

Zhvillimi i planit për sigurinë e ujit & kanalizimet në një komunitet rural



Stop plastikës: Bashkohuni!

PËRMBLEDHJA PJESA

Një udhëzues mjedisor dhe shëndetësor për shkollat, punën me të rinjtë dhe më shumë...



©2023, WECF e.V. Mynih, Gjermani, Gruaja në Zhvillim, Shqipëri, Milieukontakt Shqipëri

Autorë: Louise Waxin, Elli-Maria Luud, Johanna Hausmann, Verena Demmelbauer, Adrian Meißner (WECF e.V.); Brixhilda Gurakuqi, Besjan Kurdari (Gruaja në Zhvillim) ; Valbona Mazreku, Kejda Prendi (Milieukontakt Shqipëri)

Fotografitë: Shutterstock Dmytro Zyinkevych (Front Cover); Unsplash Erik Mclean (Kapitel 1), Pixabay Poison Ivy (Kapitel 2), Unsplash Jasmin Sessler (Kapitel 3), Unsplash Naja Bertolt Jensen (Kapitel 4), Unsplash Sandra Harris (Kapitel 5), Unsplash Maria Ilves (Kapitel 6), Unsplash Peter Kalonji (Kapitel 7), Shutterstock (Kapitel 8), Unsplash Mario Alvarez (Kapitel 9), Unsplash Bernard Hermant (Anhang), Pixabay (Back Cover)

Organizatat Women Engage for a Common Future (WECF e.V.), Gruaja në Zhvillim & Milieukontakt Shqipëri janë përgjegjëse për përmbajtjen e këtij publikimi. Përmbajtja e paraqitur këtu nuk pasqyron këndvështrimin e financuesve.

Supported by:



Federal Ministry
for the Environment, Nature Conservation,
Nuclear Safety and Consumer Protection



based on a decision of
the German Bundestag



WECF e.V.
St.-Jakobs-Platz 10
80331 Munich
Tel.: +49(0)89 23 23 938-0
www.wecf.org/de



Milieukontakt Shqipëri
Rr. Xhorxhi Martini, Pall. Teuta Konstruktion,
Shk.3, Ap.8
1017, Tiranë, Albania
office@milieukontakt.org
+355 42256528



Gruaja në Zhvillim
Rr. Studenti, Nd.2, H.14 Kati +7, Ap.35
4001 Shkodër, Shqipëri

Përmbajtja

Parathënie.....	5
Si funksionon botimi ynë i plastikës	6
Materialet e nevojshme dhe objektivat mësimore për aktivitet	7
1 Çfarë është plastika?	11
1.1 Akullthyes: Çfarë më kujton fjala plastikë?	11
1.2 Si prodhohet plastika.....	11
1.3 Aktiviteti 1: Cikli jetësor i plastikës – prodhimi, përdorimi dhe riciklimi	13
2 Përdorimi.....	15
2.1 Ku fshihet plastika?.....	15
2.2 Aktiviteti 2: Përdorimi	17
2.3 Aktiviteti 3: Gjuetia e thesarit	18
3 Plastika dhe shëndeti.....	21
3.1 Mikroplastika dhe aditivët.....	21
3.2 Aktiviteti 4: Plastika dhe ndikimi i saj.....	24
4 Plastika dhe ndotja.....	26
4.1 Ndikimet mjedisore të plastikës	26
4.2 Aktiviteti 5: Plastika dhe ndotja	28
4.3 Aktiviteti 6: Konkursi i artit me mjete të ricikluara	29
5 Shmangia e plastikës	31
5.1 Alternativat dhe zgjedhjet që ruajnë mjedisin.....	31
5.2 Aktiviteti 7: Shmangia e plastikës – alternativa dhe zgjidhje të qëndrueshme.....	33
5.3 Aktiviteti 8: Bingo pa plastikë	34
6 Produkte të ripërdorshme në vend të plastikës njëpërdorimshme.....	36
6.1 Kthimi i mbetjeve plastike në plastikë të ripërdorshme.....	36
6.2 Aktiviteti 9: Produkte të ripërdorshme pa plastikë.....	38
7 Gjinja dhe plastika.....	40
7.1 Ndikimet e ndryshme të plastikës në gjini	40
7.2 Aktiviteti 10: Ndikimet gjinore të plastikës	41
8 Angazhimi politik.....	43
8.1 Si mund të përfshihem?	43

8.2	Aktiviteti 11: "Personi im SUPER"	44
8.3	Aktiviteti 12: Debat mjedisor	45
9	Vështrim afatgjatë	48
9.1	Çfarë pritet më tej? Sfida e plastikës!	48
9.2	Përfundim.....	48
10	Referencat (të zgjedhura) dhe informacione të mëtejshme.....	49
11	Shtojca.....	51
11.1	Aktiviteti 1: Cikli jetësor i plastikës	51
11.2	Aktiviteti 2: Përdorimi	53
11.3	Aktiviteti 4: Plastika dhe ndikimi	56
11.4	Aktiviteti 5: Plastika dhe ndotja	60
11.5	Aktiviteti 7: Duke shmangur plastikën	67
11.6	Aktiviteti 8: BINGO pa plastikë.....	68
11.7	Aktiviteti 9: Plastika e ripërdorshme.....	69

Parathënie

Është e pamundur të anashkalohej: ne po përballemi me një problem masiv plastik. Plastika gjendet kudo, nga ambalazhet dhe kontejnerët deri tek pëlhurat sintetike dhe kozmetika. Më shumë se 450 milion ton plastikë prodhohen globalisht çdo vit, një rritje marramendëse nga vetëm 1.5 ton në vitin 1950. Kjo rritje e prodhimit, përdorimit dhe keqmenaxhimit të plastikës po kontribuon në ndryshimet klimatike, pasi prodhimi i plastikës kërkon sasi të mëdha energjie dhe rezulton në emetimet e CO₂. Planeti ynë është i tejmbushur me mbetje plastike, të cilat kërcënojnë si mjedisin ashtu edhe shëndetin tonë, pasi plastika përmban shumë kimikate të dëmshme që i hasim në mënyra të ndryshme.

Konsumatorët nuk janë fajtorët kryesorë në krizën plastike. Mirëpo motivi i fitimit të shumë kompanive i shtyn ato të zgjerojnë vazhdimisht përdorimin e plastikës, duke çuar në rritjen e prodhimit dhe shitjeve¹. Politikat kanë ka bërë pak për të frenuar këtë prirje. Edhe pse Gjermania ka ndërmarrë hapa nga viti 2022 për të ndaluar disa sende plastike si qeset dhe pipat, ato nuk janë aspak të mjaftueshme.

Konsumatorët duhet të ndërmarrin veprime për të ushtruar presion mbi politikanët dhe kompanitë për të reduktuar në mënyrë drastike prodhimin dhe konsumin e plastikës. Zgjidhja e vetme është reduktimi i ndjeshëm i prodhimit të plastikës, i cili parashikohet të dyfishohet deri në vitin 2040. Në të njëjtën kohë, përqendrimi i plastikës në oqean mund të katërfishohet deri në vitin 2050². Për ta kundërshtuar këtë, duhet urgjentisht të rrisim ndërgjegjësimin për plastikën.

Botimi ynë i plastikës synon të rrisë ndërgjegjësimin për problemin e plastikës dhe të nxjerrë në pah aspekte të ndryshme të krizës së plastikës, nga prodhimi deri te asgjësimi. Ky botim mund të ndihmojë në përhapjen e njohurive rreth substancave të dëmshme në produktet plastike dhe si të shmangim plastikën, duke mbrojtur kështu mjedisin dhe shëndetin tonë.

Në Gjermani, rreth 20 milionë tonë plastikë prodhohen dhe përdoren çdo vit, pjesa më e madhe e të cilave janë mbetje ambalazhi³. Ka shumë mënyra dhe ide për të shpëtuar veten dhe botën nga vërshimi i vazhdueshëm i plastikës. Në fund të fundit, shkalla e kësaj krize tregon se sa shumë mund të ndryshojmë nëse vendosim të bëjmë diçka. "Me këtë botim, ne dëshirojmë të nisim punën, veçanërisht në shkolla dhe me të rinjtë, pasi njohuria dhe mirëkuptimi janë parakushte për veprim."

¹ Heinrich-Böll-Stiftung: Plastik Atlas. Daten und Fakten für eine Welt ohne Kunststoff, page 10 (2019).

<https://www.boell.de/de/plastikatlas>

² Alfred-Wegener-Institut, WWF: Die Auswirkungen von Plastikverschmutzung in den Ozeanen auf marine Arten, die biologische Vielfalt und Ökosysteme (2022). https://www.wwf.de/fileadmin/fm-wwf/Publikationen-PDF/Plastik/WWF-Auswirkungen_von_Plastikverschmutzung_im_Ozean_auf_marine_Arten_-_Biodiversit%C3%A4t_und_%C3%96kosysteme.pdf

³ Statista: Plastikmüll (2023). <https://de.statista.com/themen/4645/plastikmuell/#topicOverview>

Si funksionon botimi ynë i plastikës

Ky botim për plastikën mund të përdoret nga edukatorët dhe kushdo që punon me fëmijë dhe të rinj për të rritur kujdesin ndaj tyre. Është projektuar për fëmijët dhe të rinjtë nga moshë njëmbëdhjetë deri në gjashtëmbëdhjetë vjeç dhe është i përshtatshëm për klasat 5-6, 7-8 dhe 9-10. Edhe pse, përmbajtja dhe grafikat janë krijuar për nxënës dhe mësues, mund të përdoret gjithashtu në kontekste të tjera, si në edukimin e të rinjve.

Botimi është i ndarë në tetë kapituj të ndryshëm.

Çdo mësim përbëhet nga një pjesë teorike dhe një pjesë me aktivitete ndërvepruese si dhe lojra për të përforcuar njohuritë bazë. Kohëzgjatja e këtyre aktiviteteve varion nga pesë deri në 30 minuta dhe mund të përdoren individualisht, si njësi e plotë ose e kombinuar në mënyra të ndryshme. Çdo aktivitet shoqërohet nga një grupmoshë e rekomanduar dhe një kohëzgjatje e përlogaritur, duke i lejuar mësuesit të zgjedhin dhe kombinojnë aktivitetet që i përshtaten orës së tyre të klasës ose mësimeve zëvendësuese.

Informacion rreth materialeve

Në këtë botim do të gjeni përmbajtje informative për plastikën dhe materiale praktike. Pas çdo detyre ndërvepruese që pason një kapitull, mësuesit dhe edukatorët mund të punojnë me të rinjtë për të marrë informacione shtesë.

Materialet e nevojshme dhe objektivat mësimore për aktivitet

Aktiviteti 1: Cikli jetësor i plastikës

- Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç
- Detyrë: Vendosni figurat që tregojnë fazat e ndryshme të jetës së një filxhani plastik në rendin e duhur.
- Materialet: Foto për t'u printuar (një herë ose për grup; shtojca 11.2)
- Objektivi: Të kuptojmë ciklin jetësor të plastikës duke përdorur si shembull një filxhan plastik; të mendojmë për ciklin jetësor të plastikës dhe vizatoni atë.

Aktiviteti 2: Përdorimi

- Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç
- Detyrë: Shpjegoni terma të ndryshme pa përmendur disa fjalë kyçe (shih lojën "Tabu").
- Materialet: Kartat "Tabu" që do të printohen (për grup; shtojca 11.2)
- Objektivi: Njohja e plastikës në përdorimin e përditshëm.

Aktiviteti 3: Përpjekje për të pastruar

- Mosha e rekomanduar: 8-14 vjeç
- Detyra: Mblidhni sende plastike në mjedis dhe diskutoni alternativat
- Materialet: lista e objekteve plastike që gjenden përreth, stilolaps dhe letër për çdo ekip
- Objektivi: Të rrisim ndërgjegjësimin për ndotjen e mjedisit tonë dhe si mund të përpiqemi të shmangim plastikën në jetën tonë të përditshme.

Aktiviteti 4: Plastika dhe ndikimi i saj

- Rekomandimi për moshën: 11-16 vjeç
- Detyrë: Gjeni përgjigjet e sakta për pyetjet e kuizit.
- Materialet: Kartat e printuara të lojës me pyetje (për grup) / ose të shfaqura në projektor (shtojca 11.3)
- Objektivi: Të jemi të vetëdijshëm për kimikatet në plastikë; të mendojmë për efektet e plastikës në shëndetin tonë.

Aktiviteti 5: Plastika dhe ndotja

- Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç
- Detyra: Bëni postera që mund të shfaqen në shkollë.

- Materialet: 2-6 fletë të mëdha letre, lapsa me ngjyra të ndryshme, materiale artizanale, foto për printim (shtojca 11.4)
- Objektivi: Të mendojmë në mënyrë kritike për plastikën në jetën e përditshme; të flasim për rreziqet e plastikës për mjedisin.

Aktiviteti 6: Konkursi i artit të ricikluar

- Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç
- Detyra: Ripërdorni dhe transformoni materialet plastike të ricikluara në vepra arti
- Materialet: Një shumëllojshmëri e plastikës së ricikluar, materiale arti, vend pune
- Objektivi: Të nxiten nxënësit të përdorin kreativitetin dhe aftësitë e tyre artistike për të ripërdorur dhe transformuar materialet plastike të ricikluara në vepra arti, duke nxitur një vlerësim për riciklimin dhe qëndrueshmërinë.

Aktiviteti 7: Shmangia e plastikës

- Mosha e rekomanduar: 11-14 vjeç
- Detyrë: Shkruani produktet plastike që keni hedhur kohët e fundit në listën "gjueti thesari".
- Materialet: 1-2 fletë "gjueti thesari" (për grup; shtojca 11.5)
- Objektivi: Të shikohen në mënyrë kritike sjelljet e tyre mbi plastikën dhe ti përshtatin ato në jetën e përditshme.

Aktiviteti 8: Bingo pa plastikë

- Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç
- Detyrë: Nxënësit pajisen me karta bingo që përmbajnë sende të zakonshme plastike dhe sfida e tyre është të kërkojnë në mënyrë aktive alternativa miqësore me mjedisin duke shmangur përdorimin e plastikës.
- Materialet: Kartat Bingo (shtojca 11.6)
- Objektivi: Të edukojë nxënësit rreth çështjeve mjedisore që lidhen me plastikën duke i inkurajuar ata të identifikojnë dhe të gjejnë alternativa ndaj produkteve të zakonshme plastike.

Aktiviteti 9: Përdorues të ripërdorshëm pa plastikë

- Mosha e rekomanduar: 11-14 vjeç
- Detyra: Lojë kujtese: gjeni çiftet e produkteve plastike që përputhen me alternativën e tyre të bëra nga materiale të qëndrueshme.
- Materialet: Kartat e kujtesës të printuara për secilin grup (shtojca 11.7)

- Objektivi: Për të eksploruar alternativat ndaj plastikës duke gjetur çifte të përputhshme të produkteve të flakshme me të ripërdorshme.

