadzi to do wielu naruszeń społecznych i środowiskowych w łańcuchach dostaw globalnych firm:

- Transfer brudnych technologii: polegający na przenoszeniu tych elementów produkcji i utylizacji (np. wydobywanie surowców, spalanie i składowanie odpadów), które w krajach rozwiniętych wymagałyby poniesienia wysokich nakładów na ochronę środowiska.
- Łamanie praw człowieka i praw pracowniczych, w tym:
 - ignorowanie praw ludności tubylczej,
 - wypłacanie głodowych wynagrodzeń, często poniżej ustawowego minimum,
 - zatrudnianie nieletnich, dyskryminacja kobiet, niebezpieczne warunki pracy.



Materiały

➤ Poradniki



„Jak kupować by nie dać się upolować”

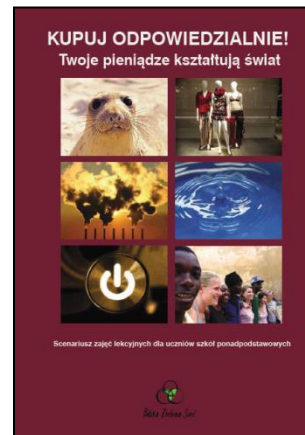
Poradnik dla konsumentów
Polska Zielona Sieć
(j. polski)

➤ Materiały dla nauczycieli



„Przez Zrównoważoną Konsumpcję do Zrównoważonego Rozwoju”

Ministerstwo Gospodarki
(j. polski)



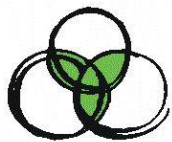
„Kupuj odpowiedzialnie! Twoje pieniądze kształtują świat”

Scenariusze zajęć dla nauczycieli szkół ponadpodstawowych
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



„Kupuj odpowiedzialnie! Twoje pieniądze kształtują świat”

Broszura dla uczniów szkół ponadpodstawowych
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



Polska Zielona Sieć



KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE!

Żywność

Użycie środków chemii rolnej

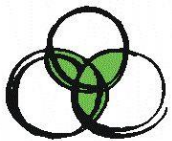
- W konwencjonalnym rolnictwie nadużywa się środków ochrony roślin (pestycydy, herbicydy) i nawozów sztucznych, które mają negatywny wpływ na środowisko naturalne oraz zdrowie konsumentów. ([więcej](#))

Przykład: średni wskaźnik zużycia środków ochrony roślin na 1 ha uprawy pomidorów gruntowych wynosi aż 9,63 kg!

Dobrostan zwierząt

- Hodowle przemysłowe wiążą się z cierpieniem wielkiej liczby zwierząt, przetrzymywanych i transportowanych w nienaturalnych warunkach, poddawanych bolesnym zabiegom i zabijanych w niehumanitarny sposób.

Przykład: jajka oznaczone „trójką” oznaczają, że kury które je zniosły hodowane są w niewielkich klatkach (20 x 30 cm) po kilka sztuk. Kury praktycznie nie mogą się ruszać. Dodatkowo otępiane są przez sztuczne światło. Karmione są często za pomocą sond, bo obcięte dzioby uniemożliwiają im normalne przyjmowanie pokarmu. ([więcej](#))



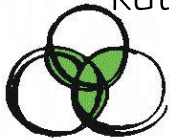
Żywność

„Food miles“

- Transport żywności na duże odległości pochłania wielkie ilości paliwa i przyczynia się do zwiększenia efektu cieplarnianego. ([więcej](#))
Przykład: by wyprodukować sok, jego składniki muszą w sumie pokonać ok. 1200 km zanim trafi on do nas (50% tej odległości przypada na transport owoców i warzyw).

Suwerenność żywnościowa

- Pomimo że ilość produkowanej żywności jest wystarczająca dla zaspokojenia potrzeb populacji świata, liczba głodnych i niedożywionych wyraźnie wzrasta. Problem głodu nie jest spowodowany niedoborem żywności, lecz brakiem dostępu do niej tzn. do środków, które pozwoliłyby na wytworzenie lub zakup wystarczającej ilości pożywienia.
Suwerenność żywnościowa to prawo danego kraju do decydowania o swojej polityce żywnościowej, tak by zaspakajała ona potrzebę bezpiecznego i kulturowo odpowiedniego pożywienia oraz gwarantowała ekologicznie zrównoważoną produkcję. ([więcej](#))
Przykład: ponad miliard osób na świecie cierpi głód. Wśród nich blisko 80% stanowią rolnicy. Ludzie, którzy powinni żywić świat, cierpią z powodu katastrofalnej sytuacji – są dotknięci przez bezrobocie, ubóstwo i niedożywienie.



