



JULIA WIZOWSKA

**NIE  
ŚMIECI**

**WYRZUCASZ DO KOSZA –  
I CO DALEJ?**

**JULIA WIZOWSKA**

*Nie Śmieci*

**WYRZUCASZ DO KOSZA -  
I CO DALEJ?**

Julia Wizowska, „Nie śmieci”

Copyright by Julia Wizowska, 2019

Wyd. II: 2024

Redakcja i korekta: Małgorzata Ruszkowska

Projekt okładki, ilustracje i skład: Anna Teodorczyk-Twardowska

ISBN: 978-83-956208-1-2

Wszystkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Autorka dołożyła wszelkich starań, aby zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie bierze jednak żadnej odpowiedzialności za ich użycie, ani za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Droga Czytelniczko! Drogi Czytelniku!

Jeśli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj na stronę: <https://lubimyczytac.pl/ksiazka/4910244/nie-smieci>

Możesz napisać tam swoją recenzję, uwagi, spostrzeżenia.

Zapraszam Cię do moich miejsc w sieci: [www.nanowosmieci.pl](http://www.nanowosmieci.pl) (znajdziesz tu treści związane z drugim życiem rzeczy i ekologicznym stylem życia) oraz [www.juliawizowska.com.pl](http://www.juliawizowska.com.pl) (artykuły i nagrania na temat dobrostanu i naturalnych sposobów na zachowanie zdrowia).

# SPIS TREŚCI

Cześć! Dzień dobry! 5

Zamiast wstępu 9

Rozdział I: Marnowanie od kuchni 16

Rozdział II: Morze plastiku 56

Rozdział III: Tektura z makulatury 102

Rozdział IV: Toksyczna miłość do odzieży 132

Rozdział V: Duże i niebezpieczne 178

Rozdział VI: Ostatnie tchnienie 241

Podziękowania 262

Bonusy 263

Jeszcze coś dla Ciebie mam! 265

Bibliografia i źródła 268

# Cześć! Dzień dobry!

## Nazywam się Julia Wizowska

Była jesień 2015 roku, gdy wróciłam na stałe do domu po kilku latach nieustannych wyjazdów reporterskich do miejsc objętych konfliktami. Jako dziennikarka i fotoreporterka pracowałam na placu Tahrir podczas rewolucji w Egipcie. Z piórem i aparatem odwiedziłam Czeczenię po wojnie. Za mną była też seria podróży na Wschód: od Majdanu w Kijowie, po konflikt na Donbasie. Przedemną – współpraca przy książce o tym (ukazała się rok później pod nazwą „Po północy w Doniecku”). Wojna zszargała nerwy, więc aby się odstresować, wyciągnęłam zakurzone druty i szydełko – po latach wróciłam do dziergania, ono uspokaja.



Robiłam rzeczy do mieszkania: najpierw dywan z kupionej włóczki pochodzącej z recyklingu, później „sznurek” wykonałam samodzielnie ze starego prześcieradła i wydziergałam pufę.

Po kilku takich przeróbkach postanowiłam założyć bloga, by dzielić się pomysłami na proste DIY „z niczego”. Z przedmiotów, które trafiłyby do kosza, gdyby nie zostały użyte ponownie. **Tak narodziło się Na nowo śmieci.** Moje miejsce w sieci.

Zacząłam się interesować, jaki jest los odpadów po tym, jak wyrzucimy je do kosza (dalej mam w sobie reporterskie zacięcie!). Dowiedziałam się przy okazji, że statystyczny Europejczyk „produkuje” rocznie średnio 502 kg śmieci. Jest tego tak dużo, że pływające w Oceanie Światowym śmieci wkrótce mogą utworzyć siódmy kontynent. Zaczęło mi zależeć na tym, aby ograniczyć ilość odpadów w swoim życiu i inspirować innych do podobnej postawy.

Na blogu pisałam o ekologii, rozwiewałam mity na temat recyklingu, uczyłam prawidłowej segregacji odpadów, publikowałam przepisy na upcyklingowe przeróbki, pokazywałam jak starym i nadającym się już do wyrzucenia rzeczom dać drugie życie. Upcykling i ekologiczny styl życia promowałam w mediach, na konferencjach branżowych i na imprezach masowych.

Akurat wtedy w Polsce zaczęły się pojawiać kolorowe pojemniki na odpady, a wraz z nimi – coraz więcej pytań o to, jak segregować i po co. Dokąd później trafiają śmieci? Czy rzeczywiście wszystko odbiera jedna śmieciarka? Co ma szansę trafić do recyklingu? Czy w ogóle w Polsce przetwarza się odpady? I wiele innych pytań o bardziej przyjazny dla środowiska styl życia. Jak marnować mniej jedzenia? Na co zwracać uwagę, kupując ubrania, aby mieć pewność co do ich jakości? Czy wszystkie produkty reklamowane jako „bio” i „eko” rzeczywiście są w porządku? Od czego zacząć ograniczanie odpadów na co dzień? I jak zmieścić w małej kuchni pięć koszy?

**Zebrałam wszystkie pytania od czytelników i postanowiłam udzielić odpowiedzi w publikacji, którą teraz trzymasz przed sobą.**

- Przez dwa lata jeździłam po Polsce i przyglądałam się temu, co dalej dzieje się z zawartością naszych domowych koszy.
- Odwiedzałam sortownie, instalacje przetwarzania odpadów i recyklingu.
- Byłam w kompostowni, dokąd trafiają kuchenne resztki.
- W zakładzie odzyskującym używane ubrania z kontenerów.
- W papierni, która przetwarza kartony po mleku i soku.
- W spalarni, gdzie jedyne, czym mogą przysłużyć się wyrzucone przedmioty, jest ich energia.
- Na czynnym składowisku, gdzie odpady przed śmiercią wydają jeszcze ostatnie tchnienie.

