



# Plastik is NOT fantastik!

czyli

dlaczego plastik

# JEST ZŁY?

praktyczny poradnik



# PLASTIK IS NOT FANTASTIK

## czyli dlaczego plastik jest zły?

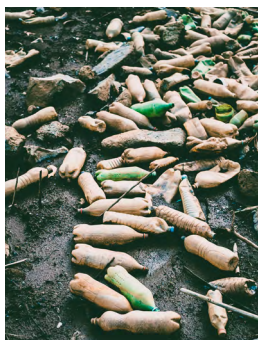
Reklamówki, opakowania kosmetyków i chemii, tacki na owoce i warzywa, kubeczki z jogurtami, pudełeczka z gotowymi daniami, torebki z chipsami... Nie trzeba zbyt wiele czasu i uwagi, by zorientować się, że jesteśmy dosłownie otoczeni przez plastik. Skalę problemu świetnie pokazuje przykład butelek Coca-Coli, czyli największego na świecie producenta napojów w plastikowych butelkach. Gigantyczna produkcja sprawia, że rocznie firma wprowadza na rynek 120 miliardów butelek. A to tylko jeden rodzaj plastiku, tylko jedna firma i tylko jeden rok!

**„GDYBY UŁOŻYĆ JE JEDNA PRZY DRUGIEJ TAK, ABY SZYJKI STYKAŁY SIĘ Z DENKAMI, POWSTAŁBY ŁAŃCUCH SIEDEMSET RAZY DŁUŻSZY OD RÓWNIKA”**

– pisze o butelkach Will McCallum, dyrektor brytyjskiego oddziału Greenpeace'u do spraw oceanów, w książce „Jak zerwać z plastikiem”.



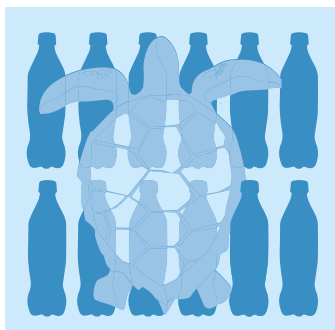
Do butelek plastikowych szczególną słabość mają Brytyjczycy. Każdego dnia wyrzucają ich aż 35 milionów! W ciągu roku oznacza to 13 miliardów, z których mniej niż połowa zostanie poddana recyklingowi.



Fot. Julia Joppien on Unsplash



# PLASTIK ZATRUWA PLANETĘ



Plastikowe odpady przenikają do ziemi zatruwając ją toksynami. Trafiają też do wód. W morzach i oceanach każdego roku przybywa ich aż 8 milionów ton. Zwierzęta mylą drobne cząsteczki plastiku z pokarmem, co przyczynia się do ich chorób i śmierci. Szacuje się, że m.in. właśnie z powodu plastiku wyginęło już 95% żółwi morskich.

Do zaśmiecania planety rękę przykładają wszystkie kraje. Także Polacy, którzy być może nie kochają aż tak bardzo butelek plastikowych jak Brytyjczycy, ale foliowe torebki już tak. Dlatego w ciągu roku średnio zużywają ich aż 400 sztuk. A każda z nich potrzebuje na rozłożenie się setek lat. Fundamentalne pytanie brzmi więc: co dzieje się z tą zatrważającą ilością plastikowych odpadów, które generuje człowiek? Odpowiedź jest smutna – zatruwają planetę.

Plastik wytwarzany jest z ropy naftowej, która wymaga wydobycia, destylacji i formowania w produkt, co z kolei wiąże się z emisją gazów cieplarnianych. Biorąc pod uwagę ślad węglowy, jaki ciągnie się za plastikiem także po jego wyrzuceniu, obliczono, że emisje z plastiku w 2015 roku wyniosły 1,8 mld ton CO<sub>2</sub>. To więcej niż czterokrotna waga całej dzisiejszej ludzkości. A jak przewidują naukowcy, liczba ta z pewnością rokrocznie będzie rosła, przyspieszając zmiany klimatu. Co w takiej sytuacji możemy zrobić, by uniknąć katastrofy klimatycznej?