Aktiviteti 10: Ndikimet gjinore të plastikës

- Mosha e rekomanduar: 13-16 vjeç
- Detyrë: A jeni dakord me pohimet për gjininë dhe plastikën?
- Materialet: Asnjë
- Objektivi: Të njohë lidhjet midis plastikës dhe gjinisë.

Aktiviteti 11: “Superpersoni im”

- Mosha e rekomanduar: 13-16 vjeç
- Aktiviteti: Krijoni një poster të "super personit" tuaj të angazhuar politikisht.
- Materialet: Letër dhe lapsa me ngjyra
- Objektivi: Të identifikojmë mundësi për përfshirje politike; të formojmë një mendim për to.

Aktiviteti 12: Debat mjedisor

- Rekomandimi për moshën: 11-18 vjeç
- Detyra: Organizimi i një debati mjedisor me diskutim dhe reflektim
- Materialet: Lista e temave të debatit lidhur me plastikën
- Objektivi: Të inkurajohen nxënësit të analizojnë dhe debatojnë në mënyrë kritike aspekte të ndryshme të përdorimit të plastikës dhe t'i aftësojnë ata të shkëmbejnë argumente dhe të diskutojnë në mënyrë konstruktive.

1

ÇFARË ËSHTË PLASTIKA?



1 Çfarë është plastika?

1.1 Akullthyes: Çfarë më kujton fjala plastikë?

Fjala "plastikë" është një term i zakonshëm që përdoret për të përshkruar lloje të ndryshme të plastikës, të cilat janë substanca kimike sintetike që formohen në forma të ndryshme. Shpesh nuk e kuptojmë se shumë sende të përditshme janë bërë prej plastike. Na vjen në mendje qese plastike, kontejnerë dhe të tjera, por plastika gjendet gjithashtu në tekstile sintetike si poliesteri dhe madje edhe në kozmetikë. Plastika është kudo rreth nesh.

Mësime online	Mësime ballë për ballë
Çdo nxënës dërgon një emoji në bisedë.	Çdo nxënës thotë një fjalë / shkruan një fjalë në një fletë e cila më pas lexohet.

Pastaj filloni një shkëmbim, p.sh., duke bërë pyetjet e mëposhtme:

- A është përmendur një fjalë/grup fjalësh më shumë se një herë? A është përmendur ndonjë gjë tjetër më shumë se një herë?
- A ka ndonjë dallim dhe/ose ngjashmëri?
- A ka ndonjë fjalë/emoji që shfaqet shumë?
- Çfarë është plastika? → Plastika është material dhe produkt

1.2 Si prodhohet plastika

Plastika që shohim në shishe, rroba, ambalazhe dhe telefona celularë është bërë nga lëndë djegëse fosile si gazi dhe nafta. Ajo përbëhet kryesisht nga dy elementë kimikë: karboni, që gjendet në gazin natyror, naftë, dhe hidrogjeni, elementi më i bollshëm në univers.

Këto elemente kombinohen për të formuar zinxhirë të gjatë në plastikë, duke e bërë atë të fortë. Plastika gjithashtu përmban kimikate që i japin asaj veti specifike.⁴

Një histori e shkurtër e plastikës

Plastika e parë, "Parkesine", u prezantua në 1862 nga shpikësi i saj, Alexander Parkes, dhe rrjedh nga celuloza. Dyzet vjet më vonë, në 1907, Leo Hendrik Baekeland shpiku Bakelite, plastika e parë sintetike e qëndrueshme dhe rezistente ndaj nxehtësisë. Në vitin 1912, Fritz Klatte patentoi klorurin polivinil (PVC) nga klori, një nënprodukt i prodhimit të sodës kaustike, duke çuar në prodhimin masiv të PVC. Pavarësisht shqetësimeve mjedisore dhe shëndetësore, PVC mbetet fitimprurës për industrinë petrokimike dhe përdoret në një shumëllojshmëri produktesh. Në vitet 1930, polietileni u shpik për shishe e pijeve, qeset dhe kontejnerët e ushqimit. Në vitin 1954, kimisti Guilio Natta zbuloi polipropilenin, i cili u bë i njohur në vitet 1950 dhe ende përdoret gjerësisht në produktet e përditshme si paketimet, sediljet për fëmijë dhe tubacionet. Plastika u bë një zgjedhje e stilit të jetesës dhe moderne, duke

⁴ Exit Plastik: Chemikalien in Plastik (2021). https://exit-plastik.de/wp-content/uploads/2022/10/Positionspapier-Chemikalien-in-Plastik_Exit-Plastik.pdf

Çfarë është plastika?

zëvendësuar materialet konvencionale dhe duke depërtuar në të gjitha aspektet e jetës. PVC, polietileni dhe polipropileni janë disa nga plastikat më të përdorura sot.⁵

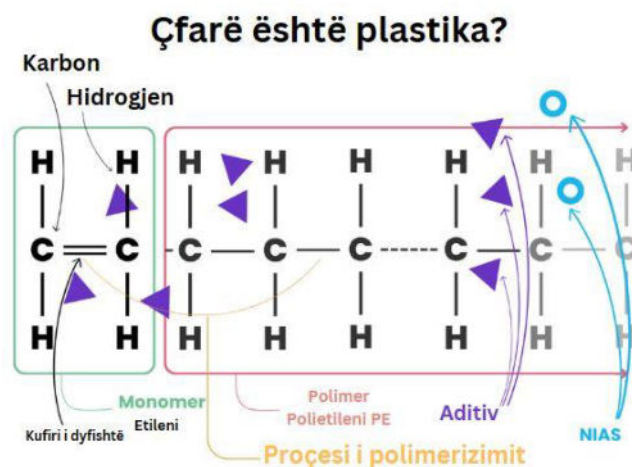
Pak kimi për të kuptuar

Për ta kthyer naftën në plastikë, ajo nxehet në temperatura të larta duke përdorur energji të konsiderueshme dhe më pas ftohet me shpejtësi për të zbërthyer molekulat e hidrokarbureve në grimca të vogla të quajtura monomere. Monomerët përfshijnë etilenin, propilenin, klorurin e vinilit dhe bisfenolin. Monomerët janë të lidhur së bashku me polimerizim për të formuar zinxhirë të gjatë molekularë të quajtur polimere. Gjatë përpunimit, shtohen aditivë të ndryshëm për të siguruar veti specifike si fleksibiliteti, ngjyra, qëndrueshmëria në rrezet UV ose frenues në djegie.

Ndikimet mjedisore dhe shëndetësore të aditivëve: Aditivët si plastifikuesit, stabilizuesit UV ose frenuesit e flakës mund të jenë të dëmshëm për mjedisin dhe shëndetin sepse ato rrjedhin nga plastika pasi nuk janë të lidhur fort. Kjo i lejon ata të hyjnë në mjedis dhe në trupin e njeriut. Përveç kësaj, çdo plastikë përmban shumë kimikate të tjera, ose papastërti në materialin bazë ose të shtuara gjatë polimerizimit, të njohura si 'substancat e shtuara jo të qëllimshme' (NIAS).

Çfarë janë aditivët?

Aditivët janë kimikate të ndryshme që i shtohen qëllimisht plastikës për ti dhënë asaj veti specifike. Ato mund të përthithen lehtësisht në plastikë dhe ndonjëherë të asimilohen. Për shembull, frenuesit UV mbrojnë plastikën që të mos jetë e brishtë kur ekspozohet ndaj rrezeve të diellit ose temperaturave të larta. Ngjyra, ose pigmente, shtohen për të ngjyrosur nënshtresat plastike të qarta për sende të tilla si shishe, blloqe ndërtimi dhe figurina. Disa pigmente janë të sigurta, por shumë prej tyre janë të diskutueshme ose nuk kuptohen mirë. Plastifikuesit fталatet, të përdorur për ta bërë plastikën fleksibël, mund të kenë efekte hormonale dhe të prishin ekuilibrin hormonal.



⁵ Heinrich-Böll-Stiftung: Plastik Atlas. Daten und Fakten für eine Welt ohne Kunststoff (2019) <https://www.boell.de/en/plasticatlas>

1.3 Aktiviteti 1: Cikli jetësor i plastikës – prodhimi, përdorimi dhe riciklimi

Ne shpesh e marrim plastikën si të mirëqenë në jetën tonë të përditshme, duke harruar se si ia kemi dalë pa të. A keni menduar ndonjëherë se si bëhen kaq shumë produkte nga plastika? Si prodhohet dhe çfarë ndodh me plastikën kur mbarojmë me të?

Në këtë aktivitet do të eksplorojmë ciklin jetësor të një filxhani plastik përmes një serie fotografish. Detyra juaj është t'i vendosni këto fotografi në rendin e duhur për të ilustruar ciklin jetësor të një filxhani plastik.

Cikli jetësor i produkteve plastike: Vendosni fotot në rendin e duhur

Kohëzgjatja: 15-20 minuta (+ 5-10 minuta për diskutim të mëtejshëm)

Pjesëmarrësit: Grupe me 4-8 nxënës | Alternativa: e gjithë klasa

Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç

Objektivat: Të kuptojë dhe të paraqesë vizualisht ciklin jetësor të plastikës duke përdorur si shembull një gotë plastike.

Materialet: Foto për secilin grup

Përgatitja: Për grupe të ndryshme: Secilit grup i jepen të gjitha figurat dhe u kërkohet t'i renditin ato në rendin e duhur. Ose shkruani numrat nga 1 deri në 10 si linjë kohore dhe përdorni magnet për të vendosur figurat përkatëse në tabelë.

Realizimi

1. Fotot tregojnë faza të ndryshme në prodhimin, përdorimin dhe asgjësimin e një filxhani plastike. Qëllimi është të kuptohen këto fotografi dhe t'i vendosim ato në mënyrë korrekte në ciklin e jetës.
2. Punë në grupe: Në grupe të vogla, nxënësit diskutojnë kuptimin e secilës figurë dhe përcaktojnë rendin e duhur. Pas një kohe të caktuar, secili grup mund të paraqesë rezultatet e tij dhe renditja e saktë mund të shfaqet në tabelë për diskutim të mëtejshëm. | Për të gjithë klasën: Pyesni nxënësit se çfarë përfaqëson secila figurë. Kur të jepen përgjigjet e sakta, kërkoni të identifikojnë se ku përshtatet në ciklin jetësor të filxhanit. Kalohet në hapin tjetër pasi figura të jetë vendosur saktë.

Pyetje për diskutim

- Çfarë objektesh shihni në klasë që janë prej plastike?
- Çfarë produkteve plastike përdorni shpesh por jo për shumë kohë?
- Cilat janë disa alternativa ndaj plastikës?
- Nga se përbëhet plastika?
- Ku mund të gjejmë plastikë?
- Në cilin shekull u shpik plastika?

2

A top-down view of various school supplies scattered on a white surface. In the upper left, there is a purple folder or notebook. Below it, a pair of pink-handled scissors and a purple pen are visible. To the right, several pens and pencils are laid out, including a blue pen with a compass attached. In the lower left, there is a red watercolor palette, a yellow ruler, and a pair of yellow-handled scissors. In the lower right, there are several colorful containers of markers or paint, a pencil sharpener, and a green pencil case with a cartoon frog design. The word 'PËRDORIMI' is written in large, bold, white letters across the center of the image.

PËRDORIMI

2 Përdorimi

Plastika përdoret kudo, në lodra, makina, rroba, bojëra, kremra për lëkurën, etj. Është materiali i tretë më i prodhuar nga njeriu pas çimentos dhe çelikut. Më shumë se 8 miliardë ton janë prodhuar që kur u shpik në 1860.⁶

2.1 Ku fshihet plastika?

Kozmetikë

Më shumë se njëqind përbërës në kozmetikë janë në të vërtetë prej plastike. Nuk bëhet fjalë për kavanozët apo kapakët, por për atë që ka brenda. Mjetet ndihmëse lubrifikuese i bëjnë pudrat e kozmetikës më të ajrosura dhe më të lehta për t'u përhapur, shkëlqimi ndihmës i shkëlqen dhe reflekton dritën përmes mikroplastikës, grimcat eksfoluese të bëra nga plastika ndihmojnë në pastrimin mekanik të lëkurës, etj. Substancat plastike që gjenden në paketim përfshijnë PVP, stiren, VP/VA, akrilate, kopolimer, polimer kryq, najlon, butilen, karbomer, dimetikon, metakrilat, etilen, metil, kopolimer, poliakrilamid, poliakrilen, polienilur, propileni, etj. Mundohuni të shmangni produktet që përmbajnë këto substanca.

Produktet menstruale

Njerëzit me menstruacione përdorin mesatarisht 180 kilogramë produkte menstruale gjatë jetës së tyre. Kjo sasi mbetjesh është një problem i madh mjedisor. Më pak e dukshme, por po aq e rëndësishme është problemi në shëndet nga produktet menstruale. Ato ndonjëherë përmbajnë deri në 90% plastikë me bazë naftë dhe me përmbajtje kimikate të rrezikshme si bisfenole, ftalate, parabene, dioksina, etj., të cilat lidhen me zhvillimin e shumë sëmundjeve. Tamponët e përdorur konvencionale dhe pecetat higjienike nuk janë të riciklueshme dhe hidhen së bashku me mbetjet e tjera. Çdo tampon ose picetë menstruale përmban plastikë (deri në 90% në disa raste). Duhet më shumë se njëqind vjet që plastika në një picetë menstruale ose tampon të dekompozohet.

Riciklimi

Riciklimi konsiderohet si zgjidhja për trajtimin e mbetjeve plastike. Fakti që shmangia e plastikës duhet të ketë përparësi ndaj riciklimit shpesh del në plan të dytë. Shmangia e plastikës dhe reduktimi i lidhur me prodhimin është e vetmja zgjidhje që mund të na shpëtojë nga mbi prodhimi e plastikës në planin afatgjatë. Por siç u tha vetë riciklimi është një çështje e madhe për ne, edhe nëse, për shembull, vetëm 9% e mbetjeve plastike në mbarë botën në vitin 2021 u ricikluan në materiale plastike të riciklueshme⁷. Një parakusht për

⁶ Code Océan: Enquête au coeur de la pollution par les plastiques. <https://codeocean.plasticodyyssey.org>

⁷ Greenpeace: New Greenpeace Report: Plastic Recycling Is A Dead-End Street—Year After Year, Plastic Recycling Declines Even as Plastic Waste Increases (2022) <https://www.greenpeace.org/usa/news/new-greenpeace-report-plastic-recycling-is-a-dead-end-street-year-after-year-plastic-recycling-declines-even-as-plastic-waste-increases/>

riciklimin është që plastika me përbërje të ndryshme të ndahet paraprakisht. Në Gjermani, simbolet në paketim tregojnë llojin e plastikës.

