



ЖИТТЯ В СТИЛІ ЕКО

**УДК 016:502
Ж 74**

**Життя в стилі ЕКО [Текст]: літературний мейнстрим
/ укладач М.Б. Золотарева; КЗК «Міська бібліотека для
дорослих» КМР.- Кривий Ріг, 2021.-16 с.**

Літературний мейнстрим «Життя в стилі ЕКО» присвячений еко-тенденціям в сучасному суспільстві. Ми можемо дуже скептично ставитися до закликів змінити світ і врятувати землю, але коли людина матиме уяву хоча б про деякі розміри збитків, які вона наносить своєю діяльністю, то обов'язково відреагує на дзвони про екологічну катастрофу. Давайте ж не чекати екологічного колапсу і вже зараз почнемо прищеплювати собі навички гармонійного життя в стилі ЕКО.

Показчик містить коротку довідку до кожного розділу, матеріал розташовано в зворотній хронології джерел.

В списку представлена література з фондів бібліотек КЗК «Міська бібліотека для дорослих» КМР.

Посібник стане у нагоді бібліотечним працівникам, студентам, вчителям, учням та всім, хто небайдужий до проблем екології.

**Піклуючись про природу,
ти піклуєшся про себе.
Адже від благополуччя природи
залежить твоє існування і доля
твоїх близьких.**

Марина Яроцька

Як жити екологічно



Тисячі разів кожен із нас чув про відповідальне ставлення до природи, переробку сміття, про те, що потрібно елементарно свідомо ставитися до того, що ми п'ємо, їмо, якою косметикою користуємося.

Ці розмови впливають на кожного з нас по-різному. Змінити користувацькі звички, демонструвати, що економність – це не є бідність, це просто адекватне ставлення до навколишнього середовища, усвідомити, що все починається із самого себе і почати не забруднювати світ одразу може далеко не кожен. І далеко не кожен одразу змінить усе в своєму житті. Але починати варто – покрокове і впевнено.

Екожизнь [Текст] // Новое время страны. — 2020. — № 33(305) 10 сентября. — С.20.

Вплив екосвідомості споживачів на виробників продуктів і промислових товарів.

Шекет, Ю. Як допомогти природі в Україні [Текст] /Ю. Шекет // Жінка. — 2019. — № 12 . — С.10.

Громадські ініціативи українців задля охорони довкілля.

Экологические зоны. Как это работает в Европе? [Текст] // АвтоМир. — 2019. — № 9. — С.30.

Як в Європі борються за чистоту повітря в містах. Екологічний транспорт.

Головко, О. Екосвідомість прокидається [Текст] / О. Головко // Урядовий кур'єр. — 2018. — 26 вересня. — С.3.

«Любий, відсортуй сміття!» або «Кохана, дякую, що не сушиш волосся феном!». Ви напевне помітили, що таких звернень стає дедалі більше у нашому повсякденні? А соціологи вирішили перевірити екосвідомість українців.

Бондаренко, А. На страже природи [Текст] / А . Бондаренко// Viva.- 2017.- № 11.- С. 26.

Зірки за збереження природи і здоровий спосіб життя: Джулія Робертс, Джордж Клуні, Бред Пітт, Стінг, Кейт Бланшетт і ін.

Стела Маккартні створює екосумку для шопінгу. Світові дизайнери відмовляються від натурального хутра та шкіри.

Джулія Робертс: “Я обожнюю це відчуття: в кінці дня зізнатися собі, що я зробила ще один крок, який дозволить мені та моїм дітям прокинутися завтра в більш чистому, здоровому та безпечному світі”.

Жити у злагоді з природою стає надзвичайно модно!



Еко-філософія:

«Думай глобально, дій локально!» - девіз ООН на XXI століття (Local Agenda XXI).

Принцип 3R: Reduce (зменшуй споживання), Reuse (використовуй повторно), Recycle (переробляй).

