

Christoph Schulz

STOP DOBĚ PLASTOVÉ!

Život bez plastů je snadnější,
než si myslíte



Christoph Schulz

STOP DOBĚ PLASTOVÉ!

Život bez plastů je snadnější,
než si myslíte



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Christoph Schulz

Stop době plastové!

Život bez plastů je snadnější, než si myslíte

Přeloženo z německého originálu knihy Christopa Schulze *Plastikfrei für Einsteiger*, vydaného nakladatelstvím mvg Verlag, Mnichov, Německo, 2019.

First published as „Plastikfrei für Einsteiger“ by Christoph Schulz.
© 2019 by mvg Verlag, Muenchner Verlagsgruppe GmbH, Munich, Germany. www.mvg-verlag.de.
All rights reserved.

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401
www.grada.cz
jako svou 7547. publikaci

Překlad Tomáš Mach

Odpovědná redaktorka Mgr. Dagmar Pilařová

Grafická úprava a sazba Eva Hradiláková

Návrh a zpracování obálky Vojtěch Wagner

Fotografie Christoph Schulz, kromě: str. 15 – Daniela Bielfeld,
str. 61, 65, 115 – bezobalový obchod Fräulein Lose ve Freisingu

Ilustrované ikonky Zuzana Böhmová

Počet stran 120

První vydání, Praha 2020

Vytiskla tiskárna TNM Print s.r.o.

Czech Edition © Grada Publishing, a.s., 2020

ISBN 978-80-271-1508-2 (ePub)

ISBN 978-80-271-1507-5 (pdf)

ISBN 978-80-271-2925-6 (print)

Obsah

O autorovi	9
Předmluva	11
Pohled za oponu	15

PLASTOVÝ ODPAD

17

Všechno do jedné popelnice	22
Co smí dovnitř a co ne	23
Základní informace o plastech	25
Co jsou to vlastně plasty?	26
Výhody a nevýhody	27
Jak se plasty recyklují?	28
Život bez plastů	29

První krok:

NOVÝ ŽIVOTNÍ STYL

33

Užitečné vybavení	34
Láhev na pití	36
Látková taška	36
Krabička s víčkem	37
Síťovka na ovoce a zeleninu	38
Zavařovací sklenice	38
Pevný postoj	39
„Bez plastů je to příliš drahé“	40
„Život bez plastů nic nezmění“	41
„Život bez plastů je pro ekologické fanatiky“	42

„Bez plastů to nejde“	42
„Žít bez plastů je jen aktuální módní výstřelek, který rychle vyšumí“	43
„Sám nic nezměníš“	43
Základní pravidla života bez plastů	44
Půjčovat si	45
Opětovně používat	45
Kritická sebereflexe	46
Říkat „ne“	47
Opravovat	47
Změnit chování	48
Udělej si sám	49
Nahrazovat	49
Recyklovat	50
Jednoduché alternativy pro každodenní život bez plastů	50
Brčka	51
Osvěžovač vzduchu	52
Kartáček na zuby	53
Sprchový gel a šampon	54
Potravinová fólie	55
Kuchyňské náčiní	55
Ubrousky, kapesníky, utěrky	56
Kávové kapsle	56

Druhý krok:

ZMĚNIT ZVYKY	59
Nakupování bez plastů	61
Kde nakupovat bez plastů	62
Nákupní chování	64
Bez plastu na cestách	65
V práci bez plastů	66
Na dovolenou bez plastů	67
Přírodní oblečení	70
Alternativy pro pokročilé	73
Sportovní náčiní	74

Kartáč na nádobí	74
Škrabka	75
Kartáč na láhve	75
Čajové sítko	76
Vatové tyčinky	76
Zubní pasta	77
Holítka na jedno použití	77

Třetí krok:

EXPERT NA ŽIVOT BEZ PLASTŮ 81

Výchova dětí	82
Pleny	83
Hračky	84
Školní potřeby	85
Udělej si sám	86
Užitečné prostředky pro domácnost	87
Další pomocníci pro domácnost	90
Návody pro domácí kutily	91
Pár speciálních tipů pro dodání kuráže	102
Oslavy	103
Zamrazování potravin	104
Létání	104
Alternativy pro experty	105
Rychlovarná konvice	106
Odličovací tampony	107
Kartáč na vlasy	107
Toaletní papír	108
Pytle na odpadky	109
Produkty na vlasy	110
Krémy	111
Buďme příkladem!	114
Poděkování	117
Další informace	118

*Pro všechny lidi, kteří se dívají dopředu
a chtějí po sobě zanechat svět v lepším stavu,
než v jakém byl, když na něj přišli.*

O autorovi

Christoph Schulz je ekologický podnikatel a společně se svými přáteli bojuje proti zamořování životního prostředí plastovým odpadem. Jako vystudovaný bankovní úředník a specialista na online marketing spojuje v projektu CareElite – Be Natural Change své odborné znalosti s vášní pro ochranu životního prostředí. Od roku 2017 se stále více lidí přidává k jeho myšlence zbavit svět plastového odpadu.



