**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: Охрименко А.Д.

Факультет: СУиР

Группа: R3135

Преподаватели:

Быковская Елена Александровна

Тимофеева Ирина Валерьевна



Санкт-Петербург 2023

**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»**

1. Таблица 1 – Анализ возможности реализации раздельного сбора в *“укажите адрес или объект”*

|  |  |
| --- | --- |
| **Преимущества**  Какие выгоды (экономические, социальные, экологические) вы и все участники процесса смогут получить благодаря раздельному сбору на выбранном объекте | **Экономические выгоды:**  1. ***Повышение эффективности переработки***: Отсортированный мусор легче перерабатывать, что снижает стоимость этого процесса. 2. ***Создание рабочих мест***: Развитие инфраструктуры для раздельного сбора и переработки отходов может создать новые рабочие места. 3. ***Продажа ресурсов***: Некоторые материалы (например, металлы) можно продать для повторного использования, что может быть экономически выгодно.  **Социальные выгоды:**  1. ***Образование и осознанность***: Процесс сортировки мусора обучает дисциплине и повышает экологическую осознанность. 2. ***Социальная ответственность***: Раздельный сбор мусора укрепляет чувство социальной ответственности и создает положительный социальный образ. 3. ***Общественное здоровье***: Снижение загрязнения окружающей среды положительно сказывается на здоровье людей.   **Экологические выгоды:**   1. ***Сокращение объема отходов на свалках:*** Раздельный сбор мусора уменьшает количество отходов, которые отправляются на свалки. 2. ***Меньше загрязнения***: Переработка материалов обычно требует меньше энергии, чем добыча и производство из первичных источников. 3. ***Сохранение ресурсов***: Переработка материалов помогает сохранить природные ресурсы, что важно для устойчивого развития. |
| **Недостатки**  Какие сложности могут возникнуть при внедрении раздельного сбора. Какие непривычные изменения могут вас ждать. | **Сложности:**  1. ***Недостаток пространства:*** Мне нужно будет найти место для дополнительных контейнеров для сортировки мусора. Это может быть проблематично, особенно если моя квартира небольшая. 2. ***Сложность сортировки:*** Передо мной стоит задача разобраться, как правильно сортировать мусор, чтобы не допустить ошибок. Это может быть запутывающим. 3. ***Время***: На сортировку мусора теперь уйдет дополнительное время. В начале это может быть особенно трудозатратным. 4. ***Инфраструктура:*** Если в моем районе не развита система переработки отходов, мои усилия могут оказаться напрасными. 5. ***Стоимость:*** Мне нужно будет купить специальные контейнеры или мешки для сортировки, что может поднять мои расходы.  **Непривычные изменения:**  1. ***Изменение привычек***: Мне нужно будет привыкнуть к новой ежедневной рутине, что может быть не сразу комфортно. 2. ***Логистические сложности***: Я должна буду следить за расписанием работы местных пунктов приема отходов и убедиться, что я выношу мусор вовремя. 3. ***Социальные аспекты***: Моя новая привычка может не найти понимания среди друзей и семьи, что создает дополнительное социальное давление. 4. ***Образование***: Мне нужно будет потратить время на изучение правил переработки и сортировки разных видов мусора. 5. ***Эмоциональная нагрузка***: Я могу начать испытывать чувство вины или стресс, если что-то пойдет не так. |
| **Риски**  Какие внутренние или внешние факторы могут помешать вам достичь поставленной цели. | **Внутренние факторы:**  1. ***Отсутствие мотивации:*** Если я не буду чувствовать внутреннего стремления делать что-то полезное для окружающей среды, мне будет сложно сохранить дисциплину в раздельном сборе мусора. 2. ***Привычка к старому образу жизни:*** Я привыкла к определенной рутине и введение новых привычек потребует от меня дополнительных усилий. 3. ***Лень и усталость:*** После трудного рабочего дня я могу просто не захотеть заниматься сортировкой мусора. 4. ***Нехватка знаний:*** Если я не знаю, как правильно сортировать мусор, это может снизить эффективность моих усилий. |

Таблица 2*–* Личный вклад в раздельный сбор

|  |  |
| --- | --- |
| **Сырье** | **Пункт приема** |
| 1. Пластиковые бутылки | Контейнер для пластиковых бутылок «Спецтранс №1» |
| 2. Аккумуляторы, процессоры, сожженные датчики, старая электротехника | Экотерминал для опасных отходов «Экострой» |
| 3. Батарейки | Контейнер для батареек в магазине «Магнит» |
| 4. Бумага, картон | Контейнер для макулатуры «Рус Ресайклинг Компани» |

Таблица 3 *–* Сокращение отходов по принципу 5R

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Шаг** | **Личный пример для каждого шага** | |
| **Уже делаю** | **Могу делать в будущем** |
| 1 Refuse — откажись | Я отказываюсь от пластиковых пакетов в магазине, предпочитая собой приносить многоразовую эко-сумку. | Я могу отказываться от одноразовых столовых приборов и брать с собой свои многоразовые. |
| 2 Reduce — сократи | Я покупаю только те продукты и товары, которые действительно необходимы, чтобы избежать их неиспользования и, как следствие, выбрасывания. К примеру, вместо пяти разных средств для уборки, я использую одно универсальное. | Я могу пользоваться многоразовой бутылкой для воды. Это не только экономит деньги, но и сокращает количество пластиковых отходов. |
| 3 Reuse — используй повторно | Перед тем как выбросить какой-либо предмет, я всегда думаю, можно ли его как-то переиспользовать. Например, старые футболки могут стать тряпками для уборки, а стеклянные банки из-под продуктов — хорошими контейнерами для хранения. | Старые журналы и газеты можно использовать как упаковочный материал или для создания поделок. Это дает им вторую жизнь и уменьшает количество отходов. |
| 4 Recycle — переработай | Все пластиковые бутылки, бумагу, стекло и другие перерабатываемые материалы я собираю в отдельные мешки и отношу в пункты переработки. | Буду использовать отдельный контейнер для сбора электронных отходов, таких как батарейки и старые телефоны. |
| 5 Rot — компостируй | Я компостирую органические отходы прямо на своем балконе. Это не только уменьшает количество мусора, но и даст мне хорошее удобрение для растений. | Вместо выбрасывания чая и кофейных зерен в общий мусор, я я могу добавлять их в компостный ящик. Эти материалы хорошо разлагаются и обогащают компост нужными элементами. |