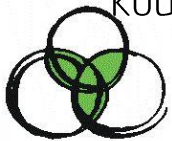
Żywność

Olej palmowy

- Olej pozyskiwany z palm olejowych stał się nieodłącznym składnikiem naszej diety, występując w przeważającej większości ciastek, batonów, chipsach, mrożonych frytkach, mięsie, pizzy, margarynach, zupach w proszku etc. Jego uprawa przyczynia się do niszczenia lasów deszczowych Azji Południowo-Wschodniej, które są domem dla krytycznie zagrożonych gatunków, takich jak orangutan i tygrys. ([więcej](#))
Przykład: tempo wylesiania w Indonezji jest najwyższe na świecie – ok. 2% zalesionych powierzchni znika tam corocznie pod uprawę m.in. palm olejowych.

Zdrowie konsumentów

- W sklepach obecnych jest coraz więcej wysoko przetworzonej żywności ubogiej w wartości odżywcze, zawierającej wiele potencjalnie szkodliwych składników.
Przykład: glutaminian sodu, szeroko stosowany jako dodatek do żywności, jest składnikiem zup instant, sosów, przypraw, konserw jako wzmacniacz smaku i zapachu. Przyjmowany nawet w małych ilościach powoduje niekorzystny wpływ na przewodnictwo nerwowo-mięśniowe. Mimo to jest zalegalizowany w UE pod nazwą kodową E621.



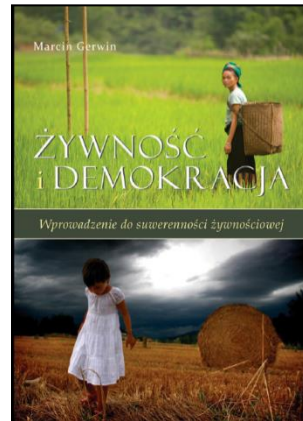
Żywność

➤ Materiały



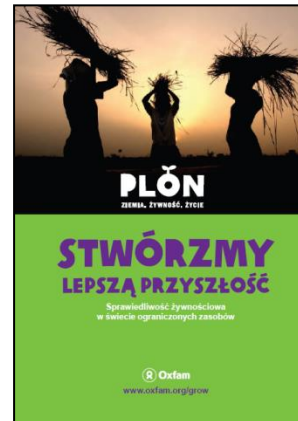
Czas na zmianę. Wybierz lokalność!

Broszura Polskiej
Zielonej Sieci
(j. polski)



Żywność i demokracja. Wprowadzenie do suwerenności żywnościowej

Broszura Polskiej
Zielonej Sieci
autorstwa
Marcina Gerwina
(j. polski)



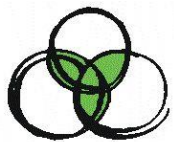
Stwórzmy lepszą przyszłość

Raport Oxfam
(j. polski)



Trucizna nasza powszednia

Materiał video
Reportaż francuskiej
autorki Marie-
Monique Robin
(j. polski)



Polska Zielona Sieć

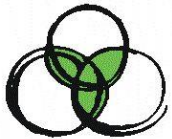


KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE !

Ubrania

Sweatshopy

- Większość ubrań jest szyta w krajach Azji i Europy Wschodniej, głównie przez młode dziewczęta, które za swoją ciężką pracę otrzymują głodowe płace. Czas ich pracy przekracza ludzką wytrzymałość. Warunki pracy są nieodpowiednie, często wręcz niebezpieczne, przez co wiele z nich traci zdrowie, a czasami nawet życie.
- Termin „sweatshop” wiąże się z następującymi problemami:
 - Głodowe wynagrodzenia (15 - 50% kwoty wystarczającej na przeżycie)
 - Praca ponad siły (ok. 80 godzin tygodniowo)
 - Brak bezpieczeństwa zatrudnienia (brak świadczeń, niezapowiedziane zwolnienia)
 - Niebezpieczne warunki pracy (toksyczne substancje, zamknięte drzwi ewakuacyjne)
 - Odbieranie praw związkowych (prześladowania związkowców)
- Problemy te dotyczą ok. 100 milionów ludzi, którzy pracują w fabrykach szyjących nasze ubrania, 80% z nich to kobiety. (więcej w [prezentacji o produkcji ubrań](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))



Ubrania

Uprawa bawełny

- Bawełna pokrywa ok. 50% światowej konsumpcji tekstyliów. Jej konwencjonalna uprawa wiąże się z ogromnym zużyciem wody, wyjałowieniem gleby, utratą bioróżnorodności w okolicach upraw oraz stanowi niebezpieczeństwo dla ludzi. W niektórych krajach, np. Uzbekistanie wiąże się z przymusową pracą dzieci. (więcej w [prezentacji o produkcji ubrań](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))

Przykład: by wyprodukować 1 kg bawełny (2 pary jeansów) potrzebne jest do 29 tys. litrów wody.

Materiały syntetyczne

- Powstają z substancji ropopochodnych, ich produkcja konsumuje duże ilości energii, wiąże się ze znaczną emisją CO₂ do atmosfery i powstawaniem ogromnej ilości odpadów, które podlegają wolnemu rozkładowi zanieczyszczając środowisko na wiele lat.