## DLACZEGO RECYKLING NIE ROZWIĄDUJE PROBLEMU?

Niestety recykling nie załatwia problemu. Obecnie aż 90,5% produkowanego na świecie plastiku nie podlega recyklingowi. Dzieje się tak m.in. dlatego, że dla firm zajmującym się recyklingiem odpadów nie każdy plastik optaca się przetworzyć. Większość jest palona – np. wszelkie tacki na owoce i warzywa, czy kolorowe pojemniki – jak np. czerwone tubki po ketchupie. A ten, który się optaca i tak nie może przejść procesu w nieskończoność, a jedynie kilka razy, ponieważ po każdym cyklu swojego użycia traci na wartości.

# PLASTIK ZATRUWA LUDZI

Plastik jest niebezpieczny nie tylko dla planety, ale także dla ludzi. Już bowiem w procesie jego produkcji wykorzystywane są substancje rakotwórcze, które niszczą zdrowie ludzi pracujących przy jego wytworzeniu – jak antymon używany do produkcji tworzywa PET, z którego wytwarza się butelki i poliester szeroko stosowany w przemyśle tekstylnym.

Nie tylko dla pracowników w fabrykach, ale także dla nas konsumentów, plastik może być trujący. Dlatego tak ważne jest, by przed zakupem sprawdzać oznaczenia. Jeśli już musisz kupić coś w plastikowym opakowaniu, wybierz najmniej szkodliwe. Przede wszystkim takie, które nie zawiera bisfenolu A (BPA) – związku chemicznego wykazującego zdolność interakcji z układem hormonalnym. Badania dowodzą, że BPA może zaburzać płodność, powodować przedwczesne pokwitanie, wywoływać reakcje alergiczne, powodować otyłość, częste poronienia, problemy z tarczycą, a także zwiększać ryzyko zachorowania na raka piersi i prostaty.



Fot. Etienne Girardet on Unsplash

## KTÓRY PLASTIK JEST MNIEJ SZKODLIWY?



PET/PETE

### 1 PET/PETE – POLITEREFTALAN ETYLENU

**Zastosowanie:** Butelki na napoje, wodę i soki, olej spożywczy; słoiki do masła orzechowego, tacki na jedzenie, do piekarnika i kuchenki mikrofalowej, opakowania na detergenty i kosmetyki, tkaniny, listwy podłogowe i sufitowe.

**Czy jest bezpieczny?** Relatywnie tak, bo nie zawiera BPA, ale przy jego produkcji wykorzystuje się antymon, uznawany za pierwiastek rakotwórczy. Ten rodzaj plastiku jest przeznaczony do użytku jednorazowego.



HDPE

### 2 HDPE – POLIETYLEN WYSOKIEJ GĘSTOŚCI

**Zastosowanie:** Dzbanki na mleko, sok i wodę, butelki na detergenty i kosmetyki, plastikowe torby, kubeczki na jogurty, foliowe torebki w pudełkach z płatkami śniadaniowymi, rury, izolacja przewodów elektrycznych.

**Czy jest bezpieczny?** Tak



### 3 PVC – POLICHLOREK WINYLU

**Zastosowanie:** Butelki na wodę i olej, butelki na detergenty, kosmetyki oraz płyny do płukania ust, opakowania na wynos, folia plastikowa, wykładziny i panele podłogowe, rury, strzykawki, zabawki.

**Czy jest bezpieczny?** Nie. Może wydzielać całą gamę związków chemicznych, w tym BPA, ołów, ftalany, dioksyiny, rtęć i kadm. Może wywoływać różne dolegliwości i choroby.



### 4 LDPE – POLIETYLEN NISKIEJ GĘSTOŚCI

**Zastosowanie:** Torby na zakupy, pokrywki na pojemniki, folia plastikowa, worki na śmieci, pojemniki do przechowywania jedzenia, wewnętrzna powłoka w kartonach na mleko, plastikowe kubki do napojów, opakowania mrozonek, plastikowe butelki, wtryskarki, izolacja przewodów elektrycznych.

