

Как выбрать экологически безопасную бытовую химию?



Шаг 1.

Ищи на упаковке продукта экомаркировку I типа, она гарантирует, что продукт безопасен для тебя и природы на протяжении всей своей жизни (жизненного цикла)!



Экомаркировки 1 типа легко запомнить:



Россия



Страны ЕС



Скандинавия



Япония



Сингапур



США

Шаг 2.

Если ты не нашел экомаркировок I типа, обрати внимание на экомаркировки, которые говорят о наличии органических и натуральных компонентов в составе. Они также международно признанные и надежные.



Италия



Франция



США



В составе средств —
компоненты органического
производства



Средства не содержат
вредных компонентов

Шаг 3.

На упаковке могут быть предупредительные знаки, на которые следует обратить внимание. Они говорят о наличии у продукта свойств, опасных для окружающей среды и/или здоровья человека.



Восклицательный знак: вредно при попадании на кожу, проглатывании, вдыхании, вызывает аллергию, раздражение кожи или глаз.



Сухое дерево и мертвая рыба: токсично и чрезвычайно токсично для водной среды.



Череп и скрещенные кости: токсично или смертельно при попадании на кожу, вдыхании, проглатывании.



Жидкость, выливающаяся из пробирок: вызывает коррозию металла, а при попадании в глаза и на кожу — химические ожоги и необратимые повреждения.

Шаг 4.

Если нет маркировки, прочитай состав продукта:

Фосфаты/phosphates

могут провоцировать аллергию, раздражение кожи, а также вызывают цветение водоемов и нарушение водных экосистем. Им есть замена — цеолит и дисиликат натрия.

Хлор/chlorine и его соединения (например, гипохлорит натрия)

раздражают кожу и вызывают болезни дыхательных путей, токсичны.

Аммиак, нашатырный спирт/ammonia, ammonium chloride

едкая щелочь, вызывает раздражение и ожоги слизистых оболочек, аллергию, поражает дыхательные пути.

Оптические отбеливатели/optical whiteners

остаются на ткани после стирки, могут оказать негативное воздействие на чувствительную кожу человека, вызывая покраснение и раздражение. Им есть замена — кислородные отбеливатели, в том числе перекись водорода.

Энзимы/enzymes

могут вызвать раздражение и аллергию при вдыхании, избегайте их в составе сыпучих средств для стирки.

Узнай больше об ингредиентах на сайте esopolka.ru

Не окажись в плену распространенных мифов:

Миф!

Попав в канализацию, вода с бытовой химией пройдет через очистные сооружения и не нанесет вреда природе.

Это случится, только если средства нетоксичные и биоразлагаемые, иначе они могут повредить водным организмам, которые фильтруют воду на станции, что приведет к плохой очистке стоков.

Миф!

Натуральная бытовая химия неэффективна.

Очень даже эффективна, натуральные ингредиенты могут быть так же активны, как и синтетические, нужно лишь выбрать качественный продукт.

Миф!

Нужно покупать отдельные средства для чистки разных поверхностей и помещений.

Это уловки маркетологов. Достаточно обойтись одним средством для дезинфекции и одним средством для мытья всех поверхностей в доме, так как почти всегда состав в таких средствах одинаковый.

Миф!

Средство, содержащее эфирные масла, безопасно для человека и природы.

Все эфирные масла токсичны для водной среды и часто способны вызвать аллергию и раздражение при использовании.

Полезные советы

Используй антибактериальные средства только для дезинфекции. Как правило, антибактериальные агенты в бытовой химии являются токсичными и опасными. Обычной уборки достаточно, чтобы дом стал чистым.

Избегай сильно ароматизированных средств. Ароматизаторы не способствуют процессу очистки и часто бывают опасны для окружающей среды и человека.

Для повседневной уборки можно использовать такие средства, как сода, уксус, лимонный сок, соль, горчичный порошок.

При применении любых чистящих или моющих средств лучше использовать резиновые перчатки, потому что никогда не угадаешь, как средство может подействовать на твою кожу (даже если состав натуральный).

При использовании бытовой химии с опасными компонентами, в том числе дезинфицирующих средств, обязательно защити органы дыхания и кожу рук.