Rozmawiałam z ekspertami i osobami, od lat zajmującymi się tym, co dla innych stanowi temat tabu. Wiele zobaczyłam, sporo się dowiedziałam. Z przyjemnością podzieliłam się tym na kolejnych stronach.

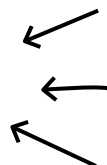
Przedstawiłam też ludzi, którzy na różne sposoby przerabiają, odzyskują, ratują przedmioty i żywność. Opowiedzieli oni o swojej pracy i zarazili pasją.

Ja ze swojej strony doradziłam, jak marnować mniej jedzenia, gdzie przekazać niebezpieczne przedmioty i substancje, które mamy w swoich domach oraz jak dbać o ubrania, aby posłużyły nam dłużej. Dowiesz się, jakie proste i tanie rozwiązania stosuję na co dzień dla ograniczenia ilości wyrzucanych rzeczy. Podsuwam też pomysł co do rozmieszczenia w domu pięciu koszy do segregacji – aby odpady miały szansę zostać surowcami, nie śmieciami.

Chcesz się ze mną skontaktować?

Napisz:

[czesc@juliawizowska.com.pl](mailto:czesc@juliawizowska.com.pl)



*Pozbywamy się śmieci w najradykałniejszy  
i najskuteczniejszy sposób: nie patrzymy na nie,  
sprawiając, że stają się niewidzialne, i nie myślimy o nich,  
sprawiając, że stają się nie do pomyślenia.*

**Z. Bauman**



# ZAMIAST WSTĘPU

Oczy się kleiły, głowa ciążyła. Półtorej godziny do świtu – prawie środek nocy. Mknęliśmy przez puste miasto, z lekka zwalniając na pulsujących żółtym światłem sygnalizacjach. Musieliśmy zdążyć przed świtem – łatwiej się ukryć przed wzrokiem kamer po ciemku i w czarnych ubraniach. A nie chcieliśmy rzucić się w oczy, to pewne. Zastanawialiśmy się nad legendą na wypadek pojmania. – *Mam znajomego, który, ilekroć zostanie złapany przez policję na marszu lub demonstracji, udaje Kanadyjczyka. Może to jest jakiś pomysł?* – Tadeusz, z którym właśnie jechałam autem, na wszelki wypadek przykleił do kurtki kawałek czarnej taśmy izolacyjnej. Bo co za Kanadyjczyk miałby napisać „Mazowsze” przy sercu? „Ubieram się ohydnie” – napisał poprzedniego wieczoru, gdy ustalaliśmy szczegóły spotkania. W planach mieliśmy: przedzieranie się przez zarośla, czołganie się po wilgotnej glebie, przedostanie się przez wygryzioną przez dziki dziurę w ogrodzeniu. Wyrwę Tadeusz zlokalizował kilka lat temu. Lubi przebywać w naturze, obserwować zwierzęta w lesie. Wsiada więc na rower i przemierza ścieżki. Jedną z nich kończyła się przy płocie, za którym była hałda – składowisko odpadów. – *A wiesz – zagaił szeptem, by nie zakłócić panującej wokół ciszy – śniły mi się dziś dziwne rzeczy. Na przykład, że pojechaliśmy na górkę śmieci, a ona okazała się być na tyłach Sejmu. Tam akurat różne opcje polityczne urządziły demonstrację i nie mogliśmy wejść na składowisko.*

Chciałam na własne oczy zobaczyć, jak wygląda górka śmieciowa. Zwłaszcza że akurat ta miała być wygaszana i rekultywowana, co w tym wypadku oznaczało przekształcenie jej w stok narciarski. Ile

czasu musi jeszcze minąć, zastanawiałam się. Skontaktowałam się z Tadeuszem, który świetnie znał okolicę, a do tego, odkąd zlokalizował dziurę w płocie, szukał okazji, by dostać się na drugą stronę. – *Tamtej dziury już nie ma, załatali, ale obok powstała druga. Dziki nigdy nie odpuszczą tej stolówki* – powiedział, zanim przeczłołaliśmy się przez otwór w ogrodzeniu.

Szliśmy, ostrożnie stawiając kroki. Coś chlupnęło pod nogami. Kałuża. Długie źdźbło zaczęło o sznurówki buta. Potknięcie. W pewnym momencie zaczęło się podejście – wijąca się do wierzchołka górki ścieżka. Autostrada dla pracujących tu buldożerów i spychaczy, bulwar dla dzików, oaza dla porastających pobocza pionierskich roślin i cmentarz dla wymieszanych z ziemią fragmentów śmieci. Wszędzie wały się posiekane plastikowe opakowania po detergentach, nakrętki od butelek, słomki do napojów, fruwały strzępy reklamówek. Zostały tam pogrzebane w wielu warstwach. Jeśli w przyszłości do składowiska dotrą archeolodzy, orzekną: tę górkę stworzył człowiek z początku epoki antropocenu.

Nazwę „antropocen” wymyślił w 2000 roku Paul Crutzen, holenderski chemik, który wraz z dwoma innymi naukowcami zdobył Nagrodę Nobla za pracę nad zmianami ilości ozonu w atmosferze (gdyby nie to odkrycie, a w związku z nim – zmniejszenie emisji freonu, który był stosowany w wielu gałęziach przemysłu, do 2050 roku zniknęłyby dwie trzecie warstwy ozonowej Ziemi, co przełożyłoby się na wzrost zachorowań skórnych i poparzeń słonecznych). Siedząc pewnego razu na zebraniu i słuchając wykładu o holocenie, epoce geologicznej, która zaczęła się 11 700 lat temu i oficjalnie trwa do dziś, nie wytrzymał i krzyknął: *Przestańmy! Nie żyjemy już w holocenie, tylko antropocenie!* Na sali zapadła cisza, ale w przerwie na kawę nazwa epoki była głównym tematem rozmów naukowców.

