

# Изменение климата

Советы о том, как сократить свой углеродный след

**Углеродный след** – это суммарные выбросы всех парниковых газов, которые оставляет человек, пользуясь энергетическими ресурсами или совершая покупки.

**CO<sub>2</sub>** (углекислый газ) – основной парниковый газ, влияющий на изменения климата. Он выделяется в атмосферу при сжигании ископаемых видов топлива: нефти, угля и природного газа, которые используются для получения энергии. Значит, снижая ежедневные расходы энергии и ресурсов, можно сократить выбросы CO<sub>2</sub> и помочь планете. Как это можно сделать? Читай советы – **СО<sub>2</sub>КРАЩАЙ!** **СО<sub>2</sub>УЧАСТВУЙ!** **СО<sub>2</sub>ХРАНЯЙ!**

## СО<sub>2</sub>КРАЩАЙ! СО<sub>2</sub>УЧАСТВУЙ! СО<sub>2</sub>ХРАНЯЙ!

### В ШКОЛЕ

Повесь этот плакат у себя в школе или в подъезде дома.

Расскажи об этих советах друзьям и знакомым.

**СО<sub>2</sub>УЧАСТВУЙ!**  
в борьбе с изменением климата!

### ПО ДОРОГЕ В ШКОЛУ, НА ОТДЫХЕ И В ПОЕЗДКАХ

Чаще **ходи пешком** и пользуйся велосипедом.

Пользуйся **общественным** транспортом.

При поездке в другой город, если он не очень далеко, отдай предпочтение **поезду**, а не самолёту.

**СО<sub>2</sub>КРАЩАЙ** свой углеродный след!

### СОВЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

**Плотно закрывай** водопроводный кран.

Относись **бережно** к вещам, тогда они прослужат дольше.

Реже пользуйся принтером, **экономь бумагу**.

**Сортируй отходы** для их переработки и вторичного использования.

Используй вещи, произведённые из вторсырья, или те, которые могут пройти **вторичную переработку**.

**СО<sub>2</sub>ХРАНЯЙ** природу и ресурсы!

### В МАГАЗИНЕ

Когда вы с родителями идёте в магазин:

- берите **свою сумку** – реже используйте разовую упаковку;
- покупайте бытовые электроприборы с **низким** расходом энергии;
- **покупайте местные продукты питания**, на транспортировку которых затрачено меньше энергии.

**СО<sub>2</sub>КРАЩАЙ** свой углеродный след!

На велосипеде здорово!

За покупками – со своей модной сумкой! Долой одноразовые пакеты!

Сажай деревья – они поглощают углекислый газ!

**СО<sub>2</sub>ХРАНЯЙ!**

### ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЕ В ДОМЕ

**Утепляй квартиру** или дом, чтобы зимой не использовать электрообогреватели.

**Выключай** за собой свет.

Используй **энергосберегающие** лампочки.

**Выключай из розетки** зарядные устройства для мобильных приборов, когда они не используются.

**Не оставляй** компьютер, телевизор и другие электроприборы в режиме ожидания, используй кнопки вкл/выкл или **отключай их от сети**.

Старайся **стирать** бельё при более **низкой температуре 30–40 °C**.

**Подумай заранее** о том, что хочешь взять из холодильника, прежде чем его открыть.

Кипяти столько воды, сколько действительно **нужно**.

При приготовлении пищи **накрывай** кастрюлю или сковородку **крышкой**: так расходуется в 2,5 раза меньше энергии.

**СО<sub>2</sub>КРАЩАЙ** свой углеродный след!

КЛИМАТИЧЕСКАЯ ШКАТУЛКА  
РЕСПУБЛИКА ТАДЖИКИСТАН

«Климатическая шкатулка. Республика Таджикистан» – специальное издание оригинального комплекта учебно-игровых материалов по теме «Изменение климата» Программы развития ООН, подготовленное для школ Республики Таджикистан в рамках «Международного десятилетия действий «Вода для устойчивого развития» 2018–2028» и программы «Новый Мир», финансируемой Глобальным экологическим фондом (ГЭФ) и компанией «Кока-Кола».

Посвящается Международному десятилетию действий  
«Вода для устойчивого развития», 2018–2028 гг.