Na jeho blogu www.careelite.de najdete novinky týkající se přirozeného života bez plastů.

PŘEDMLUVA

„Řekni mi, babi, čím jste si vlastně dříve čistili zuby?“ – „Přece dřevěným kartáčkem,“ odpověděla mi babička s naprostou samozřejmostí. Byl jsem překvapený. Rozhovor, který vypadá, jako bych se s babičkou bavil, když mi bylo deset, proběhl zhruba před dvěma lety a mně tenkrát bylo 27 let. A mít zubní kartáček ze dřeva rozhodně nebyla samozřejmost. Příčina, proč jsem s touto otázkou přišel až takhle pozdě, vězela pouze a jen ve mně. Univerzálně používané plasty jsem do té doby vnímal výhradně skrz jejich dokonalost a užitečnost, ani trochu jsem o nich nepochyboval. Nyní se ale zhluboka nadechnu a začnu pěkně popořadě.

Když mě v roce 1988 máma přivedla na svět, ocitl jsem se přímo uprostřed „doby plastové“. Lékaři mě drželi v jednorázových plastových rukavicích a pupeční šňůru mi přestříhali nůžkami se zelenou plastovou rukojetí. Táta si v igelitové tašce přinesl laskominu na zklidnění nervů – čokoládu, která byla dvakrát, možná i třikrát zabalená v různých plastových obalech. Mnohostranné plasty zažívaly v osmdesátých letech 20. století skutečný boom, a to nejenom v nemocnicích. Kdepak: plasty byly a jsou úplně všude. Zatímco dříve se ještě v mnoha vesnicích mohly nepoužitelné plasty zahrabávat do země, dnes nám již přerůstají přes hlavu – a to nikoli jen u nás, nýbrž všude ve světě. Plasty totiž nejsou biologicky odbouratelné a zůstávají s námi navěky.

Potvrdil mi to zážitek z cesty po Srí Lance, který se mi zaryl hluboko do paměti: Po hodině surfování na jihu ostrova jsem se šel projít několik kilometrů podél vody. Již při surfování jsem narazil na jeden či dva plastové kelímky, při procházce po pláži jsem si ale musel nevěřičně promnout oči. Na písčité pláži vlny převalovaly sem a tam neuvěřitelné množství plastových láhví, kelímků, polystyrenových krabiček a plenek spolu s uhynulými rybami a ptáky. Tento obraz zkázy byl stejně nesnesitelný jako zápach, který ho doprovázel. Mezi vyhozenými jednorázovými obaly jsem objevil i plastovou láhev, která byla stará minimálně 20 let. Její přibližný věk totiž prozradilo vytištěné datum spotřeby. Trochu vybledlé, ale přesto stále dobře čitelné. Na jejím dlouhém průhledném hrdle stálo: *Spotřebujte do 18. 5. 1986.* V tu chvíli mi to došlo: „Plasty vydrží věčně.“

To byl pro mě rozhodující podnět, abych vypověděl válku nesmrtnému plastovému odpadu. Přišel jsem, viděl jsem a zjistil jsem. Už jsem nemohl dál stát stranou. Film *Plastic Planet* od Wenera Booteho byl pro mě tou příslovečnou ránou do palice, po které se mi v hlavě rozsvítilo. Kdyby plasty existovaly již ve středověku, mohl bych na pláži klidně najít plastovou láhev s datem spotřeby do konce roku 1568. Neboť zhruba 500 let trvá, než se běžná plastová láhev rozpadne v moři v důsledku omílání a působení slané vody, větru a vln na neviditelné částičky plastu, tzv. mikroplasty. S každým slovem, které jsem si přečetl, slyšel či zapsal o tolik opěvovaných plastech, jsem čím dál více poznával jejich úskalí. Uvědomil jsem si, že sám jsem dosud plasty používal nadměrně, a tím jsem byl součástí problému. Rozhodl jsem se proto, že se budu podílet na řešení – pokusím se žít bez plastů, jak to jen půjde.