Przykład: poliester powstaje z tworzywa PET. Do jego produkcji potrzebne są także substancje toksyczne takie jak antymon. Prowadzi on do przewlekłych chorób, takich jak rak czy schorzenia układu oddechowego. (więcej w [prezentacji o produkcji ubrań](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))



Ubrania

➤ Materiały



[W kierunku odpowiedzialnej mody. Podręcznik dla projektantów i marek odzieżowych](#)

Polska Zielona Sieć
(j. polski)



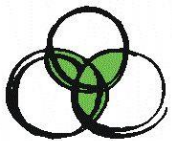
[Opowieści przemysłu odzieżowego](#)

Materiał video
Clean Clothes Campaign
(j. polski)



[Spot kampanii „Kupuj odpowiedzialnie ubrania](#)

Materiał video
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



Polska Zielona Sieć



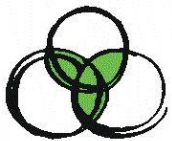
KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE !

Kosmetyki

Testy na zwierzętach

- Wiele substancji chemicznych, w tym kosmetyków testuje się pod kątem toksyczności czy wywoływania podrażnień na zwierzętach, co powoduje ich cierpienie i śmierć. Badania te są często dublowane przez kilka firm, ich wyniki nie mają odniesienia do rzeczywistych sytuacji, a reakcje zwierząt często nie odpowiadają reakcjom ludzi.
- Od 11 marca 2013 r. w Unii Europejskiej obowiązuje całkowity zakaz testowania kosmetyków na zwierzętach. Przepisy zabraniają zarówno importu oraz sprzedaży testowanych kosmetyków jak i składników do ich produkcji. W przypadku, gdy powstaną poważne obawy dotyczące bezpieczeństwa istniejącego składnika kosmetycznego, rozporządzenie to przewiduje pewne odstępstwa od zakazu. ([więcej](#))

Przykład: dla wykonania testu na tolerancję błony śluzowej zakrapla się i wciera aparat do oka królika. Ponieważ króliki nie wydzielają płynu łzowego, substancja testowana pozostaje w oku zwierzęcia w skondensowanej formie min. przez 24 godziny. Skutkami tego testu mogą być silne zapalenie spojówek lub nawet całkowite zniszczenie oka.



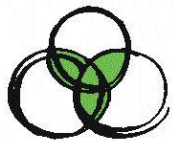
Kosmetyki

Substancje ropopochodne

- Składniki ropopochodne, takie jak parafina czy wazelina są obecne w większości kosmetyków dostępnych w drogeriach. Są to substancje obce dla naszego organizmu, co oznacza, że ludzkie ciało nie jest w stanie ich przetworzyć i wydalic. W związku z tym po wchłonięciu ich przez skórę zostają one na stałe zmagazynowane, głównie w nerkach, wątrobie i węzłach chłonnych.

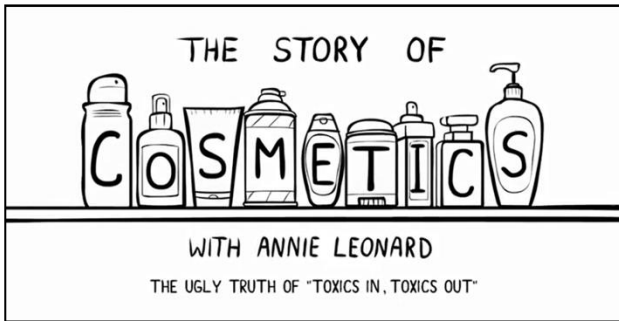
Atak na hormony

- Każdego dnia używamy od kilku do kilkunastu różnych kosmetyków. Tym samym do organizmu wprowadzamy mieszankę wielu substancji mogących zaburzać funkcjonowanie układu hormonalnego. Szampony, żele pod prysznic, balsamy do ciała, kremy, dezodoranty, tusze do rzęs, szminki, perfumy zawierają substancje, które mogą prowadzić do powstawania różnych wad rozwojowych, wzrostu zachorowań na raka i niepłodności oraz powodować przedwczesne dojrzewanie. Są to m.in. parabeny i ftalany.
- Zobacz listę [17 składników kosmetyków](#), które zaburzają gospodarkę hormonalną a także [listę kosmetyków](#), które nie zawierają tych substancji.