Cilat lloje të plastikës janë të riciklueshme?



Polietileni tereftalat (PET)

PET është lehtësisht i riciklueshëm.
Shembuj: Shishet e sapunitë lëngshëm për larjen e shisheve me lëngje ose shishet e pijeve.



Klorur polivinil (PVC)

PVC është i riciklueshëm.
Shembuj: Dritaret, dyshemetë e dyerve, izolimi i kablove ose paketimi.



Polistiren (PS)

PS është i riciklueshëm.
Shembuj: Takëme plastike, filxhanë ose paketimi i sapunëve thata.



Polietileni (PE-HD / PE-LD)

Polietileni PE është i riciklueshëm.
Shembuj: çanta pazari, shishete shampove, tasa kosi ose enë detergjentesh.



Polipropileni (PP)

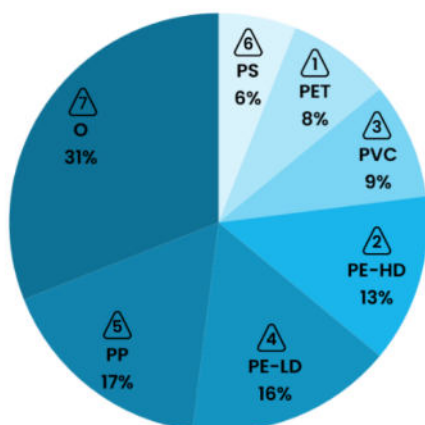
PP është i riciklueshëm.
Shembuj: filma dhe kontejnerë paketimitë printuara transparente, paketim karamesh apo frutash të thata.



Other (O)- Të tjera

Plastika të tjera janë të vështirapër t'u ricikluar.
Shembuj: paketim salçiçesh dhe djathi, krem ose tuba paste dhëmbësh.

Cilat lloje të plastikës janë më të rëndësishmet?



Pse riciklimi i plastikës nuk është zgjidhja

Ka shumë lloje të ndryshme të plastikës, dhe secila kërkon metodën e vet të riciklimit. Disa sende plastike përbëhen nga disa lloje plastike që janë të lidhura së bashku dhe nuk mund të riciklohen. Ky është rasti, për shembull, me tubat e pastës së dhëmbëve (nëntë shtresa të ndryshme plastike!) ose qeset e patateve. Riciklimi është i shtrenjtë, kërkon energji dhe kërkon infrastrukturë (kamionë, fabrika, makineri, etj.). Deri më tani, shumë mbetje plastike janë eksportuar në vende të tjera për riciklim. Këtyre vendeve shpesh u mungon struktura e nevojshme e depozitimit të sigurt dhe mijëra tonë mbetje plastike gjermane përfundojnë në vend depozitime të mëdha, në rrugë ujore ose digjen në mënyrë të papërshtatshme – me pasoja të rënda shëndetësore, mjedisore dhe sociale. Mbetjet plastike nuk mund të riciklohen pafundësisht. Kur plastika riciklohet një, dy ose tre herë, ajo degradohet. Zinxhirët e polimerit prishen sa herë që nxehen. Për shembull, plastika e përdorur për të bërë shishet e ujit mund të riciklohet maksimumi shtatë herë. Pas kësaj, nuk mund të përdoret përsëri sepse është shumë e dëmtuar. Gjithashtu, kimikatet e shtuara në plastikë mund të çlirohen kur ajo riciklohet. Pra, zgjidhja është të shmangni plastikën kudo që të jetë e mundur.

2.2 Aktiviteti 2: Përdorimi

Shpesh nuk është e qartë në shikim të parë që një produkt përmban plastikë sepse plastika mund të vijë në forma të ndryshme. Letra të ndryshme loje kanë emra që përmbajnë plastikë. Si në lojën "Tabu", nxënësit duhet të shpjegojnë termat që kërkojnë pa përdorur fjalë të caktuara që janë gjithashtu në kartelë dhe janë tabu. Nxënësit e tjerë duhet të marrin me mend termin.

Shpjegoni termat e kërkuar pa përdorur fjalë kyçe specifike.

Kohëzgjatja: 20 minuta (+ 5-10 minuta për diskutim të mëtejshëm)

Pjesëmarrësit: Disa grupe me rreth 4 persona. Moshë e rekomanduar: 11-16 vjeç

Objektivat: Të përdorim lojën "Tabu" për të treguar se shumë gjëra rreth nesh përmbajnë plastikë.

Materialet: Kartat "Tabu" për t'u printuar, sipas rastit një kronometër

Përgatitja: Një nxënës në secilin grup fillon me termin e parë dhe nxënësit e tjerë në grup marrin me mend. **Alternativa:** Dy skuadra luajnë kundër njëra-tjetrës; çdo ekip ka 5 letra.

Realizimi

1. Çdo ekip zgjedh një person për të shpjeguar termin e parë.
2. Termat janë në karta që përmbajnë gjithashtu fjalë që nuk mund të përdoren për të shpjeguar termin.
3. Nëse një nxënës e merr me mend termin, ai/ajo merr kartën dhe mund të shpjegojë termin tjetër. Alternativa: Mësuesi mund të përdorë një kronometër. Sapo të fillojë kohëmatësi, personi që duhet të shpjegojë termin duhet të marrë një kartë nga pakoja e letrave. Pasi të gjendet fjala, nxënësi kalon në fjalën tjetër derisa të mbarojë koha (30 sekonda).

4. Përveç fjalëve 'të ndaluara', atij që shpjegon nuk i lejohet të
 - Shqiptojë pjesë ose shkurtesa të një fjale 'të ndaluar'
 - Bëjë gjeste
 - Bëjë tinguj
5. Nëse thuhet një fjalë e ndaluar, deklaruesi duhet të heqë dorë nga një nga letrat që ka fituar. Alternativa: Nëse thuhet një fjalë tabu, skuadra kundërshtarë merr një pikë. Më pas është radha e skuadrës tjetër të luajë në të njëjtën mënyrë. Skuadra me më shumë pikë fiton

Pyetje: Çfarë kanë të përbashkët të gjitha këto fjalë? → **Përgjigje:** Të gjitha përmbajnë plastikë.

2.3 Aktiviteti 3: Gjuetia e thesarit

'Gjuetia e thesarit' është një aktivitet argëtues dhe tërheqës për të edukuar nxënësit rreth problemeve të plastikës, për të rritur ndërgjegjësimin e tyre për përdorimin e plastikës dhe për të promovuar mënyra për të shmangur plastikën.

Gjueti thesari për plastikë

Kohëzgjatja: 30 minuta (+ 5-10 minuta për diskutim të mëtejshëm)

Pjesëmarrësit: Disa grupe me rreth 2-4 persona

Mosha e rekomanduar: 8-14 vjeç

Objektivat: Mbledhja e sendeve plastike për të rritur ndërgjegjësimin për ndotjen e mjedisit tonë dhe se si mund të përpiqemi të shmangim plastikën në jetën tonë të përditshme.
Opsionale: Nxënësit duhet të gjejnë plastikë që gjendet zakonisht përreth.

Materialet: Lista e plastikës që gjendet zakonisht përreth; stilolaps dhe letër për çdo ekip.

Përgatitja: Krijoni një listë të sendeve plastike që dëshironi që nxënësit t'i gjejnë gjatë gjuetisë së thesarit. Përfshini sende plastike të zakonshme si shishe plastike, pipza, çanta, kontejnerë dhe çdo produkt tjetër plastik që është i rëndësishëm për objektivat tuaja të mësimdhënies. Vendosni një afat specifik kohor dhe një zonë specifike për gjuetinë e thesarit.

Realizimi

1. Filloni duke u shpjeguar nxënësve qëllimin e gjuetisë së thesarit. Theksoni se qëllimi është të mësoni më shumë për problemet që lidhen me përdorimin e plastikës dhe të gjeni zgjidhje për të reduktuar ndikimin e saj në mjedis.
2. Ekipet shkojnë në drejtime të ndryshme dhe fillojnë të kërkojnë për plastikë.
3. Pasi të përfundojë gjuetia e pastruesve, mbledhni të gjithë nxënësit së bashku për të diskutuar gjetjet e tyre. Ju mund të bëni pyetje si:
 - Çfarë sendesh plastike gjetët dhe ku i gjetët?
 - A jeni befasuar nga sasia e plastikës që keni hasur?
 - Si mendoni se këto artikuj plastike kontribuojnë në problemet mjedisore?
4. Inkurajoni nxënësit të krijojnë ide se si mund të reduktojnë përdorimin e tyre të plastikës

dhe të minimizojnë ndikimin e saj. Diskutoni alternativat ndaj artikujve plastike dhe opsionet e riciklimit.

5. Fakultative: nxënësit mund të mbajnë sendet e tyre plastike për aktivitete të tjera (shih aktivitetin 4.3 "Konkursi i artit të ricikluar")

Pyetje për diskutim

Sa plastikë kemi në rrobat tona?

- Shikoni etiketën në veshjen tuaj. Nga çfarë materiali është bërë?
 - Poliester, poliamid, poliakrilik, najlon etj = të gjitha plastike!
 - 60% e rrobave tona përmbajnë poliester dhe 15% e prodhimit të plastikës në botë vjen nga tekstilet.
- Sa shpesh blini rroba të reja? A i kushtoni vëmendje materialit?
- Kishte ndonjë surprizë?
- Cilat do të ishin alternativat për produktet në lojë?
- A do të zgjidhnit një alternativë plastike? Po/Jo - Pse? Kush prej jush bën tashmë?
- A do të ishte qesja prej letre një alternativë ndaj plastikës?
- Çfarë mendoni për përdorimin e efektit shkëlqim? Po/Jo - Pse?

3



**PLASTIKA DHE
SHËNDETI**

3 Plastika dhe shëndeti

3.1 Mikroplastika dhe aditivët

Ka një problem: plastika zgjat (shumë) gjatë. Shkencëtarët tani po gjejnë gjurmë të plastikës kudo: në tokën që kultivojmë, në ajrin që thithim, në ujin që pimë, në shi dhe madje edhe në trupin e njeriut. Plastika qëndron dhe depërton kudo. Vetë gjëja që e bën të dobishme është edhe ajo që e bën të dëmshme: plastika është një material shumë rezistent që zgjat shumë dhe për këtë arsye duhen qindra apo edhe mijëra vjet për t'u shpërbërë në natyrë.

Kimikatet e shtuara nga prodhuesit quhen aditivë, siç u përmend më lart. Ata i japin plastikës vetitë e saj të ndryshme. Objektet tona të përditshme janë plot me aditivë, shumë prej të cilëve janë të dëmshëm për shëndetin tonë. Këtu janë disa shembuj:

- **Ftalatet** janë përbërës sintetikë që përdoren si aditivë në një gamë të gjerë produktesh të përditshme. Ftalatet përdoren për të bërë plastikë fleksibël, për shembull në perde dushi, rrogoza dhe dysheme PVC.

Efektet e mundshme shëndetësore: Problemet riprodhuese, obeziteti, rezistenca ndaj insulinës, astma, ulje të vëmendjes dhe çrregullimet e hiperaktivitetit.

- Shumë plastika përmbajnë **frenues flakë**, p.sh., në kompjuterë, tekstile, etj. Këto reduktojnë ndezshmërinë e produktit. Frenuesit e flakës me përbërje bromi janë veçanërisht të rrezikshëm.

Efektet e mundshme shëndetësore: IQ i reduktuar dhe hiperaktiviteti tek fëmijët, kancer, çrregullime endokrine dhe reduktim i fertilitetit.

- Përbërjet e polifluorinuara dhe të perfluorinuara, **PFAS**, janë një grup prej më shumë se 9,000 substancash kimike të përdorura në një gamë të gjerë produktesh për vetitë e tyre vajore, ngjitjes ose largimit të papastërtive. Për shembull, në veshjet e jashtme, kontejnerët për mbajtjen e ushqimit dhe enë gatimi të veshura. Problemi është se ato janë shumë të qëndrueshme dhe të vështira për t'u hequr nga mjedisi. Kjo është arsyeja pse ato quhen "kimike përgjithmonë".

Efektet e mundshme shëndetësore: Kancer i veshkave dhe testikujve, rritje e kolesterolit, zvogëlim i fertilitetit, peshë e ulët në lindje, probleme të tiroides dhe reduktim i reagimit imunitar ndaj vaksinave tek fëmijët.

Pse plastika është kaq e rrezikshme për shëndetin tonë?

Gjatë procesit të prodhimit:

- Për shkak të aditivëve = shpesh plastikës i shtohen substanca të dëmshme.
- Për shkak të polimereve = disa polimere, si polikarbonatet, përbëhen nga monomere të diskutueshme (në këtë rast, bisfenoli A, i cili ndër të tjera ka efekte përçarëse hormonale).
- NIAS = substanca kimike që ndodhen pa dashje në plastikë. Shumica janë të panjohura dhe për këtë arsye mund të kenë efekte të paparashikueshme mbi njerëzit

dhe mjedisin. Ato janë veçanërisht të rrezikshme nëse janë toksike dhe të qëndrueshme, d.m.th. qëndrojnë në mjedis për një kohë shumë të gjatë dhe grumbullohen te njerëzit dhe kafshët.

Gjatë përdorimit:

- Për shkak të avullimit = grimcat e vogla dalin nga plastika, futen në ajër dhe bëhen të gazta. Në ambiente të mbyllura, për shembull, grimcat kimike ikin nga qilimat, tekstilet dhe objektet plastike, të cilat përfundojnë në ajrin e brendshëm dhe pluhurin dhe hyjnë në trup kur thithen.
- Me migrim = grimcat e vogla treten në lëngje. Pirja nga një shishe plastike ose një objekt tjetër plastik mund të sjellë sasi të vogla të grimcave kimike të padëshiruara në trup.