**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. Жидкое мыло Green Love Бамбук и Имбирь* | | *Green Love* | *Листок Жизни* | *1.Biomax йогурт классический, 2.7%, 125 г* | *bioMax* | *Упаковка выполнена в зеленых, псевдоэкологичных тонах* |
| *2. Гель для белья Green Love* | | *Green Love* | *Листок Жизни* | **2.** Б*иойогурт питьевой Слобода Живая еда Черника 2%* | *Слобода* | *Kомпания разместила зеленый листочек с надписью «Живая еда». Цепляет, так как тоже является гринвошингом.* |
| 3. *Кондиционер для белья Green Love* | | *Green Love* | *Листок Жизни* | *3.Йогурт Danone термостатный натуральный 1,5% БЗМЖ 160 гр* | *danone* | *Продукция этой марки содержит на упаковке экологичный знак с лозунгом «One planet. One health». Но при этом не имеет необходимой сертификации, подтверждающей экологичность.* |

**Задание 3. Быстрая и медленная мода**

|  |  |
| --- | --- |
| *Часто ношу менее 80% гардероба* | *Часто ношу более 80% гардероба* |
| 1. Отдам ненужные вещи нуждающимся. 2. Поучаствую во Фри-маркете. 3. Я убираю все, что не ношу: старые футболки, неудачные покупки, вещи, которые уже не по размеру. Их я могу подарить, продать или отдать на переработку. 4. У меня в гардеробе много вещей, которые не сочетаются друг с другом, я бы сфокусировалась на создании капсульного гардероба с базовыми, универсальными вещами. 5. Я бы начала заранее планировать свои наряды, чтобы не тратить каждое утро кучу времени на выбор одежды. | 1. Если понимаю, что вещь не нужна, то продаю ее. 2. Покупаю новые ботинки, если старые уже нельзя отремонтировать у сапожника. 3. Я стараюсь выбирать одежду из натуральных материалов и с хорошей отделкой. Такие вещи дольше служат и выглядят лучше. 4. Мне нравится, когда одна и та же юбка подходит к разным блузам и кардиганам. Это делает мой гардероб универсальным и практичным. 5. Зимние свитера и пуховики я убираю на верхнюю полку, когда наступает лето. Это дает мне больше места для летних нарядов и облегчает доступ к ним. |

**Выводы:**

* В процессе обсуждения различных аспектов экологически устойчивого образа жизни, мы рассмотрели ключевые концепции и практики, такие как раздельный сбор мусора и принцип 5R для сокращения отходов. Осознание и применение этих концепций не только помогают сократить экологический след, но и привносят экономические и социальные выгоды. Существуют определенные барьеры и сложности, которые могут возникнуть при внедрении этих практик, но они часто могут быть преодолены через планирование, информирование и изменение привычек. Например, внедрение раздельного сбора мусора в квартире может в начале казаться сложным из-за необходимости разделять отходы и возможных недостатков места для хранения. Однако, эти "недостатки" легко перевешиваются долгосрочными выгодами в виде сохранения ресурсов и снижения загрязнения.
* Экомаркировки играют важную роль в информировании потребителей о том, насколько продукт или услуга является экологически устойчивым или безопасным. Однако, как мы видели, не все экомаркировки созданы равными, и некоторые из них могут быть подвергнуты критике за неясность или недостаточную проверку. Листок Жизни — одна из наиболее известных экомаркировок, признанная во многих странах. Она охватывает широкий спектр критериев, включая устойчивость исходных материалов, энергоэффективность производства, и даже социальные аспекты, такие как условия труда. Это делает её одной из наиболее всеобъемлющих и надежных экомаркировок на рынке. Тем не менее, важно оставаться критичным и образованным потребителем. Даже наличие уважаемой экомаркировки не должно заменять детального исследования и осознанного выбора. Информация всегда должна быть проверена, особенно в контексте экологических и социальных утверждений. Касательно упаковок из-под йогурта и гринвошинга, этот пример иллюстрирует, как маркетинговые стратегии могут влиять на восприятие потребителями экологичности продукта. Гринвошинг — это форма введения в заблуждение, которая может затруднить правильный выбор на пути к более устойчивому и здоровому образу жизни. Она подчеркивает важность критического подхода к информации на упаковке и необходимость искать дополнительные данные для подтверждения экологических утверждений.
* Процесс периодического обновления и аудита гардероба позволяет мне не только поддерживать порядок, но и адаптироваться к изменяющимся жизненным обстоятельствам и модным трендам. В целом, оптимизация гардероба стала для меня не просто способом упорядочить одежду, но и методом самопознания. Через свой гардероб я лучше поняла свои предпочтения, стиль и личность, что, безусловно, положительно сказалось на моем самочувствии и уровне уверенности.