Екологічний спосіб життя: міф чи реальність



Світова спільнота вже не один рік поспіль попереджає про катастрофічні наслідки сучасних проблем довкілля, які потребують негайного вирішення. Забруднення повітря і води, глобальне потепління, деградація природних ресурсів, вирубка лісів – все це результат людської діяльності. Вирішення цих проблем потребуватиме чималих зусиль в багатьох сферах, у той час як стосуються вони виключно кожного.

Козуров, Д. И сэкономить, и природу сберечь [Текст] /Д. Козуров // Комсомольская правда в Украине. — 2019. — № 183/47(5975) 28 ноября - 5 декабря. — С.9.

Що і як купувати, щоб заощадити і не забруднювати навколишнє середовище.

Ларькин, А. Уличный фильтр от смога и вирусов [Текст] /А. Ларькин // Наука и техника. -2019. - № 4. - С.4.

Установка по очищенню повітря в містах, яка прибирає з повітря смог, пил, патогенну мікрофлору, бактерії, віруси, грибки.

Славуцкий, А. О вреде микроволновок и пластиковых бутылок [Текст] / А. Славуцкий // Комсомольская правда в Украине. — 2019. — № 191/49(5983) 12-19 декабря. — С. 16.

Про шкоду мікрохвильових печей та пластикових пляшок для здоров'я людини: правда і міфи.

Харламов, П. Убежать от цивилизации [Текст] / Павел Харламов // Корреспондент. — 2018. — № 12(804) 29 июня. — С.36.

Зелений туризм в Україні.

Зеленые привычки [Текст] // Добрые сонеты.-2015.- № 5.- С.30.

Життя в стилі ЄКО. «Єкодом» - чистота без шкоди.

Роговская, Т. Украинские дауншифтеры: «Наш будильник – пение птиц» [Текст] // Комс. правда.-2011.- 13 августа.- С.10.

Світ дауншифтерів [Текст] // Урядовий кур'єр.-2011.- 21 липня.- С.6.

Дауншифтинг - це вибір між доходами і стресами та душевним комфортом за меншу винагороду. Ідеологія дауншифтингу виникла на рубежі ХХ—ХХІ ст. у країнах Заходу. В Україні про дауншифтинг як явище стали говорити лише кілька років тому. Фахівці проводять певні паралелі цього явища з культурою хіппі та буддизмом. І хоч дауншифтером можна назвати й того, хто «забив» на роботу й кар'єру і подався в мандри по всьому світу, але у нас термін «дауншифтинг» найчастіше вживається, коли йдеться про переїзд людей з міста в село.

Титаренко, Л. «Робінзони» з хутора Буда [Текст] / Л. Титаренко // Голос України.- 2010.- 28 серпня.- С.14.

Міграція молодих родин від урбанізації до природи, йдеться про переїзд людей з міста в село.

Пуговиця, М. Не сипте сіль на шину... [Текст] / М. Пуговиця // Урядовий кур'єр.- 2009.- 29 січня.- С.6..

Посипання сіллю - як метод боротьби з ожеледицею. Вплив на довкілля.

Шведова, Е. Экология дома [Текст] / Е. Шведова // Бурда.-2009.-№ 9.- С.92.
Домашня екологія: наскільки безпечні речі,

Терещенко, А. Жилплощадь от природы [Текст] / А. Терещенко // Вокруг света.-2009.- № 9.- С.10.

За історичними мірками давно, а за геологічними буквально вчора людина ще мешкала в печерах. У них можна було врятуватися від холоду і спеки, від хижих тварин і небезпечних сусідів. Однак і сьогодні в світі все ще існують місця, де живуть троглодити. Слово це, до речі, означає не дикун або варвар, як багато хто думає, а просто печерний житель.

Дімас, С. «Ми споживаємо так, ніби маємо в розпорядженні дві з половиною Землі» [Текст] / С. Дімас // Євробюлетень.-2008.-№ 10.- С.16.

Раціональне споживання і виробництво продукції.