O dva roky později jsem napsal tuto knihu, abych se s ostatními podělil o své čerstvě nabyté vědění a poznatky, a to v podobě jednoduchého programu, který vás v několika málo krocích naučí žít bez plastů. Nebylo to tak, že bych se vzdal peněz, odešel žít do lesů a toulal se bosky krajinou. Jsem úplně normální a otevřený člověk a čestný podnikatel, kterému příroda leží na srdci. Chtěl bych pomoci motivovat lidstvo, aby postupně a s co nejmenšími náklady začalo redukovat svůj plastový odpad. Nejde mi o to plasty zcela vymýtit. Právě naopak: mým cílem je nalézt chytrý způsob zacházení se skutečně užitečnými plasty a ty zbytečné a neužitečné nahradit ekologickými alternativami. Jen tak totiž můžeme přispět k tomu, že naše planeta bude obyvatelná i pro budoucí generace.

+

POHLED ZA OPONU



S skoro se až nechce věřit, jak moc nám oslňující výhody plastů po více než půl století bránily jasnému pohledu na věc. Tváří v tvář běžnému plastovému kelímku jsem si uvědomil, do jaké pochybné situace jsme se nechali vmanévrovat: Z omezených zásob země čerpáme ropu a přepravujeme ji do rafinerií, kde ji náročným procesem přeměňujeme na plastové kelímky, jež se v balení po 50 kusech dodají prodejci. Ten je prodává za nepatrný peníz, aby pak při nejbližším grilování s přáteli skončily po pěti locích přeslazené limonády v odpadkovém koši hned vedle plastových talířů a plastových vidliček. Místo toho bychom mohli jednoduše vzít skleničku, po skončení akce ji umýt a použít zase příště.

Vyplatí se použít tu a tam vlastní představivost ke kritickému prozkoumání našeho nevědomě nacvičeného, a proto pro nás zdánlivě správného jednání. Nahlédneme-li za oponu, uvidíme, co se nám mnoho představitelů politiky a plastikářského průmyslu snaží co nejdéle tajit – a sice dopady našeho nezřízeného konzumu na naši planetu.

Předkrájená rajčata v plastovém balení za utopickou cenu 100 Kč nebo pomeranče v plastové síťce, ke které navíc dostaneme mikrotenovou tašku zdarma – míra naší pohodlnosti roste stejně jako náš stres a my si chceme ušetřit čas a námahu.

Z výrobků denní potřeby shromáždíme hory zbytečného plastového odpadu, se kterým se pak mnohdy opět setkáme v přírodě. Častěji bychom se však měli dívat za oponu, být chytrí a vyhýbat se používání plastů. Rajčata si snad ještě zvládneme nakrátet a pomeranče nemusíme kupovat v plastové síťce,



*Na plážích najdeme plasty všech barev i tvarů,
například tento závěsný košíček do WC.*