**Czy jest bezpieczny?** Tak



### 5 PP – POLIPROPYLEN

**Zastosowanie:** Pojemniki na margarynę, jogurty, syropy i inne produkty spożywcze, pojemniki do jedzenia kupowanego na wynos, słomki do picia, pojemniki z matowego plastiku, nakrętki na butelki, buteleczki na lekarstwa, włókna syntetyczne, urządzenia mechaniczne, części samochodowe i wykładziny podłogowe.

**Czy jest bezpieczny?** Tak



### 6 PS – POLISTYREN

**Zastosowanie:** Jednorazowe kubki, talerze, miski i sztućce, pojemniki do jedzenia na wynos, pojemniki na jogurty, tacki do mięsa, pojemniki na jajka, pojemniki na żywność wykonane z plastikowej pianki, pianka do pakowania, buteleczki na leki, zabawki, pudełka do płyt CD/DVD, osłony do urządzeń elektronicznych, materiały izolacyjne, wieszaki na ubrania i materiały medyczne.

**Czy jest bezpieczny?** Nie. Może wydzielać styren, który jest toksyną atakującą mózg i układ nerwowy, mającą szkodliwy wpływ na krwinki czerwone, wątrobę, nerki i żołądek.



### 7 PC I INNE – POLIWĘGLANY I INNE

**Zastosowanie:** Duże baniaki na wodę, dzbanki do mleka, butelki dla niemowląt, kubki z dziubkiem dla dzieci, butelki na wodę wielokrotnego użytku, butelki na sok z owoców cytrusowych, powłoki ochronne w puszkach, torby/rękawy do pieczenia w piekarniku, rozmaite opakowania, wypełniacze dentystyczne na bazie żywic, puszki do napojów, artykuły optyczne, płyty CD/DVD, deski do snowboardu i części samochodowe.

**Czy jest bezpieczny?** Nie. Może wydzielać bisfenol A.

**Zapamiętaj!**

**4, 5, 1 i 2**

**- cała reszta jest dla nie zła!**

# CZY JESTEŚ ODPOWIEDZIALNYM KONSUMENTEM?

## 1. Chcesz kupić sok. Jaką butelkę wybierasz?

Plastikową,  
bo jest lekka

Szklaną, bo może być  
recyklingowana nieskończoną  
ilość razy

Nie kupuję soków,  
robię je samodzielnie

✗ Źle! Ale damy Ci drugą szansę :)

✓ Brawo! W nagrodę możesz przeczytać poradnik do końca.

✓ Genialnie! Koniecznie przysyłaj nam przepis na Twój ulubiony sok.



## 2. Z jakiego plastiku opakowanie wybierzesz?

5 PP

✓ Super! Jedak uważałaś! W nagrodę, pytanie dodatkowe.

6 PS

✗ Niestety się nie udało, pamiętaj o naszej wyliczance! Spróbuj raz jeszcze.



## 3. Jeśli już musisz kupić produkt w plastikowej butelce, jaki kolor wybierzesz?

Czerwony lub czarny,  
bo to moje ulubione

Wybiorę butelkę przezroczystą, bo jest większa szansa na jej recykling



✗ Czy na pewno czytałaś nasz poradnik? ;) Proponujemy powrót na pierwszą stronę.



✓ Ekstra! Jesteś odpowiedzialną konsumentką! Tak trzymaj!

# CO JESZCZE WARTO WIEDZIEĆ, CZYLI PARĘ SŁÓW O MIKROPLASTIKU



UF/IFAS Photo by Tyler Jones CC BY-NC-ND 4.0

Plastik to nie tylko widoczne w sklepach butelki czy tacki, ale też małe, nie większe niż 5 mm cząstki, czyli mikroplastik, który wbrew swojej nazwie stanowi makrozagrożenie.

