

## بدون طبیعت آینده‌ای نداریم!



زمین گرم شده، هوا آلوده شده، ارتفاع زباله‌هایمان سر به فلک کشیده است و هر روز گونه‌های زیستی مختلفی منقرض می‌شوند. اگر همه‌ی هشت میلیارد انسان روی زمین، مثل شهروندان کشورهای پیشرفته زندگی کنند، باید دو سیاره‌ی دیگر هم در اختیار داشته باشیم تا جواب مصرف ما را بدهند! واقعیت نگران‌کننده این است که به حفاظت کره‌ی زمین اعتنایی نداریم. اما، حتی تو، در همان محدوده‌ی زندگی خودت، می‌توانی تصمیم‌گیری که در این تغییرات دمای اخیر سیاره‌ی زمین، که آدمی عامل و مسئول آن است، دخیل نباشی.

اما چگونه؟ با دوش گرفتن سریع و کوتاه‌مدت به جای حمام کردن‌های طولانی، با دقت کردن در آنچه خریداری می‌کنی، آنچه می‌خوری، آنچه دور می‌ریزی، و ... این کتاب کارهای ساده‌ای به تو پیشنهاد می‌کند که در هر شرایطی آن‌ها را انجام دهی: در اتاق خواب، در حمام، در مدرسه، هنگام تعطیلات، در کنار دوستان و ... ممکن است این کارها عجیب به نظر برسند ولی با پذیرفتن این کارهای کوچک روزمره‌ی یک «شهروند سبز»، به فردی فعال در زمینه‌ی «توسعه‌ی پایدار» تبدیل می‌شوی. یعنی با زندگی روی این سیاره‌ی دیرینه سازگار می‌شوی، بدون آن‌که از حدود آن تجاوز کنی. و اگر اطرافیانت راهنمایی‌های سودمند را بپذیرند، نتیجه‌اش مؤثرتر می‌شود! تا حدی رضایت‌بخش است، نه؟ نیز، می‌توانی، تنها همراه با دوستان، با شرکت در فعالیت انجمن‌هایی که برای حفاظت از محیط‌زیست فعالیت می‌کنند، از این حدود هم فراتر روی زمین ما در خطر است: باید از آن مراقبت کرد. نوبت توست که وارد گود شوی!



پیش از آن‌که به منظور حفاظت از محیط‌زیست در تمامی خانه دست به کار شوی، ابتدا باید در چهار دیواری اتاق خودت با دیدگاه حفاظت از محیط‌زیست کارهایی اصلاحی را برنامه‌ریزی کنی و انجام دهی؛ مثلاً انتخاب وسایل، لباس‌ها، اسباب‌بازی‌ها و ... خواهی دید که این کارهای ساده می‌توانند بر محیط‌زیست تأثیر گذارند.



## منابع آلودگی

غالباً با مصرف محصولات شیمیایی متعدد هوای اتاقت آلوده می‌شود؛ انواع خوشبوکننده‌ها و حالت‌دهنده‌های مو، رنگ و حلال آن، چسب کاغذ دیواری، باتری جیوه‌ای، مواد جلادهنده‌ی وسایل چوبی، تارهای پشم شیشه، گردوغبار و کپک و ...

## هوای اتاقت را تصفیه کن

برای این‌که هوای پاکیزه داشته باشی، چند گیاه سبز را در اتاقت پرورش بده. این گیاهان، هوا را مرطوب و تصفیه می‌کنند. هریک از ویژگی خاصی برخوردار است: صبرزرد از گسیل فرمالدئید از بعضی عایق‌ها و تخته‌های صنعتی جلوگیری می‌کند؛ گیاه فیلودندرون ضد پانتوکلروفنول به کار رفته برای حفاظت از اسکلت چوبی سقف است؛ گیاه سانسه‌وریا ضد حلال‌های رنگ است، و ...

