

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИТМО»

Отчет

по лабораторной работе «Анализ современных тенденций рационального потребления»
по дисциплине «**Культура безопасности жизнедеятельности**»

Автор: Кудрявцева Руслана Сергеевна

Факультет: ПИиКТ

Группа: Р3117

Преподаватели:

Быковская Елена Александровна

Тимофеева Ирина Валерьевна



Санкт-Петербург 2025

Цель работы: проанализировать современные тенденции рационального потребления.

Задачи работы:

- провести анализ личного вклада в сокращение процента захораниваемых отходов;
- изучить товары с экомаркировкой и товары гринвошинга, представленные в настоящий момент на рынке товаров и услуг;
- провести анализ востребованности предметов личного пользования и предложить меры по их оптимизации.

Задание 1. Концепция «Ноль отходов»

Таблица 1 – Анализ возможности реализации раздельного сбора в *моем доме*

| | |
|--|---|
| Преимущества Какие выгоды (экономические, социальные, экологические) вы и все участники процесса сможете получить благодаря раздельному сбору на выбранном объекте | 1. Снижение затрат на вывоз и утилизацию отходов. 2. Повышение экологической осведомленности среди сотрудников, жильцов или посетителей объекта. 3. Снижение загрязнения окружающей среды. |
| Недостатки Какие сложности могут возникнуть при внедрении раздельного сбора. Какие непривычные изменения могут вас ждать. | 1. Сотрудники, жильцы или посетители могут не понимать, как правильно сортировать отходы. 2. Дополнительные расходы на закупку контейнеров, информационные кампании и вывоз отходов по разным маршрутам. 3. Если отходы сортируются неправильно, это может сделать их непригодными для переработки. |
| Риски Какие внутренние или внешние факторы могут помешать вам достичь поставленной цели. | 1. Низкая мотивация сотрудников или жильцов. 2. Недостаточное количество перерабатывающих предприятий или отсутствие переработки определённых видов отходов. 3. Общий низкий уровень экологической культуры населения. |

Таблица 2– Личный вклад в раздельный сбор

| Сырье | Пункт приема |
|--|---|
| 1. Макулатура | просп. Тореза, 102, корп. 4, Санкт-Петербург, Россия Утиль |
| 2. Вторсырье и вещи для повторного использования | Лиговский проспект, 256, к. 3, лит. Д. |
| 3. Вторсырье | Выборгское шоссе, д. 22, к. 3. |

Таблица 3 – Сокращение отходов по принципу 5R

| Шаг | Личный пример для каждого шага | |
|------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| | Уже делаю | Могу делать в будущем |
| 1 Refuse — откажись | От одноразовых пластиковых пакетов | Использовать многоразовую сумку |
| 2 Reduce — сократи | Печать документов | Использовать электронные версии |
| 3 Reuse — используй повторно | Стеклянные банки | Хранить в них крупы |
| 4 Recycle — переработай | Макулатуру | Сдавать бумагу на переработку |
| 5 Rot — компостируй | Овощные и фруктовые очистки | Использовать для создания компоста |

Задание 2. Экомаркировка или гринвошинг

Таблица 4 – Экомаркировка vs Гринвошинг

| | Экомаркировка | | | Гринвошинг | | |
|---|----------------------------|---------------|-------------------------|----------------------------|---------------|--|
| | Товар (название и фото) | Производитель | Название маркировки | Товар (название и фото) | Производитель | Описание гринвошинга ** |
| 1 | Бумажные полотенца | Zewa | «Листок жизни» (Россия) | Бутылка воды | Evian | Этикетка «100% природная» и голубой цвет ассоциируют с |

| | | | | | | |
|---|--------------------------------|-----------|---|----------------------|-----------------|--|
| | | | | | | чистотой, но пластик не биоразлагаемый |
| 2 | Органическое молоко | Ecomilk | EU Organic (Европейский зелёный лист) | Одноразовая посуда | Бренд Y | Упаковка с изображением листьев, но продукт не биоразлагаемый и не перерабатывается |
| 3 | Эко-шампунь | Lavera | NATRUE (натуральная косметика) | Шампунь | Garnier Fructis | Фраза «Эко-формула» без подтвержденной сертификации. В составе есть сульфаты и силиконы |
| 4 | Биоразлагаемые пакеты | BioBag | OK Compost (компостируемый продукт) | Пластиковые пакеты | Бренд X | Маркировка «ЭКО» без реального подтверждения, зелёный цвет упаковки вводит в заблуждение |
| 5 | Одежда из органического хлопка | Patagonia | GOTS (Глобальный стандарт органического текстиля) | Одежда из полиэстера | H&M Conscious | Лейбл «экологичный», но нет информации о переработке и реальном снижении загрязнения |

Задание 3. Быстрая и медленная мода



| Часто ношу менее 80% гардероба (варианты оптимизации своего гардероба) | Часто ношу более 80% гардероба (советы другим по оптимизации гардероба) |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Отдам ненужные вещи нуждающимся. 2. Поучаствую во Фри-маркете. 3. Продам вещи на Avito 4. Старые ткани можно использовать для создания чего-то нового 5. Передам в специальные обменные пункты | <ol style="list-style-type: none"> 1. Если понимаю, что вещь не нужна, то продаю ее. 2. Покупаю новые ботинки, если старые уже нельзя отремонтировать у сапожника 3. Сдам на переработку если сильно изношена 4. Использовать как тряпки для уборки 5. Обновлять гардероб с новым сезоном года если вещи уже старые |

Выводы: Раздельный сбор отходов, принципы 5R и борьба с гринвошингом помогают снизить нагрузку на природу и экономить ресурсы. Важно ориентироваться на проверенные экомаркировки и избегать маркетинговых уловок. Даже ненужную одежду можно переработать, отдать на благотворительность или использовать повторно. Осознанное потребление – это шаг к чищей и более устойчивой планете.