

**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: Серов А.А.

Факультет: ПИиКТ

Группа: Р3131

Преподаватели:

Быковская Елена Александровна

Тимофеева Ирина Валерьевна



Санкт-Петербург 2024

**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 “Квартира”

<b>Преимущества</b>  Какие выгоды (экономические, социальные, экологические) вы и все участники процесса сможете получить благодаря раздельному сбору на выбранном объекте  <i>минимум 3 пункта</i>	1) <i>Экологическая польза – снижение объема отходов на свалках, уменьшение загрязнения природы</i> 2) <i>Экономия ресурсов – переработка вторсырья</i> 3) <i>Формирование полезной привычки – воспитание осознанного потребления</i>
<b>Недостатки</b>  Какие сложности могут возникнуть при внедрении раздельного сбора. Какие непривычные изменения могут вас ждать.  <i>минимум 3 пункта</i>	1) <i>Нужда в дополнительном месте – для различных контейнеров</i> 2) <i>Временные затраты – сортировка требует больше времени, чем выброс в общий бак</i> 3) <i>Неудобство – нужно самому отвозить вторсырье</i>
<b>Риски</b>  Какие внутренние или внешние факторы могут помешать вам достичь поставленной цели.  <i>минимум 3 пункта</i>	1) <b>Нет мотивации – лень и привычка все выбрасывать в один пакет</b> 2) <b>Ошибки в сортировке – плохая осведомленность</b> 3) <b>Отсутствие поддержки – большая сложность</b>

Таблица 2– Личный вклад в раздельный сбор

Сырье	Пункт приема
1.Батарейки	Магазин ВкусВилл
2.Крышечки	“Крышечки ДобрыТЫ”
3.Одежда	Бокс для сбора вещей “Не просто вещь”
4.Опасные отходы	Экотерминал “Экострой”

Таблица 3 – Сокращение отходов по принципу 5R

Шаг	Личный пример для каждого шага	
	Уже делаю	Могу делать в будущем
1 Refuse — Отказ от бесплатных пакетов в магазинах, пробников, ненужных рекламных листовок.	Ношу с собой многоразовую сумку, говорю "нет" пластиковым трубочкам.	Отказываться от одноразовых стаканчиков для кофе, используя термокружку.
2 Reduce — Покупаю продукты без избыточной упаковки, выбираю большие упаковки вместо мелких.	Покупаю крупы и орехи на развес в свою тару.	Составлять список покупок, чтобы избежать импульсных приобретений.
3 Reuse — Храню стеклянные банки от продуктов для домашних заготовок.	Использую старые футболки как тряпки для уборки.	Давать вторую жизнь пластиковым контейнерам (например, для хранения мелочей).
4 Recycle — Сортирую пластик, бумагу и стекло, сдаю в пункты приёма.	Отделяю батарейки и электронику для специальной утилизации.	Найти пункт приёма тетрапаков и сложного пластика (например, подложек от фруктов).
5 Rot — Собираю органику	Выбрасываю органику в	Купить компактный

(очистки, чайные пакетики) в отдельный контейнер.	мусоропровод (пока нет возможности компостировать).	компостер для балкона или договориться о вывозе органики на дачу.
---	---	---

## Задание 2. Экомаркировка или гринвошинг

Таблица 4 – Экомаркировка vs Гринвошинг

	<i>Экомаркировка</i>			<i>Гринвошинг</i>		
	<i>Товар (название и фото)</i>	<i>Производитель</i>	<i>Название маркировки</i>	<i>Товар (название и фото)</i>	<i>Производитель</i>	<i>Описание гринвошинга **</i>
1	Тетрадь из переработанной бумаги	«СФК» (Россия)	«Листок жизни» (Россия)	Пластиковая бутылка «EcoPure»	Nestlé	Надпись «100% перерабатываемый» без указания реального % вторсырья в составе.
2	Стиральный порошок «Ecover»	Ecover (Бельгия)	«EU Ecolabel» (ЕС)	«Зелёный» одноразовый стаканчик	Starbucks	Использование зелёного цвета и слова «экологичный», хотя стаканчик не подлежит переработке
3	Хлопковый шоппер «Organic Basics»	Organic Basics (Дания)	«GOTS» (Global Organic Textile Standard)	«Биоразлагаемые» пакеты	«ЭкоПак» (Россия)	Заявлено, что пакеты разлагаются за 1 год, но на деле требуют промышленного компостиро

						вания.
4	Лампочка LED «Philips EcoVantage»	<u>Philips</u> (Нидерланды)	«Energy Star» (США)	Вода «EcoWater» в пластиковой бутылке	PepsiCo	Маркировка «с заботой о природе» без снижения объёма пластика в упаковке.
5	Краска «Tikkurila Harmony»	Tikkurila (Финляндия)	«Nordic Swan» (Скандинавия)	«Экологичный» стиральный порошок	«Муф» (Procter & Gamble)	Использование зелёных листьев на упаковке, хотя состав содержит фосфаты и микропластик.