Ми настільки звикли до електроенергії, що навіть не замислюємось над її значенням у нашому житті. Електроенергія проникла буквально в усі сфери нашого буття. Зростання споживання електричної енергії загострює проблеми охорони навколишнього середовища.

У зв'язку з цим у світі активізувалися пошуки шляхів заощадження електроенергії та винаходу екологічно чистіших способів її одержання. Починати варто на всіх рівнях: у промисловості, у повсякденному житті кожного громадянина. Адже наш побут неможливо уявити без використання електроенергії.

Івашко, О. Сонце на даху [Текст] / О. Івашко // Урядовий кур'єр. — 2020. — 23 грудня. — С.6.

У будинку миколаївського ОСББ встановили першу в місті мініелектростанцію.

Місцевий, Е. Рациональне використання замість темряви [Текст] / Е.Місцевий// Червоний гірник.-2014.-23 грудня.- С.7.

Ефективне використання електроенергії. Список приладів, які споживають найбільше електроенергії.

Харченко, А. Земля и лампочки [Текст] / А .Харченко// Корреспондент.-2013.- № 12.- С.42.

Міжнародна акція Година Землі, учасники якої з екологічних міркувань на годину вимикають світло.



- **Замініть лампочки на енергоефективні (світлодіодні чи люмінесцентні).** За інтенсивного використання вони окупляться за 1-2 роки.
- **Вимикайте світло в приміщеннях, де ви не перебуваєте.**
- **Вимикайте побутову техніку, не лишаючи її на ніч в режимі "очікування".**
- **Розморозуйте холодильник і вимикайте його, якщо ви будете відсутні понад тиждень.**
- **Розігрівайте їжу чи кип'ятіть воду на газу.**
- **Взимку не використовуйте електрообігрівачі. Аналогічна ситуація із чайником. Ефективність перетворення електроенергії на тепло дуже низька.**



Сьогодні термін «зелене будівництво» придбав новий виток популярності, але зародження сьогоденних трендів почалося ще в 1970-ті роки. Саме тоді на хвилі поширення популярності здорового способу життя стала з'являтися екзотична нерухомість - приватні будинки з еко-ухилом, екологічними джерелами енергії.

За допомогою еко-будівництва вирішуються найрізноманітніші проблеми сучасних міст.

Наприклад, в серце турецького Стамбула планується зведення «будинку-

села», в Китаї планують побудувати цілий еко-місто, в Іспанії - найвищий дерев'яний хмарочос, а в Болгарії - житлові комплекси еко-лоутек.

Кулиш, Я. Построим дома... из грибов [Текст] / Я. Кулиш // Комсомольская правда в Украине. — 2020. — № 189-191/44(6062) 24-31 декабря. — С. 10.

Вчені отримали унікальний патент, як спосіб утилізації сільгоспвідходів, з яких можна будувати житлові будинки.

Шаров, Б. Фантастические города [Текст] /Б. Шаров // Тайны XX века. — 2019. — № 49 декабрь. — С. 18.

В яких містах житиме населення планети через тридцять років.

Бондарев, А. Весь покрытый зеленью [Текст] / А. Бондарев // Корреспондент.- 2013.- № 13.- С.40.

Екологічне будівництво. Мегаполіс майбутнього.

Илюшина, И. Будущее сегодня [Текст] / И. Илюшина // Корреспондент.- 2012.-№ 30.- С.46.

Архітектура XXI століття: назад до природи, розумне місто.

Шарлай, М. Зеленые крыши города [Текст] / М. Шарлай // Женский журнал.- 2012.- № 6.- С.136.

Озеленення дахів будинків в містах: історія і сучасність.

Пуговиця, М. «Архітектура міста майбутнього має бути гуманною» [Текст] / М. Пуговиця // Урядовий кур'єр.-2010.-24 вересня.- С.9.

