

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Zero waste - filozofia życia



**Zero waste (zero śmieci), czyli dążenie do redukcji ilości odpadów produkowanych przez pojedyncze osoby, to nowe spojrzenie na problem ochrony środowiska. To filozofia życia skłaniająca do bardziej odpowiedzialnych decyzji zakupowych - mówi dr Agata Rudnicka z Wydziału Zarządzania Uniwersytetu Łódzkiego.**

"W zero waste upatruje się korzyści związanych ze zmniejszeniem zużycia zasobów oraz bardziej racjonalnym podejściem do minimalizowania ilości odpadów" - dodaje dr Rudnicka.

Badaczka zwraca uwagę, że w styczniu obchodzimy dzień bez opakowań foliowych, a we wrześniu masowo sprzątamy świat. Przykładamy też coraz większą wagę do problemu smogu i doceniamy wartość zasobów naturalnych.

„Może cieszyć fakt, że publicznie zaczynamy debatować o problemie rosnącego zanieczyszczenia środowiska. Nadal jednak mamy duży problem społeczny w uświadomieniu sobie, że odpady nie znikają z chwilą, gdy wrzucimy je do kosza, a średni czas ich rozkładu to kilka do kilkuset lat” - podkreśliła ekspertka.

Przypomniała, że odpowiedzią na wyzwania środowiskowe są nowe regulacje prawne, np. niedawno ogłoszona europejska strategia w dziedzinie tworzyw sztucznych, mająca doprowadzić do zmian w projektowaniu, wytwarzaniu i stosowaniu tego rodzaju produktów w UE czy prowadzenie opłaty recyklingowej w Polsce. Również biznes zaczyna coraz bardziej angażować się w inwestycje i działania, które przynoszą realne korzyści dla środowiska.

Zdaniem ekspertki wysiłek wkładany przez administrację publiczną czy sektor biznesowy nie wystarczy jednak do tego, żeby zmienić spojrzenie na ochronę środowiska. Niezbędne jest bowiem spojrzenie na ten problem z punktu widzenia jednostki i poznanie obszarów, gdzie każdy osobiście mógłby się zaangażować.

Jak podkreśliła dr Rudnicka, jedną z koncepcji, która stara się wyjaśnić istotę osobistego zaangażowania na rzecz ochrony środowiska i pokazuje, w jakim kierunku warto podążać jest tzw. zero waste (zero śmieci, brak odpadów), czyli dążenie do redukcji ilości odpadów produkowanych przez pojedyncze osoby.

Jednym z przykładów działania idei zero waste jest np. korzystanie z lnianych czy bawełnianych toreb na zakupy, zastępujących torebki jednorazowe. Ważnym elementem tej filozofii jest zasada 5R's (refuse, reduce, reuse, recycle, rot) odnosząca się do minimalizowania negatywnego oddziaływania na środowisko poprzez redukcję ilości odpadów.

„Chodzi m.in. o kupowanie produktów bez opakowań, kupowanie produktów nieprzetworzonych i bez opakowań od lokalnych producentów, rezygnację z plastikowych kubków na rzecz bidonów

i szklanych butelek, używania ręczników bawełnianych zamiast papierowych i wiele innych prostych działań, rezultatem których jest ograniczanie negatywnego wpływu na środowisko" - dodała dr Rudnicka.

Istotna jest także maksymalizacja wartości użytkowych towarów, dawanie im drugiego życia, współdzielenie, naprawianie. To również bardziej świadome zakupy, np. odzieży, która wykonana jest z materiałów ekologicznych i organicznych oraz ograniczania liczby kupowanych rzeczy, czy takich ilości jedzenia, aby się nie marnowało.

„Lista możliwych działań jest długa, ale najtrudniejsze wydaje się wypracowanie nowych nawyków, które pozwolą na intuicyjne dokonywanie wyborów, które są bardziej przyjazne dla środowiska, a jednocześnie nie będą dodatkowym wysiłkiem czy poczuciem straty jakiejś wartości dla konsumenta” - podkreśliła.

Nie chodzi też - jak zaznaczyła - o całkowitą rezygnację z zakupów, ale o bardziej przemyślane wybory i odpowiadanie sobie na pytanie, czy to, co chcemy kupić, jest naprawdę potrzebne.

Według niej zero waste to proces rozłożony w czasie, a nawyki prośrodowiskowe - co pokazują eksperymenty - osiąga się po kilku miesiącach, a nawet latach. „Mocnym argumentem dla nieprzekonanych na rzecz filozofii zero waste może być to, że nieracjonalne i nieodpowiedzialne zakupy, to nic innego jak strata pieniędzy” - podsumowała ekspertka z Uniwersytetu Łódzkiego.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/28116.html>



23-06-2026

## [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## **Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią**

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## **Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny**

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## **Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne**

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## **Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego**

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## [Przyjemnych snów życzy anestezjolog](#)

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

## [Za mało siedzenia także może szkodzić](#)

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

**Informacje dnia:** [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad](#)

[terapię](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

## **Partnerzy**