





به کوشش: مرضیه خواجه‌وئی

شابک: ۱۳۹۷-۶۲۲-۹۹۳۸۷-۹۷۸

طراحی: محمدمهدی میرزابابایی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

این کتابچه با حمایت سازمان فرهنگی، اجتماعی و رژیسی  
شهرداری یزد به مبلغ ۲۵۰ تومان به فروش می‌رسد.

محتوای این کتابچه با اقتباس از مجموعه کتاب‌های سبز

انتشارات فنی ایران تهیه شده است.



## پلاستیک چیست؟

لак لک پشت‌ها، شاخ جانوران و کائوچو پلاستیک‌های طبیعی‌اند اما پلاستیک ساخته‌دست بشر ماده‌ای طبیعی نیست. پلاستیک ماده‌ای است محکم و سبک که از نفت ساخته شده است و پس از نرم شدن می‌توان آن را قالب‌گیری کرده و به اشکال مختلفی در آورد و محصولات متنوعی از آنها ساخت. **بسیاری از مواد پلاستیکی از فرآورده‌های نفت خام بدست می‌آید و نفت دیر یا زود تمام می‌شود.**



## پلاستیک پس از دور ریختن، از کجا سر در می‌آورد؟

وقتی پلاستیک را دور می‌اندازیم، از گورستان زباله سر در می‌آورد. آن را زیر زمین دفن می‌کنند و **برای همیشه** همان جا می‌ماند. کیسه‌های پلاستیکی را که دور می‌اندازیم، بعضی وقت‌ها در خیابان پراکنده می‌شوند و به درختان گیر می‌کنند یا روی سطح دریا شناور می‌شوند که می‌تواند زندگی خیلی از جانوران را به خطر بیاندازد. لاک پشت‌های دریایی اغلب کیسه‌های پلاستیکی شناور در آب را با چتر دریایی که غذای دلخواهشان است، اشتباه می‌گیرند. ماهی‌ها و پرندگان نیز تکه‌های پلاستیک را به جای غذا می‌خورند و چون احساس سیری می‌کنند بر اثر گرسنگی می‌میرند. در خشکی، موجودات کوچک به داخل کیسه‌ها و بطری‌های پلاستیکی می‌خزند و چون نمی‌توانند از آن‌ها بیرون بیایند، می‌میرند.



بهتر است به جای اینکه پلاستیک را دور بیاندازیم، آن را از زباله‌های دیگر جدا کنیم و به مرکز بازیافت تحویل دهیم تا از آن‌ها پلاستیک‌های نو بسازند.

## بازیافت چیست؟

بازیافت، مصرف دوباره چیزهایی است که به جای دور ریختن، برای تولید مواد و فراورده‌های جدید، به کار می‌رود.

با بازیافت مواد پلاستیکی، پلاستیک کمتری به گورستان‌های زباله منتقل می‌شود بنابراین شیرابهی خطرناک کمتری تولید می‌شود. بازیافت مواد پلاستیکی بسیار ایمن‌تر از سوزاندن آنها است. با بازیافت پلاستیک در مصرف نفت خام که یک منبع طبیعی تجدیدناپذیر با ارزش است نیز صرفه‌جویی می‌کنیم.





چرا مواد پلاستیکی  
را بازیابی می‌کنیم؟



کمتر از منابع  
طبیعی زمین  
استفاده می‌کنیم.

با بازیافت، نسبت به  
استفاده از مواد خالص، آگوچی  
کمتری ایجاد می‌کنیم.  
(تولیدات سبز ترند)

ما پسماندها را کاهش  
می‌دهیم که اینکار برای  
محیط‌زیست بهتر است.

## آیا می‌دانید؟

تولید یک بطری پلاستیکی نو، سه برابر بیشتر از تولید بطری بازیافتی انرژی مصرف می‌کند. با بازیافت یک بطری در مصرف انرژی صرفه‌جویی می‌شود. این انرژی می‌تواند یک لامپ را شش ساعت روشن نگه دارد.

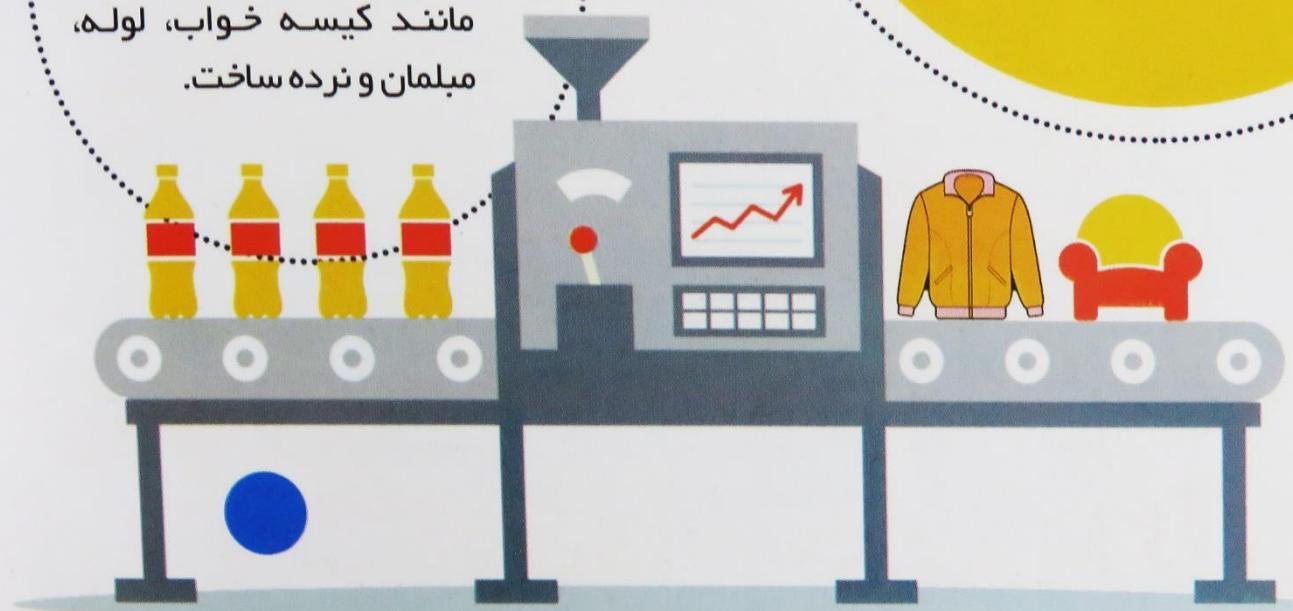


## آیامی دانید؟ ◀

با بازیافت ۲۵ بطری  
بزرگ پلاستیکی،  
می‌توان یک بلوز  
گرم درست کرد.

## نکته! ◀

از پلاستیک بازیافت شده  
می‌توان چیزهای زیادی،  
مانند کیسه خواب، لوله،  
مبلمان و نرده ساخت.



## ● بازکاهی (کاهش مصرف)

بازکاهی یعنی استفاده از وسایلی که بارها مصرف شوند به جای وسایلی مانند ظروف یکبار مصرف که تنها یکبار مصرف می‌شوند.

بهترین و سریع‌ترین راه برای بازکاهی پسماندهای پلاستیک، استفاده کمتر از محصولات پلاستیکی است.



## پیشنهاداتی برای بازکاهی

از محصولات پلاستیکی یکبار مصرف کمتر استفاده کنیم.



از خرید محصولات پلاستیکی غیرضروری مانند اسباب بازی‌های به دردنخور خودداری کنیم و آنها باید را که دیگر نیاز نداریم به خیریه بدھیم تا افراد دیگر استفاده کنند.



برای خرید، از کیسه‌های پارچه‌ای به جای کیسه‌های پلاستیکی استفاده کنیم.



از خرید محصولاتی که بسته بندی‌های پلاستیکی غیرضروری دارند، خودداری کنیم.



در صورت امکان نوشیدنی‌های را در خانه داخل بطری بروزیم و با خود بیرون ببریم. در این صورت مجبور نیستیم بطری‌های پلاستیکی نوشابه و آب را خریداری کنیم.



ظرف غذایی که از بیرون می‌خریم را دور نریزیم و برای نگهداری چیزهای دیگر استفاده کنیم.





## از پلاستیک چه چیزهایی می‌توان ساخت؟ ◀

- ✓ از بطری‌های نوشابه و روغن مایع می‌توان کیسه خواب، پوشش سقف و کف، لباس پشمی و چیزهایی برای بسته‌بندی تولید کرد.
- ✓ از ظرف آبمیوه، مایع ظرفشویی و نرم کننده هم می‌توان نرده، نیمکت پارک و تابلوهای راهنمایی ساخت.
- ✓ می‌توانیم از بطری‌های آب معدنی، آبمیوه و شامپو، سینی‌های پلاستیکی غذا، و پوشش‌های پلاستیکی لوله‌های فاضلاب، می‌توان قطعات برقی و لباس تولید کرد.



