PRAHA 10

BEZ ODPADU

Městská část Praha 10

odmítni redukuj použij zas recykluj pěstuj



vítejte ve světě bez odpadu



Milé sousedky, milí sousedé,

publikace, kterou držíte v ruce, je plná grafických materiálů, z nichž většinu jsme využili v naší informačně-osvětové kampani Duben bez odpadů. Jak název napovídá, zasvětili jsme jí celý duben (2021)… a nakonec i většinu května. Zdánlivě banální téma, jak životní prostředí nezatěžovat zbytečnými odpadky, se ukázalo ještě mnohem širší a komplexnější, než jsme původně čekali.

V souvislosti s odpady vidí mnoho lidí především kontejnery, které na mnoha místech celé České republiky doslova přetékají. Nemalá část obyvatel si pak stěžuje, že odvoz odpadků je nedostatečný, a veřejná správa je svou nečinností v důsledku nutí žít ve veřejném prostoru plném nepořádku a neestetických míst.

Jenže je to skutečně tak jednoduché?

Musím odpovědět razantní „ne“, aniž bych zpochybňovala, že leckde může odvážení skutečně váznout. Nic to totiž nemění na tom, že zodpovědnost za čistotu veřejného prostoru, a ochranu životního prostředí před haldami neužitečné hmoty, je primárně na nás všech – ano, i na mně a na vás.

Troufnu si tvrdit, že pokud budeme všichni o redukci odpadu přemýšlet jako o součásti každodenního života, kontejnery, popelnice, ani koše nikde přeplněné nebudou. Na následujících stránkách zjistíte, že je to mnohem jednodušší, než se zdá. A že odpadové hospodářství není sprosté sousloví, ani teoretický koncept, ale celkem fascinující obor.

Přeji vám příjemné čtení a nám všem méně odpadu!

Jana Komrsková,
místostarostka MČ Praha 10 pro oblast životního prostředí

BEZ ODPADU

Městská část Praha 10

místní Agenda 21

Zdravá města, obce, regiony České republiky

#dostbyloplastu

UDRŽITELNÁ PRAHA IO

odmítni



Chybí někde v Praze 10 kontejner na tříděný odpad?

Dejte nám vědět na bezodpadu@praha10.cz

Odmítni zbytečnost!
Předejdeš tak odpadu.

Šaty pořízené pouze proto, že byly ve slevě. Není to sice můj styl, ale byly za babku!

400 Kč / 2 nošení = 200 Kč

Šaty koupené s rozmyslem, a pak s radostí nošené dlouhá léta.

2 700 Kč / 90 nošení = 30 Kč



redukuj



Sešlápni!
Je to balzám na nervy.

Nesešlapaný odpad zaplní kontejnery neuvěřitelně rychle. Odpady, které se tam už nevešly, se pak plazí po širokém okolí a kazí náladu.

Když odpad před vyhozením sešlápneme, protáhneme si tím tělo, a kontejnery nebudou přetékat. Dvojitá krása!



použij zas



Zas a znovu.
A pak to pošli ještě dál!

Třeba taková kniha, ta nechce ještě množit papírový odpad! Navíc se před odhozením do papíru většinou musí svléct z kůže. To by byla její smrt.

Kniha bude mnohem raději znovu čtena. Možná si ji v knihobudce s nadšením najde ten, kdo ji už dlouho sháněl.



recykluj



Recykluj!
Dej odpadu nový život.

Tohle se do velkoobjemového kontejneru prostě nevešlo! A přitom je několik cest, jak s velkým odpadem naložit: dát do kontejneru, odvézt do sběrného dvora nebo do nábytkové banky.

Ze starých, nepotřených věcí se dají vyrobit velmi nápadité kousky!



pěstuj



Pěstuj!
Kompost i dobré vztahy.

PĚSTUJ KOMPOST.
Pořiď si či vyrob vlastní kompostér.

PĚSTUJ DOBRÉ VZTAHY.
Přebytečné jídlo dej do potravinové banky.



A všichni na tom vyděláme. :)

PRAHA IO

BEZ ODPADU



odmítni

PRAHA 10
BEZ ODPADU

Nejlepší odpad je ten, který nevznikne.

odmítni

Městská část Praha 10

BEZ ODPADŮ

Odmítni zbytečnost!
Předejdeš tak odpadu.



Kupujte jen to, co opravdu potřebujete.

Šaty pořízené pouze proto, že byly ve slevě. Není to sice můj styl, ale byly za babku!

400 Kč / 2 nošení **= 200 Kč**

Šaty koupené s rozmyslem, a pak s radostí nošené dlouhá léta.

2 700 Kč / 90 nošení **= 30 Kč**



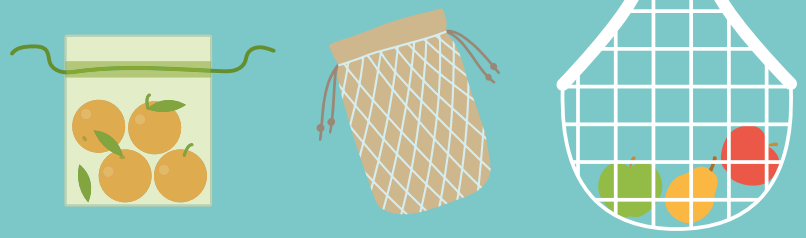
V kavárnách vám často a rádi dají **nápoje do vlastních kelímků nebo hrnečků.**

TIP

Do vlastního vám dnes nápoje vydá i velká část nápojových automatů.



Vezměte si s sebou **na nákup své vlastní sáčky a tašky**. Můžete si ušít vlastní látkové, třeba ze zbytků záclon, nebo několikrát použít plastové, které už doma máte.



„Bezobalové" nakupování je na vzestupu a nemusí se týkat jen bezobalových prodejen, i v supermarketech vám často dají u pultů do vlastního, stačí se jen zeptat.





Odmítněte letáky a zbytečné tiskoviny do schránky, pokud z ní putují rovnou do koše. Většinu letáků dnes najdete pohodlně online.

A všichni na tom vyděláme. :)

odmítni

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Začít nakupovat bez obalu není vůbec těžké.

odmítni



Městská část Praha 10

Jak nakupovat bez obalu

Bez zbytečných obalů můžete nakupovat nejen v bezobalových obchodech – zeptejte se třeba svého řezníka, zda vám dá nákup do vlastních krabiček.

Preferencí lokálních produktů snižujete počet obalů, kterými musí být zboží zabaleno při přepravě do obchodu.

Do čeho nakupovat?

→ **BAVLNĚNÉ SÁČKY**
se hodí na pečivo, sušené bylinky či ovoce, houby

→ **SÍŤOVANÉ SÁČKY**
jsou skvělé na ovoce a zeleninu

→ **VOSKOVANÉ UBROUSKY**
používejte místo potravinové folie

→ **SKLENĚNÉ NEBO PLASTOVÉ NÁDOBY**
se hodí na mouku, rýži, luštěniny, těstoviny, masné výrobky, stáčenou drogerii



Jak neplýtvat?