Mikroplastik to surowiec, który może służyć do produkcji większych elementów, ale jest też składnikiem gotowych produktów, np. ubrań i kosmetyków. Ten rodzaj plastiku często kupujemy nieświadomie. Stosując peeling zwykle nawet nie przejdzie Ci przez myśl, że wraz z jego spłukaniem do kanalizacji trafią zanieczyszczenia, które mogą być zabójcze dla zwierząt morskich. Problem polega jednak na tym, że drobinki te są tak niewielkie, że większość oczyszczalni ścieków nie radzi sobie z nimi. W efekcie około 30% dostaje się do morza. Do polskiego Bałtyku trafia ok. 40 ton mikroplastiku rocznie.

Chcąc chronić środowisko sprawdzaj, czy kosmetyki, które chcesz kupić nie zawierają mikroplastiku. Generalnie ogranicz plastik i stosuj recykling. W trosce o planetę warto także wspierać organizacje, które działają na rzecz walki z zanieczyszczeniami.

## JEŚLI NIE TY, TO KTO?



Fot. Volodymyr Hryshchenko on Unsplash

Oczywiście, to czego potrzebujemy wszyscy to nie tylko większa świadomość w zakresie indywidualnych wyborów konsumenckich, ale przede wszystkim zmiany na poziomie globalnym, takie jak unijna dyrektywa zabraniająca produkcji dużej części jednorazowego plastiku (m.in. jednorazowych sztućców), której zapisy wejdą w życie w 2021 roku.

Skoro jednak plastik jest już stopniowo eliminowany ogólnie, już teraz warto przyzwyczajać się do życia bez niego. Zwłaszcza, że oferta ekologicznych zastępników, które pojawiają się na rynku, powiększa się. Od coraz modniejszych produktów zero waste, po tak nowoczesne alternatywy dla tradycyjnego plastiku jak bioplastik, czyli biodegradowalne tworzywo pochodzenia naturalnego, zwykle wytwarzane z kukurydzy lub trzciny cukrowej. Krótko mówiąc: **bez plastiku też dasz radę!** Zatem? Do dzieła! Już dziś pracuj nad zmianą nawyków.



Konsekwentnie i na różne sposoby poddajemy refleksji nawyki konsumenckie polskiego społeczeństwa, po to, by świat, w którym żyjemy stawał się czystszy, bardziej sprawiedliwy, bezpieczniejszy i lepszy.

**Dołącz do nas!** Stań się częścią czegoś fajnego. Włącz się w kampanie, akcje uliczne, zbieraj z nami podpisy, prowadź zajęcia z młodzieżą.



[ekonsument.pl/dolacz](https://ekonsument.pl/dolacz)

**Wspieraj nas!** Tylko wsparcie takich osób jak Ty nadaje naszym działaniom sens.



[ekonsument.pl/wesprzyj](https://ekonsument.pl/wesprzyj)

Jeżeli masz pytania - napisz do nas:  
[info@ekonsument.pl](mailto:info@ekonsument.pl)



[ekonsument.pl](https://ekonsument.pl)



[facebook.com/kupujodpowiedzialnie](https://facebook.com/kupujodpowiedzialnie)



[instagram.com/kupujodpowiedzialnie](https://instagram.com/kupujodpowiedzialnie)



Publikacja powstała w ramach projektu „Klimat na zmiany” („End Climate Change, Start Climate of Change #ClimateOfChange - A Pan-European campaign to build a better future for climate-induced migrants, the human face of climate change”, CSO - LA/2019/410-153) i jest współfinansowana ze środków Unii Europejskiej. Za treść publikacji odpowiada Fundacja Kupuj Odpowiedzialnie. Poglądy w niej wyrażone niekoniecznie odzwierciedlają oficjalne stanowisko Unii Europejskiej.



Publikacja powstała w ramach projektu finansowanego ze środków otrzymanych z NIW-CRSO w ramach Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich na lata 2018-2030.



#ClimateOfChange  
#KlimatNaZmiany