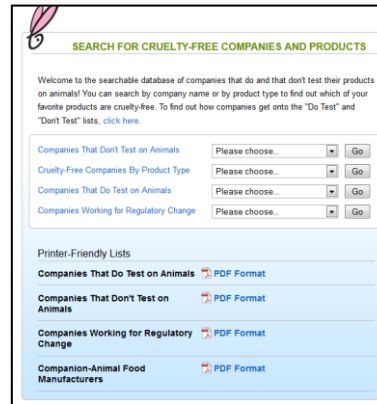
Kosmetyki

➤ Materiały



Opowieść o kosmetykach

Materiał video
Animacja z popularnej serii
„Story of Stuff”
(j. angielski)



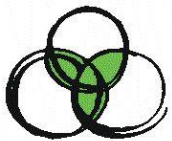
Search Cruelty-Free Companies

Baza danych firm
nietestujących na
zwierzętach
People for the Ethical
Treatment of Animals
(PETA)
(j. angielski)



Cosmetics and Household-Product Animal Testing

Skrót najnowszych informacji
oraz spot kampanii przeciwko
testowaniu kosmetyków na
zwierzętach brytyjskiej
organizacji PETA
(j. angielski)



Elektronika

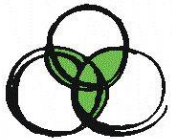
„Krwawe minerały”

- Firmy górnicze pozyskują m.in. złoto, tantal, wolfram i cynę w regionach ogarniętych konfliktami zbrojnymi i w ten sposób przyczyniają się do ich trwania. (więcej w [prezentacji o produkcji elektroniki](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))

Przykład: wojna domowa w Kongu trwa nieprzerwanie od 1996 r. Dotychczas w jej wyniku zginęło ok. 5,4 mln ludzi, kolejne 2 mln zmuszone były do ucieczki ze swoich domów. Liczba ofiar mniej więcej odpowiada ilości osób, które zginęły i zostały wysiedlone w Polsce podczas II wojny światowej.

Wyzysk w fabrykach

- W fabrykach sprzętu elektronicznego w Azji Południowo-Wschodniej normą są przymusowe nadgodziny i brak umów o pracę. Pracownicy zostają zwalniani w przypadku popełnienia błędu lub gdy zdarzy im się zasnąć nad taśmą produkcyjną. Częstym problemem jest brak odzieży ochronnej, która pozwalałaby uniknąć wdychania chemikaliów i ich kontaktu ze skórą. (więcej w [prezentacji o produkcji elektroniki](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))



Elektronika

Efektywność energetyczna

- Dla urządzeń elektronicznych w krajach Unii Europejskiej funkcjonuje etykieta efektywności Energy Star. Wszystkie urządzenia oznakowane Energy Star są wykonane i skonfigurowane tak, aby maksymalnie ograniczyć zużycie energii elektrycznej. Dlatego kupując nowy sprzęt elektroniczny warto zwrócić uwagę na to, czy jest on oznakowany tą etykietą.



Elektrośmieci

- Wielkie ilości elektrośmieci wysyłane są do ubogich krajów, gdzie prawo nie reguluje kwestii ich utylizacji. Nie tylko powoduje to degradację tamtejszego środowiska, ale też duża liczba ludzi (w większości dzieci) spędza życie segregując i przetwarzając niebezpieczne odpady. Problem ten dotyka szczególnie krajów Azji oraz Afryki.
- W Polsce wyrzucanie sprzętów elektronicznych do zwykłego śmietnika jest zabronione. Informuje o tym znak przekreślonego kontenera na śmieci umieszczony na urządzeniach. Natomiast za pozostawienie sprzętu w miejscu do tego nieprzeznaczonym (np. w lesie) grozi kara grzywny do 5000 zł. (więcej w [prezentacji o konsumpcji i utylizacji elektroniki](#) i na [stronie ekonsument.pl](#))



Elektronika

➤ Materiały



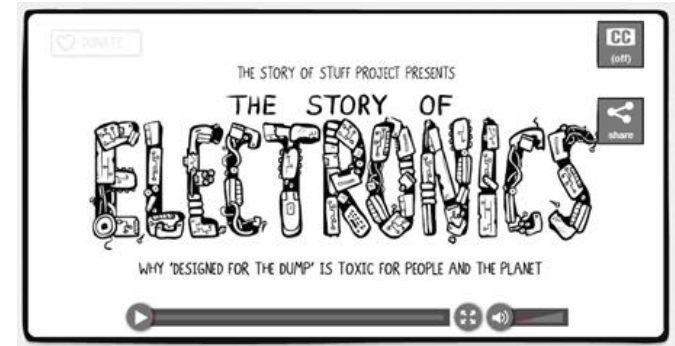
Czy chciałbyś mieć telefon ze złota?

Brochure kampanii MakeITfair.
(j. polski)



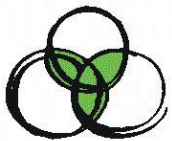
Ile naprawdę kosztuje rozmowa telefoniczna...