Już wcześniej zastanawiano się nad właściwym określeniem. Kanaadyjski oceanograf specjalizujący się w biologii organizmów morskich, Daniel Pauly, proponował dla nowej ery nazwę „myxocen”, z greckiego *muksa* oznacza *szlam* lub *śluz*. Entomolog z Uniwersytetu Stellenbosch w RPA, Michael Samways, sugerował „homogenocen” dla podkreślenia coraz mniejszej różnorodności biologicznej na świecie.

Amerykański biolog Michael E. Soulé orzekł natomiast, że żyjemy w katastrofiku. Wszystkie te pomysły, na czele z antropoceniem (z greki: *anthropos* – człowiek), sprowadzają się do jednego: nowa epoka geologiczna to czas dominacji ludzi.

Wcześniejsze etapy w życiu Ziemi wyznaczały naturalne wydarzenia. Uderzenia meteorytu, przesuwanie się płyt tektonicznych czy częste erupcje wulkanów. Za początek holocenu uważa się moment, kiedy na planecie podniosła się średnia roczna temperatura. Spowodowało to topnienie lądolodu, który pokrywał wówczas między innymi północną część dzisiejszej Polski. W pejzaż na trwałe wpisały się różnogatunkowe lasy, uformował się Bałtyk, powstały gleby, żwiry i piaski. Wymarły gatunki zwierząt przystosowanych do życia w dotychczasowych warunkach, jak mamuty, a na ich miejscu pojawiły się nowe, których część potem udomowiono – jak kozy, świnie, bydło. Zmiany te zachodziły na przestrzeni tysięcy lat i były naturalne.

Antropocen jest inny. Obecnie ekosystemy również się zmieniają, ale za główną przyczynę tego stanu rzeczy uznaje się działalność człowieka. Zdaniem części naukowców, wśród nich Paula Crutzena, antropocen zapoczątkowała rewolucja przemysłowa z 1750 roku. Wskutek gwałtownego wzrostu ilości spalane go węgla zmienił się skład atmosfery, w górę poszybowała średnia temperatura powierzchni Ziemi, stając się załączkiem zjawiska nazywanego dziś globalnym ociepleniem albo zmianami klimatu.

Inni badacze początek nowej epoki w dziejach Ziemi typują na rok 1610 – ponad sto lat po dotarciu Europejczyków do Ameryki pojawiły się globalne konsekwencje podboju. Wzmógł się ruch handlowy spowodował szybką wymianę gatunków roślin i zwierząt między kontynentami, niewystępującą wcześniej w historii Ziemi na taką skalę. Z kolei wyćpienie przez ludzi z Europy około 50 milionów przedstawicieli rdziennej ludności, żyjącej głównie z rolnictwa, zmienił krajobraz Ameryki Łacińskiej. Wróciły lasy i inna roślinność, które intensywnie pochłaniały dwutlenek węgla – spadek stężenia CO<sub>2</sub> w atmosferze Ziemi można odczytać z pęcherzyków powietrza uwieczonych w lodowcach Antarktydy.

Najwięcej jednak ekspertów skłania się ku opinii, że antropocen zaczął się dopiero po drugiej wojnie światowej. W latach 50. XX wieku

nastąpił gwałtowny wzrost wydobycia ropy naftowej. Rozwinął się przemysł tworzyw polimerowych, które najczęściej nazywamy po prostu plastikiem. Regularnie odbywały się testy broni jądrowej, głównie w Stanach Zjednoczonych i w Związku Radzieckim. To właśnie na pyły promieniotwórcze, popiół z paliw kopalnych i tony plastikowych odpadów natrafią następne pokolenia szukające pamiętek naszych czasów.

Kawałek zderzaka samochodowego, stercząca z ziemi końcówka rury, fiszbina biustonosza, skuwka długopisu, pęknięty żółty balonik. Wszystko, co nie zostało wbite przez buldożery w ziemię, leżało na powierzchni. Wyręcaliśmy maszyny podszwami: szliśmy drogą, a ona pięła się, ślimakiem okalając górkę. Aż po sam szczyt, na którym czerwony reflektor ostrzegał samoloty przed zderzeniem z najwyższym punktem w okolicy – śmieciowym kopcem.

Historia składowisk jest równie długa co dzieje skupisk ludzkich. Dzięki pierwszym wysypiskom sporo wiemy o życiu codziennym dawnych cywilizacji. Współcześnie jednak „produkujemy” więcej odpadów niż kiedykolwiek w historii. Z łatwością kupujemy nowe rzeczy, więc szybciej pozbywamy się starych. Każdego dnia przeciętna czteroosobowa rodzina w Polsce wyrzuca około czterech kilogramów śmieci. Co się z nimi dzieje dalej? Główny Urząd Statystyczny podaje, że w 2022 roku prawie półtora kilograma z tych czterech trafił na składowisko odpadów. I tak nieźle – we wcześniejszych latach składowano więcej niż połowę odpadów odbieranych z naszych domów. Pozostałe odpady z dziennego „przydziału” statystycznej rodziny były natomiast odzyskiwane: 1 kilogram trafił do recyklingu, pół kilo – do kompostowni, a 700 gramów – do spalarni odpadów.