Plánujte dopředu a sepište si, co vám došlo a co budete potřebovat k vaření. Nezapomeňte si vzít s sebou svoje tašky a obaly.

Choďte nakupovat najezení a kupujte jen tolik, kolik opravdu potřebujete a spotřebujete. Pokud to lze, kupujte větší balení.

Osvojte si triky správného skladování potravin, aby vám vydržely co nejdéle. Snažte se spotřebovat to, co už máte v lednici.

A veškeré organické zbytky zkompostujte.



Kde nakupovat bez obalu najdete např. na mapě mapa.reduca.cz



A všichni na tom vyděláme. :)

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Při nákupu potravin pečlivě čtěte obaly.





Do vlastního obalu vám dají třeba kávu v mnoha podnicích na Desítce.

odmítni



PRAHA IO

BEZ ODPADU



redukuj

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Redukování se netýká jen snižování počtu obalů, ale také jejich zmenšení před vyhozením.

redukuj

Městská část Praha 10

BEZ ODPADŮ

Sešlápněte!
Je to balzám na nervy.

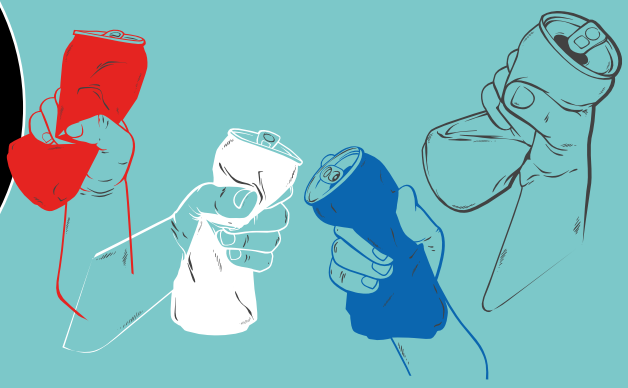


Nesešlapaný odpad zaplní kontejnery neuvěřitelně rychle. Odpady, které se tam už nevešly, se pak plazí po širokém okolí a kazí náladu. Proto prosíme neodkládejte odpad do již plných kontejnerů nebo vedle nich.

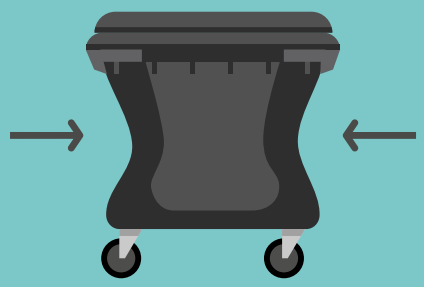
Když odpad před vyhozením zmenšíme na minimum, protáhneme si tím tělo, a navíc kontejnery nebudou přetékat. Dvojitá krása!

Chybí někde v Praze 10 kontejner na tříděný odpad?

Dejte nám vědět na bezodpadu@praha10.cz



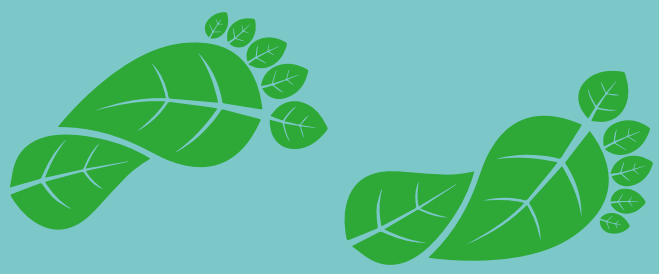
Důsledně třiďte. Ať toho přijde **do směsného kontejneru co nejméně.**





Pokud si můžete vybrat, **dejte při nákupu přednost materiálům, které se dají recyklovat**, a produktům, jejichž obal je co nejmenší. Ideálně nakupujte bezobalově.

Ptejte se rodiny a známých, jaké dárky by si přáli, **nahraďte část hmotných dárků zážitky** nebo třeba vlastnoručně vyrobenými dobrotami.



A všichni na tom vyděláme. :)

redukuj

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Kontejnery na tříděný odpad můžete mít třeba i ve svém vnitrobloku.

redukuj

BEZ ODPADŮ

Městská část Praha 10

Jak si zažádat o domácí stanoviště tříděného odpadu

O co můžu žádat?

O nádoby na plast, papír, sklo nebo nápojové kartony.



Kolik to stojí?

Za umístění nádob na tříděný odpad v domě, ani za jejich vyvážení se nepřiplácí.

Jak mám podat žádost?

Žádat může jen vlastník nemovitosti, ten podá žádost na radnici MČ, která ji vyřídí na magistrátu HMP.

Formulář a provozní pravidla jsou na webu: **verejneprostory.cz/odpady-a-pece-o-vp/sberny-a-odpady/trideny-odpad**

Jaká jsou pravidla?

Službu lze zřídit tam, kde jsou 4 a více bytových jednotek.

Nádoby musí být umístěny výhradně v domovním vybavení objektu (v domě, v ohrádce, kleci apod.).

Kde můžu získat více informací?

Na referátu čistoty Odboru životního prostředí.

Kontaktní email: **bezodpadu@praha10.cz**

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Nebuďme lhostejní
k nepořádku ve svém
okolí!

BEZ ODPADŮ

Městská část Praha 10

Jak hlásit nepořádek,
znečištění veřejných prostor či rozsáhlejší skládky

Formou záznamu přes službu „mobilní rozhlas“ na stránce
zmapujto.cz

Podáním na úřad, např. využitím Informační kanceláře:
info@praha10.cz

Přes webový formulář MMS podněty přístupný pod odkazem „upozorni na“ na hlavní stránce
praha10.cz

Možné je využít také magistrátní službu „změnte.to“ na
zmente.to

Kam lze přímo hlásit jiné závady ve veřejném prostoru

Dlouhodobě odstavené vozidlo – vrak:
Správa služeb hl. m. Prahy – **sshmp.cz**

Poruchy na veřejném osvětlení:
Technologie hl. m. Prahy – **thmp.cz**

Poškozené chodníky, vozovky, dopravní značení, světelná signalizace:
Technická správa komunikací hl. m. Prahy – **tsk-praha.cz/zavady**

redukuj

PRAHA 10
BEZ
ODPADU

Městská
část
Praha 10

BEZ
ODPADU

Sešlápněte lahve
i krabice před
vyhozením do
kontejneru – kromě
zmenšení objemu je
to i balzám na nervy!

Sešlápni!



**Víte, že sešlápnutím PET lahví
a kartonu ušetříte při vyhazování
až šedesát procent objemu popelnic?**

Do popelnice se tak vejde víc odpadu
a kolem nich je méně nepořádku.

redukuj

odmítni redukuj použij zas recykluj pěstuj

PRAHA IO
BEZ
ODPADU



použij zas

Nový život
pro staré věci.

použij zas

použij zas

Použij zas & znovu



Mnoho věcí, které už nevyužijeme, nemusíme nutně vyhodit.
Darujte jim nový život!