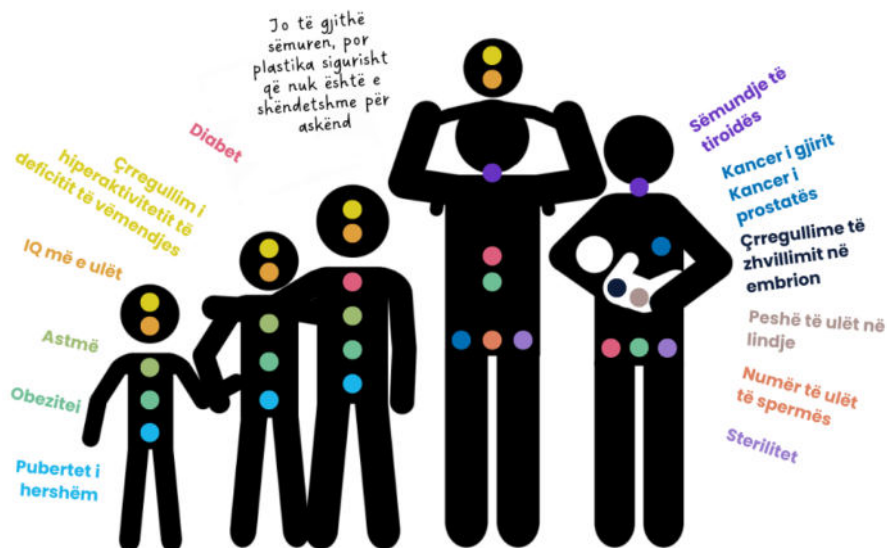
Gjatë dekompozimit:

- Për shkak të tërheqjes = Në oqean, grimcat plastike mund të veprojnë si magnet për të tërhequr kimikate të dëmshme, të cilat më pas ngjiten në plastikë.
- Nëpërmjet mikroplastikës = plastika shpërbëhet në grimca plastike gjithnjë e më të vogla që mund të përfundojnë kudo.

Një studim i kryer në Gjermani me rreth 2,700 fëmijë dhe të rinj të moshës nga tre deri në 17 vjeç zbuloi se të gjithë fëmijët dhe të rinjtë e testuar kishin kimikate tipike të plastikës në trupin e tyre, ndonjëherë në përqendrime që mund të përbënin rrezik për shëndetin.⁸

A të sëmur plastika?

Përbërës të tillë si toksinat hormonale mund të shkaktojnë sëmundje



(Përshtatur nga: Heinrich-Böll-Stiftung, Müll, Plastika dhe une)

⁸ Umweltbundesamt (Hrsg.), Ergebnisbericht Deutsche Umweltstudie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen 2014–2017 (GerES V), (2023) https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/479/publikationen/uug_02-2023_deutsche_umweltstudie_zur_gesundheit_von_kindern_und_jugendlichen_2014-2017.pdf

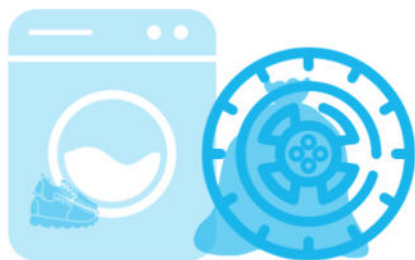
Çfarë janë mikroplastikat?

Mikroplastikat janë grimca plastike midis pesë milimetrave dhe një të mjtës së milimetrit në madhësi. Grimcat ose fijet më të vogla se 0,001 milimetra quhen nanoplastikë. Mikroplastika primare prodhohet qëllimisht: për shembull, kokrrizat e përdorura në pastrimin e lëkurës. Mikroplastikat sekondare krijohen nga degradimi i produkteve më të mëdha plastike, të tilla si gërryerja e gomave të makinave. Mikroplastika hyn gjithashtu në trupin e njeriut: gjurmë të saj janë gjetur në mushkëri dhe placentë të njerëzve.

Çfarë është mikroplastika dhe si krijohet?

Mikroplastika primare shtohet në kozmetikë, detergjentë, agjentë pastrimi dhe ilaçe.

Mikroplastika sekondare formohet nga shtypja dhe dekompozimi me gërryerje.

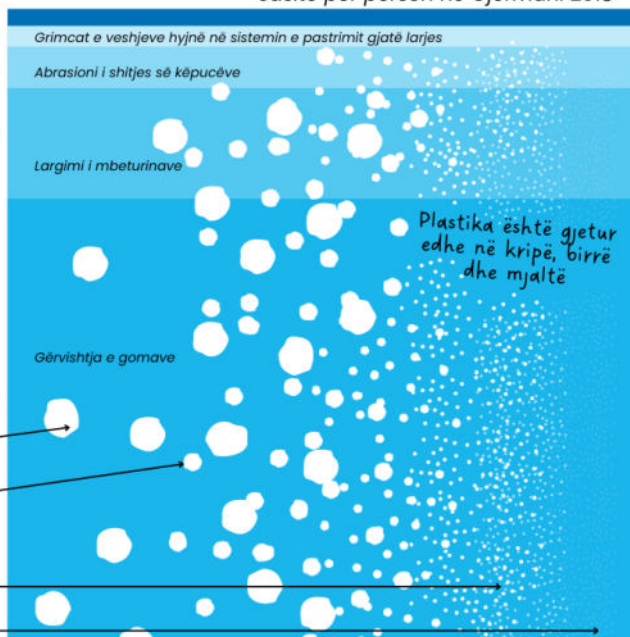


25 gram
77 gram
109 gram

303 gram

1.229 gram

Sasitë për person në Gjermani 2018



Makroplastika

më e madhe se 5 milimetra

Mikroplastikë e madhe

1 deri në 5 milimetra

Mikroplastikë,

0,001 deri në 1 milimetër

Nanoplastik

është më i vogël se 1 mijë milimetër

(Përshtatur nga: Heinrich-Böll-Stiftung. Plastik, Müll und ich)

Kuiz dhe pyetje për diskutim

- Sa plastikë marrim përmes ushqimit tonë çdo javë?
(Disa më pak se 1 gram / 3 gram / 5 gram)
⇒ Përgjigje: rreth 5 gram në javë (pesha e një karte krediti)
- Mendoni se është shumë apo pak? Ju befason?
- Si mendoni se përfundon plastika në ushqimin tonë?
- Cili është problemi me hyrjen e plastikës në trupin tonë?

3.2 Aktiviteti 4: Plastika dhe ndikimi i saj

Produktet plastike mund të ndikojnë në mjedisin dhe shëndetin tonë në shumë mënyra. Një lojë me pyetje mund të përdoret për të zbuluar se çfarë dinë nxënësit deri më tani ose çfarë mbajnë mend nga mësimet e mëparshme.

Lojë me pyetje: Si ndikon plastika në mjedis dhe shëndet?

Kohëzgjatja: 20 minuta (+ 5-10 minuta për diskutim të mëtejshëm)

Pjesëmarrësit: Grupe me rreth 4 persona, alternativisht me të gjithë klasën

Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç

Objektivat: Për të zbuluar se çfarë kimikatesh mund të gjenden në plastikë dhe si ndikojnë ato në mjedis dhe shëndet.

Materiallet: Kartat e printuara të pyetjeve (Shtojca 10.3) për secilin grup ose kartat dixhitale

Përgatitja: Të gjitha grupet luajnë kundër njëri-tjetrit.

Realizimi

1. Secili grup cakton një "mjeshtër pyetjesh" të cilit i jepen kartat e printuara. Alternativa: Mësuesi/ja tregon kartat e pyetjeve për të gjithë klasën duke përdorur një projektor.
2. Pyetjet lexohen një nga një nga mjeshtri i pyetjeve ose mësuesi dhe diskutohen së bashku.
- 3.a. Punë në grup: Grupi bie dakord për një zgjidhje dhe shënon përgjigjen. Kur të gjitha pyetjet kanë marrë përgjigje, mësuesi jep përgjigjet e sakta.
- 3.b. E gjithë klasa: Nxënësit marrin fjalën dhe sugjerojnë një zgjidhje. Mësuesi më pas jep përgjigjen e saktë.

Përgjigjet

- Sa plastikë përdorim në ushqimin tonë çdo javë? 5 gram për person
- Çfarë përfaqëson NIAS? Substancat kimike të pranishme pa dashje në plastikë
- Cila nga sëmundjet e mëposhtme mund të lidhet me plastikën? Të gjitha
- Pse është plastika e rrezikshme për shëndetin tonë? (2 përgjigje të sakta) Për shkak të polimereve = një zinxhir shumë i gjatë molekulash dhe elementi bazë ndërtues i plastikës; për shkak të aditivëve = substanca të shtuara në plastikë. Të dyja mund të kenë veti të dëmshme.
- Sa plastikë hyn në oqeanet e botës çdo minutë? 1 kamion plehrash plot
- Sa e madhe është vorbulla e mbetjeve në Paqësor? 4 ½ herë më e madhe se Gjermania
- Ku kanë gjetur shkencëtarët gjurmë plastike? Kudo
- Kur plastika degradohet, ajo lë pas copa të vogla plastike. Si quhen ato? Mikroplastika
- PFAS (komponimet e polifluoruara dhe të perfluoruara) janë kimikate të dëmshme. Çfarë vetish NUK ka PFAS? Vetitë elastike
- Ju lutemi përmendni 1-3 produkte që mund të përmbajnë ftalate. Shampo, xhel dushi, pastë dhëmbësh, krem kundër diellit, llak/xhel flokësh, parfum, deodorant, manikyr, ngjyrues për qerpikët dhe vetullat, zorra e ujit, letër-muri, dyshekë plastike, lodra, dysheme PVC, letër-muri vinyl, mobilje, këpucë plastike, veshje shiu, ushqim ambalazhim, bojë etj.

Shënim: Disa nga pyetjet e lojës lidhen me materialin që trajtohet në kapitullin vijues.

4

An underwater photograph showing various pieces of plastic waste floating in clear blue water. A large, clear plastic bottle is partially visible at the top right. A white plastic bag is tangled with a dark, possibly black, plastic bag. A blue and white striped plastic bag is visible at the bottom left. Several small, black and white striped fish are swimming around the debris. The overall scene illustrates the impact of plastic pollution on marine life.

**PLASTIKA DHE
NDOTJA**

4 Plastika dhe ndotja

4.1 Ndikimet mjedisore të plastikës

ÇFARË ËSHTË VORBULLA E MADHE E MBETJEVE NE PAQESOR?

VORBULLA E MADHE E MBETJEVE NE PAQESOR është më e madhja e mbeturinave oqeanike. Ndodhet në Paqësorin Verior dhe mbulon një zonë katër herë më të madhe se Gjermania.⁹ Për shkak se pjesa më e madhe e "mbetjeve plastike" noton nën sipërfaqen e oqeanit, madhësia e saj aktuale është edhe më e madhe.

Në Gjermani, rreth 40 kg ambalazhe plastike për banor përfundojnë në mbeturina çdo vit.¹⁰ Mesatarisht, çdo person përdor 81 kg plastikë në vit. Shumëzuar me popullsinë e Gjermanisë, kjo është një sasi e madhe plastike që duhet asgjësuar, ricikluar dhe trajtuar. Sasia totale vjetore e mbetjeve plastike në Gjermani është mbi gjashtë milionë tonë¹¹ – ekuivalente me peshën e 600 Kullave Eiffel. Në Evropë, Gjermania renditet e treta pas Irlandës dhe Estonisë.¹² Ekziston një nevojë urgjente për të gjetur zgjidhje të tjera.



⁹ Heinrich-Böll-Stiftung: Plastik Atlas. Daten und Fakten für eine Welt ohne Kunststoff (2019) <https://www.boell.de/en/plasticatlas>
<https://www.boell.de/de/plastikatlas>

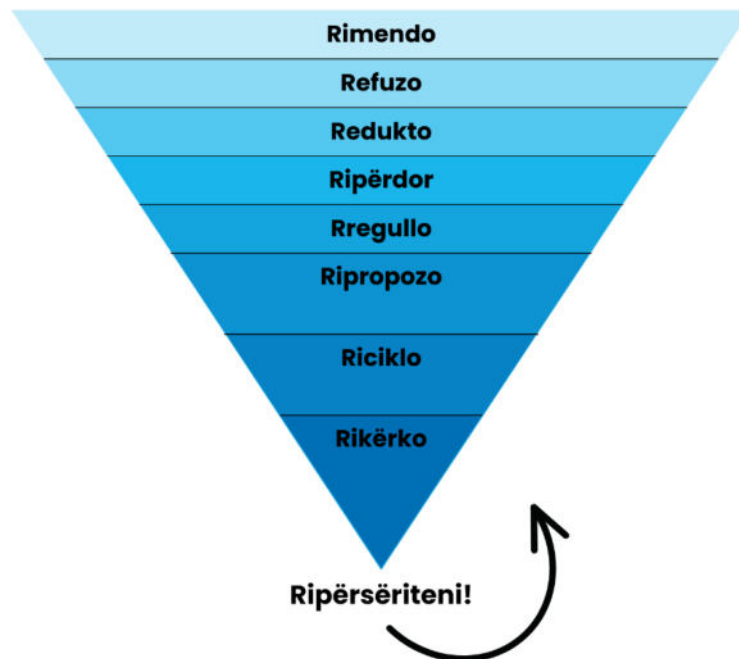
¹⁰ Heinrich-Böll-Stiftung: Plastik, Müll & ich (2021) <https://www.boell.de/de/pack-aus-plastik-muell-und-ich>

¹¹ Umweltbundesamt: Kunststoffabfälle (2021) <https://www.umweltbundesamt.de/daten/ressourcen-abfall/verwertung-entsorgung-ausgewaehlte-abfallarten/kunststoffabfaelle#kunststoffe-produktion-verwendung-und-verwertung>

¹² Statista: Plastikverpackungsabfall in ausgewählten EU-Ländern je Einwohner in den Jahren 2019 und 2020 (2023) <https://de.statista.com/themen/4645/plastikmuell/#topicOverview>

¹³ Maps Mania: The Great Pacific Garbage Patch (2019) https://googlemapsmania.blogspot.com/2019/05/the-great-pacific-garbage-patch.html#google_vignette

Parimi i 9 R-ve



1. **Rimendo**: mendoni në mënyrë kritike mbi sjelljen tuaj (konsumatore) dhe përpiquni të konsumoni dhe përdorni gjithnjë e më pak produkte plastike.
2. **Refuzo**: shmangni plastikën e panevojshme. Thuaj jo një qese plastike në dyqan, merrni çantën tuaj në një restorant, etj. Shmangni ushqimin me vete. Paketimi prej letre shpesh trajtohet me kimikate të dëmshme për ta bërë atë të papërshtueshëm nga uji dhe yndyrat.
3. **Redukto**: zvogëloni konsumin tuaj të plastikës (nëse është e mundur, përdorni një shishe uji jo-plastike të ripërdorshme në vend të një të disponueshme, etj.).
4. **Ripërdor**: ripërdorni ambalazhet në vend që t'i hidhni ato.
5. **Rregullo**: rregullo artikujt e dëmtuar në vend që të blini të reja.
6. **Ripropozo**: ripërdorni artikuj. Për shembull, lani tërësisht një kavanoz qelqi nga supermarketi që përmban perime turshi dhe më pas mbusheni me drithëra për ta marrë në shkollë.
7. **Riciklimi**: riciklimi është në fund të piramidës kur asnjë nga hapat e mëparshëm nuk është i mundur ose i zbatueshëm.
8. **Rikërko**: kërkoni nga politikëbërësit që të rregullojnë më mirë prodhimin e plastikës.
9. **Ripërsëriteni**: përsëriteni këtë proces rregullisht me sa më shumë produkte dhe objekte. Do të zbuloni se çdo hap bëhet më i lehtë dhe më i lehtë. Duhet vetëm pak praktikë dhe zakon.