Brochure kampanii MakeITfair.
(j. polski)



Historia elektroniki

Animacja z popularnej serii „Story of Stuff”
(j. polski)



Drewno i papier

Gospodarka leśna

- Drewno do produkcji mebli, podłóg czy papieru pozyskiwane jest często nielegalnie z terenów chronionych lub o wysokiej wartości przyrodniczej. Niejednokrotnie celem uzyskania drewna niszczona jest bioróżnorodność najcenniejszych lasów. ([więcej](#))

Przykład: Puszcza Białowieska jest cennym reliktem prapuszczycy, która kiedyś porastała dużą część naszego kontynentu i jedynym tak dobrze zachowanym lasem pierwotnym w Europie. Mimo to, drzewa na tym terenie jeszcze do niedawna nie były dostatecznie chronione. Wycince podlegało 150 tys. m³ drewna rocznie, po to by zrobić z niego meble, papier, a nawet zapalki! (więcej informacji [tu](#) i [tu](#))

Przykład: Rosja ma więcej lasów niż jakikolwiek inny kraj świata – stanowią one ponad 22% światowej powierzchni lasów. Jednakże lasy te wycinane są w zatrważająco szybkim tempie. Nielegalna wycinka na dużą skalę zagraża rzadkim gatunkom zwierząt, w tym tygrysom amurskim, które znajdują się już na skraju wyginięcia. Drewno z rosyjskich lasów trafia przede wszystkim do Chin i wykorzystywane jest do produkcji konkurencyjnych cenowo mebli i podłóg. ([więcej](#))



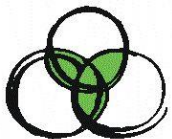
Drewno i papier

Konsumpcja papieru

- Pomimo postępu technologicznego oraz elektronizacji przechowywania i przesyłania danych, produkcja i konsumpcja papieru wciąż rośnie. Światowa konsumpcja papieru w 2010 r. wyniosła ok. 400 mln ton/rok. Przewiduje się, że do 2020 r. wzrośnie ona do ok. 500 mln ton/rok. Przeciętny mieszkaniec Europy Zachodniej zużywa rocznie ok. 160 kg. W Polsce, jeszcze 10 lat temu roczne zużycie papieru na mieszkańca nie przekraczało 65 kg, a obecnie wynosi już 100 kg. Wg Stowarzyszenia Papierników Polskich do 2015 r. wartość ta ma wzrosnąć do 115 kg na mieszkańca rocznie. ([więcej](#))

Bielenie papieru

- Pomimo istnienia różnych alternatyw do bielenia papieru wciąż na szeroką skalę stosowany jest szkodliwy dla środowiska chlor gazowy lub związki chloru. Organiczne związki chloru poddawane działaniu wysokich temperatur, w jakich odbywa się bielenie, często przekształcają się w trwałe i wysoce toksyczne związki zwane dioksynami.
 - Kupuj papier, który był wybielany bez użycia chloru. Dla papieru z drewna ma on symbol TCF (Total Chlorine Free), a dla papieru z makulatury – PCF (Processed Chlorine Free). W ostateczności możesz wybrać papier typu ECF (Elemental Chlorine Free) – bielony za pomocą dwutlenku chloru, a nie chloru gazowego.

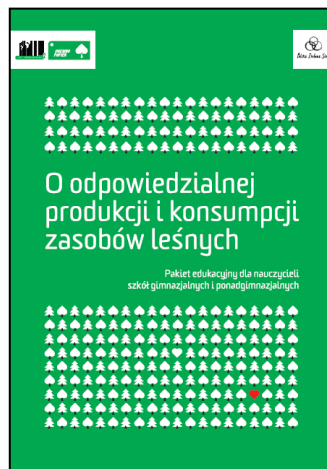


Drewno i papier

➤ Materiały



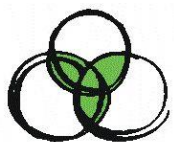
Ulotka „Kupuj odpowiedzialnie drewno i papier”
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



„O odpowiedzialnej produkcji i konsumpcji zasobów leśnych”.
Pakiet edukacyjny dla nauczycieli szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



Indonezyjskie lasy deszczowe. Broszura na temat działalności firmy Asia Pulp and Paper
Polska Zielona Sieć
(j. polski)

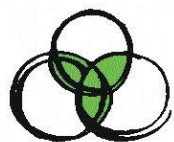


Zabawki

Made in China

- Ponad 90% zabawek sprzedawanych w Europie produkowanych jest w Chinach. Gwałtownie rozwijająca się produkcja w tej branży skupiona jest na terenie chińskiej prowincji Guangdong, w Deltie Rzeki Perłowej. Szybko rosnące miasta i ośrodki produkcji przyciągają miliony migrantów z terenów wiejskich całego kraju, którzy mają nadzieję wydobyć się z nędzy poprzez zatrudnienie w fabrykach. Niestety, ich zarobki nie starczą na oszczędności ani nawet godne życie, a warunki życia i pracy urągają wszelkim standardom. Na terenie większości fabryk łamane jest zarówno chińskie, jak i międzynarodowe prawo pracy. ([więcej](#))

