

تقریباً یک دهه پیش، خانمی به نام **بنا جانسون**، در خانواده چهار نفره خودشان کاری کوچک اما مؤثر را شروع کرد. اسمش را گذاشت **زندگی «زباله صفر»**. در این راه او کوشید میزان زباله خانواده را کمتر از قبل کند.

اجرای این تفکر در زمانی که ما در آن زندگی می‌کنیم، کاری نشدنی به نظر می‌رسد، اما آدم‌های زیادی در دنیا هستند که این کار را انجام می‌دهند. احتمالاً اولش خیلی سخت است، اما بعد که روی روال افتادید، می‌بینید که چه زندگی آسوده‌تر و حتی کم‌خرج‌تری دارید. نظر من هم این نیست که از فردا همه می‌توانیم دیگر هیچ زباله‌ای تولید نکنیم. فعلاً بیاییم به زباله‌هایمان فکر کنیم و بکوشیم در این مسیر قدمی برداریم.

اصلاً چرا باید کمتر زباله تولید کنیم؟

تصور کردن یک آمار کافی است تا همه به فکر بیفتیم که واقعاً کمتر زباله مصرف کنیم. هر نفر در جهان هر روز ۷۴۰ گرم زباله به‌طور میانگین تولید می‌کند؛ یعنی کمی کمتر از یک کیلوگرم. با توجه به آمار سال ۲۰۲۰ که جمعیت زمین ۷۷۵۳۰۰۰۰۰۰ نفر بود، میانگین تولید زباله می‌شود ۵۷۳۷۲۲۰ تن در هر روز. به‌راستی این همه زباله چه می‌شود؟ تا به حال به این فکر کرده‌اید؟ موضوع تقریباً ساده است. در جهان همیشه می‌گویند برای این کار کافی است به پنج تا «R» دقت کنید:

«**Refuse**» / **رد کردن یا پس زدن**: مثلاً با رایانامه‌های (ایمیل‌های) اضافی و به‌درد نخور خداحافظی کنید. آن‌ها نه‌تنها منابع را تلف می‌کنند، بلکه وقتتان را هم می‌گیرند. پیام‌های اجلاس رایگان یا همایش لخبند موفقیت را پاک کنید. هرچه بیشتر فضا اشغال کنید، سرورها مجبورند برای ادامه کار کربن بیشتری وارد هوا کنند.

«**Reduce**» / **کاهش دادن**: به همراه خانواده نگاهی به وسایلتان بیندازید. چه وسایلی را نیاز ندارید؟! آن‌ها را یا به کسانی که می‌خواهند بدهید یا به مغازه‌های سمساری بفروشید. خریدهای سفرتان را کم کنید و در عوض فهرست خریدهای ضروری داشته باشید.

«**Reuse**» / **دوباره استفاده کردن**: مثلاً از دستمال‌ها یا پارچه‌های قدیمی برای پاک کردن یا تمیز کردن بهره بگیرید (همان کاری که مادرهای قدیمی ایرانی انجام می‌دهند). برای خریدهایتان از کیسه‌ها و چرخ‌های خرید خانگی استفاده کنید.

«**Rot**» / **پوسیده کردن**: نصف بیشتر زباله‌های شما، زباله‌های تر هستند؛ یعنی پوست میوه‌ها، اضافه سبزی‌ها، پوست تخم‌مرغ و گردو و ... پس می‌توانید به کمپوست تبدیلشان کنید. به کتابخانه مدرسه بروید. احتمالاً می‌توانید شماره‌های قبلی رشد جوان را پیدا کنید که در یکی از آن‌ها من درباره کمپوست برایتان نوشته بودم. یا کتابی درباره کمپوست پیدا می‌کنید. اگر هم هیچ‌کدام نشد، جناب اینترنت که دسترسی به همه‌چیز را راحت کرده است.

زندگی باز زباله صفر



«Recycle» / **بازیافت**: بخش دیگری از زباله‌هایتان هم زباله‌های قابل بازیافت هستند و اگر مثل شهرهای بزرگ جایگاه‌های تحویل زباله‌های بازیافتی ندارید، می‌توانید به وانتی‌هایی که سر ظهر گوش فلک را کر می‌کنند، اعتماد کنید. پلاستیک ماست و دبه، قوطی‌های کنسرو، شیشه‌های نوشیدنی و کاغذ و کارتن‌های اضافی، چیزهایی هستند که می‌توانید از چرخه زباله‌شدن بیرون بکشید.

شش تیک تا بی‌زبالگی

- مرحله ۱.** زباله‌هایتان را واریسی و تفکیک کنید: بازیافتی‌ها، کمپوستی‌ها و زباله‌های بهداشتی.
 - مرحله ۲.** فهرست خریدتان را قبل از رفتن به مغازه تهیه کنید.
 - مرحله ۳.** برنامه یک ماهتان را تعیین کنید و بنویسید. عادت‌های غذایی خانواده‌تان را برای یک ماه بنویسید و مطابق آن، در زمان مناسب خرید کنید.
 - مرحله ۴.** خودتان را آماده نگه دارید. همیشه یخچال را بررسی کنید که اگر چیزی در حال خراب شدن بود، سریع آن را به ترشی، مربا، سرکه یا شیر تبدیل کنید تا ماندگاری بیشتری پیدا کند.
 - مرحله ۵.** به اندازه خرید کنید و گاهی در سبدهای میوه و سبزی‌های قدیمی‌تر مغازه‌ها را جا بدهید. مطمئن باشید مغازه‌دار هم با قیمتی خیلی ارزان‌تر آن‌ها را به شما خواهد فروخت.
 - مرحله ۶.** از فریزرتان استفاده کنید. می‌دانم استفاده می‌کنید اما گاهی فریزرها در تازه نگه داشتن مواد یا خراب نشدنشان خیلی کمک می‌کنند. پس روی آن‌ها بیشتر حساب کنید.
- و نکته مهم اینکه هیچ‌وقت با شکم خالی خرید نروید!

منبع

خانه‌ای با زباله صفر، نویسنده: بنا جانسون، انتشارات اسکریبنر، سال نشر: ۲۰۱۳ میلادی.