Spalarnie są przez wielu ekspertów uważane za najmniej odpowiedzialny sposób pozbywania się odpadów. Co prawda szybko znikają i dzięki temu nie powiększają składowisk, a do tego w procesie ich spalania jest produkowana energia (a to ważne w czasach wyczerpujących się zasobów kopalnych), ale z drugiej strony – generują zanieczyszczenia. Większa oszczędność energii wiąże się zaś z recyklingiem surowców wtórnych.

Surowcem wtórnym mogą być opakowania po żywności, butelki po napojach, puszki, tekturowe opakowania po przesyłkach, stare ubrania, kapsle i nakrętki. To wszystko, co da się ponownie wykorzystać, produkując rzeczy o takim samym albo podobnym przeznaczeniu. Plastikowe butelki po wodzie i opakowania kosmetyczne w specjalnych zakładach są przerabiane na: doniczki, długopisy, zabawki, żywice poliestrowe wchodzące w skład farb i lakierów, folie i worki na śmieci, a nawet odzież. Słoiki po sosach i dżemach oraz szklane butelki są z kolei przetapiane w hutach na nowe opakowania. Z makulatury powstają ryzy do drukarki, papier toaletowy, tektura i gazety. Z puszek aluminiowych – kolejne puszki. Recykling pozwala zaoszczędzić nie tylko energię, ale też zasoby naturalne, które byłyby niezbędne do wytworzenia tychże słoików czy puszek od nowa. Jest też doskonałą alternatywą dla składowiska, bo odpady otrzymują kolejne życie.

W tym procesie potrzebne jest jednak nasze wsparcie. Jesteśmy pierwszym ogniwem w łańcuchu odzysku i pełnimy w nim bardzo ważną funkcję: wstępnie selekcionujemy odpady. Bez tej selekcji odzysk byłby utrudniony albo nawet niemożliwy. Właśnie dlatego na naszych osiedlach w całej Polsce pojawiły się kontenery w różnych kolorach: niebieski na papier, żółty do tworzyw sztucznych i metalu, zielony na szkło, brązowy na odpady biodegradowalne i czarne dla śmieci resztkowych. Odebrane w sposób selektywny odpady przekazywane są dalej. Szklane opakowania trafiają do hut szkła. Kuchenne obierki i sucha trawa – do kompostowni. Papier, tektura, plastik i metal – do firm zajmujących się przetwarzaniem tego rodzaju materiałów. Zawartość czarnego pojemnika na odpady zmieszane jest niekiedy zawożona do specjalnych instalacji. Tam całość przeglądana jest pod kątem przydatności: czasami mieszkańcy wyrzucają do tego kontenera przedmioty, które jeszcze mogą trafić do odzysku. Chociaż nie łudźmy się – najczęściej wymieszane w ten sposób odpady są tak zanieczyszczone, że nie nadają się do recyklingu. Jadą więc na składowisko lub do spalarni.

Recykling – to jeden ze sposobów na podarowanie rzeczom kolejnego życia, ale nie jedyny. Możemy również na własną rękę odzyskiwać niepotrzebne i szykowane do wyrzucenia przedmioty, sprawiając,

że zamiast trafić do kosza, będą nam służyły w nowej odsłonie jeszcze jakiś czas.

Gdy miałam 12 lat, po raz pierwszy przerobiłam stare rzeczy na nową. Marzyłam o nauce gry na gitarze i na urodziny dostałam od babci instrument. Chciałam go natychmiast zabierać na wycieczki, zabłysnąć. Był tylko jeden problem: gitarę dostałam bez pokrowca. Wyciągnęłam więc z szafy przykrótkie džinsy, w schowku krawieckim mamy znalazłam suwak, a od starego plecaka odprułam ramiączka. I przystąpiłam do pracy: jedną nogawkę założyłam na gryf gitary, drugą nogawką – zszytą razem z resztą spodni – przykryłam pudło, wstawiłam też zamek błyskawiczny z boku, a z tyłu dwa skórzane uchwyty. Aby poprawić efekt i zasłonić przetarcia na džinsie, dodałam punkowe naszywki i pisane flamastrem peany na cześć ulubionych zespołów muzycznych. Polubiłam ten pokrowiec: towarzyszył mi przez wiele lat i kilka tysięcy kilometrów podróży. Do tej pory mam do niego sentyment. Jest pierwszą upcyklingową rzeczą, którą zrobiłam – a wtedy nawet nie wiedziałam o istnieniu pojęcia „upcykling”. Podobnie jak recykling oznacza ono odzysk, ale bardziej artystyczny i uprawiany na własną rękę.

– *Czy nie łatwiej po prostu kupić coś nowego?* – takie pytania zadawano mi bardzo często. Odpowiadałam zawsze, że dzięki przeróbkom doceniamy wartość posiadanych rzeczy, rozwijamy kreatywność, ograniczamy wydatki, które ponieśliśmy, chcąc kupić analogiczny przedmiot w sklepie, ale przede wszystkim zmniejszamy ilość śmieci w swoim otoczeniu.

Powoli świtało. Staliśmy na najwyższym wzniesieniu w okolicy – górze śmieciowej – i spoglądaliśmy w dół na śpiące jeszcze miasto. Może kiedyś jego mieszkańcy będą spędzali tu dni wolne, zimą jeździli na nartach i opowiadali dzieciom, że znajdują się na terenie dawnego składowiska odpadów. Zanim tak się stanie, minie sporo czasu. Być może więcej, niż zajęło mieszkańcom usypanie kopca.