Przykład: paradoksalnie dla wytwórców zabawek najgorszym momentem w roku jest okres przedświąteczny. W fabryce Hung Hing produkującej m.in. dla Disney i Lego nadgodziny sięgają wówczas 100 godzin w miesiącu, zaś pracownicy dostają tylko podstawową wypłatę. Wiedzą, że odmowa wzięcia nadgodzin wiąże się z ryzykiem utraty pracy. ([więcej](#))

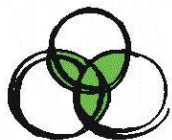


Zabawki

Nieetyczny marketing

- Reklamy kierowane do dzieci i z udziałem dzieci budzą kontrowersje, ponieważ dzieciom brak krytycyzmu, przez co łatwo można nimi manipulować. Reklamy zabawek starają się pobudzić chęć ich posiadania, często zawierając fałszywe sugestie. Np. zabawki w reklamie są ruchome, mówią. A w rzeczywistości już nie. Reklamy przedstawiają szczęśliwe, zadowolone i ładne dzieci w pięknych dziecięcych pokojach. Małe dzieci widząc zadowoloną minę innego dziecka, gdy bawi się nowym modelem samochodu czy lalką – od razu utożsamia się z nim i myśli – ja też chcę to mieć.

Przykład: zwłaszcza dzieci w wieku przedszkolnym nie rozumieją jeszcze istoty reklamy. Wierzą, że reklamy mówią prawdę, są więc bardzo podatne na ich perswazję. Dzieci traktują reklamę jak każdy inny film. Dopiero w wieku szkolnym zaczynają rozumieć, co jest ich celem, jakie jest przeznaczenie reklamowanego produktu itp.



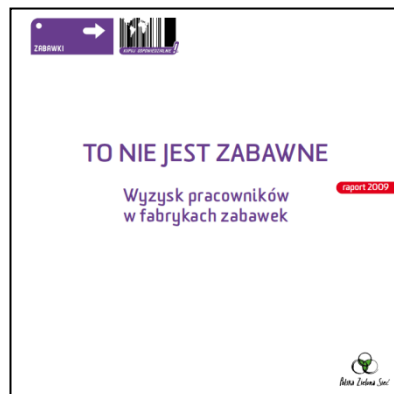
Zabawki

➤ Materiały



„Kupuj odpowiedzialnie zabawki”

Przewodnik dla konsumentów
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



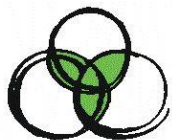
Raport „To nie jest zabawne! Wyzysk pracowników w fabrykach zabawek”

Polska Zielona Sieć
(j. polski)



Spot kampanii „Kupuj odpowiedzialnie zabawki”

Materiał video
Polska Zielona Sieć
(j. polski)



Polska Zielona Sieć



KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE !

Co może zrobić konsument?

Kupować mniej – dzięki temu zużywamy mniej surowców, ograniczamy emisję, zużycie wody i ilość powstających odpadów.

Warto postępować zgodnie z zasadą 3R:

Reduce czyli ograniczajmy...

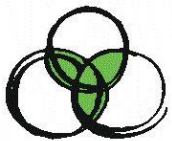
- ilość nabywanych rzeczy i kupujemy tylko to, co naprawdę jest potrzebne. Nie dajmy się manipulować reklamom, które wmawiają konsumentom nieistniejące potrzeby, aby sięgnąć do ich portfeli. ([więcej](#))

Reuse czyli używajmy wielokrotnie...

- przedmioty przed wyrzuceniem ich na śmietnik. Może to być wykorzystanie ich w nowej funkcji, albo też przekazanie komuś innemu. ([więcej](#))

Recycle czyli odzyskujemy...

- wszystkie surowce wtórne: papier, plastik, metal, szkło. Dzięki temu można ograniczyć eksploatację surowców naturalnych oraz zmniejszyć ilość produkowanych śmieci. ([więcej](#))

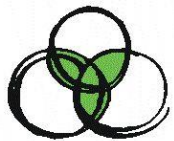


Co może zrobić konsument?

Pieniądże działają jak głos wyborczy. Nawet drobne, codzienne zakupy produktów takich jak kawa, herbata, płatki zbożowe czy worki na śmieci stanowią nasze prywatne „głosowanie”.