## «ریه‌های عفونی» و بیمار

جنگل‌ها ۳۰٪ سطح قاره‌های کره‌ی زمین را می‌پوشانند، اما دو سوم آن‌ها در ده کشور (استرالیا، برزیل، کانادا، چین، آمریکا، هند، اندونزی، روسیه، پرو و کنگو) واقع شده است. در هر ۹ دقیقه به اندازه‌ی یک زمین فوتبال درخت قطع می‌شود. بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۰۵، سالانه حدود ۷/۳ میلیون هکتار زمین جنگلی از سطح کره‌ی زمین ناپدید شد که برابر است با مجموع مساحت کشورهای سوئیس و بلژیک. این روند، پیش از هر چیز در حوزه‌ی رودخانه‌ی آمازون و آفریقا اتفاق افتاده که هشدار دهنده است.

### جنگل‌های حفاظت شده

فقط ۱۲٪ جنگل‌ها در سراسر دنیا حفاظت می‌شوند؛ یعنی، از قطع درختان در آن‌ها جلوگیری و به جای درختان بریده شده، درختان جدید بازکاشت می‌شوند.

### خانه‌ی آلوده

بنابر برآورد انجمن پیشگیری از آلودگی هوا، عامل ابتلای بسیاری از کودکان به بیماری آسم و تنگی نفس، آلودگی هوای خانه‌ی آن‌هاست.

### نه هر چوبی



بهتر است لوازم و اثاثیه‌ی خانه از جنس طبیعی باشد. فرش ماشینی با الیاف مصنوعی هوای خانه را آلوده می‌کند. هر بار که می‌خواهی لوازم چوبی بخری، از منشأ تولید آن پرس و جو و از خریدن چوب‌های خارجی خودداری کن. کافی است روی آن برچسب FSC داشته باشد که تضمین می‌کند این درختان، از طریق درست و قانونی بهره‌برداری شده‌اند.

### کارهای مفید

#### وظایف من

- به جای پارچه‌های تولیدشده از مواد مصنوعی (مانند پلی‌استر، نایلون و ...) پارچه‌های تولیدشده از مواد طبیعی (مانند پشم، پنبه و ...) را مصرف می‌کنم. پنبه‌ی طبیعی را به الیاف مصنوعی حاصل از پلاستیک‌های بازیافت شده ترجیح می‌دهم چون هم در هنگام شستن آب کمتری مصرف و هم آفت‌ها را دور می‌کند.
- اگر برخی لباس‌هایم را دیگر نمی‌پوشم یا از اسباب‌بازی‌های کهنه‌ام دیگر استفاده نمی‌کنم، آن‌ها را به بنگاه‌های خیریه (امدادهای مردمی، کمک‌های بشردوستانه و ...) هدیه می‌دهم.



#### هوای خانه

- برای مقابله با آلودگی هوا، حشرات مضر و گردوغبار، بعد از بیدار شدن از خواب، به مدت ۵ دقیقه پس از خاموش کردن شوفاژ با گشودن پنجره‌ها هوای اتاق را عوض می‌کنم.
- در طول روز، اتاقم را تا کمتر از ۲۰ درجه‌ی سانتی‌گراد گرم نمی‌کنم و شب‌ها و هنگامی که خانه نیستم، دما را پایین‌تر می‌آورم (بنابر استانداردهای شرکت توانیر، دمای اتاق باید در روزهای زمستان ۲۰ و در شب ۱۵ درجه‌ی سانتی‌گراد و در روزهای تابستان حداقل ۲۶ درجه‌ی سانتی‌گراد باشد.)

#### کمی صرفه‌جویی هم بد نیست!

- در فصل سرما، پنجره‌ها را می‌بندم و پرده‌ها را می‌کشم تا گرما را در طول شب حفظ کنم.
- پنجره‌های اتاقم را بررسی می‌کنم که آیا دوجداره‌اند یا خیر. در غیراین صورت، از پدر و مادرم می‌خواهم از درزگیر و پرده‌های ضخیم برای جلوگیری از اتلاف گرما و ورود سرما استفاده کنند.