SWAP

Co to je? Je to jednoduše výměna věci, kterou nepotřebujete, za jinou, která se vám do domácnosti hodí.
Kde ho provést? V lokálních skupinách na Facebooku, mezi sousedy, nebo v rámci rodiny. Sledujte, kde se konají swapovací akce (nebo blešáky) ve vašem okolí.

UPCYKLACE

Co to je? Jednu věc, kterou už nevyužijete, přetvoříte v jinou! Ze zavařovačky se stane váza (a tou můžete někoho obdarovat), z palety postel, z lampy věšák na oblečení.
Kde hledat inspiraci? Mrkněte na YouTube. O upcyklaci už vyšly i knihy.



SHARING

Co to je? Sdílení. O sharing economy neboli sdílené ekonomice se v poslední době hodně mluví. Pokud nepotřebujete jezdit autem častěji než jednou týdně, proč ho nesdílet s ostatními?
Kde se to provozuje? Platforem je mnoho, protože sdílet lze téměř všechno. **CouchSurfing** – pro sdílení gaučů nadšenými cestovateli. **Rekola** – pro sdílení jízdních kol. **Autonapůl** – pro sdílení aut. Možností je mnoho, stačí najít tu, která vám vyhovuje.

REUSE CENTRA

Co to je? Centrum, kde uložené věci nafotí a nabídnou primárně těm nejpotřebnějším.
Kde to je? Sběrné dvory v ul. Zakrytá v Záběhlicích (Spořilov), Chvalkovická (Horní Počernice) a Pod Šancemi (Vysočany): **reuse.praha.eu**

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Aplikací a portálů na „poslání věcí dál“ je mnoho – vyberte si ty, které vám jsou sympatické.



Použij zas & znovu

KNIHY

Máte doma knihu, kterou jste už přečetli a vracet se k ní nebudete? Pošlete ji dál – třeba v knihobudkách.
Chcete si knihu nechat doma, ale nechcete, aby jen tak ležela? Nabídněte ji k vypůjčení na **knihofil.cz**



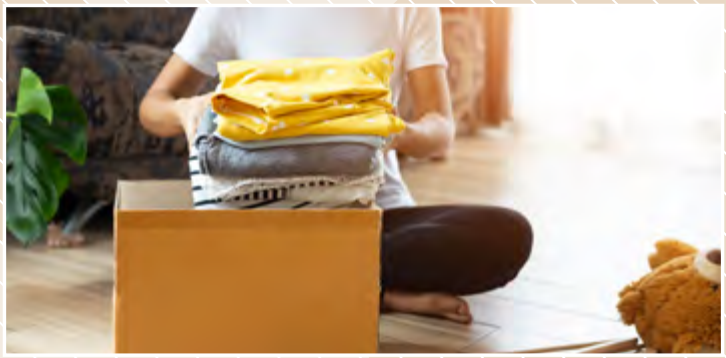
NÁBYTEK

Buď můžete swapnout, anebo nabídnout v Nábytkové bance – **nabytkovka.cz**.



POTRAVINY

Nevyužité potraviny (které ale nejsou zkažené) nabídněte třeba v Sousedském klubu – **sousedskyklub.cz**. Popořit můžete i Potravinovou banku Praha, která sídlí v Malešicích **potravinovabankapraha.cz**. Tématu nevyhazování potravin se věnuje i kampaň Zachraň jídlo, vyšla i kuchařka Zachraň jídlo v kuchyni.



OBLEČENÍ

Dát ho můžete třeba do kontejnerů na nepotřebný textil – **verejneprostory.cz/odpady-a-pece-o-vp/sberny-a-odpady/nadoby-na-pouzity-textil**. Sběrné středisko **Diakonie strom** v ulici Taškentská a Ostružinová přijímá kromě oblečení také hračky, obuv, lůžkoviny, drobné elektro a vybrané domácí potřeby – **diakoniestrom.cz/co-muzete-darovat**.

Věnovat věci lze i potřebným kolem vás, stačí se rozhlédnout nebo se zeptat v charitě (např. dobročinný obchod Sue Ryder má pobočku v Michli), v azylových domech, dětských domovech, pěstounských skladech a dalších institucích. Vždy se však dopředu ujistěte, že o vámi nabízené věci stojí.

použij zas

DALŠÍ WEBY A APLIKACE

praho.nevyhazujto.cz **darujizaodvoz.cz** **vsezaodvoz.cz** **kolaproafriku.cz**

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Přečetli jste knížku a už se k ní vracet nebudete? V knihobudce si ji najde nový čtenář.

použij zas

Knihobudky a knihovničky

Městská část Praha 10



1. **Vnitroblok Káranská – Božecká – Bydžovského**
   Malešice – nově 2020
2. **Malešický park**
   Malešice – nově 2020
3. **Park Jiřího Karena**
   Malešice – nově 2021
4. **Park Pod Rapidem**
   Strašnice – nově 2021
5. **Bezručovy sady**
   Vinohrady – nově 2020
6. **Park na náměstí Sv. Čecha**
   Vršovice – nově 2020
7. **Heroldovy sady**
   Vršovice, od 2013
8. **Park Malinová-Chrpová**
   Záběhlice, od 2013
9. **Vnitroblok Oblouková**
   Vršovice, od 2016
10. **KnihoBudka v nemocnici**
11. **Knihovnička KD Barikádníků**
12. **Knihovnička ZŠ EDEN**

MOJE STOPA
ZANECH STOPU NA MAPĚ PRAHY 10

POBOČKY MĚSTSKÉ KNIHOVNY (MKP) V PRAZE 10

- M **Bytový dům Počernická 64** Malešice
- Vr **Dům čtení Ruská 192** Vršovice
- S **Skalka Rubensova 2** Strašnice
- Vi **Korunní 68** Vinohrady
- Z **Zahradní Město OC Cíl Topolová 12a** Záběhlice

S výjimkou pobočky Malešice přijímá MKP použité knihy. Příjem však může být pozastaven do odvolání - např. v době pandemie.

PRAHA IO

BEZ

~~ODPADU~~



recykluj

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Správné třídění
odpadu je základ.

recykluj

recykluj

Recykluj!
Dej odpadu nový život.



Třiďte!
Čím méně toho skončí ve směsném kontejneru, tím lépe. Důsledné třídění vyvíjí i tlak na zpracovatele, aby se více rozvíjela cirkulární ekonomika.



Začnete už doma
Už v domácnosti si připravte různé nádoby/koše/pytle na jednotlivé druhy odpadu. Nemusíte pak trávit dlouhou dobu u kontejnerů dalším roztřiďováním.