Decydując o kupnie danego produktu opowiadamy się za tym, co reprezentuje:

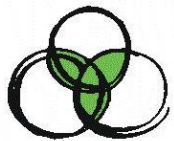
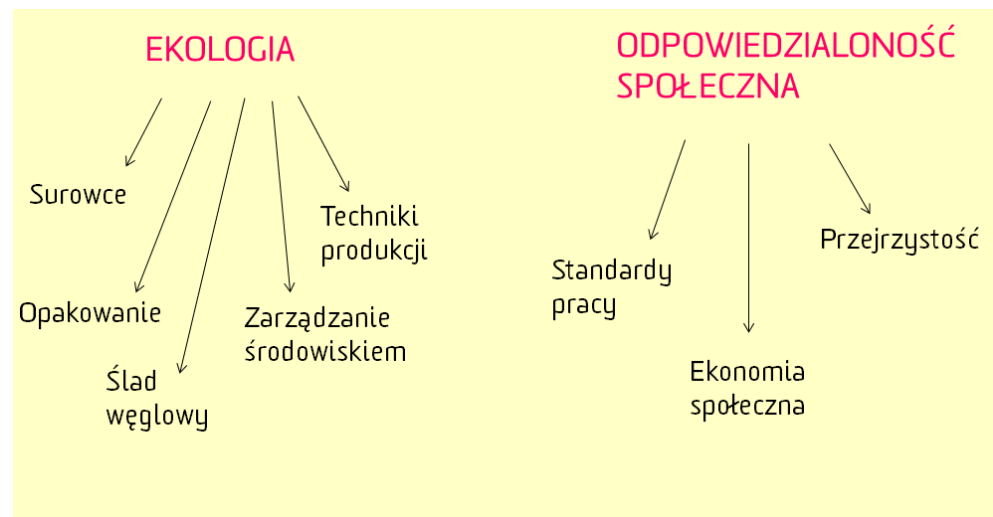
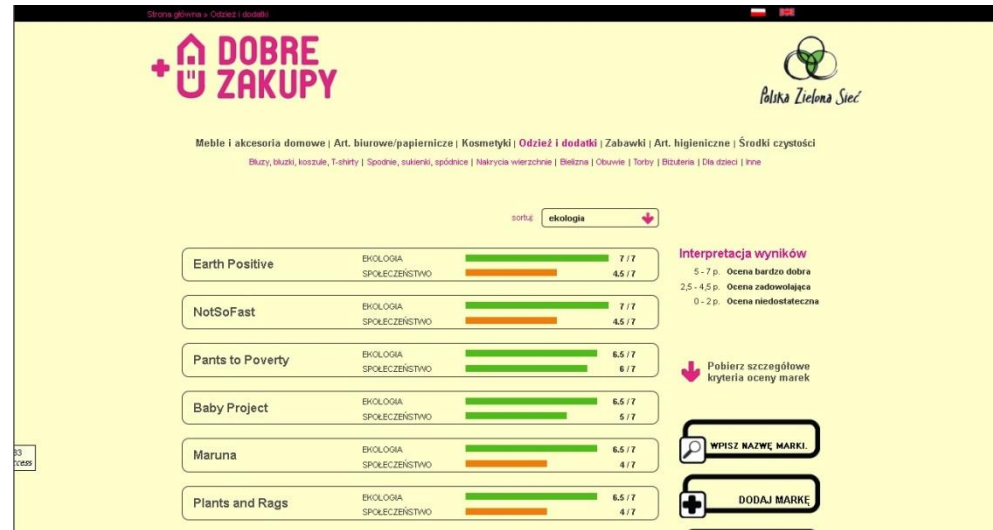
- Z czego i w jakim procesie powstał?
 - Kto i w jakich warunkach go wyprodukował?
 - Jak jego użytkowanie i utylizacja wpływają na środowisko przyrodnicze i otoczenie społeczne?
- Zakup żywności ekologicznej to oddanie głosu na ochronę środowiska naturalnego, a zakup produktu Sprawiedliwego Handlu to wyraz naszego wsparcia dla drobnych producentów w krajach globalnego Południa.



Co może zrobić konsument?

Skąd czerpać informacje?

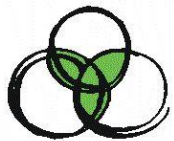
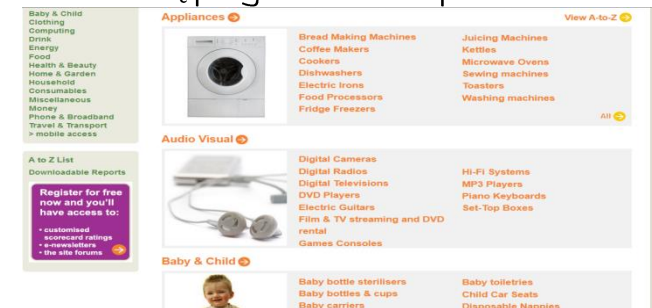
- [Dobre zakupy](#) to pierwszy i jedyny w Polsce ranking dla konsumentów zawierający bazę danych firm dostępnych na polskim rynku, których produkty są bardziej przyjazne ludziom i środowisku.
- Ponad 180 marek i 7 kategorii produktów: w tym [ubrania](#), [kosmetyki](#), [środki czystości](#), [art. higieniczne](#), [meble i akcesoria domowe](#), [art. papiernicze](#), [zabawki](#)
- 2 główne kryteria oceny firm: Ekologia i Odpowiedzialność społeczna.