## من می‌توانم وضع را بهتر کنم!

اگر در جهان، هیچ کس موقع خرید، کیسه‌ی پلاستیکی استفاده نمی‌کرد، سالانه میلیاردها کیسه‌ه کمتر مصرف می‌شد. پس بباید از همین حالا شروع و دوستان و خانواده‌ی خود را هم به این کار تشویق کنیم.





## ☞ ظروف یکبار مصرف پلاستیکی

ظروف پلاستیکی جایگاه ویژه‌ای در زندگی ما دارند و حذف آن‌ها تقریباً غیر ممکن است. امروزه به علت راحتی استفاده از ظروف یک بار مصرف، تولید این ظروف افزایش یافته است و این در حالیست که استفاده از ظروف یکبار مصرف پلی‌استایرن و بسیاری از ظروف کاغذی موجود در بازار (به علت دارا بودن لایه‌ای از پلاستیک در رویه داخلی ظرف) موجب از بین رفتن ویتامین‌ها و پروتئین‌های موجود در غذا، ورود مواد سمی به غذا و تجمع این مواد سمی در بافت چربی بدن می‌شود.



### ◀ هشدار!

قرار دادن نان داغ در کیسه پلاستیکی باعث شکسته شدن شاخه های پلیمری کیسه و ورود موتومر به داخل مواد موجود در آن و در تیجه ورود به سیستم غذایی و بدن انسان خواهد شد که در نهایت در دراز مدت منجر به سرطان می شود.

ظرف یکبار مصرف + غذای داغ = سرطان



نکته:

استفاده از ظروف یکبار مصرف پلاستیکی برای مواد غذایی گرم و داغ از نظر بهداشتی به هیچ عنوان مناسب نیست. بسته‌بندی مواد غذایی چرب نیز در این گونه ظروف توصیه نمی‌شود.

خبر بد:

در حال حاضر ایران، یکی از ده کشور اول دنیا در استفاده از ظروف یکبار مصرف است.

## عوارض استفاده از ظروف یکبار مصرف:

### ۱ - بیماری زایی:

مواد پلاستیکی حاوی ترکیبات فنول میباشند که در هنگام تماس با مواد داغ، کمی نرم شده و گاز دیوکسین آزاد میکنند. سرطانزا بودن این فرآیند و سمی بودن این گاز به حدی است که اتحادیه اروپا با ترسیم چشم اندازی کوتاه مدت، برنامه ریزی کرده است که تا سال ۲۰۱۵، ۷۰ درصد ظروف پلاستیکی در این قاره با ظروف یکبار مصرف گیاهی جایگزین شود.



## ۲ - زیست محیطی:

پلاستیک‌ها زمانی که وارد چرخه طبیعت می‌شوند، لایه محافظی به شکل عایق در دل خاک ایجاد می‌کنند و ۳۰۰ تا ۵۰۰ سال طول می‌کشد تا تجزیه شوند، آگوچی منابع زیرزمینی و خاکی را نیز در پی خواهد داشت و تا حد قابل توجهی باعث کاهش حاصلخیزی زمین کشاورزی می‌شود. همچنین باعث شیوع انواع بیماری‌های همه گیر خواهد شد که برای تمام موجودات زنده منطقه خطرناک است.



## ۲ - زیست محیطی:

پلاستیک‌ها زمانی که وارد چرخه طبیعت می‌شوند، لایه محافظی به شکل عایق در دل خاک ایجاد می‌کنند و ۳۰۰ تا ۵۰۰ سال طول می‌کشد تا تجزیه شوند، آگوچی منابع زیرزمینی و خاکی را نیز در پی خواهد داشت و تا حد قابل توجهی باعث کاهش حاصلخیزی زمین کشاورزی می‌شود. همچنین باعث شیوع انواع بیماری‌های همه گیر خواهد شد که برای تمام موجودات زنده منطقه خطرناک است.



### ۳- بهداشتی:

به تازگی مشکل بزرگتری در تولید ظروف یکبار مصرف پلاستیکی پیش آمده است و این مشکل همان بازیافت یا ساخت ظروف یکبار مصرف از زباله‌های پلاستیکی غیر بهداشتی است؛ زیرا تولید این ظروف، بیشتر در کارگاه‌هایی انجام می‌شود که هیچ مجوزی از نهادهای رسمی ندارند. اکنون قریب به پنج هزار کارخانه و کارگاه تولید ظروف یکبار مصرف در کشور وجود دارد؛ این در حالی است که تنها تعداد اندکی مجوز تولید این ظروف را دارند.