4.2 Aktiviteti 5: Plastika dhe ndotja

Një fakt veçanërisht i frikshëm tregohet nga përgjigjja e pyetjes së mëposhtme:

Sa plastikë hyn në oqeanet e botës çdo minutë (një kosh / gjashtë kosha / një kamion plot)?

PËRGJIGJE: Një kamion plot me mbetje

Nëse vazhdojmë ta përdorim plastikën me këtë ritëm, deri në vitin 2025 do të jenë dy kamionë me mbetje në minutë dhe deri në vitin 2050 do të jenë gjashtë kamionë me mbetje në minutë. Prandaj është e rëndësishme që të ndërjegjësohen sa më shumë njerëz për këtë çështje. Në ushtrimin e mëposhtëm, nxënësit mund të bëhen kreativë dhe të pregatisin postera rreth plastikës për t'i vendosur në shkollë dhe për ti nxitur shokët e klasës të mendojnë mbi to.

Paraqitni ndotjen plastike në postera të ndryshëm

Kohëzgjatja: 30-60 minuta

Pjesëmarrësit: Ndajeni klasën në 2-3 grupe

Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç

Objektivat: Të paraqesë ndikimin e përdorimit të plastikës në mjedis dhe shëndet, të krijojë 2-4 postera që mund të ekspozohen nëpër shkollë.

Materiale:

- 2-6 fletë të mëdha letre
- Lapsa me ngjyra në ngjyra të ndryshme, pajisje të ndryshme arti
- Fotografite për printim (Shtojca 10.4)

Përgatitja:

- Ndani klasën në grupe
- Shpërndani grupeve fletë letre dhe fotografi të printuara, vendosni për tema të ndryshme për çdo poster (në diskutim me nxënësit ose të vendosura nga mësuesi, p.sh. "Plastikat nuk janë ok...", "Plastikat janë ok, por ..").

Realizimi

1. Kërkohe kreativitet: Nxënësit mund të shkruajnë, vizatojnë, ngjitin etj., në fletët e letrës. Qëllimi është krijimi i posterave që rrisin ndërjegjësimin për përdorimin e plastikës në të gjithë shkollën.
2. Disa rregulla: Shkruani tekste të shkurtra, të sakta, shkruani me shkronja të mëdha në mënyrë që posterit të shihet nga larg, përdorni imazhe që janë në dispozicion dhe lëreni krijimtarinë tuaj të shkëlqejë.
3. Grupet i prezantojnë klasës posterat e tyre.

4.3 Aktiviteti 6: Konkursi i artit me mjete të ricikluara

Në konkursin e artit të ricikluar, nxënësit do të kenë mundësinë të shfaqin talentet e tyre krijuese duke krijuar vepra arti unike duke përdorur materiale plastike. Ky aktivitet tërheqës jo vetëm që nxit shprehjen artistike, por gjithashtu nënvizon rëndësinë e riciklimit dhe qëndrueshmërisë. Ky aktivitet është një vazhdim i përsosur i Aktivitetit 2.3 Gjuetia e thesarit, ku nxënësit mbledhin sende plastike nga mjedisi i tyre.

Kohëzgjatja: 90–120 minuta

Pjesëmarrësit: Nxënësit mund të punojnë individualisht ose në grupe me nga dy ose tre

Mosha e rekomanduar: 11–16 vjeç

Objektivat: Të nxitin nxënësit të përdorin kreativitetin dhe aftësitë e tyre artistike për të ripërdorur dhe transformuar materialet plastike të ricikluara në vepra arti, duke nxitur një vlerësim për riciklimin dhe qëndrueshmërinë

Materiale:

- Një shumëllojshmëri materialesh plastike të ricikluara (shishe plastike, tapa, qese, kontejnerë, etj.).
- materiale arti si ngjithës, gërshërë, bojë, furça, markera etj
- vende pune ose tavolina për nxënësit që të krijojnë veprat e tyre të artit.
- Zona e shfaqjes për pjesët e përfunduara të artit.

Përgatitja:

- Mblidhni materiale të ricikluara: Mblidhni një koleksion të larmishëm materialesh plastike të ricikluara, duke u siguruar që ato të jenë të pastra dhe të sigurta për t'u përdorur në projekte arti. Mund t'u kërkonit nxënësve të sjellin edhe materialet e tyre të ricikluara. Nxënësit mund të përdorin plastikën e gjetur gjatë aktivitetit 2.3 Gjuetia e thesarit.
- materiale arti: Jepni një përzgjedhje pajisjesh arti për t'i ndihmuar nxënësit të sjellin në jetë vizionet e tyre krijuese. Sigurohuni që të keni furnizime të mjaftueshme për të gjithë.
- Vende pune: Hapni vendepune ose tabela ku nxënësit mund të punojnë në veprat e tyre të artit. Sigurohuni që ata të kenë hapësirë të mjaftueshme dhe akses në materialet e ricikluara dhe materialet e artit.

Realizimi

1. Kërkohet kreativiteti: Nxënësit mund të bëjnë gjithçka që u vjen në mendje për t'i kthyer objektet plastike në një vepër arti. Qëllimi është të krijohen vepra arti që rrisin ndërgjegjësimin për përdorimin e plastikës në të gjithë shkollën.
2. Ekspozita dhe reflektimi: Shfaqni të gjitha veprat e artit në një zonë të caktuar të shkollës ose klasës. Nxitini nxënësit të ecin nëpër ekspozitë dhe të reflektojnë mbi krijimtarinë dhe mesazhin mjedisor pas çdo pjese. Diskutoni rëndësinë e riciklimit dhe ndikimin e artit të tyre në rritjen e ndërgjegjësimin.
3. Diskutim mjedisor: Organizoni një diskutim në grup mbi përfitimet mjedisore të riciklimit dhe sesi arti mund të përdoret për të përcjellë mesazhe të rëndësishme për qëndrueshmërinë.

5



SHMANGIA E PLASTIKËS

5 Shmangia e plastikës

5.1 Alternativat dhe zgjedhjet që ruajnë mjedisin

Mitet rreth plastikës

Miti i parë: Ambalazhi me material plastik është më higjienik dhe më i pastër.

Është pjesërisht e vërtetë. Për ushqimet që transportohen në distanca të gjata, ambalazhi plastik parandalon formimin e shtresave të pluhurit dhe ndotësve shkaktarë të sëmundjeve. Tingëllon mjaft mirë, por realiteti është se shumë lloje frutash dhe perimesh kanë një shtresë mbrojtëse të tyre (si bananja, kastravec, kërpudha, molla, dardha, etj.). Ato nuk kanë nevojë për mbrojtje me shtresë plastike. Nëse blini fruta të hapura, mund t'i lani edhe me ujë të nxehtë për të larguar çdo gjë që mund të jetë në lëkurë.

Thuhet gjithashtu se përbërja me plastikë për të prerë është bazament më i pastër se dërrasa prerëse e drurit, por kjo nuk është gjithmonë e vërtetë. Ka lloje druri që ndalojnë rritjen e baktereve siç është pisha dhe lisi.

Çfarë ky mit anashkalon është fakti që përbërësit kimikë mund të depërtojnë në ushqim përmes ambalazhit dhe të jenë të dëmshme për shëndetin tonë. Por a parandalohet vërtetë ndotja nga ambalazhi?

Miti i dytë: Plastika është e riciklueshme.

Siç është përshkruar në seksionin 2.1, kjo nuk është gjithmonë e vërtetë. Riciklimi konsiderohet si mënyra më e mirë për menaxhimin e mbetjeve urbane, pasi redukton sasinë e tyre në mjedis dhe nga ana tjetër ul kërkesën për lëndë të parë natyrore. Për të menaxhuar më mirë problemin e mbetjeve, komunitetet lokale duhet të ndërgjegjësohen mbi nevojën për të ricikluar mbetjet plastike, në mënyrë që ato të mos përfundojnë në landfillet përkatëse.

Shqipëria është një ndër vendet me gjenerimin më të ulët të mbetjeve për frymë në Europë, por edhe të procesit të ndarjes së mbeturinave në burim. Mesatarja e Bashkimit Europian është 480 kg/frymë, sipas të dhënave të fundit të Eurostat. Shqipëria në vitin 2022 e kishte nivelin e gjenerimit të mbetjeve 295 kg/frymë.

Në vitin 2019 në nivel botëror, vetëm 5-6% e mbetjeve plastike janë ricikluar. Kjo ndodh për shkak të llojeve të ndryshme të plastikës. Disa artikuj plastikë përbëhen nga disa lloje plastike të lidhura së bashku dhe nuk mund të riciklohen. Duhet thënë gjithashtu se riciklimi është i shtrenjtë, kërkon energji dhe infrastrukturë (kamionë, fabrika, makineri, etj.). Prandaj, shumë mbetje plastike dërgohen në vendet e hemisferës jugore ku përfundojnë në depozita të mëdha ose në trupa ujorë. Gjithashtu mbetjet plastike nuk mund të riciklohen pafundësisht.

PYETJE

Mendoni për të gjithë plastikën të prodhuar në botë. Sa është ricikluar prej saj? Thjesht jepni përqindjen.

Përgjigja - 9%

Ekziston gjithashtu riciklimi në produkte më të thjeshta. Ky është një proces ku mbetjet e plastikës shndërrohen në një produkt i cili ka cilësi ose vlerë më të ulët. Për shembull, një shishe plastike nuk riciklohet në një shishe tjetër, por në një artikull plastik me vlerë ose cilësi më të ulët. Materialet nuk kthehen më në përdorimin e tyre origjinal.

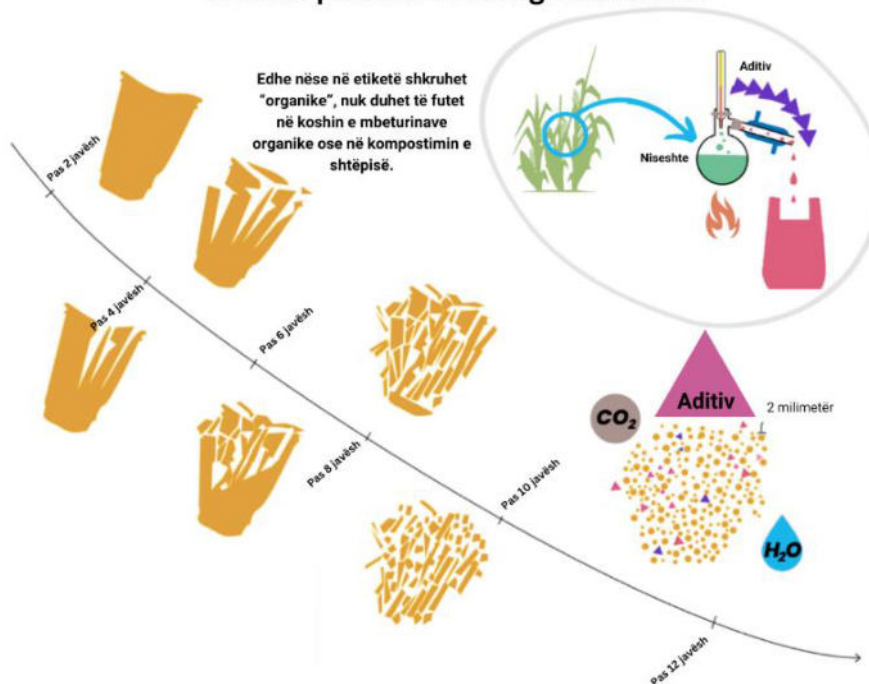
A janë bioplastikat zgjidhja?

Plastikat biodegraduese nuk lënë mbetje.

"I biodegradueshëm" është një çertifikim i përdorur në nivel të Bashkimit Evropian. Kjo do të thotë se në stacionet/ stabilimentet e kompostimit industrial, pas dymbëdhjetë javëve, vetëm 10% e mbetjeve mund të jenë më të mëdha se dy milimetra. Ende nuk është e qartë nëse këto mbetje pastaj shpërbëhen në një periudhë të caktuar kohore ose në kushte të veçanta. Në një stacion kompostimi industrial, plastika "e biodegradueshme" shpërbëhet në CO₂ dhe ujë nën ndikimin e oksigjenit. Kjo plastikë gjithashtu përmban aditivë që mund të jenë të dëmshëm dhe do të gjenden në kompost.

Misri gjithashtu mund të përdoret për të prodhuar plastikë. Megjithatë, nuk ka tokë bujqësore mjaftueshëm për të rritur misrin për kultivimin e ushqimit dhe për të prodhuar plastikën e nevojshme për përdorim.

A është plastika e biodegradueshme?



(Burimi: Heinrich-Böll-Stiftung, Plastik, Müll & ich), përkthyer dhe përshtatur Milieukontakt Albania)

A është plastika e biodegradueshme?

Edhe nëse në etiketë shkruhet "organike", nuk duhet të futet në koshin e mbeturinave organike ose në kompostimin afër shtëpisë.

5.2 Aktiviteti 7: Shmangia e plastikës – alternativa dhe zgjidhje të qëndrueshme

Plastika përdoret kudo masivisht. A kemi vërtet nevojë për kaq shumë plastikë?

Kjo lojë përpiqet të nxisë ndërgjegjësimin për konsumin individual të plastikës dhe nxit nxënësit të shqyrtojnë nevojën dhe alternativat e produkteve të konsumuara.

Plotëso formatin: Sa plastikë përdor unë? Cila ishte e panevojshme?

Kohëzgjatja: 15-20 minuta

Pjesëmarrësit: Grupe prej 4-8 nxënësish

Mosha e rekomanduar: 11-14 vjeç

Objektivat: Të shohim sjelljen tonë rreth plastikës, për të zvogëluar mbeturinat e plastikës në shkollë dhe në shtëpi

Materiale: Fletë loje "Gjurmo Plastikën" (Shtojca 10.5), ose 1-2 herë për grup ose për secilin nxënës

Përgatitja: Jepni 1-2 fletë secilit grupi.

Realizimi

1. Çdo nxënës ose grup merr fletën e shtypur "Gjurmo plastikën".
2. Grupet mund të përqëndrohen në situata të ndryshme, p.sh. listo mbetjet e mia plastike në shkollë / në shtëpi / në kohën e lirë / etj.
3. Nxënësit bëjnë një listë të të gjitha plastikave që hedhin dhe për çdo artikull, vendosin nëse blerja ose përdorimi ishte i nevojshëm, nëse mund të kishin bërë pa të, ose nëse mund t'i përdorin përsëri.
4. Nxënësit diskutojnë listat e plotësuara dhe çfarë mund të bëjnë për të shmangur plastikën në oborrin e shkollës, mensë, klasë, shtëpi, etj. Çfarë mund të shmangët? A ka ndonjë alternativë pa plastikë?