Co może zrobić konsument?

Skąd czerpać informacje?

- [Rank a Brand](#) to ranking firm z 6 różnych branż (ubrania, elektronika, turystyka, telekomunikacja, żywność i napoje) stanowiący źródło niezależnych informacji na temat działalności firm na rzecz zrównoważonego rozwoju i ich ocenę pod kątem przestrzegania standardów ochrony środowiska, wpływu na klimat, standardów pracy i przejrzystości. Na stronie internetowej można znaleźć kompleksowe podsumowanie (i wynik) większości marek konsumenckich dostępnych w Europie.
- Inny kompleksowy ranking, który pomoże nam sprawdzić zaangażowanie firm z wielu różnych branż w ochronę środowiska, przestrzeganie praw człowieka i praw pracowniczych, praw zwierząt, udostępnia (odpłatnie) brytyjska organizacja [Ethical Consumer](#).
- [PRO-TEST](#) to jedyny w Polsce magazyn z testami konsumenckimi. Testy mają na celu porównanie produktów przede wszystkim pod kątem ich jakości, ale biorą także pod uwagę takie kryteria jak przydatność produktów czy wpływ na zdrowie ludzi.



Co może zrobić konsument?

Certyfikaty

- Z pomocą odpowiedzialnym konsumentom przychodzą niezależne organizacje, które przyznają **certyfikaty** produktom spełniającym określone standardy ochrony środowiska i/lub praw człowieka. Poniżej kilka najbardziej wiarygodnych z nich.



Co może zrobić konsument?

Zaangażowanie konsumentów

- Najbardziej dojrzałym działaniem odpowiedzialnego konsumenta jest dialog z firmą, której produkty kupuje.

Jak podjąć dialog?

- Można pisać listy, pytać, pokazując w ten sposób jak ważna jest działalność firm i warunki, w jakich pracują ludzie wytwarzający nasze codzienne przedmioty. Z producentami można kontaktować się przez infolinię, e-mailem lub telefonicznie. Można też porozmawiać z obsługą sklepu.
- Wysyłając „pilne apele”, podpisując petycje albo uczestnicząc w happeningu, pikiecie, demonstracji.

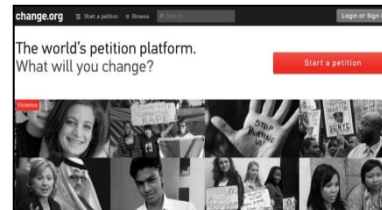
➤ Wybrane strony z petycjami



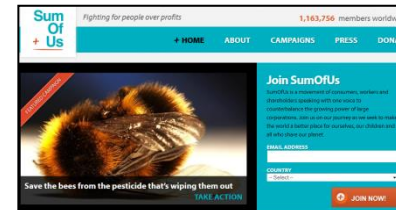
www.ekonsument.pl



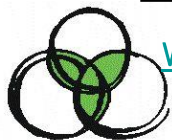
www.avaaz.org/pl



www.change.org



www.sumofus.org



Polska Zielona Sieć



KUPUJ ODPOWIEDZIALNIE

Strony www

➤ www.ekonsument.pl

Kupuj odpowiedzialnie to kampania Polskiej Zielonej Sieci. Na stronie kampanii dostępna jest baza wiedzy, materiały i aktualności dot. odpowiedzialnej konsumpcji i produkcji takich grup produktów jak: ubrania, żywność, zabawki, elektronika, drewno i papier.

➤ www.dobrezakupy.ekonsument.pl

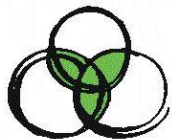
Dobre zakupy to pierwszy i jedyne w Polsce ranking dla konsumentów zawierający bazę danych firm dostępnych na polskim rynku, których produkty są bardziej przyjazne ludziom i środowisku. W bazie znajduje się ponad 180 firm produkujących ubrania, kosmetyki, środki czystości, art. higieniczne, meble i akcesoria domowe, art. papiernicze, zabawki.

➤ www.ekonsument.pl/spacerownik

Spacerownik po świadomej konsumpcji to praktyczny przewodnik po ekologicznych i bardziej odpowiedzialnych społecznie miejscach na mapie największych miast Polski.

➤ www.ekoszyk.mos.gov.pl

Ekoszyk to kampania Ministerstwa Środowiska promująca zrównoważoną konsumpcję a w szczególności zrównoważone zakupy. Na stronie znajdują się porady dot. zakupów, a także proste przykłady innych proekologicznych wyborów i zachowań.



www.ekonsument.pl



Projekt „Zmieniaj nawyki na lepsze” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej oraz w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP w 2013. Za treść projektu odpowiada Polska Zielona Sieć, poglądy w jego ramach wyrażane nie odzwierciedlają w żadnym razie oficjalnego stanowiska Unii Europejskiej oraz Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP.