

ZAANGAŻUJ SIĘ

Stosowanie zasady 4R lub 5R
w codziennym życiu:

- Plastik: unikaj jednorazowych opakowań, używaj pojemników wielokrotnego użytku, wybieraj produkty biodegradowalne.
- Ubrania: kupuj mniej, naprawiaj, przerabiaj lub oddawaj do drugiego obiegu, np. lumpeksów.
- Zakupy i opakowania: wybieraj produkty z oznaczeniami ekologicznymi, segreguj odpady, stosuj filtr do wody zamiast butelkowanej.
- Dom i ogród: jeśli masz możliwość, kompostuj odpady organiczne, wykorzystuj resztki do nawożenia roślin.

Korzyści:

- Zmniejszenie ilości odpadów trafiających na wysypiska
- Ochrona środowiska naturalnego, w tym wód i gleby
- Oszczędność zasobów i energii
- Promowanie świadomej konsumpcji i zrównoważonego rozwoju

Działaj! Inspiruj!!



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



ZASADA 4R LUB 5R

Odrzuć
Zredukuj
Użyj ponownie
Odzyskaj
Kompostuj



ZASADA 4R

jako ekologiczna
strategia zarządzania
odpadami

Co oznacza skrót 4R?
Skrót 4R pochodzi od angielskich
słów:
Refuse, Reduce, Reuse, Recycle.



1. Refuse = Odrzuć- mów „nie”
jednorazowym produktom, takim jak
plastikowe kubki, słomki, torby czy sztucce,
które rozkładają się setki lat.

2. Reduce = Zredukuj - ograniczaj zużycie,
wybieraj produkty z minimalną ilością
plastiku, kupuj tylko to, co naprawdę
potrzebne, stosuj listy zakupów i unikaj
nadmiernego pakowania.

3. Reuse = Użyj ponownie - wykorzystuj
produkty wielokrotnie, np. pojemniki,
butelki, słomki, a także nadaj nowe funkcje
starym przedmiotom, np. doniczki czy
karmniki.

4. Recycle = Odzyskaj - segreguj odpady,
poddawaj je recyklingowi, a w przypadku
odpadów biodegradowalnych stosuj
kompostowanie.

Zasada 4R jest prostym, ale skutecznym
narzędziem, które każdy może stosować w
codziennym życiu, aby chronić planetę i
ograniczać negatywny wpływ odpadów na
środowisko.

A CO POWIECIE NA 5R?

Niektóre źródła dodają piątą „R”.

5. Rot = Kompostuj - przetwarzaj
odpady organiczne na kompost,
który może być użyty do nawożenia
roślin.

**INICJATYWY PRZYJAZNE DLA ŚRODOWISKA
EDUKACJA EKOLOGICZNA
ZRÓWNOWAŻONY ROZWÓJ**

*Razem możemy sprawić,
że Ziemi będzie lżej.*