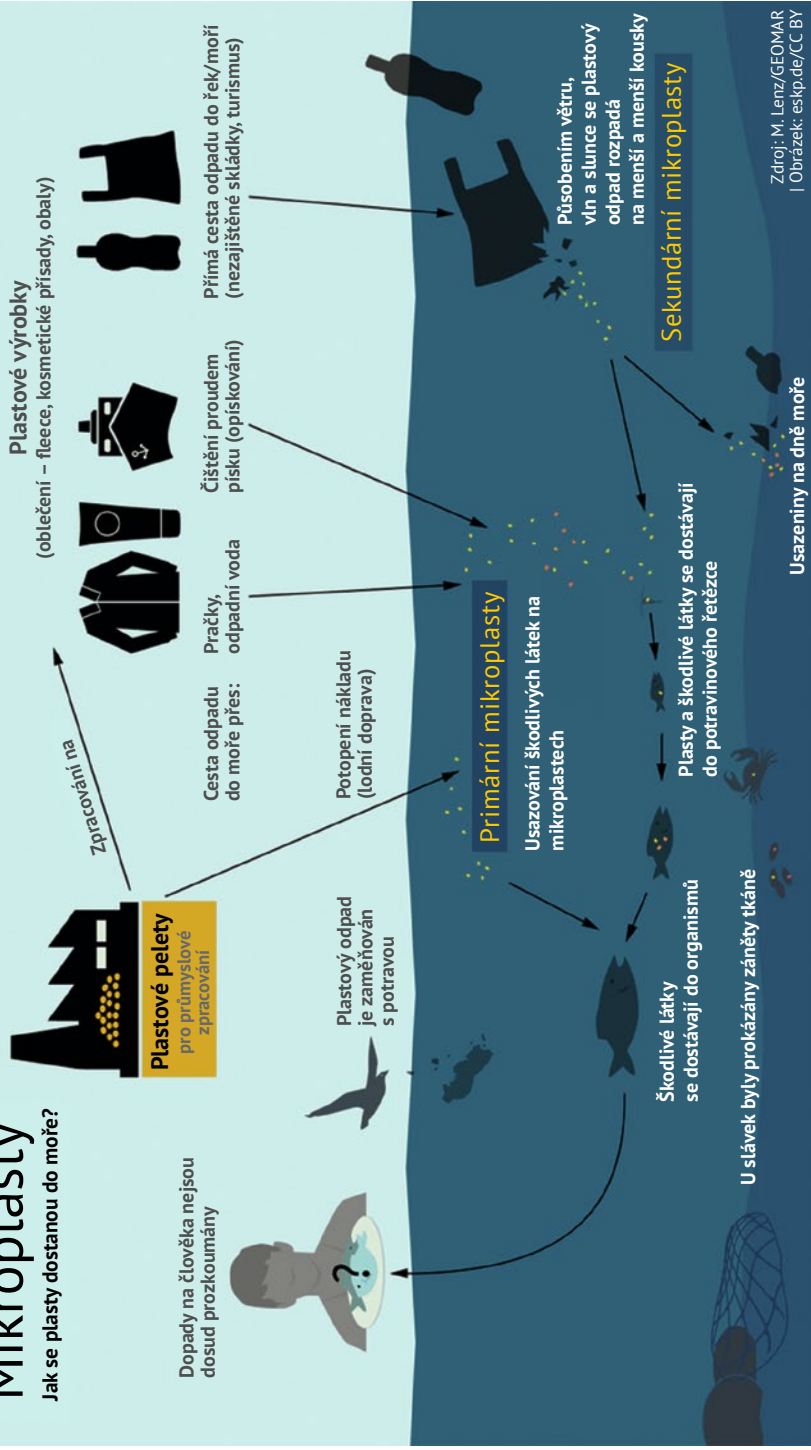
vždyť si je můžeme nabrat přímo z bedny! Touto knihou vám chci v klidu a postupně odhrnout oponu, aby vám nic nebránilo ve výhledu na plastový svět.

Plastový odpad

Plastový odpad je jako otravný host na slavnostní večeři – vyrušuje a jen tak nezmizí. Vypadá ošklivě a je poměrně silně cítit. Když to shrnu, tak plastový odpad je všechno možné, jen ne sexy. Jen velice málo plastů na jedno použití, ze kterých se vyrábějí například krabičky na prodávané hotové saláty nebo

Mikroplasty

Jak se plasty dostanou do moře?



Zdroj: M. Lenz/GEOMAR
| Obrázek: eskp.de/CC BY

Plastový odpad se dostane do moře, kde se pomalu rozkládá na prakticky neviditelné nebezpečné mikroplasty.

kelímky na kávu, lze recyklovat kvůli rozdílným materiálům a špatnému třídění odpadu.

Ve většině velkých střeoevropských měst se plastový odpad téměř každý den odváží. Uf, tak to je štěstí, pomyslíte si – sejde z očí, sejde z mysli. Teď si ale představte, že budete celý rok skladovat plastové odpady doma ve svém pokoji. Jak velkou horu plastů myslíte, že navršíte za rok? To vám mohu říct přesně. Například každý Němec vyprodukuje průměrně 37 kg plastového odpadu ročně. Ve vašem pokoji by tedy stálo přibližně 20 plných velkých pytlů s prázdnými láhvemi od mycích prostředků, vymačkaných tub od zubních past, zasmrádlých obalů od sýrů, nepotřebných mikrotenových tašek a mnoho dalších zbytečných obalů z domácnosti.

V Německu mohou mluvit o štěstí, že mají systém recyklace, díky kterému se alespoň zhruba polovina vzniklého plastového odpadu recykluje. V zemích jako Indie, Indonésie, Brazílie či Thajsko odpad odvázejí rozhrkané traktory s děravými přívěsy v nepravidelných intervalech na nejbližší neobydlené místo. Z tohoto odpadu však jen nepatrné množství vzniká přímo v daném místě, neboť velké západní koncerny lačnicí po zisku chtějí své výrobky prodávat ve všech zemích světa, a neztrácejí proto čas úvahami o odpadové situaci v rozvojových zemích. Plastový odpad je však celosvětový problém, který se týká každého z nás.

Že každý rok končí zhruba 32 milionů tun plastového odpadu ve volné přírodě, je logickým důsledkem našeho poblouznění plasty. V rámci osvěty a ochrany moří před následky našeho nevědomého masového konzumu pravidelně podporuji