Мобильное приложение Ecorolka — гид по экотоварам

Скачай бесплатно в AppStore и GooglePlay

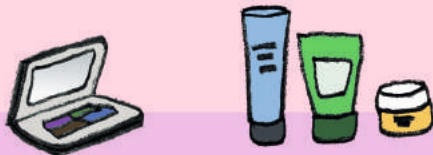
Узнай об экомаркировках

Найди экотовары

Следи за новинками экопродукции

**Заботьтесь о себе и о природе,
и пусть ваш дом будет уютным!**

Как выбрать экологически безопасную косметику?



Шаг 1.

Ищи на упаковке продукта экомаркировку I типа, она гарантирует, что продукт безопасен для тебя и природы на протяжении всей своей жизни (жизненного цикла)!



Экомаркировки 1 типа легко запомнить:



Россия



Страны ЕС



Скандинавия



Япония



США



Корея

Шаг 2.

Если ты не нашел экомаркировок I типа, обрати внимание на экомаркировки органической продукции, они также международно признанные и надежные.

*натуральные ингредиенты
получены от органического земледелия*



Органик маркировки легко запомнить:



Франция



Италия



Франция



США



Германия



Бельгия

Шаг 3.

Если маркировки нет, прочитай состав продукта

Paraben/Парабены

консерванты, вызовут раздражение на поврежденной коже

EDTA/ЭДТА

комплексообразователь, опасный при проглатывании, его не должно быть в средствах для гигиены полости рта

**Perfumes/отдушки,
ароматизаторы**

как синтетические, так и натуральные могут вызвать аллергию, если ты к ней склонен

Phenoxyethanol/Феноксизтанол

консервант, опасен при проглатывании и раздражает глаза, избегайте его в косметике для полости рта и области вокруг глаз

Sodium или ammonium Lauryl sulfate (SLS, ALS)/Лаурилсульфат натрия или аммония

ПАВ, раздражает и иссушает кожу, избегай его в продуктах, остающихся на коже некоторое время

Узнай больше об ингредиентах на сайте esopolka.ru

Шаг 4.

Есть и другие знаки, которые нужно искать на упаковке косметической продукции, они говорят о характеристиках:

САМОГО ПРОДУКТА



продукт не
тестировался
на животных



не тестировался на животных
и не содержит компонентов
животного происхождения

ЕГО УПАКОВКИ



виды пластика,
которые можно
переработать



древесные ресурсы для упаковки
из картона происходят из
ответственно управляемых лесов,
а не из сомнительных, нередко
незаконных источников



лента Мёбиуса означает,
что такую упаковку можно
переработать

Полезные советы

Очень сложно разобраться в составах и избежать всех вредных компонентов, поэтому старайся искать товары с экомаркировкой I типа и органик.

Покупая солнцезащитные средства, старайся выбирать те, в которых содержатся только физические фильтры, например, диоксид титана.

Покупая дезодоранты-антиперспиранты, избегай средств с солями алюминия и спиртом, во всяком случае, для ежедневного использования.

Для детей и младенцев используй минимум косметики, это не всегда нужно.

Начни с малого – не выкидывай всю имеющуюся у тебя косметику, переходя на экологичную. Пробуй постепенно, наблюдай, почувствуй преимущества.

Сдавай упаковку от использованных средств на переработку.

Если в составе средства есть компоненты, которые тебе незнакомы и подозрительны, задай вопрос эксперту на ecopolka.ru.



Мобильное приложение Ecopolka – гид по экотоварам

Скачай бесплатно в AppStore и GooglePlay

Узнай об экомаркировках

Найди экотовары

Следи за новинками экопродукции

**Займитесь о себе и о природе
и будьте красивы!**

Как выбрать
экологически безопасные
продукты питания?



Шаг 1.

Ищи на упаковке продукта экомаркировку I типа, она гарантирует, что продукт безопасен для тебя и природы на протяжении всей своей жизни (жизненного цикла)!



Шаг 2.

Если ты не нашел экомаркировок I типа, обрати внимание на маркировки органической продукции, они также международно признанные и надежные.

Натуральные продукты

Гуманное обращение с животными

*Условия выращивания
максимально близки
к природным*



Знаки безопасных продуктов легко
запомнить:

Экомаркировки 1 типа



Россия



Украина

Органик маркировки



Франция



Россия



Европейский союз

Органик
маркировка



Италия



Япония



Швеция



США



Германия



Украина



Германия



Финляндия

Шаг 3.

Обрати внимание на состав. Часто продукты содержат пищевые добавки, которые разрешены для применения, но опасны для здоровья. Их используют, чтобы придать определенный цвет, аромат или вкус.