Грин, А. Имитация жизни [Текст] / А. Грин // Вокруг света.- 2008.- № 8.- С.6.
Павільйони у вигляді крони пальми, житлові будинки, що імітують своїми обрисами птахів і комах, офіси, не відрізняються від навколишнього природного середовища - все це химерні об'єкти біоархітектури. В основі її лежить принцип наслідування живим формам за допомогою використання новітніх технологій і екологічно чистих матеріалів.

Органічне життя – мода чи свідомий вибір



Їжа – це така ж невід’ємна частина культури людства, як наука або мистецтво. Хоч ми й звикли ставитися до неї значно простіше, але світ не стоїть на місці й наш раціон змінюється разом з ним.

Сьогодні вже всі добре розуміють, що їжа потрібна нам не лише для того, щоб не почуватися голодним чи відчутти задоволення, а щоб насамперед отримати необхідну кількість нутрієнтів. Вітаміни, мікро- та макроелементи, антиоксиданти, незамінні жирні кислоти – це і є ті функціональні елементи, на які ми передусім звертаємо увагу.

Органические продукты: чем полезны и как отличить? [Текст] // 7я. — 2020. — № 49(1044) 8 - 14 декабря. — С. 2.

Про органічні продукти, їх плюси та мінуси.

Осадча, О. М. Здоровим бути модно! "Pepsi" - це користь чи шкода для організму? [Текст] /О.М. Осадча // Основи здоров'я. — 2019. — № 11(107) листопад. - С.33.

Вплив на організм людини напою "Pepsi".

Слепцов, Ю. В. Органічне землеробство [Текст] / Ю.В. Слепцов // Дім, сад, город. — 2019. — № 11. — С.8 ; № 12.- С.10.

Органічне землеробство в Україні.

Угнива, С. Естественный отбор [Текст] /С. Угнива // Новое время страны. — 2019. — № 13(237) 11 апреля. — С.32.

Органічне землеробство в Україні розвивається стрімкими темпами.

Фалеев, А. Питание [Текст] /А. Фалеев // Неведомый мир. — 2018. — № 12.— С. 46-51.

Гігієна харчування та рекомендації щодо цього американських та вітчизняних популяризаторів здорового способу життя та правильного харчування.

Чернов, В. Осторожно: фастфуд! [Текст] /В. Чернов // 7я. — 2018. — № 32(922) 7-13 августа. — С.3.

Небезпека фастфудів. Вулична їжа.

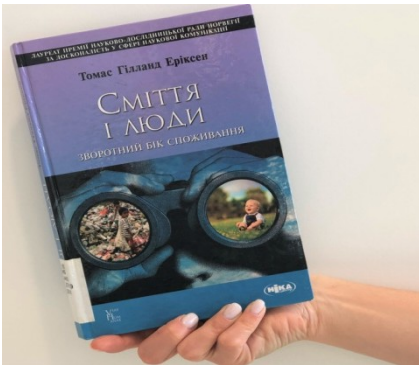
Безвідходний стиль життя



У процесі повсякденної життєдіяльності людини утворюються тверді побутові відходи (ТПВ). Вони накопичуються у житлових будинках, закладах соціальної сфери (харчові відходи, предмети домашнього вжитку, сміття, опале листя, макулатура, скло, метал, полімерні матеріали тощо) і не мають подальшого використання за місцем їх утворення.

У домашньому господарстві 40% ТПВ щонайменше становлять скло, папір і пластик. Це ті відходи, які є прекрасною вторинною сировиною.

Відходи можна переробляти, однак багаторазове використання деяких з них є набагато кориснішим за переробку. Ефективним зрушенням у зменшенні кількості сміття буде така практична діяльність громадян, яка забезпечить повторне вживання матеріалу скрізь, де це можливо. Всі речі, виготовлені людиною, є продуктом переробки природної сировини: деревини, нафти, залізних руд та багатьох інших корисних копалин та відновлюваних природних ресурсів. Тому велике значення у збереженні природних ресурсів має вторинна переробка сировини. Внаслідок переробки стара скляна пляшка може стати новою, стара бляшанка з алюмінію — новою алюмінієвою бляшанкою. З ПЕТ-пляшок в нашій країні виготовляють різноманітні вироби: горщики для квітів, канцтовари, коробки для фруктів, овочів. Волокна із вторинного ПЕТ застосовують при виготовленні оббивки для автомобілів і килимових покриттів. З них отримують штучну шерсть, з якої виготовляють трикотажні вироби. Отже, вторинна переробка сировини сприяє зменшенню витрат природних ресурсів для задоволення потреб людини.