## 1. Пластиковая бутылка «EcoPure» (Nestlé)

- **Неутверждённый эко-знак:** Надпись «100% перерабатываемый» без указания реального % вторичного пластика в составе.
- **Цвет и символика:** Зелёные горы и капли воды на этикетке создают ложное впечатление экологичности.
- **Слоган:** «Забота о планете» — абстрактная фраза без конкретных действий (например, снижение углеродного следа).
- **Почему гринвошинг?**
  - Бутылка сделана из обычного PET-пластика, который хоть и перерабатывается, но требует энергии и ресурсов.
  - Nestlé не сокращает производство одноразового пластика, несмотря на заявления.

## 2. Одноразовый стаканчик Starbucks «зелёный»

- **Неутверждённый эко-знак:** Использование зелёного цвета и листьев без сертификации (например, FSC для бумаги).
- **Символика:** Изображение дерева на стаканчике, хотя он ламинирован пластиком и не подлежит переработке.

- **Слоган:** *«Экологичный выбор»* — вводящая в заблуждение формулировка.
  - **Почему гринвошинг?**
    - Стаканчик содержит пластиковую плёнку, что делает его непригодным для стандартной переработки.
    - Starbucks продолжает производить миллиарды одноразовых стаканов ежегодно.
- 

### 3. «Биоразлагаемые» пакеты («ЭкоПак»)

- **Неутверждённый эко-знак:** Слово *«биоразлагаемый»* без указания стандарта (например, EN 13432).
  - **Цвет:** Зелёный шрифт и символы природы (листья, земной шар).
  - **Слоган:** *«Разлагается за 1 год»* — но только в промышленных компостерах, которых нет в большинстве городов.
  - **Почему гринвошинг?**
    - В обычной среде пакеты распадаются на микропластик.
    - Нет инфраструктуры для их правильной утилизации.
- 

### 4. Вода «EcoWater» (PepsiCo)

- **Неутверждённый эко-знак:** Голубой фон и надпись *«с заботой о природе»*.
  - **Символика:** Изображение горных источников, хотя вода разлита в обычный пластик.
  - **Слоган:** *«Чистота в каждой капле»* — не имеет отношения к экологичности упаковки.
  - **Почему гринвошинг?**
    - Компания не сокращает объём пластика в бутылках и не использует переработанный материал (rPET).
    - Нет программ по сбору и переработке отходов.
- 

### 5. Стиральный порошок «Миф» (Procter & Gamble)

- **Неутверждённый эко-знак:** Зелёные листья на упаковке и слово *«Экологичный»*.

- **Символика:** Капля воды с деревом, хотя состав содержит фосфаты и микропластик.
- **Слоган:** «Бережёт природу» — без доказательств (например, экомаркировки EU Ecolabel).
- **Почему гринвошинг?**
  - Порошок загрязняет водоёмы из-за токсичных компонентов.
  - Нет информации о биоразлагаемости ингредиентов.

### Задание 3. Быстрая и медленная мода



Часто ношу менее 80% гардероба <i>(варианты оптимизации своего гардероба)</i>	Часто ношу более 80% гардероба <i>(советы другим по оптимизации гардероба)</i>
1. Отдам ненужные вещи нуждающимся. 2. Поучаствую во Фри-маркете. 3. .... 4. .... 5. ....	1. Если понимаю, что вещь не нужна, то продаю ее. 2. Покупаю новые ботинки, если старые уже нельзя отремонтировать у сапожника 3. Выбираю универсальные вещи нейтральных цветов

	<p>4. Отдаю предпочтение качественным материалам</p> <p>5. Организую «капсулу» для каждого сезона</p>
--	---

## **Выводы:**

*Проведенный анализ показал, что осознанный подход к потреблению, будь то раздельный сбор отходов, критичная оценка экодeявлений брендов или оптимизация гардероба, позволяет не только снизить экологический след, но и повысить качество жизни. Внедрение даже небольших изменений — например, отказ от одноразового пластика, выбор вещей с экомаркировкой или регулярная ревизия гардероба — способствует формированию устойчивых привычек. Важно оставаться внимательным к деталям: отличать реальные экологичные инициативы от гринвошинга, отдавать предпочтение качественным и универсальным вещам, а также системно подходить к сокращению отходов. В совокупности эти действия создают значимый позитивный эффект как для личного комфорта, так и для окружающей среды.*