Добавки, которых следует избегать:

**E102
тартразин**

краситель в кондитерских изделиях и напитках; вызывает пищевую аллергию

**E250
нитрит натрия**

краситель и консервант в мясных продуктах (сосиски, бекон, копчености); влияет на нервную систему, может вызвать отравление, гипоксию

E320 бутилгидроксианизол

антиоксидант в жиросодержащих продуктах и жвачке; вызывает повышение уровня холестерина в организме

**E400-499
загустители**

содержатся в йогуртах, майонезах, соусах; могут вызвать заболевания пищеварительного тракта

**E510, E513 и E527
эмульгаторы**

встречаются в большинстве продуктов с содержанием масел/жиров и воды; вызывают сбои в работе печени и расстройства пищеварения

**E951
аспартам**

синтетический сахарозаменитель в жвачках, сладостях и газировках; вызывает широкий спектр расстройств нервной системы, в организме разлагается с образованием токсичного метанола

Узнай больше об ингредиентах на сайте esopolka.ru

Шаг 4.

Есть и другие знаки, которые можно найти на упаковке пищевой продукции, они говорят о характеристиках:

ПРОИЗВОДСТВА САМОГО ПРОДУКТА



MSC (Marine Stewardship Council) — маркировка продуктов морского рыболовства. Гарантирует, что вылов рыбы не нарушил численность популяции и морские экосистемы



Fairtrade — знак справедливой торговли. При производстве продукта соблюдалось трудовое, социальное и экологическое законодательство



Rainforest Alliance — маркировку можно встретить на кофе, чае, шоколаде. Она означает, что при производстве продукта не были нарушены тропические экосистемы

ЕГО УПАКОВКИ



FSC (Forest Stewardship Council) — древесные ресурсы для упаковки из картона происходят из ответственно управляемых лесов, а не из сомнительных, нередко незаконных источников



виды пластика, которые можно переработать



лента Мёбиуса означает, что такую упаковку можно переработать

Полезные советы

Выбирая продукты, готовые к употреблению, читай состав — чем он короче, тем продукт безопаснее.

Обращай внимание на срок годности! Если он слишком длительный, скорее всего, продукт содержит много консервантов.

Выбирай сезонные овощи и фрукты местного происхождения. Их не обрабатывают химикатами для долгой перевозки.

В составе должны быть понятные и знакомые ингредиенты: молоко, а не сухое молоко, яйца, а не яичный порошок.

Покупая колбасу и прочую мясную продукцию, избегай ярко-красного и розового цвета. Натуральный цвет вареного мяса — серый, а вяленого — коричневый.

Нашел в составе «глутамат натрия» (усилитель вкуса)? Знай: есть вероятность, что с его помощью производитель замаскировал некачественный продукт.