Еріксен, Томас Гілланд Сміття і люди. Зворотний бік споживання [Текст] / Т. Г. Еріксен ; пер. з норвезьк. І. Сабор. — Київ : Ніка-Центр, 2019. — 223 с.

Книжка знаного норвезького вченого-антрополога Томаса Гілланда Еріксена «Сміття і люди» – це розгляд різних аспектів співіснування людської ойкумени та світу відходів. Попри свою назву, це зовсім не екологічна розвідка й не інструкція порятунку світу від забруднення та різних відходів. Автор розглядає сміття як невід’ємну рису людського способу існування. Мало хто знає зазвичай, скільки реально сміття ми виробляємо. Мало кому відомо, що під час створення одиниці більшості пластикових предметів продукується більший об’єм відходів, аніж об’єм самої тієї речі.

Усвідомити і відчувати реальність сучасного виробництва та, що головне, споживання – ось те, що пропонує нам Еріксен, і, звичайно ж, пуститись у роздуми разом із ним.

Від сортування відходів до нульових викидів [Текст] // Новое время страны. - 2021. - № 16(336) 29 апреля. - С.77.

Україна знаходиться на шляху пошуку ідеальної моделі поводження з відходами.

Лісовський, Б. Чи є альтернатива пластику? [Текст] / Б. Лісовський // Голос України. — 2021. — 6 липня. — С.9.

З 1 червня 2021 року вступив в дію Закон України "Про обмеження обігу пластикових пакетів на території України".

Павленко, А. Эталоны чистоты [Текст] /А. Павленко // Новое время страны. - 2021. —№ 18(338) 20 мая. -С. 50.

Про переробку сміття в різних країнах світу та управління відходами.

Павленко, А. Королевство чистоты [Текст] / А. Павленко // Новое время страны. — 2019. — № 37(261) 10 октября. — С.32.

Зусиллями уряду, бізнесу і громадян Швеція стала державою з найменшим в світі обсягом сміття на звалищах.

Треба вміти давати раду відходам [Текст] // Голос України. — 2019. — № 193(7199) 9 жовтня. — С.5.

Японія започаткувала спеціальну програму щодо сміття.

Ерофеев, В. Мусорный вопрос [Текст] /В. Ерофеев // Тайны XX века. — 2018. — № 27 июль. — С.4.

Переробка та практичне використання відходів.

Пашков, А. П. Сучасний стан і досвід поводження з небезпечними відходами в Україні та за кордоном [Текст] /А.П. Пашков, О.Г. Мітюкова, С.І. Пашков // Безпека життєдіяльності. — 2018. — № 3 березень.

Поводження з небезпечними відходами.

Рудь, Р. Эра пластика. Как спасти планету от пластика? [Текст] /Р. Рудь, Л. Габасова // 7я. — 2018. — № 16(906) 17-23 апреля. — С.20.

Використання пластика може привести до екологічної катастрофи.



- Папір розкладається у ґрунті через 2-10 років, консервні бляшанки за 100 років, поліетиленові матеріали за 200 років, пластмаса за 500 років, а для повного розкладу скла потрібно 1000 років.

- 80 літрів води щодня безглуздо витікає у каналізацію, якщо твій кран навіть не протікає, а ледь помітно капає;

- 330 літаків можна побудувати, переробивши алюмінієві банки з-під прохолоджуючих напоїв, які щороку викидаються жителями одного мегаполісу;

- 1000 метрів проїде авто на тій кількості нафтопродуктів, яка міститься в десяти пластикових пакетах із супермаркету.