5.3 Aktiviteti 8: Bingo pa plastikë

"Bingo pa plastikë" është një aktivitet interaktiv dhe edukativ i krijuar për të përfshirë nxënësit në njohjen e çështjeve mjedisore të lidhura me përdorimin e plastikës dhe për t'i fuqizuar ata të bëjnë zgjedhje më të qëndrueshme. Në këtë lojë, nxënësve ju jepen karta bingo që përmbajnë artikuj të zakonshëm nga plastika, dhe sfida e tyre është të gjejnë alternativa miqësore ndaj mjedisit duke shmangur përdorimin e plastikës.

Kohëzgjatja: një ditë

Pjesëmarrësit: individualisht secili nxënës

Mosha e rekomanduar: 11-16 vjeç

Objektivat: Edukimi i nxënësve në lidhje me çështjet mjedisore të lidhura me plastikën dhe të nxisë identifikimin dhe gjetjen e alternativave ndaj produkteve të zakonshme plastike.

Materiale: Karta bingoje

Realizimi

1. Printoni një set me karta bingoje për secilin nxënës.
2. Çdo nxënës merr një kartë bingoje në fillim të aktivitetit. Vendosni një kufi kohor (p.sh., një ditë, një javë ose çdo periudhë që preferoni) gjatë së cilës nxënësit do të luajnë lojën. Qëllimi është të plotësojnë sa më shumë detyra nga katrorët e kartës së tyre bingo gjatë kësaj periudhe kohore.
3. Kur nxënësit shmangin me sukses përdorimin e një artikulli plastik dhe zgjedhin një opsion më të qëndrueshëm, ata duhet të shënojnë atë katror në kartën e tyre bingo dhe të shtojnë datën.
4. Pas përfundimit të periudhës së lojës, diskutoni me nxënësit përvojat e tyre. Bisedoni për sfidat, alternativat që zbuluan dhe se si zgjedhjet e tyre mund të kontribuojnë në zvogëlimin e mbetjeve plastike dhe ndikimin e tyre mjedisor.

Pyetje për diskutim

- Cilat mbetje plastike duhen shmangur më së shumti?
- Cilat janë alternativat për ta zëvendësuar atë?
- Çfarë kanë bërë tashmë nxënësit për të zvogëluar sasinë e plastikës?
- Si mund të vazhdohet kjo fushatë?

6

PRODUKTE TË RIPËRDORSHME



6 Produkte të ripërdorshme në vend të plastikës njëpërdorimshme

6.1 Kthimi i mbetjeve plastike në plastikë të ripërdorshme

Çfarë saktësisht është e ripërdorshme?

Kontejnerët e ripërdorshëm, jo prej plastike, janë praktikë sepse mund të mbushen, të lahen dhe të përdoren përsëri. Për shembull, kavanozi me pesto, reçel, komposto që blini.

Një sistem i njohur ripërdorimi është sistemi i kthimit të shisheve plastike në Gjermani. Nëse blini një shishe limonadë në një supermarket, duhet të paguani një depozitë në momentin e blerjes, e cila ju kthehet kur të ktheni shishen bosh. Ambalazhet e pijeve mbledhen, pastrohen dhe rimbushen. Shishet e qelqit mund të ripërdoren deri në 50 herë. Natyrisht, në sistem mund të kthehen edhe produktet plastike dhe alumini, megjithëse nuk lahen gjithmonë me lehtësi. Në veçanti, plastika më e butë copëtohet dhe përdoret për qëllime të tjera. Shishet plastike më të forta mund të ripërdoren, por jo aq shpesh sa shishet e qelqit. Kjo vlen edhe për sistemin zyrtar të depozitave: Është më mirë të përdoren materiale pa plastikë.

Përgjegjësia e zgjeruar e prodhuesit, në Shqipëri

Menaxhimi i integruar i mbetjeve bazohet në zbatimin e hierarkisë së mbetjeve. Nje ndër parimet kryesore të menaxhimit të mbetjeve është parimi i Përgjegjësisë së Zgjeruar të Prodhuesit (PZP), që është përcaktuar si i tillë dhe në Dokumentin e Politikave Strategjike për menaxhimin e integruar të mbetjeve për periudhën 2020–2035, në përputhje me parashikimet e Direktivës Kuadër të Mbetjeve (2008/98/EC, të ndryshuar).

Në kuadër të hapjes së negociatave dhe takimit bilateral 'screening' për Kapitullin 27 "Mjedisi dhe ndryshimet klimatike", Përgjegjësitë e Zgjeruara të Prodhuesit, janë ndër parimet themelore që duhen transpozuar në kontekstin e menaxhimit të integruar të mbetjeve, pasi zbatimin e skemës së PZP, ndikon në nxitjen e ndarjes së diferencuar të mbetjeve në burim dhe riciklimin e tyre, për rrymat e mbetjeve për të cilat zbatohet, duke ndikuar në një masë të konsiderueshme në uljen e sasisë së mbetjeve që depozitohen në pikën fundore të menaxhimit të mbetjeve.

Masa politike - hapat e parë

Që nga 1 janari 2023, restorantet dhe shërbimet e tjera ushqimore duhet të ofrojnë një alternativë të ripërdorshme për paketimin plastik njëpërdorimësh për ushqimet e tyre në dorëzim. Këto mund të jenë edhe prej plastike.

Megjithatë, ekziston një përjashtim: dyqanet e vogla me një maksimum prej pesë punonjësish dhe një sipërfaqe dyqani prej 80 m² ose më pak nuk duhet të ofrojnë kontejnerë

të ripërdorshëm. Por këto biznese duhet të lejojnë klientët e tyre të sjellin me vete ambalazhet e tyre dhe ti mbushin aty me produktet. Qeset e biodegradueshme të njëpërdorshme me trashësi nga 15 deri në 50 mikron janë të ndaluara që nga viti 2022. ligj nr. 28/2022 për disa shtesa dhe ndryshime në ligjin nr. 10 463, datë 22.9.2011, "për menaxhimin e integruar të mbetjeve", të ndryshuar. Shumë produkte plastike një përdorimshe janë të ndaluara në BE që nga 3 korriku 2021. Këto përfshijnë pipa për pije, trazues, shkopinj, tullumbace dhe enë njëpërdorimëshe të bëra nga plastika konvencionale dhe 'bioplastika'. Kupat dhe kontejnerët që flaken prej polisteroli nuk mund të prodhohen ose shiten më në BE.

Padrejtësi sociale rreth plastikës

Ekziston një problem i madh me opsionet e ripërdorshme si stacionet e rimbushjes, opsionet pa paketim si tregjet, ose shërbimet me dërgesë direkte: ato janë relativisht të shtrenjta dhe për këtë arsye nuk janë të arritshme për të gjithë. Frutat dhe perimet pa plastikë, veçanërisht nëse janë 'organike', shpesh janë shumë më të shtrenjta se ato të paketuara në plastikë. Edhe sendet e përditshme si krehërat, lugët prej druri ose lodrat e bëra nga plastika shpesh janë shumë më të lira se alternativat e bëra nga materiale natyrore si druri.

Kjo padrejtësi nuk është vetëm në zgjedhjen e produkteve, por edhe në prodhimin dhe asgjësimin e tyre. Fabrikat që prodhojnë këto produkte shpesh nuk janë në Gjermani, por në vende si Kina apo Indonezia. Pra, njerëzit atje përballen me ndotjen që vjen me prodhimin, si ndotja e ajrit ose e ujit.

Vendet në hemisferën e veriut i eksportojnë mbetjet e tyre në vendet e jugut. Gjermania nuk 'riciklon' shumë nga mbetjet e saj plastike vetë, por i eksporton ato në vende të treta, kryesisht në Azi. Atje, mbetjet shpesh nuk riciklohen, por digjen ose hidhen në det, nëse jo në landfille. Që kur Kina vendosi në vitin 2018 ndalim importi për mbetjet plastike, mbetjet janë transportuar në Malajzi. Gjermania është eksportuesi i tretë më i madh i mbetjeve plastike në Azi, pas SHBA-së dhe Japonisë.

Shifrat nga Mesdheu dhe Deti i Veriut tregojnë se Gjermania është përgjegjëse për një pjesë të madhe të mbeturinave detare. Plastika nuk ndalet në kufijtë kombëtarë apo ujorë. Kur ndodhet në ujë, mikropastika mund të gjendet edhe në ujërat nëntokësore dhe në ujin e pijshëm. Eksportimi i mbetjeve nuk është një zgjidhje e qëndrueshme apo e drejtë. Vetëm për shkak se mbetjet nuk janë më në Gjermani nuk do të thotë se nuk ekzistojnë më. Tregtia e mbetjeve plastike ka çuar gjatë dekadave të fundit në landfille të mëdha në vendet e jugut. Dhe, sigurisht, mbetjet përmbajnë edhe materiale të rrezikshme që përfundojnë në landfille.

Nga viti 2021, mbetjet e varfra për nga aftësia ricikluese nuk do të lejohen më të eksportohen nga Bashkimi Evropian. Kjo është dakordësuar në maj të 2019 nga 187 palët në Konventën e Bazelit. Industria aktualisht po promovon të ashtuquajturin riciklim kimik si një zgjidhje për mbetjet plastike. Por riciklimi kimik kërkon prani të lartë energjie dhe dihet pak për ndikimet e tij mjedisore dhe shëndetësore.

6.2 Aktiviteti 9: Produkte të ripërdorshme pa plastikë

Pas ushtrimeve të mëparshme, është e qartë se riciklimi nuk është zgjidhja për problemet me plastikën dhe mund të jetë edhe e rrezikshme me disa kimikate të shtuara. Zgjidhja reale është të ndalojmë përdorimin e plastikës, ose të paktën ta përdorim sa më pak (p.sh., nuk keni nevojë për një qese plastike për të blerë banane), ose të përdorim alternativa që mund të ripërdoren. Alternativa më e qëndrueshme është të shmangim disa produkte në përgjithësi. Në këtë lojë kujtese, gjeni çiftet korrespondues midis produktit plastikë dhe alternativës përkatëse me materiale të qëndrueshme.

Lojë Kujtese: Gjej çiftet korrespondues

Kohëzgjatja: 20 minuta

Pjesëmarrësit: Grupe me 4 nxënës

Moshë e rekomanduar: 11-14 vjeç

Objektivat: Të eksplorojmë alternativat ndaj plastikës duke gjetur çiftet korrespondues të produkteve të shfrytëzueshme dhe plastike.

Material: Karta kujtese të printueshme për secilën grup (Allegati 10.6)

Përgatitja: Secilit grup i jepet një set i kartave kujtesë.

Realizimi

1. Kartat kujtesë vendosen kokë poshtë në tryezë ose tokë. Një nxënës fillon dhe zgjedh dy karta dhe i hap. Nëse çiftet përputhen, nxënësi mund t'i marrë kartat, t'i mbajë ato dhe të kthejë dy karta të tjera, dhe kështu me radhë. Nëse dy kartat nuk përputhen, është radha e nxënësit të ardhshëm.
2. Kushdo që ka në fund më shumë karta fiton. Pastaj diskutohet nëse produktet e ripërdorshme njihen dhe përdoren.

GJINIA DHE PLASTIKA

7



7 Gjinia dhe plastika

7.1 Ndikimet e ndryshme të plastikës në gjini

Gjinia femërore preket më shumë nga efektet negative të plastikës sesa gjinia mashkullore. Kjo është pjesërisht për shkak të dallimeve biologjike: trupat e tyre reagojnë ndryshe ndaj toksinave. Në përgjithësi, gjinia femërore ka më shumë inde yndyrore. Kjo është e rëndësishme sepse është më e lehtë për trupin të depozitojë kimikate toksike nga plastika. Kjo gjini preket më shumë nga ndryshimet hormonale sesa meshkujt për shkak të biorregullimeve ciklike - nga dita e parë e menstruacioneve deri në menopauzë. Prandaj preken veçanërisht nga ekspozimi ndaj kimikateve të plastikës që kanë efekte hormonale.

Punët e shtëpisë dhe ato të kujdesit në shumicën e shoqërive në mbarë botën, duke përfshirë edhe shoqërinë tonë shpesh priten nga gratë. Në këto role, ato janë të ekspozuara ndaj produkteve me përmbajtje të lartë plastike dhe për rrjedhojë ndaj një sërë kimikatesh tipike të plastikës. Imazhet tradicionale shoqërore të një bukurie femërore, që shpërndahen gjerësisht përmes reklamave, mediave sociale dhe shfaqjeve televizive, nënkuptojnë se njerëzit që u lindën femra përdorin më shumë kujdes personal dhe produkte kozmetike sesa meshkujt. Kjo do të thotë që ato kanë më shumë gjasa të vijnë në kontakt me kimikate nga ambalazhi plastik ose vetë produkti, si BPA ose ftalatet.

Një shembull shumë i mirë i ekspozimit të lidhur me gjininë ndaj produkteve plastike është shëndeti menstrual. Siç u përmend më lart, tamponët dhe pecetat e disponueshme shpesh kanë një përmbajtje të lartë plastike.

7.2 Aktiviteti 10: Ndikimet gjinore të plastikës

Pasi të jepni një informacion të shkurtër për lidhjen midis gjinisë dhe plastikës, mund të përsërisni disa nga informacionet në deklaratat e mëposhtme. Deklaratat më pas diskutohen si grup.

Pozicionohuni: A jeni dakord me pohimet për gjininë dhe plastikën?

Kohëzgjatja: 20 minuta

Pjesëmarrësit: E gjithë klasa

Mosha e rekomanduar: 13-16 vjeç

Objektivat: Të njohë lidhjet midis plastikës dhe gjinisë.

Materialet: Asnjë

Përgatitja: Organizoni dhomën në mënyrë që grupi të ketë hapësirë të mjaftueshme për të lëvizur.

Realizimi

1. Qëndroni në mes të dhomës dhe lexoni deklaratat e mëposhtme.
2. Kërkojuni nxënësve të qëndrojnë në njërin anë ose në tjetrën të klasës, në varësi të faktit nëse janë dakord apo jo me deklaratën (p.sh. ana e dritares = "Unë jam dakord", ana e derës = "Unë nuk jam dakord").
3. Pasi të jetë lexuar deklarata dhe nxënësit të jenë pozicionuar, kërkonin nga një person nga secila palë të japë një argument për qëndrimin e tyre.

Deklarata (shembuj):

- Burrat dhe gratë preken njësoj nga plastika.
- Gratë priren të jenë më të prekura nga ndotja kimike me komponentë plastikë.
- Burrat bien në kontakt me komponentët plastikë më shpesh sesa femrat.
- Punët e shtëpisë dhe kujdesi për të tjerët janë detyra që bien mbi supet e grave në shumicën e shoqërive në mbarë botën.
- Imazhet sociale gjinore mund të shtyjnë një grup që të konsumojë më shumë produkte të kujdesit personal.

