

המלצות לתושבים לקראת

חג הפסח

כתיבה: עידית הוד, תמר שטרצר ומאיה קרבטרי, פורום ה-15.
הפקה: מאיה קרבטרי, תמר שטרצר והדס בר המלי, פורום ה-15.

תושבים ותושבות יקרים,



כמו כן, במהלך החג וחול המועד, לצד הארוחות המשפחתיות ופעילויות הנופש, קיימת עלייה משמעותית בכמויות הפסולת, הנובעת מניקיון הבתים והיפטרות מחפצים מיותרים, מעודף צריכת מזון, משימוש בכלים חד-פעמיים, ומקניית מתנות לחג הכוללות אריזות. פסולת זו מועברת ברובה למטמנות, ובתהליך התפרקותה נפלטים גזי חממה וחומרים מזיקים, שעלולים לזהם את מי התהום. חלק מהפסולת מושלך בשטחים הפתוחים ופוגע בבעלי חיים ובמערכת האקולוגית.

בימים הקרובים יצוין חג הפסח. תקופת החג מלווה בשימוש רב בחומרי ניקוי אשר מכילים חומרים רעילים הפוגעים בבריאות. בשבוע שלפני חג הפסח פוגשים הצוותים הרפואיים בבתי החולים את מספר המקרים הרב ביותר של הרעלות כתוצאה משיאיה או בליעה של חומרי ניקוי וכימיקלים שונים. בנוסף לסכנה הבריאותית, החומרים הללו מזיקים לסביבה: הם לא מקבלים מענה מלא במכוני טיהור השפכים ועלולים לזהם את הקרקע ומי התהום ולפגוע בבעלי חיים.

להלן מספר המלצות לצמצום התופעות הללו לשם שמירה על הבריאות ועל הסביבה:

- **תכננו את קניות המזון מראש והימנעו מקניית כמויות מיותרות. המלצה זו רלוונטית במיוחד עבור מי שמקפיד על צריכת מוצרי פסח רק במסגרת ימי החג.** בדקו מה יש לכם בבית, חשבו על מספר הארוחות והמנות אותן תרצו להכין וקנו רק מה שבאמת צריך ובהתאם לכמות האנשים. אם בכל זאת נשאר הרבה אוכל מארוחות החג, הזמינו ל"ארוחת שאריות", או הציעו לאורחים לקחת שאריות הביתה. ניתן גם להיעזר [בספר המתכונים של TNS](#) להכנת מאכלים טעימים מירקות "עייפים".
- **יוצאים לחופשה? מצמ"בזים (מצמצמים בזבזו מזון).** לפני חופשה ארוכה מחוץ לבית הקפידו לבצע בעיקר "קניות קטנות" והשתדלו לבשל רק עם מה שכבר יש בבית. רצוי להכין צידה לדרך מהאוכל שנשאר במקרר. הקפידו מזון שניתן להקפאה. אם בכל זאת נשאר מזון שעשוי להתקלקל - העבירו לשכנים ושתפו אותם בתועלות הסביבתיות של הנושא. בכך תתרמו גם להעלאת המודעות ל"צמבו"ז". [מוזמנים לעיין במסמך של TNS המרכזיפיים לצמצום בזבזו המזון בעת חופשת הפסח.](#)

- **העדיפו שימוש בחומרי ניקוי אקולוגיים,** מבוססי רכיבים טבעיים, כמו חומץ, מלח לימון, סודה לשתייה וגם חומרי ניקוי אקולוגיים ייעודיים שזמינים בשוק. מומלץ להעדיף שימוש בחומרים ידידותיים לסביבה, אשר עושים את פעולת הניקיון בלי לפגוע באדם ובסביבה.
- **סידרתם את הבית ומצאתם חפצים ומכשירים אלקטרוניים שאינכם צריכים? חבל לזרוק.** אם הם תקינים, מכרו אותם לחנות יד שנייה, תרמו אותם לעמותה או תנו אותם לחבר שזקוק להם. אם החפץ אינו תקין ולא ניתן לתקנו, יש לפנותו למוקד איסוף פסולת אלקטרונית הקרוב למקום מגוריכם. פסולת אלקטרונית כוללת מתכות כבדות וחומרים מזיקים, אשר עלולים לזהם את מי התהום כאשר הם נזרקים לפח "רגיל" ומוטמנים יחד עם פסולת רטובה.
- **קונים מתנה? בקשו ללא אריזה.** אם בכל זאת רוצים לעטוף, הכינו בבית עטיפה מיוחדת ואישית מניירות ובדים שאינכם צריכים.