Sešlapujte a trhejte!
Už doma se snažte zmenšit objem odpadu na minimum. Plastové lahve sešlápněte, velké kartonové krabice (pokud je už dál nemůžete použít) rozložte a rozřežte. Ušetříte až 60 % objemu kontejnerů, který mohou využít další občané.



Učte třídit děti odmala
Už malé dítě dokáže pochopit, že papír patří jinam než sklo. Zapojte i potomky do třídění a udělejte z něj hru.
S nadšením vám pomůžou třeba právě se sešlapáváním.



Dejte odpadu nový život
Ne vždy musí odpad do kontejneru. Ze starých, nepotřebných věcí se dají vyrobit velmi nápadité kousky - buď svépomocí (DIY = do it yourself) nebo např. v nábytkové bance, kam můžete starý nábytek odvézt. Krabice od lupínků se zas dají nastříhat na veliké kartony a donést do místní školky. Děti tak potěšíte neomezeným přísunem „pláten“ pro jejich malování.

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Při třídění vám pomůžou i symboly, které najdete na obalech výrobků.

recykluj

BEZ
ODPADŮ

Městská část Praha 10

Recyklační symboly



PANÁČEK
Nepovinný symbol, který nás nabádá, abychom neznečišťovali životní prostředí a odpad házeli do příslušných nádob.

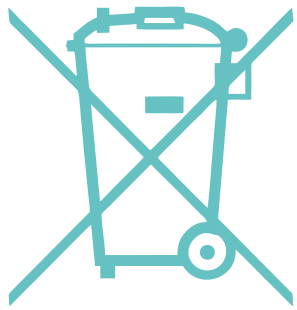
ZELENÝ BOD
Jde o ochrannou známku.
Za takovýto obal byl uhrazen finanční příspěvek na zpětný odběr a jeho další zpracování recyklací.





TROJÚHELNÍK S OBRYSOVÝMI ŠIPKAMI
Obal je recyklovatelný a zároveň je vyroben z recyklovaného materiálu. Pod symbolem najdeme další čísla a písmena, která určují, z jakého materiálu je vyroben.

PŘEŠKRTNUTÁ POPELNICE
Obal nepatří vytřídit ani do kontejnerů na tříděný odpad, ani do směsného. Obal musíme odevzdat prodejci nebo do sběrného dvora.





TROJÚHELNÍK S PLNÝMI ŠIPKAMI
Obal určen k recyklaci je označen číselným kódem nebo zkratkou materiálu, ze kterého je vyroben. Podle toho jej vhodíme do správné nádoby.

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Někdy není snadné se rozhodnout, co kam třídit. Pomůže vám naše infografika.

recykluj

TŘÍDĚNÍ aneb KAM S ČÍM?



Městská část Praha 10

#dostbyloplastu

UDRŽITELNÁ PRAHA IO

místní Agenda 21

PRAHA 10
BEZ
ODPADU

BEZ ODPADŮ

Městská část Praha 10

Objemný odpad z domácností můžete odkládat ve sběrných dvorech.

Kde najdu sběrný dvůr v dostupnosti pro občany Prahy 10?

→ **Praha 14 – Kyje** ul. Teplárenská 5 (cca 300 m po pravé straně od ul. Průmyslová)
tel. 272 700 952, 777 301 201

→ **Praha 2 – Vinohrady** Perucká 2542/10 (cca 200 m po pravé straně od ul. Vršovická)
tel. 236 040 000

→ **Praha 4 – Spořilov** ul. Zakrytá (slepá část ulice)
tel. 731 122 891

→ **Praha 3 – Žižkov** ul. Malešická (mezi ul. Na Vackově a Na Mokřině)
tel. 734 161 076

Slouží pro odkládání veškerého odpadu, který vznikne při provozu domácností: **elektrošrot** (pračky, televize, sporáky apod.), **objemný odpad** (nábytek, podlahové krytiny apod.), **chladicí zařízení, nebezpečný odpad, dřevěný odpad, kovový odpad, plasty, papír, sklo, odpad z údržby zeleně, potravinářské oleje v uzavřených plastových nádobách** aj.



Jednorázový návoz odpadu je omezen na vjezd vozidel max. do 3,5 t.

OTEVÍRACÍ DOBA SBĚRNÝCH DVORŮ:

Po – Pá: 8,30 – 18,00 hod. (v zimním období do 17,00 hod.);
So: 8,30 – 15,00 hod.

recykluj

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

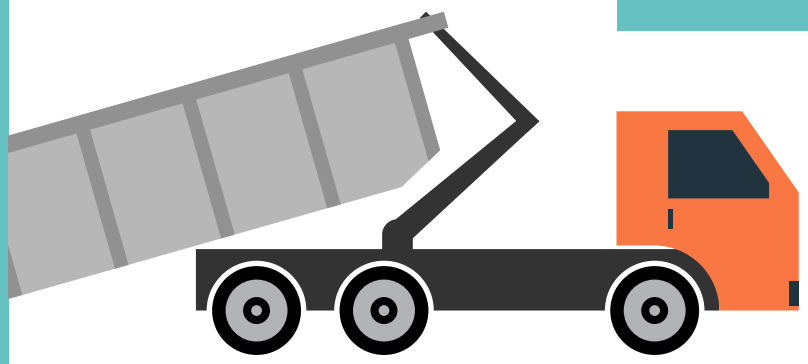
Pokud je pro vás sběrný dvůr daleko, využijte kontejnery na objemný odpad.

recykluj

BEZ
ODPADU

Městská část Praha 10

Kontejnery na objemný odpad



O co jde?

Tyto kontejnery jsou pravidelně přistavovány v ulicích Desítky, na celkem **90 stanovištích**.

Co do nich?

Kontejnery jsou určeny výhradně na objemný domovní odpad:

nábytek, kovy, sanitární keramika, zrcadla, sportovní nářadí apod.

Nepatří do nich elektrospotřebiče, pneumatiky, bioodpad, stavební a nebezpečné odpady.

Pro koho jsou?

Pro občany s trvalým pobytem v Praze.

Ti odkládají odpad bezplatně.

Více info na webu MČ:
praha10.cz/odpady
bezodpadu@praha10.cz

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Pokud máte doma nebezpečný odpad, můžete jej bezplatně odevzdat při službě mobilního svozu.

recykluj

BEZ
ODPADU

Městská část Praha 10

Nebezpečný odpad

Víte, že?

Nebezpečné odpady, stejně jako další vytříditelné druhy odpadu je **zakázáno ukládat do nádob na směsný odpad** nebo nádob určených na jiné než nebezpečné odpady.

Kam je odevzdat?

Buď na speciálně určená místa, do sběrného dvora anebo při mobilním svozu nebezpečných odpadů.