8

ANGAZHIMI POLITIK



8 Angazhimi politik

8.1 Si mund të përfshihem?

Plastika dhe politika.

Problemi i plastikës ka hyrë gradualisht në debatin politik. Ligjet si ndalimi i plastikës një përdorimshe, ndalimi i eksportit të mbetjeve plastike ose detyrimi për të ofruar ushqim të ripërdorshëm janë hapa në drejtimin e duhur. Por nuk ka gjasa të jenë të mjaftueshme për të frenuar valën e ndotjes kimike nga plastika. Programi i Kombeve të Bashkuara për Mjedisin (UNEP) e ka identifikuar ndotjen, duke përfshirë ndotjen plastike dhe kimike, si krizën e tretë të madhe mjedisore të kohës sonë, krahas ndryshimeve klimatike dhe humbjes së biodiversitetit. Aktualisht po negociohet një traktat global për t'i dhënë fund ndotjes plastike. Pritet të finalizohet deri në fund të vitit 2024. Përkushtimi politik është i rëndësishëm.

Votimi është i rëndësishëm.

Shumica e nxënësve nuk janë ende në moshë për të votuar, por nuk është kurrë herët për t'u përfshirë në çështje politike dhe sociale. Zgjedhjet janë ndoshta mënyra më e njohur për të bërë një ndryshim në politikë. Të gjithë qytetarët kanë të drejtë të votojnë dhe të zgjidhen.

Demonstrata dhe bojkote.

Në shumicën e qyteteve dhe qytezave ka grupe që bëjnë fushatë/ marshime për mbrojtje më të mirë të klimës, për shembull përmes demonstratave. Bojkotimi është gjithashtu një mënyrë efektive për të sjellë ndryshim. Nëse ndalojnë së bleri produkte të caktuara, ato zhduken nga dyqanet ose detyrojnë kompanitë të ndryshojnë mënyrën e prodhimit të tyre. Nuk e kuptoni pse një produkt është i mbi-paketuar dhe i mbështjellë pa nevojë me plastikë? Ndaloni së bleri dhe shpjegoni njerëzve përreth jush pse e keni marrë këtë vendim. Nëse ndaloni së bleri produktin, marka do të duhet të përgjigjet.

Bashkohuni me një organizatë mjedisore.

Klubet, shoqatat dhe organizatat joqeveritare (OJQ) punojnë për të mbrojtur mjedisin dhe klimën. WECF, Greenpeace, WWF, BUND, NABU dhe shumë organizata të tjera janë të përkushtuara për reduktimin e plastikës dhe kanë grupet e tyre në shumë qytete. WECF, për shembull, po përpaket për shtyjë për masa mbrojtëse shëndetësore kundër kimikateve dhe plastikës.

Milieukontakt Shqipëri ka më shumë se 20 vite eksperiencë me organizatat e shoqërisë civile në fushën e mjedisit, natyrës dhe zhvillimit të qëndrueshëm.

Në të gjitha programet e zbatuara, tre janë elementet: ngritja e kapaciteteve, përfshirja e publikut dhe zgjidhja e problemeve mjedisore.

Këtu mund të lexoni mbi projektin tone në zhvillim 'Iniciativa përdor më pak plastikë'

- [Iniciativa "Përdor më Pak Plastikë" | Mileukontakt Albania \(milieukontakt.org\)](https://milieukontakt.org)
- [Parandalimi dhe reduktimi i mbetjeve plastike në Bashkinë Lezhë | Mileukontakt Albania \(milieukontakt.org\)](https://milieukontakt.org)
- [Udhëzuesi ZERO mbetje për Shqipërinë | Mileukontakt Albania \(milieukontakt.org\)](https://milieukontakt.org)
- [Parandalojme së bashku ndotjen Detare | Mileukontakt Albania \(milieukontakt.org\)](https://milieukontakt.org)
- [Parandalojmë së bashku ndotjen detare | Mileukontakt Albania \(milieukontakt.org\)](https://milieukontakt.org)

Video promovuese e projektit "Përdor më pak plastikë".

- <https://youtu.be/IAB0sF2Paxc?si=hjTH0Yzv6z0wFIKT>

8.2 Aktiviteti 11: "Personi im SUPER"

Nëse vërtet dëshironi të bëni një ndryshim, përfshihuni në politikë. Edhe pse konsumatorët mund të ndikojnë në shumë zhvillime nëpërmjet sjelljes dhe kërkesave të tyre blerëse, politikanët janë përgjegjës për mbrojtjen e njerëzve dhe mjedisit. Ata duhet t'i bëjnë vetes pyetjen: Pse nuk e zvogëlojmë barrën e prodhimit të plastikës? Nga iniciativat e qytetarëve e deri te puna e shoqatave, ka këshilla konkrete se si të përfshihen në politikë. Ka mënyra të thjeshta për të punuar për më pak plastikë dhe më shumë mbrojtje mjedisore, shëndetësore dhe klimatike.

Vizatoni "super personin" tuaj aktiv politik

Kohëzgjatja: 20 minuta

Pjesëmarrësit: Grupet me 4 nxënës

Mosha e rekomanduar: 13-16 vjeç

Objektivat: Të njohin mundësitë për angazhim (personal) politik.

Materialet: Letër dhe lapsa me ngjyra për vizatim

Përgatitja: Jepini secilit grup një fletë letre A4 ose A3.

Realizimi

1. Secilit grup i jepet një fletë letre dhe lapsa me ngjyra të ndryshme.
2. Grupeve u jepen 10-15 minuta për të vizatuar një person imagjinar. 'Super Personi' bën shumë për t'u përfshirë politikisht dhe kjo duhet të jetë e dukshme në vizatim. Për shembull, personi bën një jetë të qëndrueshme dhe është i përfshirë politikisht. Nuk ka kufi për krijimtarinë (p.sh. personi mund të ketë superfuqi).
3. Pas vizatimit, secilit grup i jepet kohë të prezantojë "super personin" e tij."

Pyetja përmbyllëse: A është personi im imagjinar një model për mua? Si mund të bëhem unë si ky person?

8.3 Aktiviteti 12: Debat mjedisor

Organizimi i debateve mjedisore është një mënyrë efektive për të përfshirë nxënësit në diskutime rreth problemeve të përdorimit të plastikës, ndikimit të saj mjedisor dhe zgjidhjeve të mundshme.

Kohëzgjatja: 30-40 minuta

Pjesëmarrësit: 2 grupe me nga 2 deri në 3 nxënës për një temë/debat

Mosha e rekomanduar: 11-13 vjeç

Objektivat: Të inkurajojë nxënësit të analizojnë dhe debatojnë në mënyrë kritike aspekte të ndryshme të përdorimit të plastikës dhe t'u mundësojë atyre të shkëmbejnë argumente dhe të diskutojnë në mënyrë konstruktive.

Materiale:

- Lista e temave të debatit lidhur me plastikën
- Kohëmatës ose kronometër

Përgatitja

- Zgjidhni tema debati që rrotullohen rreth çështjeve të lidhura me plastikën. Disa tema shembull mund të jenë "A duhet të ndalohen të gjitha qeset plastike?", "A është riciklimi një zgjidhje efektive për problemin e plastikës?", "Si mund të përmirësojnë ligjet e reja shkallën e riciklimit të mbetjeve plastike?", "Si mund të reduktohet përdorimi të produkteve dhe ambalazheve plastike?", "A është e pranueshme, kur mbetjet plastike dërgohen në vende të tjera të Afrikës apo Azisë ku nuk hidhen siç duhet?", "A duhet të rrisim apo të ulim transportin e mbetjeve plastike në vendet e Afrikës apo Azi?", "Çfarë është kaq praktike të plastika dhe cilat materiale mund të përdorim në vend të tyre?"
- Vendosni disa udhëzime dhe rregulla të formatit të debatit (p.sh., mos ndërprisni tjetrin, ngrini dorën për të komentuar ose pyetur diçka dhe respektoni rendin e duarve të ngritura, kushtojini vëmendje kohës së barabartë të të folurit – veçanërisht midis gjinive të ndryshme, respektoni mendimet e të tjerëve)

Realizimi

1. Zgjedhja e temës: Caktoni çdo ekipi debati një temë specifike të lidhur me plastikën për të hulumtuar dhe për të përgatitur argumente. Sigurohuni që temat të jenë të balancuara, në mënyrë që ekipet të mund të argumentojnë pro dhe kundër çështjes.
2. Hulumtimi dhe përgatitja: Jepuni ekipeve kohë të mjaftueshme për të hulumtuar temën e caktuar, për të mbledhur informacionin përkatës dhe për të përgatitur argumentet e tyre. Ky hap mund të përfshijë krijimin e një rasti të strukturuar me prova mbështetëse.
3. Udhëzimet e formatit: Shpjegojuni nxënësve formatin e debateve, duke përfshirë kufizimet kohore të fjalimit, renditjen e folësve dhe kundërshtimet. Ju gjithashtu mund t'u caktoni role të ndryshme në mënyrë që ata të përfaqësojnë grupe interesi të ndryshme etj.
4. Diskutim dhe reflektim: Pas çdo debati, angazhoni nxënësit në një diskutim rreth pikave kyçe të ngritura nga ekipet. Diskutoni meritat e secilit argument dhe inkurajoni nxënësit të reflektojnë mbi çështjet e lidhura me plastikën dhe zgjidhjet e mundshme.

Pyetje për diskutim

- A ka qenë ndonjëri prej jush ndonjëherë në një marshim? Nëse po, për çfarë?
- A ka menduar ndonjëherë ndonjë prej jush të përfshihet në politikë? Nëse po, për çfarë çështjesh?

9 Vështrim afatgjatë



9 Vështrim afatgjatë

9.1 Çfarë pritet më tej? Sfida e plastikës!

Tani kemi mbuluar shumë nga çështjet që lidhen me plastikën. Ç'pritet më tej?

Kemi një sfidë për nxënësit, familjet dhe miqtë e tyre. Sfida është "një ditë pa plastikë"! Nëse mundeni, përpiquni të mos përdorni plastikë për një ditë dhe inkurajoni të tjerët të bashkohen! Kush do ta pranojë sfidën?

9.2 Përfundim

Për të rritur vërtetë ndërgjegjësimin, është e rëndësishme të pyesni nxënësit se çfarë kanë zbuluar dhe mësuar gjatë punës me mjete plastike. Si në lidhje me problemin e plastikës në përgjithësi ashtu edhe në lidhje me konsumin e tyre të plastikës. Nuk bëhet fjalë për të trembur fëmijët dhe të rinjtë. Ka të bëjë më shumë me të kuptuarit pse duhet të rimendojmë përdorimin tonë të plastikës.

Shpresojmë që diskutimi rreth plastikës dhe përbërësve të saj të ketë nxitur mendimin dhe veprimin. Plastika është një problem global me shumë ndikime në jetën e njerëzve. Për të ndaluar ndotjen, politikanët dhe industria duhet të gjejnë zgjidhje të qëndrueshme. Por për të mbrojtur veten nga përbërësit e rrezikshëm dhe thjesht për të prodhuar më pak mbetje, ka ide që mund t'i përdorin të gjithë. Ka edhe qasje që mund të bëjnë ndryshim në vendet ku mblidhen njerëzit, si shkollat.

Ju mund të keni mbledhur tashmë ide se si ta eliminoni plastikën nga jeta juaj e përditshme. Tani bëhet fjalë për zbatimin e tyre në shkollë dhe në jetën e përditshme, si p.sh. dispenser (aparaturë për mbushjen e ujit) apo paketimet më pak plastike në kioskat apo mensat e shkollave.

10 Referencat (të zgjedhura) dhe informacione të mëtejshme

Botime shqiptare mbi plastikën

- “Parandalojmë së bashku ndotjen detare” Mars, 2021 Milieukontakt Shqipëri.

Ky botim është përgatitur që të përdoret nga nxënësit dhe mësuesit në qarkun e Lezhës si dhe kolegët e tyre për ti ndihmuar ata që të kuptojnë ndikimin e plastikës në mjedis dhe të nxisë sjelljen miqësore me mjedisin. Mësuesit do të gjejnë informacione ndihmëse mbi ndotjen dhe mbetjet detare, për të zhvilluar orë mësimore me nxënësit e tyre. Do të gjejnë gjithashtu këshilla dhe fakte interesante rreth ndotjes detare nga vendi dhe rajoni.

Planeti ynë, është e mbuluar me më shumë se 70% e sipërfaqes së saj nga oqeanet. Deri në 12.7 milion ton mbetje, përfundojnë në det çdo vit dhe kjo sasi po rritet ndërsa prodhojmë dhe përdorim gjithnjë e më shumë plastikë.