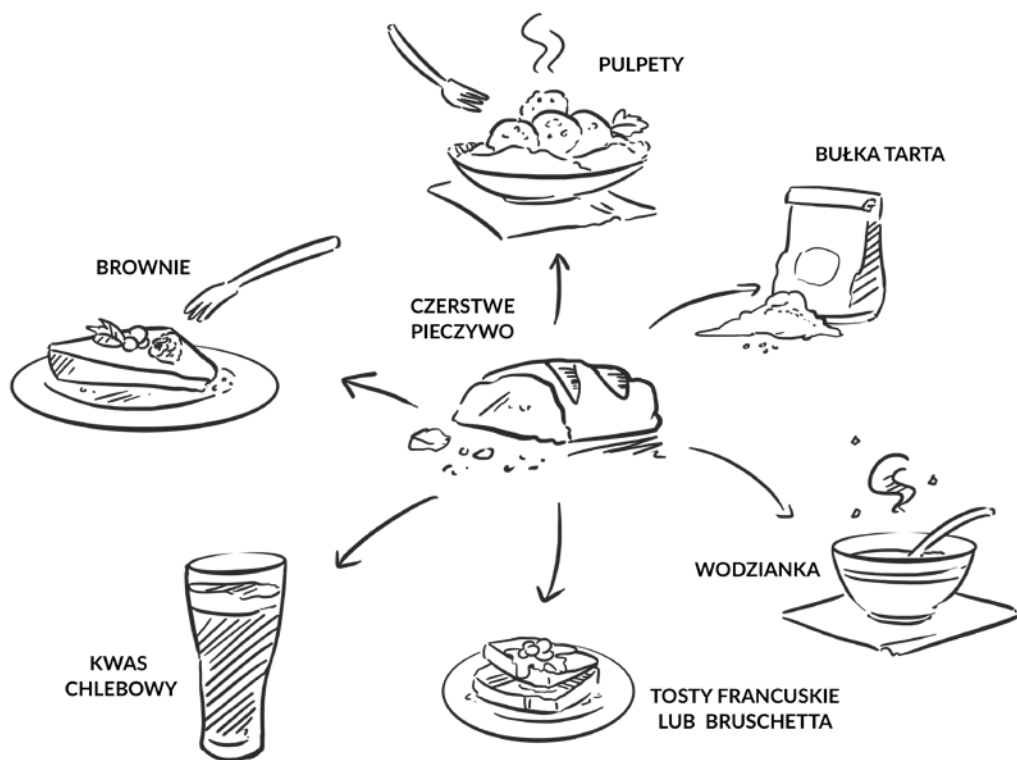
– *Zobacz!* – krzyknął Tadeusz. Zza zielonych gałęzi dzikich krzaków przebiegała duża pomarańczowa plama. Dynia! Rozejrzeliśmy się: nasłoneczniony stok górkę usiany był takimi plamami. – *Pewnie ktoś wyrzucił do kosza miąższ z pestkami, a one doskonale poradziły sobie*

*na wygaszanym składowisku* – strzelaliśmy. Szkoda tylko, że dynie z takiego podłoża średnio nadawały się do jedzenia. Zostały zmarnowane, a mogły wcześniej, jeszcze w postaci mięszu, trafić do przydomowego kompostownika i stać się nawozem dla roślin.

Dlatego tą książką chciałabym zachęcić do myślenia o odpadach przed wyrzuceniem do kosza. Do czego jeszcze mogą posłużyć? Czy da się marnować mniej? Ile środowisko zaoszczędzi na tym energii? Jak dużo wysypisk dzięki temu nie powstanie? O wszystkim, czego pozbywamy się dziś, pomyślmy nie jako o bezwartościowych śmieciach, tylko surowcach: do odzysku w instalacjach albo samodzielnego przetwarzania. Z korzyścią dla nas i świata, w którym żyjemy.

# ROZDZIAŁ I

## MARNOWANIE OD KUCHNI





**P**ewnego pięknego popołudnia postanowiłam, że w najbliższym tygodniu będę się żywiła freegańsko. Zamierzałam wykarmić siebie niechcianą żywnością. Tym, czego ludzie się pozbywają: wyrzucają, oddają, dzielą się, odsprzedają taniej, a co nadal jest zdatne do spożycia.

Freeganizm (od *free* – wolny, darmowy, i *veganism* – weganizm, choć to wcale nie oznacza, że wszyscy członkowie są na diecie roślinnej) jest ruchem, który powstał w opozycji do konsumpcyjnego stylu życia. Głównym celem freegan jest ograniczenie produkcji śmieci i marnotrawstwa jedzenia. W Polsce zwolennicy ruchu często nazywają siebie kontenerowcami, co wzięło się od poszukiwania żywności w należących do supermarketów pojemnikach na odpady. Bardzo ważnym elementem ruchu jest dzielenie się zdobytym jedzeniem z rodziną, znajomymi i innymi freeganami.

I tu cała na biało do akcji wkroczyłam ja. Poprzez eksperyment chciałam sprawdzić, czy da się wyżywić poza mainstreamem, czerpiąc jedynie z żywności pełnowartościowej, acz wyprodukowanej w nadmiarze i przez to prawdopodobnie skazanej na zmarnowanie.

Nazajutrz wyjadałam resztki z własnej lodówki. Klasyczny, ale ewoluujący w zależności od dostępnych składników, przepis na duszone warzywa w sosie pomidorowym pozwolił w sensowny sposób zagospodarować połówkę cebuli, jedną paprykę, „ogonek” cukinii, pozostałe po sałatce pół puszki groszku i koncentrat z dna słoika. Ściągnęłam jeszcze na zaś trzy aplikacje: Foodsi, ResQ Club i Too Good To Go. Wszystkie działają podobnie. Pozwalają przeglądać

na smartfonie lokale – restauracje, sklepy, piekarnie, cukiernie – które tego dnia nie wyprzedają wszystkich lunchów i szybko psującej się spożywkę i przed zamknięciem wolą je odstąpić za ułamek ceny, niż wyrzucić do kosza.

O świcie drugiego dnia eksperymentu, krążąc po raz pierwszy po pewnym bazarku w poszukiwaniach pasmanterii, z zaskoczeniem odkryłam, że w jednym z butików funkcjonuje jadłodzielnia. Szafka i lodówka do dzielenia się jedzeniem. Kto ma za dużo – przynosi, kto ma ochotę – bierze. W tej akurat było samo pieczywo. Zajadając się tostami francuskimi na drugie śniadanie, przejrzałam mapkę wszystkich warszawskich jadłodzielni. A co, dobry pomysł odwiedzić niektóre, gdy będę załatwiała sprawunki na mieście! Zaczęłam od najbliższej. Ktoś zostawił w niej rabarbar. Idealny do ciast, tart i wypiekanych deserów, o ile ma się pod ręką działający piekarnik. Ja chwilowo nie miałam, więc powtarzając w duchu jak mantrę, że sztuką jest też w porę odpuścić, ruszyłam do kolejnego punktu. Coś mi jednak nie dawało spokoju. Szybka weryfikacja w wyszukiwarce: no tak, ktoś wymyślił przepis na lecho rabarborem! Trudno, zgarnę wiecheć w drodze powrotnej. W lodówce numer dwa na zabranie czekało mnóstwo pieczywa i jeden kalafior. Tego warzywa przepis nie uwzględniał, ale trochę chleba zgarnęłam. Będzie do lecho, pomyślałam, bo cały poranny urobek usmażył się już na patelni. Trzeciej jadłodzielni szukałam długo. Chodziłam wte i wewte, zaglądałam za winkle, a niebieski punkcik nawigacji kręcił się jak szalony wokół miejsca zaznaczonego na mapie. Pukałam nawet do zamkniętych anonimowych drzwi w pobliżu, choć szafka miała być na zewnątrz, opatrzona charakterystycznym seledynowym plakatem. I kiedy, zmęczona już grą w chowanego, przysiadłam na murku, by jeszcze raz przyjrzeć się w internecie opisowi punktu, zauważyłam uwagę w nawiasie: „obecnie nie funkcjonuje”. Niedobrze. Ale może chociaż tego kalafiora wezmę, pocieszałam się, drepcząc kilometr z powrotem do poprzedniej jadłodzielni. Kto powiedział, że mam się trzymać przepisu? Skroi się, będzie danie. I tak leży niepotrzebny. Ale nie leżał. Gdy wróciłam, w lodówce numer dwa pozostało już tylko pieczywo. Po rabarbar w swojej okolicy wracałam więc pędem.

Z przystanku na bazar leciałam w podskokach i na finiszu... pocałowałam się z bramą. *Dziękujemy za wizytę* – głosił plakat nad kłódką – *zapraszamy ponownie jutro*. Czyli po rabarbarze. Dobrze, że w domu miałam jeszcze trochę duszonych warzyw z wczoraj.

Na szczęście kolejny dzień przyniósł bardziej hojne dary. Rano zgarnęłam z jadalni wegańską zupę z zielonych warzyw i dwa jabłka. Po południu – pęk rzodkiewki. Nie powiem, że była to królewska uczta, ale smaczne pierwsze danie z lekką sałatką i duszone na słodko jabłka z cynamonem na obiad oraz smarowidło z liści rzodkiewki, przyprawionych i posiekanych z czosnkiem, oliwą i pestkami słonecznika do kanapek (które to pieczywo również podjęłam ze społecznej lodówki) na kolację całkiem nieźle dawały radę.

Czwartego dnia eksperymentu postanowiłam wypróbować aplikacje. Nie, żeby wcześniej to postanowienie było mi obce, ale najwidoczniej brakowało szczęścia, bo co zerkalam na ekran – wszystkie zestawy były akurat wyprzedane. A tym razem się udało! I od razu w dwóch miejscach! Trzy aplikacje, które pobrałam – ResQ, Foodsi i TooGoodToGo – pośredniczyły między lokalami a klientami. Jeśli jakaś knajpa, sklepik albo piekarnia nie sprzedawała tego dnia wszystkich wypieków, posiłków lub miały produkty ze zbliżającym się terminem ważności, wstawiały je do aplikacji w niższej cenie. Użytkownik zaś wybierał interesującą go ofertę, płacił online i jechał po odbiór zwykle tuż przed zamknięciem lokalu. Obie strony miały z tego zysk: przedsiębiorca, zamiast wyrzucać żywność, zarabiał na niej co nieco, a klient kupował za połowę wartości. Jeśli zdarzyło się, że mimo wcześniejszej deklaracji knajpa wyprzedawała wszystkie posiłki na miejscu, odwoływała ofertę i zwracała pieniądze użytkownikowi. Z zakupem wypadało się spieszyć: latem 2019 roku, gdy przystąpiłam do eksperymentu, aplikacje dopiero zaczynały w Polsce działać, więc chętnych na okazyjne zestawy było więcej niż oferujących je miejsc. Trzeba było też gustować w niespodziankach. Lokale nie mogły przewidzieć, jakie dokładnie dania zostaną na koniec dnia, dlatego w ofercie nie podawały szczegółów (tylko w ResQ, wyjątkowo, kawiarnie dokładnie opisywały sprzedawane dania). Dopiero na miejscu użytkownik odkrywał, za co zapłacił. Tak oto w pierwszej knajpie przeżyłam rozczarowanie. Gdy przyjechałam, pizzeria miała