Co je nebezpečný odpad?

baterie | **akumulátory** | **nepoužitelné léky** | **barvy** | **lepidla** | **pryskyřice** | **spreje** | **nádoby od takových přípravků** | **zářivky a jiné odpady se rtutí** | **domácí a zahradnické chemikálie** – odmašťovací přípravky, přípravky na hubení plevele, hmyzu apod. | **kyseliny** | **hydroxidy** | **ředidla** | **fotochemikálie** | **mazací oleje a tuky** – kromě jedlého



Kapalné nebezpečné odpady jsou odebírány výhradně v pevně uzavřených nádobách.



Co nelze odevzdat?

Injekční stříkačky, lednice, televizory, elektrozařízení či jiné domácí odpady.

Kdo může odpad odevzdat?

Občané hl. m. Prahy mohou využívat všechny trasy mobilního sběru na území města. Není tedy nutné mít trvalý pobyt na území příslušné městské části, kde sběr aktuálně probíhá.

Rozpis a dotazy: praha10.cz/odpady

✉ bezodpadu@praha10.cz

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Chcete třídit zbytky z kuchyně nebo ze zahrady? Řešením je popelnice na bioodpad.

recykluj

Městská část Praha 10

Jak si zažádat o biopopelnici

alias kompostejner

Kdo může žádat?

Vlastník nemovitosti.

Jak si zažádat?

Vyplnit jednoduchý formulář na **bioodpad.praha.eu** anebo kontaktovat AVE Pražské komunální služby na **ave.cz**.

Proč si o ni zažádat?

Víte, že rostlinný odpad tvoří až 40 % obsahu běžných popelnic? Tento biomateriál, který by ještě mohl posloužit k ozdravení životního prostředí, tak končí ve spalovně. Topivo je to ale mizerné, špatně hoří. Živiny vyletí bez užitku komínem.

Jaký je měsíční poplatek za biopopelnici?

objem nádoby 120 litrů	objem nádoby 240 litrů	vyváží se
56 Kč	90 Kč	1x za 2 týdny
112 Kč	179 Kč	1x za týden
224 Kč	359 Kč	2x za týden

Kde najdu více informací?

bioodpad.praha.eu



PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Než vyhodíte třeba papírový kapesník v lese, přemýšlejte, jak dlouho se bude v přírodě rozkládat.

recykluj

Městská část Praha 10

BEZ ODPADŮ

Jak dlouho se co rozkládá v přírodě



PRAHA IO

BEZ

ODPADU



pěstuj

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Věnujte se nejen odpadům, ale i sobě a svému okolí.

pěstuj

Pěstujte...

... bylinky!

Vlastní bylinky vám při vhodné péči porostou celoročně i doma na parapetu – ušetříte tak plastové květináče, ve kterých se prodávají bylinky v supermarketech. A můžete podělit i své blízké.



... zeleninu!

Že na to nemáte místo? Pak se seznamte s tzv. KPZ: komunitou podporovaným zemědělstvím. Stanete se partnery „svého“ zemědělce, a máte tak jistotu, odkud vaše zelenina a ovoce pochází. Více na **kpzinfo.cz.**



... čistý vzduch!

Vyměňte občas auto za kolo nebo svoje nohy.
Pořiďte si pokojovky, které umí ze vzduchu filtrovat škodliviny.
Hned se vám bude lépe dýchat.

... dobré vztahy!

Došla vám mouka? Poproste souseda. Potřebujete poslat dál oblečení po dětech? Darujte je kamarádce.
Stýská se vám? Zavolejte babičce. Vztahy jsou pro náš život důležité stejně jako voda nebo vzduch. A taky dokážou velkou měrou přispět k menšímu množství odpadů, protože co se nehodí nám, může se hodit někomu jinému.

... zdravé tělo!

Ve zdravém těle zdravý duch, říká se! A na mnoho pohybových aktivit ani nepotřebujete speciální nářadí. Zkuste si jít zaběhat, dát si pořádnou procházku anebo zacvičit jógu v parku.





pěstuj

PRAHA 10
BEZ ODPADU

Bylinky jednoduše vypěstujete i doma – obejdete se tak bez bylinek v plastových květináčích z obchodů.

pěstuj

DESATERO Z DESÍTKY

JAK PĚSTOVAT BYLINKY V BYTĚ

1. SVĚTLO
Musí mít dost světla – ideální je jižní nebo západní parapet.

2. TEPLO
Důležitá je stálá teplota – nedávejte je nad radiátory anebo na kuchyňskou linku.

3. VODA
Zalévejte je malým množstvím vody, ale častěji.

4. ZEMINA
Pokud si domů nesete už předpěstované bylinky, vyměňte jim zeminu.

5. DRENÁŽ
Na dno květináče nasypte vrstvu písku anebo štěrku.

6. KVĚTINÁČ
Lepší je mít každou bylinku v samostatném květináči, některé se totiž nemají rády anebo potřebují jinak intenzivní zálivku.

7. KAFE A ČAJ
Hnojte je přírodně ☺ třeba lógrem, čajem z kopřiv nebo pampelišek.

8. ROSA
Pokud máte doma suchý vzduch, klidně bylinky jednou za čas oroste – dopřejete jim takový domácí „déšť“.

9. SEMÍNKA
Pokud jste se rozhodli bylinky pěstovat ze semínek, klidně si je nechte vyklíčit třeba v obalu z vajíček.

10. STŘIH
Bylinky pravidelně zastřihujte, jinak rostou jen do výšky a nekošatí.



Městská část Praha 10

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Co patří do kompostu a co ne? Napovíme vám.

pěstuj

BEZ ODPADU

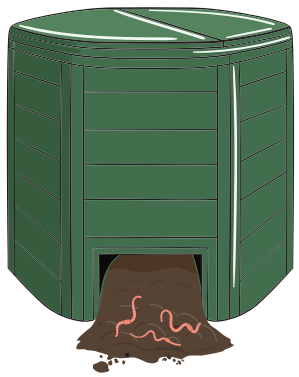
Městská část Praha 10

Co kompostovat
(a co ne)




zelenina


ovoce



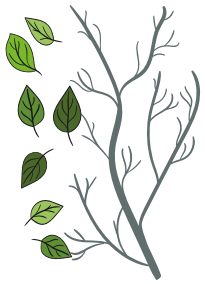

posekaná tráva, plevele a hlína


káva a čaj

papírové ubrousky


obaly od vajíček

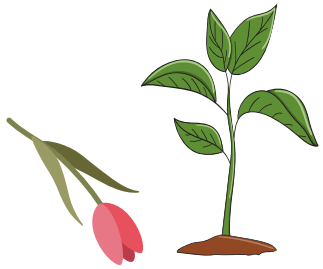

skořápky vajec


větvičky a štěpka


kousky papíru a kartonu


listí a menší větve


peří


rostliny


skořápky ořechů


vlasy a chlupy

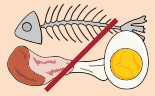

přírodní stelivo pro mazlíčky

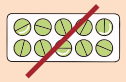

seno a sláma


mléčné prdukty


podestýlku masožravých mazlíčků


oleje a tuky


vejce, maso, kosti


léky


napadené rostliny


nálepky z ovoce


střepy


nedopalky cigaret

PRAHA 10
BEZ
ODPADU

Nevíte, pro který
způsob kompostování
se rozhodnout?

pěstuj

BEZ ODPADU

Městská část Praha 10

Tak vy chcete **kompostovat?!**

A kde? Doma?