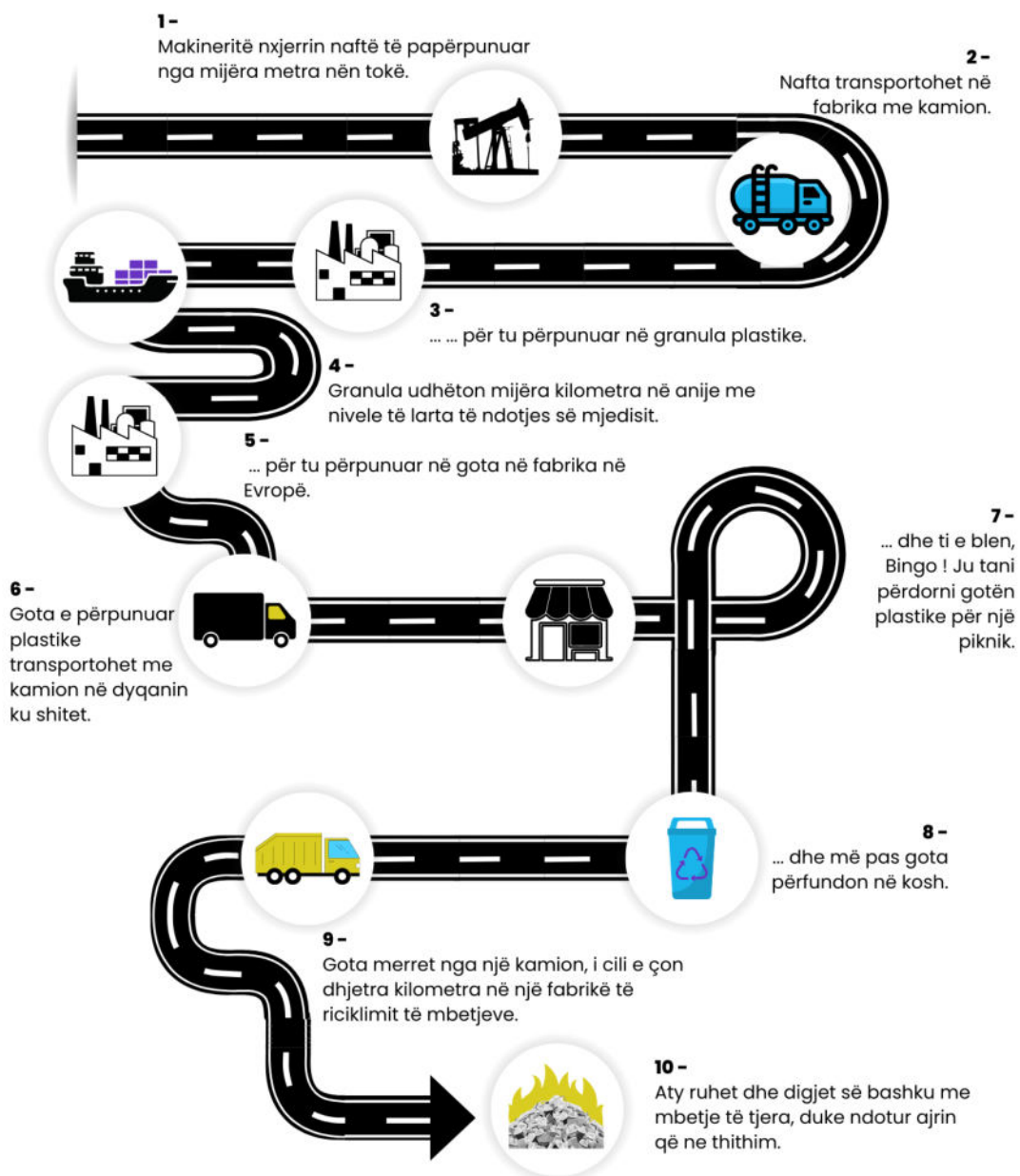
11 Shtojca



11 Shtojca

11.1 Aktiviteti 1: Cikli jetësor i plastikës

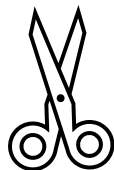
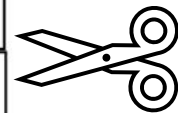
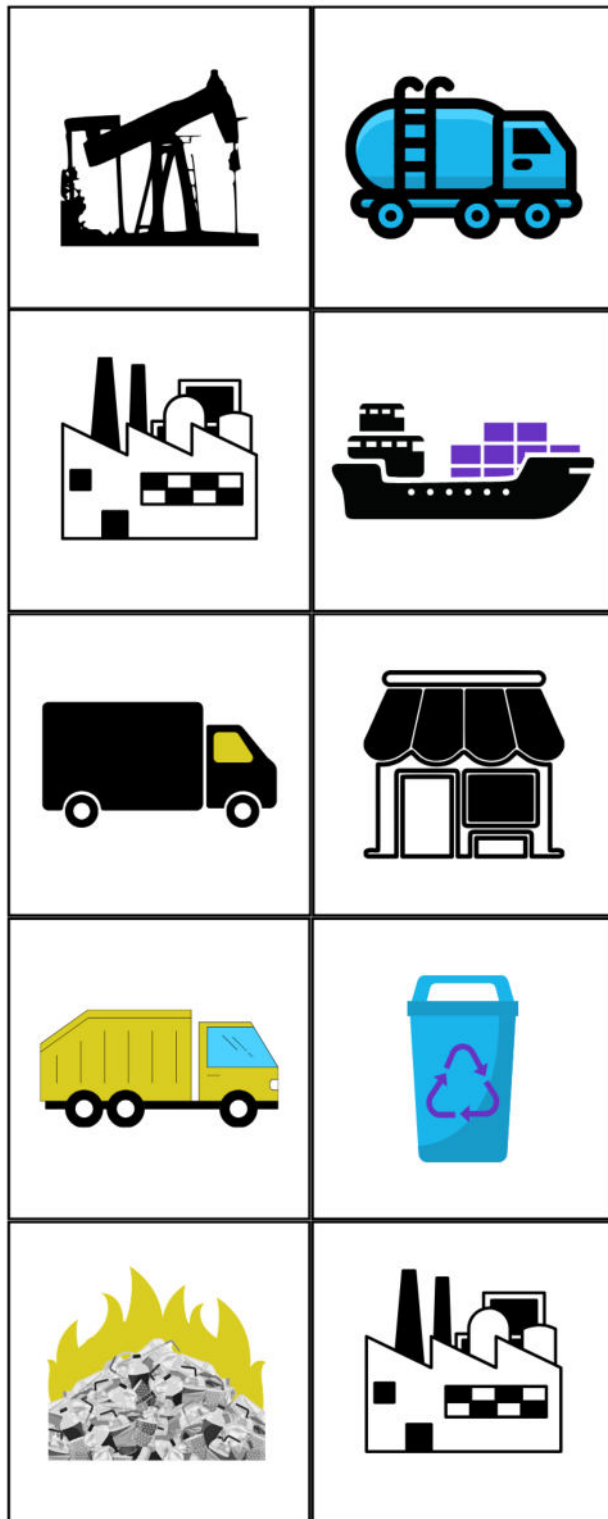
Duhet të bësh shumë për të prodhuar plastikë!



E gjithë kjo për një piknik?

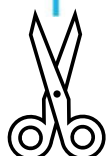
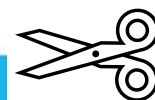
Çdo sekondë, 126 gota plastike hidhen në mbarë botën pasi janë përdorur një herë. Pak shpejt për një objekt që u deshën muaj për të bërë mijëra kilometra të përshkuar dhe do të duhen mijëra vite për tu zhdukur!





Shtojca

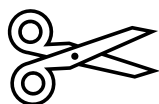


11.2 Aktiviteti 2: Përdorimi

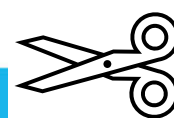
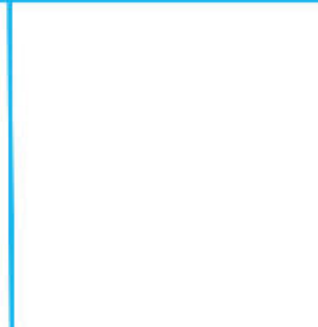
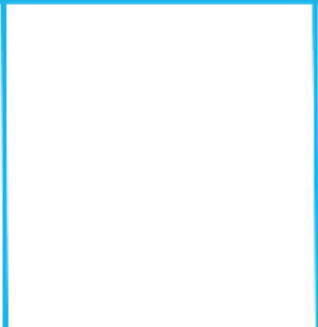
<p>Qese çaji</p>	<p>Gota kartoni</p>	<p>Manikyr</p>
<p>Çaj</p> 	<p>Kafe</p> 	<p>Lyerje thonjsh</p> 
<p>Letër paketimi</p>	<p>Krem dielli</p>	<p>Mbeturina</p>
<p>Paketim dhuratash festive</p> 	<p>Krem dite për mbrojtje nga dielli</p> 	<p>Qese e madhe mbeturinash</p> 
<p>Varëse</p>	<p>Ibrik plastik</p>	<p>Detergjentë</p>
<p>Mbajtja e rrobave</p> 	<p>Ujitja e luleve</p> 	<p>Larje për ambiente shtëpie</p> 



<p>Letra të lagura</p>	<p>Tamponë</p>	<p>Rroba leshi</p>
<p>Pastrim heqje make up</p> 	<p>Përdorim gjatë ditëve me perioda</p> 	<p>Ditë të ftohta dimri</p> 
<p>Rroba banje</p>	<p>Krem fytyre</p>	<p>Goma</p>
<p>Veshje për plazh</p> 	<p>Përdorim për hidratim fytyre</p> 	<p>Goma makine</p> 
<p>Maska fytyre</p>	<p>Ngjitës adeziv</p>	<p>Camçakëz</p>
<p>Maska të përdorura gjatë pandemisë</p> 	<p>Përdorim për ngjitje letrash</p> 	



Shtojca



11.3 Aktiviteti 4: Plastika dhe ndikimi

Kuiz

MILIEUKONTAKT ALBANIA
MAKING SOCIETY TOGETHER SUSTAINABLE

WiD
Woman in Development

wecf

Si ndikon plastika në mjedis dhe shëndet?

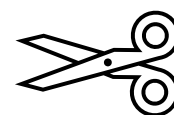
Sa plastikë konsumojmë në javë me ushqimin tonë?

- a) më pak se 1 gram
- b) 3 gram
- c) 5 gram



Çfarë do të thotë NIAS?

- a) Substanca kimike të përfshira në mënyrë jo të qëllimshme në plastikë
- b) Substanca kimike të përfshira në mënyrë të qëllimshme në plastikë
- c) Substanca të tjera të përfshira në mënyrë jo të qëllimshme në plastikë



Cila nga sëmundjet e mëposhtme mund të lidhet me plastikën?

- a) Diabeti
- b) Astma
- c) Puberteti i hershëm
- d) Të gjitha



Pse plastika është e rrezikshme për shëndetin tonë ?

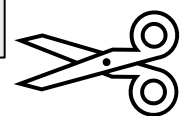
(dy përgjigje të sakta)

- a) rreth polimereve = një zinxhir shumë molekular i gjatë dhe bazë ndërtuese e plastikës
- b) Antioksidantë= substanca që gjenden në plastikë
- c) Aditivë = substanca që i shtohen plastikës



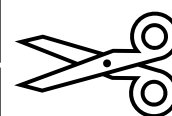
Sa plastikë hyn në oqeanet e botës çdo minutë?

- a) 1 kosh plehrash
- b) 6 kosha plehrash
- c) 1 kamion plot plehra



**Sa e madhe është
fusha e plehrave në
Paqësor?**

- a) I madh sa Gjermania
- b) Dyfishi i madhësisë së Gjermanisë
- c) Katër herë e gjysmë më shumë se Gjermania



**Ku kanë gjetur tashmë
shkencëtarët gjurmë
plastike?**

- a) në tokë
- b) në ajër
- c) në ujë
- d) në shi
- e) në trupin e njeriut
- f) Të gjitha më lart



**Kur plastika
dekompozohet, grimcat
e vogla të plastikës që
mbeten pas, si i quani
ato?**

- a) Mikroplastike
- b) Miniplastike
- c) Monoplastike



PFAS (komponimet polifluoruese dhe të perfluoruara) **janë kimikate që janë të dëmshme për shëndetin.**

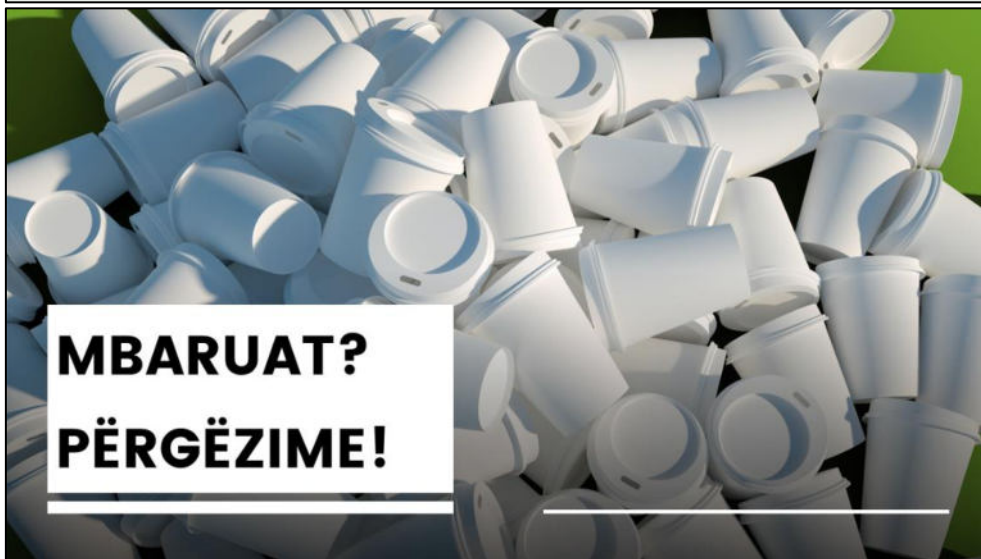
Çfarë vetish nuk ka PFAS?

- a) Vetitë kundër vajit
- b) Vetitë e papastërtive
- c) Vetitë elastike

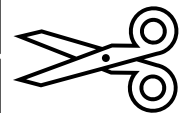


Ftalatet janë komponime sintetike që e bëjnë plastikën fleksibël.

Përmendni 1-3 produkte që përmbajnë ftalate.



**MBARUAT?
PËRGËZIME!**



11.4 Aktiviteti 5: Plastika dhe ndotja











Shtojca





11.5 Aktiviteti 7: Duke shmangur plastikën

GJUETI PLASTIKE

Lista ime e mbetjeve plastike:	ishte absolutisht e nevojshme	mund të mos e kisha përdorur	mund ta kisha përdorur përsëri
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11.6 Aktiviteti 8: BINGO pa plastikë

Stop Plastikes B I N G O

Le të hedhim një hap drejt një të ardhmje më të qëndrueshme.
A mund të plotësoni sa më shumë katrorë duke bërë zgjedhje miqësore
me mjedisin dhe duke reduktuar përdorimin e plastikës?
Shkruani në hapësirën e bardhë datën kur e keni përfunduar si detyrë.

Përdorimi i
një termusi
për ujë.

Përdorimi i një
termusi për
kafë/çaj.

Përdorimi i
çantës prej
cope për
pazarin.

Përdorimi i një
enë termike
për ushqim
me vete.

Përdorimi i
lodrave prej
druri në vend të
atyre plastike.

Ndalimi i
përdorimit të
thikave/lugëve/
pirunjve
plastike (një
përdorimshme)

Ndalimi i
përdorimit të
gotave plastike.
(një
përdorimshme)

Ripërdorimi i
sendeve
plastike.

Refuzimi i
enëve plastike
një
përdorimshme.

Ndarja e
mbetjeve
plastike nga
të tjerat.

Zgjedhja e enëve
të xhamit/
metalit/ drurit në
vend të plastikës.

Përdorimi i
furçës së
dhëmbëve prej
bambuje.

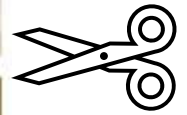
Refuzimi i
qeseve
plastike në
supermarket.

Ndalimi i
paketimeve
prej plastike në
dhuratat që
bëni.

Refuzoni
pipat
plastikë.

Lugët plastike
të akulloreve.

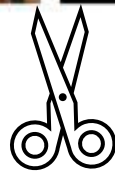
11.7 Aktiviteti 9: Plastika e ripërdorshme



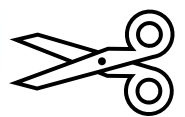
Shtojca



Shtojca



Shtojca



Shtojca