już przyszykowany do odbioru zestaw lunchowy. Za 15 zł dostałam tagliatelle z łososiem i suszonymi pomidorami oraz zupę z mięsem, którego nie jem. Wszystko, niestety, w jednorazowych opakowaniach. Wyboru nie było, zestaw zwinęłam. A drogi powrotnej musiałam nadłożyć, by zostawić w jadalni danie dla kogoś innego. Kolejną ofertę w aplikacji wybierałam już bardzo rozważnie. Knajpa miała w menu posiłki mięsne? Odpadała. Wystawiała potrawy lunchowe? Najpierw sprawdzałam, co jest daniem dnia. Wołałam nie ryzykować. Jeszcze lepiej, gdyby trafił się lokal, który już znałam. I voilà! Ofertę wrzuciła SoupCulture – knajpa serwująca wegańskie i wegetariańskie zupy w wypiekanych z mąki kubkach. Jadłam już tam wcześniej, smakowało mi. *Trafił swój na swego* – pomyślałam, gdy w aplikacji dostałam powiadomienie, by z myślą o środowisku zabrać ze sobą do lokalu własne opakowania. Za 6,99 zł napelniono mi słoik pysznym hiszpańskim chłodnikiem gazpacho i włożono jadalny kubek do mojego bawełnianego woreczka.

Piąty dzień eksperymentu rozpoczęłam od przeglądu internetowych grup dla freegan. Zasady były proste: kto miał do oddania (nieodpłatnie!) jedzenie, wrzucał zdjęcia i przybliżoną lokalizację. Chętni zgłaszali się w komentarzach, a w wiadomościach prywatnych pytali o dokładny adres. O ustalonej porze jechali po odbiór żywności, najczęściej do domu oddającego. *Mam porcję wege bigosu. Za dużo ugotowaliśmy, nie zjemy wszystkiego sami* – przeczytałam. *Biorę! Dotrę za 15 minut* – odezwałam się w komunikatorze. Chwilę później pakowałam już do torby pudełko duszonej w pomidorach kapusty ze śliwkami. I jedną kukurydzę, bo właścicielka nie miała pomysłu na samotną kolbę, więc zapytała, czy mi się nie przyda. Przyda się. Do czegoś na pewno.

Okazja nadarzyła się już nazajutrz. Podlewając wystawioną na balkon monstere, zauważyłam, że jakaś obca zielenina podkradała jej w doniczce przestrzeń życiową. *Na pewno wiecie, co to za stwór* – wysłałam zdjęcie do dziewczyn, z którymi współprowadziłam w Warszawie pracownię. Gosia Ruszkowska i Kaja Nowakowska, znane jako duet Mead Ladies, zęby pozjadały na dzikich roślinach jadalnych. *To żóttlica* – odpisała Kaja. *Możesz ugotować z niej ajiacco* – dodała

Gosia. Bingo! Szybki research w sieci podpowiedział, że ajiaco bogotano jest tradycyjną zupą kolumbijską i do przyrządzenia jej będę potrzebować jeszcze kilku składników. Ziemiaków, cebuli, czosnku, kolendry, selera naciowego, szczypiorku, soli, pieprzu, chili, śmietany, którą można zastąpić mlekiem kokosowym, kaparów i właśnie jednej kukurydzy. Kurczaka z oryginalnego przepisu wykreśliłam, zapas przypraw miałam, resztę ingredientów musiałam niestety dokupić. Po dwóch godzinach krojenia, pichcenia, mieszania, rozgniatania, wyjmowania z gara składników i dorzucania kolejnych, zająłabym się zabieloną zupą, w której pływały kawałki kukurydzy i kapary. Ciekawy pomysł na wykorzystanie chwastu i zbędnej kukurydzy, choć byłoby sporym nadużyciem powiedzieć, że zupa powstała wyłącznie z niechcianych roślin. Monstera z pewnością jednak była kontenta, w końcu miała donicę wyłącznie dla siebie.

Siódmego dnia postanowiłam zajrzeć do koszy na śmieci. Ale nie osiedlowych kontenerów, tylko pojemników przy punktach handlowych. Każdego dnia trafia do nich sporo niesprzedanej żywności: część ma bliską datę ważności, niektóre lekko po terminie, nieatrakcyjne z wyglądu, choć wciąż nadające się do jedzenia warzywa i owoce. Udałam się na bazaręk późnym popołudniem, gdy sprzedawcy powoli zamykali kramy i odkładali na bok produkty, które nie miały szansy następnego dnia trafić na ladę. Znosili potem te skrzynki do jednego miejsca, przy koszach na śmieci, gdzie czekałam na nie z torbami na zakupy. Jako pierwszy do środka wskoczył głąb kapusty. Był trochę poturbowany, ale wystarczyło zerwać zewnętrzne liście, aby dojrzeć pod spodem całkiem dobre warzywo. Trzy całe i jędrne pomidory wyłowione z krwawej miazgi pobratymców (jak one się tam uchowały albo czemu trafiły?). Garść pieczarek. Pudełko truskawek, z którego należało wybrać pojedyncze psujące się sztuki. Pęk nadwiędłych rzodkiewek. W domu włożyłam je do miski z wodą – odżyły! A duszoną z pomidorami i pieczarkami kapustą zająłabym się jeszcze przez następnych parę dni. Odgrzewana potrawka smakowała równie dobrze, jeśli nie lepiej.

Dlaczego zdecydowałam się na ten eksperyment?