Мобильное приложение Ecorolka — гид по экотоварам

Скачай бесплатно в AppStore и GooglePlay

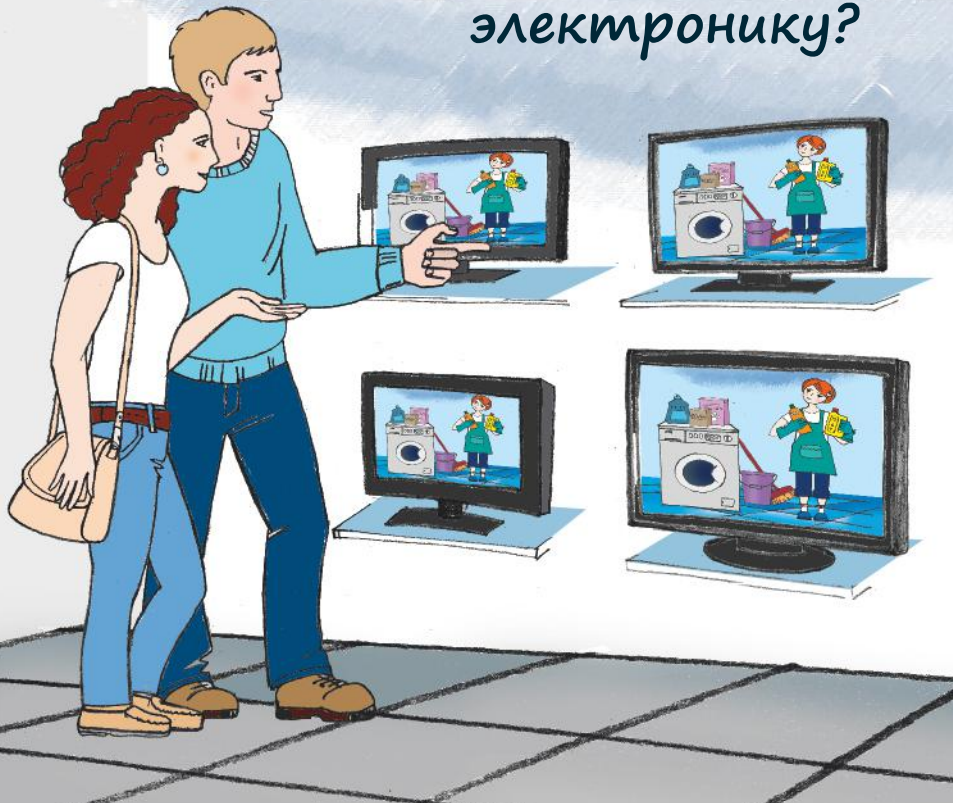
Узнай об экомаркировках

Найди экотовары

Следи за новинками экопродукции

Относитесь внимательно к себе
и к природе, и приятно аппетита!

Как выбрать экологически безопасную электронику?



Шаг 1.

Ищи на упаковке продукта экомаркировку I типа, она гарантирует, что продукт безопасен для тебя и природы на протяжении всей своей жизни (жизненного цикла)!



Экомаркировки 1 типа легко запомнить:



Россия



Северные страны



Швеция



Страны ЕС



Китай



Корея



Тайвань



Германия



Канада

Шаг 2.

Если ты не нашел экомаркировок I типа, обрати внимание на другие маркировки, которые помогут экономить электроэнергию и/или гарантируют безопасность оборудования.



Energy Star — энергоэффективность потребительских товаров. Характеристики продукта обеспечивают его эргономичность и безопасность.



Этикетка — шкала энергоэффективности электроприборов. Самые энергоэффективные — класс А.



Restriction of Hazardous Substances (RoHS) — директива ЕС, которая запрещает содержание в электронике опасных веществ: свинца, ртути, кадмия, хрома VI, полибромированных бифенилов (PBB), полибромированных дифениловых эфиров (PBDE).



EPEAT — комплексная система оценки экологичности и энергоэффективности электротоваров. Имеет 3 уровня, наивысший — «Gold».



Шаг 3.

На этикетке также можно найти знаки, описывающие методы утилизации товара, его части или упаковки:



Перечеркнутая урна означает, что товар нельзя выбрасывать, а следует сдать в специальный пункт приема.



Лента Мёбиуса на упаковке говорит о том, что упаковка годится для вторичной переработки или в её составе содержится вторичное сырьё (в этом случае в центре знака указывается процентное содержание вторсырья).

Виды пластика, которые можно переработать:



PETE, PET (ПЕТ, ПЭТФ)
Полиэтилентерефталат



LDPE (ПЭВД) Полиэтилен
низкой плотности



HDPE (ПЭНД) Полиэтилен
высокой плотности



PP (ПП) Полипропилен

В чем основная опасность электроники?

Одна из основных опасностей электронных товаров для человека и окружающей среды — электронные отходы. Электроника часто содержит тяжелые металлы и токсичные вещества.



Как этого избежать?

Покупка

1. Не гонись за модой, не покупай новую модель каждый год.
2. Делай выбор осознанно, обращай внимание на экомаркировки и качественные характеристики.
3. Выбирай ответственного производителя, поддерживающего программы сбора отработанных устройств.

Использование

4. Старайся продлить жизнь любому прибору: следуй инструкции, относись бережно, используй чехол или другую защиту для прибора.
5. Ремонтируй, а не выбрасывай.
6. Отдай другому то, чем не пользуешься.

Утилизация

7. Сдавай вышедшие из строя устройства в специальные пункты утилизации. В любом электроприборе есть детали, которые могут быть переработаны.
8. Пункты приема неработающих устройств можно посмотреть, например, на сайте www.recyclenar.ru.

Полезные советы

Соблюдай технику безопасности, например, при работе с компьютером давай глазам отдохнуть.

Не пользуйся электронными приборами чаще, чем это действительно необходимо, — это уменьшит их воздействие на организм и снизит энергопотребление.

Старайся продлить жизнь устройствам: следуй инструкции, относись бережно, используй чехол или другую защиту для гаджетов.

Используй энергосберегающий режим электроприборов.

Заряжай телефон (или ноутбук), только когда он разрядился. Частое подключение к розетке сокращает срок службы аккумулятора, поскольку количество циклов заряда и разряда ограничено.