ANO

Uvnitř?

Co žížaly?

FUUUJ!

KOMPOS-
TOVACÍ
NÁDOBA
BOKASHI

PARÁDA!

**VERMIKOM-
POSTÉR**

Venku?

Co budete kompostovat?

JEN ZBYTKY Z KUCHYNĚ → **KOMPOSTÉR GREEN CONE**

JEN SHRABANÉ LISTÍ → Hoďte ho **NA HROMADU!**

ZBYTKY Z KUCHYNĚ I ODPAD ZE ZAHRADY

Chcete mít kompost řádně oddělený od zahrady?

ANO

Rádi něco vyrábíte?

ANI NE

Kupte si
**PLASTOVÝ
ČI DŘEVĚNÝ
KOMPOSTÉR**

JASNĚ

Vyrobte si
**KOMPOSTÉR Z PALET
NEBO PLASTOVÝCH KRABIC**

NE

Chce se vám provádět výkopy?

ANO

ZAPUŠTĚNÝ KOMPOST

NE

NEPRŮSTŘELNÝ MULČ

Má to být jednoduché?
ZAS TAK NEMUSÍ

ANO

KOMPOSTOVACÍ HALDA

NE

Potkáváte se rádi s lidmi?

ANO

KOMUNITNÍ KOMPOSTÉR

NE

POPELNICE NA BIOODPAD

PRAHA 10
BEZ
ODPADU

Pokud nechcete kompostovat doma, využijte jeden z komunitních kompostérů na Desítce.

pěstuj

BEZ
ODPADU

Komunitní kompostéry

Městská část Praha 10

Slouží pro sběr organických zbytků z domácností, kompostování a využití kompostu v místě vzniku.

Kde je najdu?

- **sídliště Nučická**
  | 50.0678775N, 14.4971994E
- **vnitroblok Kubánské náměstí – Na Stezce**
  | 50.0702672N, 14.4783422E
- **vnitroblok Na Stezce x V Předpolí**
  | 50.0705528N, 14.4820867E
- **vnitroblok ul. K Louži**
  | 50.0660147N, 14.4594808E
- **ul. Oravská**
  | 50.0727375N, 14.5015233E
- **zeleň Jahodová x Švehlova**
  | 50.0582164N, 14.5092053E
- **vnitroblok Jerevanská x Bajkalská**
  | 50.0703292N, 14.4709783E
- **vnitroblok Lvovská x Vladivostocká**
  | 50.0699778N, 14.4748058E
- **ul. Vilová**
  | 50.0732817N, 14.4852000E
- **okraj Bohdaleckého lesa, při ul. Pod Sychrovem II**
  | 50.0591933N, 14.4639792E

Co tam patří?



Více info: praha10.cz/odpady
Dotazy: bezodpadu@praha10.cz

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Komunitní zahrady na Desítce

Nemáte zahrádku, ale rádi byste pěstovali vlastní potraviny? Přidejte se k lidem v komunitní zahradě.

Vršovice
Krymská

facebook.com/vrsovickazahrada

Bohdalec
Bohdalec

mapko.cz/406550-zahrada--bohdalec

Strašnice
KD Barikádníků

kdbarikadniku.cz/komunitni-zahrada

Strašnice
Vilová I Miluška

mapko.cz/720054-komunitni-zahrada-miluska

Strašnice
Pod Rapidem

instagram.com/zahrada_pod_rapidem

Strašnice
Tehovská

facebook.com/parciktehovska

Více o desítkových komunitních zahradách

pěstuj

PRAHA IO
BEZ ODPADU

I vzduch se dá čistit – tyhle rostliny z něj filtrují nebezpečné látky.

pěstuj

ROSTLINY, KTERÉ PODLE NASA ČISTÍ VZDUCH



1 dracena



2 ledvinník ztepilý



3 zelenec



4 lopatkovec



5 fíkus benjamínek



6 šplhavnice zlatá



7 anturie / toulitka



8 dračinec vonný



9 tchyním jazyk



10 břečťan

Městská část Praha 10

PRAHA IO ZDRAVÁ

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Víte, kolik % lidí třídí bioodpad? Nebo kolik zabírá místa ve směsném? Dozvíte se v desateru.

pěstuj

Městská část Praha 10

EKODOMOV



DESATERO Z DESÍTKY

kompostování

Víte, že...

01/10



... když se v Česku lidí zeptáte, co **dělají pro životní prostředí**, 95,44 % z nich vám odpoví, že třídí odpad?

Běžné třídění, které bychom podle barev sběrných nádob mohli rozdělit na modré, zelené, žluté a oranžové, zvládá 73 % Čechů.

Každý z nás odevzdá do sběrných nádob na třídění ročně odpad o váze 51 kg.

Víte, že...

02/10

... pokud jde o **bioodpad** – tedy organický odpad (ze zahrady a kuchyně) – **vyprodukuje ho každý z nás** celkem cca 100 kg ročně.

68,26 % lidí bioodpad třídí. V roce 2018 se ho u nás vytřídilo 670 000 tun, Pražané ho loni do kompostáren odevzdali 5 126 tun.



Víte, že...

03/10



... **pokud bioodpad netřídíte** a házíte ho „do směsi“, ve vaší černé popelnici zabírá cca 40 % místa?

Spolu se směsným odpadem nakonec skončí buď ve spalovně (kde špatně hoří) nebo na skládce (kde probíhá jeho anaerobní rozklad). V obou případech produkuje skleníkové plyny, které přispívají ke změně klimatu.

Víte, že...

04/10



... **do bioodpadu patří** veškeré organické zbytky rostlinného původu z vaší zahrady a kuchyně?

Klidně sem můžete házet slupky a odřezky ze zeleniny a ovoce (včetně banánů a pomerančů), skořápky od vajíček, kávovou sedlinu, čajové sáčky (vyjma těch textilních), posečenou trávu, spadané listí, zvadlé květiny, štěpku, hobliny, kůru, kartón (od toaletního papíru a vajíček) i podestýlku býložravých zvířat.

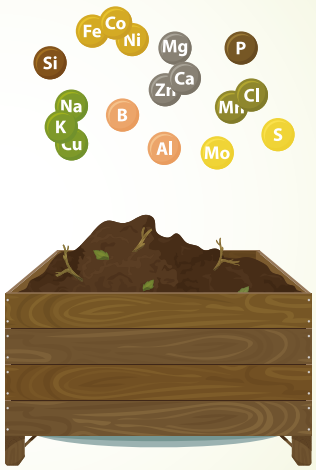
PRAHA IO
BEZ ODPADU

Jak naložit
s vermikompostem?
I to jsme pro vás
zjistili.

pěstuj

Víte, že...