Bo przeraża mnie skala marnowanego na co dzień jedzenia.

Twórcy aplikacji Too Good To Go podają, że na świecie co sekundę wyrzucanych jest ponad pięćdziesiąt ton jedzenia. Gdy mowa o marnowaniu żywności w Polsce, media od lat posługują się tymi samymi danymi statystycznymi. Według nich rocznie wyrzucamy w Polsce dziewięć milionów ton jedzenia, z czego dwa miliony ton my, konsumenci, sześć milionów – rolnicy, a pozostały milion dzieli między sobą przemysł przetwórczy, handel detaliczny, hotele i restauracje. – *To przestarzałe informacje* – mówiły Magdalena Bryksa-Szymańczak i Maria Kowalewska z Federacji Polskich Banków Żywności. Rzeczywiście, tak chętnie powielane przez media liczby biorą swój początek w badaniach opracowanych prawie dwadzieścia lat temu. Tymczasem najnowszy raport Banków Żywności „Nie marnuj jedzenia 2023” informuje, że każdego roku wyrzucamy do kosza dokładnie 4,8 milionów ton produktów spożywczych. Z czego sześćdziesiąt procent my – konsumenci. Jest różnica, prawda?

Zanim jednak zajrzemy do własnych lodówek i zastanowimy się, dlaczego wyrzucamy tak dużo jedzenia, prześledźmy drogę żywności od pól do naszych domów i zobaczmy, w jaki sposób jest ona na różnych etapach marnowana. Zacznijmy od upraw.

Adam ma plantację truskawek, do tego jest doradcą jagodowym i pomaga innym rolnikom produkować maliny, truskawki i wiśnie. Spotkaliśmy się latem 2018 roku, kiedy to wyjątkowo obrodziły owoce i warzywa. Wydawałoby się – powód do szczęścia. Tymczasem rolnicy protestowali pod Sejmem w Warszawie, sadownicy oddawali chętnym za darmo część urodzaju, a niezbrane owoce marniały na plantacjach. Skąd ten kryzys? – *Powiedzmy, że jedno gospodarstwo w każdym sezonie ma potencjał do wyprodukowania stu ton owoców. Tyle może uzyskać maksymalnie. Zawsze jednak jest coś ograniczającego produkcję: mrozy, które uszkodzają rośliny, wiosenne przymrozki, które niszczą kwiaty, albo deszczowe lato. Finalnie taki plantator produkuje sześćdziesiąt ton. Ale w tym roku mamy dobre warunki pogodowe, więc uzyskuje dziewięćdziesiąt ton. Gdy zsumuje się potencjał u wszystkich gospodarzy, powstaje nadprodukcja – tłumaczył plantator. Przy nadprodukcji owoce się marnują. – Bo co zrobić? Można podkręcić śrubę zakładom przetwórczym, ale one też mają swoje moce przerobowe. Jeśli wcześniej przerabiały dwadzieścia ton dziennie, to mogą zwiększyć do dwudziestu pięciu, ale nie stu ton dziennie.*

*Przez dwa lata jeździłam po Polsce i przyglądałam się temu, co dzieje się z zawartością naszych domowych koszy.*

*Odwiedzałam sortownie, instalacje przetwarzania odpadów i recyklingu.*

*Byłam w kompostowni, dokąd trafiają kuchenne resztki.*

*W zakładzie odzyskującym używane ubrania z kontenerów.*

*W papierni, która przetwarza kartony po mleku i soku.*

*W spalarni, gdzie jedyne, czym mogą się przysłużyć wyrzucone przedmioty, jest ich energia.*

*Na czynnym składowisku, gdzie odpady „umierają” powoli.*

*Rozmawiałam z ekspertami i osobami, od lat zajmującymi się tym, co dla innych stanowi temat tabu. Wiele zobaczyłam, sporo się dowiedziałam. Z przyjemnością podzielę swoimi doświadczeniami i spostrzeżeniami z Tobą na kolejnych stronach niniejszej publikacji.*

*Przedstawię też ludzi, którzy na różne sposoby przerabiają, odzyskują, ratują przedmioty i żywność. Opowiedzą o swojej pracy i, mam taką nadzieję – zarażą pasją.*

*Ja z kolei doradzę, jak marnować mniej jedzenia, gdzie przekazać niebezpieczne przedmioty i substancje, które mamy w swoich domach, oraz jak dbać o ubrania, by posłużyły dłużej. Opiszę, jakie proste i tanie rozwiązania stosuję na co dzień, by ograniczyć ilość wyrzucanych rzeczy. Podsunę też pomysł co do rozmieszczenia w domu pięciu koszy do segregacji – by odpady miały szansę zostać surowcami, nie śmieciami.*

**JULIA WIZOWSKA** – w 2015 roku założyła bloga [nanowosmieci.pl](http://nanowosmieci.pl), na którym znajdziesz sporo artykułów o odpadach i przykładów, jak możesz dawać drugie życie niepotrzebnym rzeczom, aby jak najmniej z nich trafiało do kosza. Na warsztatach, szkoleniach, webinarach i prelekcjach dla firm, instytucji i prywatnych grup opowiada o życiu z duchem natury i w zgodzie ze sobą. Autorka i współautorka kilkunastu książek. Pod swoim nazwiskiem prowadzi profil na Facebooku, kanał na YouTube i stronę [juliawizowska.com.pl](http://juliawizowska.com.pl) o słowiańskości i dobrostanie.



Książkę poleca



POLSKIE STOWARZYSZENIE  
**ZERO  
WASTE**



„Nie śmieci” dostępna jest  
również w formie drukowanej.

ISBN 978-83-956208-1-2