А вообще — больше общайся с друзьями и гуляй на свежем воздухе!



Мобильное приложение Ecorolka — гид по экотоварам

Скачай бесплатно в AppStore и GooglePlay

Узнай об экомаркировках

Найди экотовары

Следи за новинками экопродукции

Не расстаешься с гаджетами – выбери те, которые безопасны для тебя и для природы!

Как выбрать экологически безопасные отделочные материалы?



Шаг 1.

Ищи на упаковке продукта экомаркировку I типа, она гарантирует, что продукт безопасен для тебя и природы на протяжении всей своей жизни (жизненного цикла)!



Экомаркировки I типа легко запомнить:



Россия



Скандинавия



Страны ЕС



Германия



США



Украина



Канада



Япония

Шаг 2.

Если ты не нашел экомаркировок I типа, обрати внимание на другие знаки, которые можно встретить на упаковке:



Древесные ресурсы для продукта происходят из ответственно управляемых лесов, а не из сомнительных, нередко незаконных источников



Продукт с минимальным содержанием формальдегида. Это значит, что выделение в воздух формальдегида при классе E1 безвредно для здоровья. Можно встретить на материалах из древесины



Продукт с низким уровнем выделения летучих веществ. Можно встретить в основном на лакокрасочных материалах



Шаг 3.

Важно не оказаться в плену мифов!

Миф 1

Паркет лучше, чем ламинат.

Это касается только цельного паркета. Паркетная доска, склеенная из нескольких слоев древесины, может содержать опасные компоненты в связующих смесях и защитных пропитках (фенол, толуол, формальдегид). Причем в количествах, превышающих таковые в ламинате.

Миф 3

Все лакокрасочные материалы токсичны.

Это зависит от вида растворителя. В водно-дисперсионных красках в качестве растворителя выступает обычная вода, которая делает этот вид лакокрасочных материалов наиболее безопасным.

Миф 2

Ламинат и линолеум — неэкологичные материалы.

На рынке стройматериалов есть высококачественные линолеум и ламинат, которые по показателям экологичности превосходят некоторые натуральные покрытия. Выделить такой продукт поможет экомаркировка.

Миф 4

Все, что не содержит пластик, — безопасно.

Целлюлозные, тканые материалы и стекловолокно часто изготавливаются с использованием фенолформальдегидных смол, которые опасны для здоровья.

Что еще важно знать, выбирая отделочные материалы?

Длительный срок службы материала – меньший вред окружающей среде. Продукция, которая прослужит долго, сэкономит тебе деньги, силы и сбережет природу.



Для напольных покрытий в разные комнаты выбирай соответствующую степень устойчивости к повреждениям. Ищи знаки, подобные этим:



Напольное покрытие подойдет для кухни и коридора (высокая степень устойчивости).



Покрытие устойчиво к мебели на ножках и роликах.



Покрытие устойчиво к влаге. Подойдет для кухни и коридора.



Покрытие можно восстановить, а не менять. Это очень экономично и экологично!

При выборе покрытия для стен обрати внимание на следующие характеристики:

Расход красок для стен и потолка должен быть



не менее $6 \text{ м}^2/\text{л}$

Расход шпатлевок должен быть



не менее $2 \text{ м}^2/\text{л}$

Если делаешь ремонт в местах с повышенной влажностью, выбирай краску, устойчивую к мытью



Расход густых декоративных покрытий (фактурная штукатурка) должен быть



не менее $1 \text{ м}^2/\text{кг}$

Полезные советы

Перед покупкой любых материалов тщательно рассчитай нужное тебе количество, чтобы не купить лишнего.

Не путай элементы дизайна на этикетке строительных материалов с экомаркировками. Проверь информацию!

Изучи инструкции по применению материалов для ремонта и правила безопасности при работе с ними: используй средства защиты для глаз и органов дыхания.

Обрати внимание на правильные способы утилизации продукции после использования. Например, лакокрасочные материалы нельзя сливать в канализацию, так как они токсичны для водных организмов.

Остатки материалов для ремонта всегда могут пригодиться друзьям или знакомым, достаточно рассказать об этом в социальных сетях.



Мобильное приложение Ecorolka — гид по экотоварам

Скачай бесплатно в AppStore и GooglePlay

Узнай об экомаркировках

Найди экотовары

Следи за новинками экопродукции

**Забойтесь о себе и о природе
и делайте ремонт с удовольствием!**