05/10



... 61,5 % lidí, kteří třídí bioodpad, ho **kompostují** v zahradním kompostéru?

11 % používá tzv. kompostejner, tedy hnědou popelnici, 9,19 % krmí bioodpadem žížaly ve venkovním a 7,38 % v interiérovém vermikompostéru.

3,76 % dotázaných kompostuje komunitně, tedy společně se sousedy.

Víte, že...

06/10

... hlavní důvod, **proč se lidé do třídění a kompostování bioodpadu nepouštějí**, je ten, že „nemají kam umístit kompostér“? Jde většinou o obyvatele měst, kteří žijí v bytě bez zahrady.

I ve městě ale existuje **několik účinných způsobů**, jak si s bioodpadem vyprodukovaným v domácnosti poradit.



Víte, že...

07/10

... jako vlastník nemovitosti, sdružení vlastníků jednotek (SVJ) nebo bytové družstvo si můžete objednat hnědou popelnici, tzv. **kompostejner**? www.ave.cz/cs/svoz-bioodpadu-v-praze

Od klasické popelnice se konstrukčně liší – je vybavený větracími otvory zajišťujícími cirkulaci vzduchu a odvádění vlhkosti. Na dně je umístěná mřížka oddělující pevnou část bioodpadu od kapalné složky, takže se daří eliminovat zápach a případný výskyt larev, snižuje se celková hmotnost odpadu a skladovaný materiál se udržuje v dobré kondici pro další kompostování.

Bioodpad se v Praze sváží celoročně i sezónně a jeho svoz funguje v podobném režimu jako svoz odpadu komunálního. Jeho jedinou nevýhodou je, že si vaše záhony a květníky hotového kompostu moc neužijí.

Víte, že...

08/10

... **interiérový vermikompostér**, který zpracovává bioodpad za pomoci kalifornských žížal, si po tříměsíčním rozjezdu poradí s veškerým organickým materiálem, který vyprodukuje kuchyň průměrné čtyřčlenné domácnosti?

Vermikompostér si **můžete sami vyrobit** a třeba přitom ještě zrecyklovat kbelíky od barvy (primalex.cz/vymalovano/3-Vermikomposter) nebo si ho koupit včetně startovací násady kalifornských žížal (ekonakup.cz /vermikompostery).

Žížaly můžete také ulovit od úspěšných chovatelů na mapko.cz.

DESATERO Z DESÍTKY
kompostování

Městská část Praha 10 EKODOMOV

Víte, že...

09/10

... v domácím vermikompostéru vyrobíte už po třech měsících provozu **vermikompost**, který se při průchodu trávicím traktem žížal obohatil a je složený z unikátní kombinace enzymů, huminových kyselin, minerálních látek a růstových hormonů?

K dispozici máte také kouzelnou tekutinu zvanou **žížalí čaj**, která se shromažďuje v jímce vermikompostéru.

Když vaše rostliny tohle tekuté hnojivo jednou ochutnají, už nebudou chtít jinak. Zesílí, rozrostou se a rozplodí a budou odolnější proti suchu, chorobám, plísním i škůdcům. Po zředění vodou v poměru 1:1, 1:9 nebo 1:10 (zdroje se liší) můžete rostliny postřikovat nebo zalévat, v obou případech jsou pro ně živiny využitelné.







DESATERO Z DESÍTKY
kompostování

Městská část Praha 10 EKODOMOV

Pokud...

10/10

... bydlíte v Praze 10 a **chcete začít kompostovat se sousedy**, máte štěstí!
Můžete se přidat ke komunitnímu kompostování, které městská část dlouhodobě podporuje.

Právě teď ve spolupráci s neziskovkou Ekodomov (ekodomov.cz) mapujeme přesné rozmístění, stav, funkčnost a kapacitu komunitních kompostérů na Praze 10. Souhrn komunitních kompostérů najdete na verejneprostory.cz/odpady-a-pece-o-vp/bioodpad/komunitni-kompostovani.

Případné nové zájemce rádi propojíme se správci komunitních kompostérů v blízkosti bydliště.
Stačí se ozvat na adam.slegl@ekodomov.cz
nebo na bezodpadu@praha10.cz.

PRAHA IO

BEZ ODPADU

bonusy

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Vyzkoušejte si svoje znalosti v našich online kvízech na **https://bit.ly/Odpadovy_kviz1** nebo **https://bit.ly/Odpadovy_kviz_2**

bonusy





Třídění můžete
s dětmi natrénovat
s naší vystřihovánkou.
Ke stažení na
desítkovém webu
praha10.cz

bonusy



Zahrajte si únikovku
s tématikou odpadů.
Na **https://bit.ly/**
odpadova_unikovka

DUBEN
BEZ
ODPADŮ

Městská
část
Praha 10

Odpadová únikovka!



Prolom kód!

bonusy

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

Některé výrazy z odpadového hospodářství jsou stále tak trochu záhada. Co znamená permakultura?

bonusy

DUBEN BEZ ODPADŮ

Městská část Praha 10



slovníček

Cirkulární ekonomika je koncept produkce, jenž je v souladu s ochranou životního prostředí při zajištění kvality lidského života.

Podstatou tohoto mechanismu je oběhové hospodářství, kdy nedochází ke vzniku odpadu, ale všechny suroviny jsou využity v rámci uzavřeného koloběhu výroby. A zbytkový odpad je v maximální míře využit.



cirkulární ekonomika

Kompostejner je (většinou) hnědá nádoba speciálně upravena pro vkládání bioodpadu. Je vybaven provzdušňovacími otvory, které zabraňují hnití bioodpadu.

Na rozdíl od kompostéru slouží jen k dočasnému uložení organického materiálu před jeho odvozem do kompostárny.



kompostejner

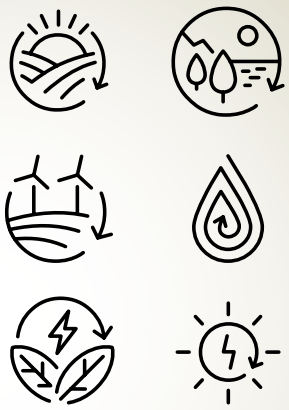
Komunální odpad je veškerý odpad vznikající při činnosti fyzických osob na území obce.

Pod pojem zahrnujeme tříděné složky odpadu, objemný, nebezpečný, biologicky rozložitelný a směsný (zbytkový/ nevytříděný) odpad.



komunální odpad

Obnovitelné zdroje – takové zdroje energie, které se v lidském časovém měřítku přirozeně obnovují, patří mezi ně uhlíkově neutrální zdroje, jako jsou sluneční záření, vítr, déšť, příliv, vlny a geotermální teplo.



obnovitelné zdroje

Permakultura je koncepce přístupu k zemědělství, přírodě a životnímu prostředí obecně usilující o regeneraci přírodních zdrojů.