#### ۴ - اقتصادی:

هزینه‌های درمان بیماری‌های ناشی از مصرف مواد غذایی آغشته به دیوکسین به حدی است، که به تنها بی میتواند دلیل برای جلوگیری از تولید این ظروف باشد. از طرفی هزینه‌های تحمیلی آن بر طبیعت را نباید فراموش کرد، تا جاییکه هزینه تحمیلی به طبیعت در اثر انباشت پسماند این ظروف در جنگلهای نواحی شمالی کشور خود به معضلی بزرگ تبدیل شده است. تلخترین بخش ماجرا این است که ما در حال تبدیل طلای سیاه یا همان نفت با ارزش به ملاوه‌ای مضر و کم ارزش با طول عمر بسیار بالا هستیم و این یعنی له کردن ارزش‌های توسعه پایدار زیر چرخ دنده‌های صنعت.





### نکته:

ظروف یکبار مصرف پلاستیکی، پس از آربست و اشعه ایکس، یکی از عوامل جدی بروز انواع سرطان و سایر بیماری‌ها محسوب می‌شوند و به شدت سلامت انسان را تهدید می‌کنند.



استفاده دراز مدت از این ظروف باعث مشکلات گوارشی، خستگی و ناراحتی اعصاب می‌شود.



مناسب ترین ظروف برای نگهداری مواد غذایی ظروف شیشه‌ای (پیرکس)، استیل و چینی سالم بدون ترک خوردنگی و لب پریدگی به جای ظروف یکبار مصرف است.





### ☞ مضرات بطری‌های یکبار مصرف:

در فصل تابستان خیلی‌ها از بطری‌های یکبار مصرف آب برای تهییه یخ استفاده می‌کنند. این در حالی است که ثابت شده وقتی یخ درون ظروف یکبار مصرف، آب می‌شود از جداره بطری مواد سرطانزا به درون آب آزاد می‌شود. از طرفی اگر در معرض آفتاب قرار بگیرند، حرارت آفتاب ترکیبات خطرناک این ظروف را آزاد می‌کند و احتمال سرطان‌زا بی را بالا می‌برد. که اغلب مردم از خطرات این ظرف‌ها بی‌اطلاع هستند. بهترین راه حل برای کاهش آلودگی‌های ناشی از ظروف یکبار مصرف، فرهنگ‌سازی برای استفاده نکردن از آنهاست که کاهش مصرف را در پی خواهد داشت.



### ❸ ظروف یکبار مصرف گیاهی:

با توجه به مشکلات مربوط به ظروف یکبار مصرف پلاستیکی، باید از ظرفی استفاده شود که کمترین آسیب را به سلامتی و محیط زیست بزند؛ پس باید به استفاده از ظروف یکبار مصرف گیاهی روی آورد. ظروف یکبار مصرف گیاهی به طور مستقیم خوراک دام و طیور می‌شوند؛ ضمن این که قابلیت آن را دارند تا در کمتر از شش ماه به طبیعت باز گردند.

### ❹ خبر خوب:

خوشبختانه ایران در جهان پس از کشورهای آمریکا، آلمان، انگلیس و ایتالیا، پنجمین کشوری است که به فناوری تولید ظروف یکبار مصرف گیاهی دست یافته و به عنوان تنها تولید کننده این نوع ظروف در خاورمیانه شناخته شده است.

## مزایای ظروف یکبار مصرف گیاهی:



دوره تجزیه پذیری آنها کوتاه است. زمان برگشت این ظروف به طبیعت ۵ تا ۶ ماه بدون هیچ آسیب زیست محیطی‌ای باشد.



در ظروف یکبار مصرف گیاهی به دلیل ماهیت مواد تشکیل دهنده گیاهی (به طور عمده نشاسته)، مواد سمی شیمیایی وارد غذا نمی‌شود.



وابستگی به مواد نفتی ندارند.



این ظروف در برابر حرارت مقاوم هستند؛ یعنی در دمای بالاتر نیز می‌توان از آنها استفاده کرد.



### ◀ معایب ظروف یکبار مصرف گیاهی:

از عیوب این ظروف می‌توان به این نکته اشاره کرد که ممکن است در صورت ریختن مایعات در این ظروف، کمی بُو نشاسته حس شود که به دلیل استشمام همزمان، احساس می‌شود که مزه مایعات تغییر کرده است؛ البته این بو اندک است و ممکن است تنها برخی از افراد متوجه آن شوند.



همه با هم و دست در دست هم بایک

## نه بزرگ به پلاستیک

یک خبر خوب را برای محیط زندگی  
خودمان نوید خواهیم داد.



سازمان مدیریت پسماند  
شهرداری زیز  
آموزش شهری  
روابط عمومی