● **תורכם לארוח השנה את ארוחת החג?** פתחו את הבית והלב והזמינו גם חייל בודד, שכן עירי, חבר ללא משפחה וכדומה. מעשה כזה יקרב לבבות ויתרום לשמחת החג. הכל בהתאם להנחיות משרד הבריאות כמובן.

● **ביעור חמץ:** תכננו נכון את צריכת המזון לפני החג על מנת למזער את כמות החמץ לשריפה. אם נשארו לכם אריזות סגורות של חמץ, תרמו אותן לעמותות האוספות מזון לנזקקים. [ניתן להטמין חמץ בקומפוסטר לפני החג](#), שם הוא מתכלה והופך לדשן המזין את הקרקע. אם בכל זאת נשאר לכם חמץ לשריפה, בדקו במוקד העירוני היכן מציבה העירייה חביות המיועדות לשריפה. הקפידו להבעיר את החמץ בתוך החבית המיועדת, הרחק מבתי מגורים, אזורים מיוערים, שיחים או שדות קוצים וקווי טלפון וחשמל. שרפו את החמץ במדורה צנועה בהיקפה. שרפו רק את החמץ, ללא האריזה - שריפת האריזה עלולה לשחרר לאוויר חומרים המזיקים לבריאות. את האריזה השליכו בפח המיחזור המתאים. כשעורכים בדיקת חמץ ואוספים שאריות חמץ מהבית, יש לעטוף את החמץ בנייר ולא באלומיניום או בעטיפה מחומר אחר, שכן הנייר מתכלה כולו בעת השריפה ולא מותיר שאריות פסולת.

● **השתמשו בכלים רב-פעמיים:** אחד המזהמים הגדולים של הסביבה הוא הפלסטיק החד-פעמי. בין אם תסתובבו באזור מגוריכם, תטיילו בשמורות הטבע או תקפצו לחוף הים, אתם תתקלו בו. השימוש קצר, זמין ונוח, אך הנזקים נשארים שנים רבות. בנוסף לפגיעה בסביבה, הפלסטיק משפיע גם על בריאותינו כשמתפרק למיקרופלסטיק שנמצא כיום במזונותינו ומכיל חומרים מזיקים. גם לכלים מתכלים יש השפעות סביבתיות [\(לחצו כאן לקריאה נוספת\)](#). לכן, העדיפו שימוש בכלים רב-פעמיים ושמרו על הבריאות ועל הסביבה.

● **תפרו לי בגד עם כיסים:** בתקופת החגים אנו מוצפים בפרסומות ומבצעים המפתים אותנו לרכוש מוצרים ובגדים חדשים, שלא תמיד אנו זקוקים להם. [לרוב תעשיית האופנה השלכות סביבתיות וחברתיות](#), כתוצאה מצריכת משאבים רבים כמו מים ואנרגיה, שימוש בכימיקלים מזיקים המזהמים את הקרקע והמים כאשר אינם מטופלים, שינוע כבד אשר כרוך בפליטה רבה של גזי חממה, ייצור כמויות גדולות של פסולת והפרת זכויות אדם במדינות מתפתחות. לכן, **העדיפו לרכוש ביגוד יד שנייה, החליפו בגדים עם חברים, ואם חייבים לקנות בגד חדש, העדיפו לרכוש בגד שיוצר בישראל.**