Permakulturní hospodaření lze uplatňovat i na domácích zahrádkách. Základním principem je upustit zcela od používání chemických prostředků a usilovat o přírodní rovnováhu, např. přilákáním živočišných opylovačů.



permakultura

PRAHA IO
BEZ
ODPADU

A co znamená upcyklace nebo zónování pozemku?

bonusy

Reuse neboli znovupoužití je princip oběhového hospodářství, který vede ke snižování produkce odpadu tím, že se prodlužuje životnost starých věcí jejich opravou nebo darováním, aby byly ještě dále použity.

Typickým příkladem jsou také vratné obaly, např. zálohované láhve, které se použijí několikrát.

Swap je výměna užitečné věci mezi dvěma osobami, na dobročiném bazaru apod.



reuse & swap

Recyklace vs třídění, jak se tyto pojmy liší?

Pokud vložíme odpad do k tomu určené nádoby, pak jej třídíme.

Když se tento odpad po zpracování využije při výrobě jako vstupní surovina, pak byl recyklován.



třídění vs recyklace

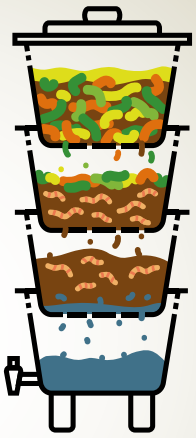
Upcyklace je proces přeměňování odpadového materiálu nebo nepotřebných věcí v nové funkční produkty. Ty dostanou svou druhou šanci. Kupříkladu ze starých palet se vyrobí zahradní nábytek či z elektro součástek šperky.



upcyklace

Vermikompostování je způsob kompostování využitím žížal, které zajistí rozklad rostlinných zbytků na organické hnojivo.

Je vhodné i pro toho, kdo nemá vlastní zahrádku. Vermikompostér lze umístit na balkon, chodbu, do garáže nebo jako designový prvek i přímo v bytě.



vermikompostování

Zónování pozemku je způsob rozdělení a údržby zahrady v souladu s přírodními zákonitostmi, aby byla zároveň funkční a komfortní. A to jak pro svého uživatele, tak také pro další organismy dle principu pestré druhové rozmanitosti žádoucích rostlin a živočichů.



zónování pozemku

DUBEN
BEZ
ODPADŮ

odmítni redukuj použij zas recykluj pěstuj

slovníček

2021 © MČ Praha 10

Městská část Praha 10

Chcete se dozvědět
o odpadech více?
Přinášíme knižní tipy.

bonusy

KNIHY O BEZ ODPADU

DESATERO
Z DESÍTKY
IO XXXV

pro dospělé



Bea Johnson
DOMÁCNOST BEZ ODPADU
PeopleComm

Jana Karasová, Helena Škrdlíková,
Michaela Gajdošová
ŽIVOT SKORO BEZ ODPADU
CPRESS

Thomas Hylland Eriksen
ODPADY: ODPAD VE SVĚTĚ NETUŠENÝCH VEDLEJŠÍCH ÚČINKŮ
Doplněk

Christoph Schulz
STOP DOBĚ PLASTOVÉ!
GRADA

Jitka Rákosníková
RECYKLOVANÁ KUCHAŘKA
Smartpress



Alex Frith
CO SE DĚJE S ODPADEM
Svojtka

Karine Balzeau
ZERO WASTE PRO DĚTI
CPRESS

Kateřina Gančarčíková
PŘÍBĚH ODPADU
EDIKA

Christiane Engel
JAK TO ŽIJE: RECYKLACE
SVOJTKA

Miroslava Malaníková
POHÁDKA Z KONTEJNERU
Eko-Kom

pro děti

Městská
část
Praha 10

PRAHA IO
ZELENÁ

na kampani městské části Praha 10 se dále podíleli

Veronika Bernard
*instagram.com/_weef_*

Dagmar Bočková
AVE Pražské komunální služby

Veronika Doubnerová
Pražský inovační institut

Vlastislav Kotrč
Ministerstvo životního prostředí

Iva Linhartová
místní spolek Bubahof

David Podrábský
Domůbezobalu

Petra Strouhalová
Magistrát hl. m. Prahy

Adam Šlégl
Ekodomov

děkujeme!



Milé čtenářky, vážení čtenáři,

na konec vždy patří poděkování. V tomto případě srdečné poděkování všem, kteří s námi šli do kampaně Duben bez odpadů. Jejich výčet najdete na této straně, a my zcela záměrně neuvádíme pouze instituce, jež kolegové reprezentují, ale také jejich jména.

Ano, materiály jsme kompletně zpracovali ve vlastní radniční kuchyni. Bez vědomostí, zajímavých postřehů a hlavně vstřícnosti těchto expertů by ovšem byl výsledný pokrm chudší o celou řadu důležitých ingrediencí. To nejdůležitější jsme se vám snažili předat na dvou online fórech, která jsme živě přenášeli na Facebooku naší městské části a tamtéž jsou k dohledání. Mám obrovskou radost z toho, jak ochotně se jich zmínění odborníci zúčastnili. A že nechyběly ani zástupkyně z řad našich aktivních sousedek z Desítky.

Děkuji!

Název naší iniciativy #dubenbezodpadu je samozřejmě nadsázka – zcela bez odpadů žít nejde. Na snižování jeho produkce ale nepřestávejme pracovat!

Milan Maršálek,
předseda Výboru MČ Praha 10 pro životní prostředí a infrastrukturu

PRAHA IO
BEZ ODPADU

Vydala MČ Praha 10 jako shrnující materiál ke kampani **#dubenbezodpadu** v roce 2021

Jana Komrsková, místostarostka MČ Praha 10 pro oblast životního prostředí
Milan Maršálek, předseda Výboru pro životní prostředí a infrastrukturu ZMČ P10
Martin Pecánek, vedoucí Odboru životního prostředí MČ Praha 10
Roman Kaštovský, vedoucí referátu čistoty a pracovník ekoosvěty MČ Praha 10
Anna Březinová a Jan Hamrník, Tiskové oddělení MČ Praha 10
Tomáš Janík, koordinátor procesů udržitelného rozvoje, Kancelář starostky MČ Praha 10
Iva Hájková a Šimona Huitric, oddělení strategického rozvoje a participace MČ Praha 10

Editace a korektura:
Jitka Parbusová a Marcel Pencák, Tiskové oddělení MČ Praha 10

Grafika:
Lenka Vaculová, Tiskové oddělení MČ Praha 10

Foto a obrazové materiály:
Archiv MČ Praha 10, Adobe Stock

Vydáno pouze v elektronické verzi z důvodu šetrné spotřeby papíru.
V případě potřeby vytiskněte na recyklovaný papír. Děkujeme.

Městská část Praha 10