



سبد خرید

# چاردیواری

۶

دوشنبه ۱۹ آبان ۹۹ • شماره ۸۶۷

خلاقانه از چیزهای دورریختنی در زندگی روزمره، علاوه بر کاهش تولید پسماند، باعث می شود جیب‌تان هم نفس راحتی از دست هزینه‌های سرسام‌آور بکشد

۶۶

چاردیواری

## لباس جدید پادشاه

خریدن لباس در بسیاری از موارد بیش از آن‌که برای برطرف کردن يك نیاز اساسی انجام شود، نوعی تفریح و وقت‌گذرانی تلقی می‌شود. این الگو مطمئناً نیاز به تغییر دارد و برای این‌که کمتر به پسماندها اضافه کنیم، لازم است کمی دقیق‌تر و فقط به اندازه نیاز واقعی لباس بخریم. خیلی از لباس‌هایی که به دلایلی مانند علاقه کم به آنها، مناسب نبودن سایز و ... نمی‌پوشیم، با نگاهی واقع‌بینانه‌تر از ابتدا نباید خریده می‌شد. به‌ویژه گاهی برای بچه‌ها لباس‌های زیاد از حد خریداری می‌شود که با توجه به این‌که بچه‌ها در سن رشد هستند و مدت کمی از هر لباسی استفاده می‌کنند، خرید پوشاک برای آنها باید به‌دقت انجام شود. در خانواده‌هایی که بیش از يك فرزند دارند، بهترین کار این است که قانون پایستگی لباس را اجرا کنید و لباس از بین نرود، بلکه از بچه‌ای به بچه‌ای دیگر منتقل شود. **آخرش چنند؟** با توجه به قیمت‌های عجیب و غریب لباس، در يك خانواده چهارنفره اگر فرض کنیم هر عضو خانواده سالانه يك لباس کمتر بخرد و اگر قیمت میانگین يك لباس را ۵۰۰ هزار تومان در نظر بگیریم، با این کار دومیلیون تومان در سال منفعت به اقتصاد خانواده می‌رسد.

## کودتا علیه سلولز

دستمال کاغذی یکی دیگر از چیزهایی است که کاهش مصرف آن نقش مهمی در نفس کشیدن زمین ایفا خواهد کرد، چراکه مستقیماً از کاغذ تولید می‌شود و برای تولید کاغذ هم درختان قطع می‌شوند. دستمال‌های کاغذی اشکال و کاربردهای متنوعی دارند و از تمیز کردن تا خشک کردن دست‌ها و استفاده در سرویس بهداشتی را شامل می‌شوند. استفاده از حوله برای خشک کردن و استفاده از دستمال پارچه‌ای برای تمیز کردن می‌تواند میزان استفاده از دستمال را تا حد زیادی کاهش دهد. **آخرش چنند؟** از آنجا که به صفر رساندن مصرف دستمال کاغذی کاری سخت و زمان‌بر است، بیا بید با کاهش مصرف آن شروع کنیم. اگر هفته‌ای يك دستمال کاغذی معمولی، يك دستمال توالت و يك دستمال آشپزخانه کمتر مصرف کنید، مجموعاً هفته‌ای ۳۰ هزار تومان صرفه جویی می‌کنید که این مقدار در سال به بیش از ۱/۵ میلیون تومان می‌رسد.

## از بطری به قمقمه

یکی از فرهنگ‌هایی که در کشور ما نسبتاً جدید است و شاید کمتر از دو دهه از جافتادن آن می‌گذرد، خرید آب معدنی در بطری‌های پلاستیکی است. این بطری‌ها با توجه به تعداد بسیار بالایشان مطمئناً آسیب‌های جبران‌ناپذیری به محیط زیست می‌رسانند. مقابله با آن هم کار بسیار ساده‌ای است؛ استفاده از قمقمه‌ها و فلاسک‌های کوچک. فقط حواس‌تان باشد قمقمه‌ای بخرید که بتوانید آن را در فریزر بگذارید و در تمام طول روز آب خنک داشته باشید. فلاسک‌ها هم که می‌توانند دمای آب خنک را تا چند ساعت حفظ کنند. **آخرش چنند؟** قمقمه قیمتی بین ۳۰ تا ۵۰ هزار تومان دارد و فلاسک‌های يك نفره قابل قبول هم بین ۷۰ تا ۱۰۰ هزار تومان است. این در حالی است که اگر هفته‌ای يك بطری آب معدنی بخرید، سالانه حدود ۱۲۰ هزار تومان هزینه می‌شود.



دوستی با محیط زیست  
چقدر به جیب‌تان کمک می‌کند؟

# قلکی از زباله

بهبود وضعیت محیط زیست و جلوگیری از هدر رفتن منابع طبیعی، تنها دستاورد صرفه جویی نیست. نتیجه مهم دیگری که این شیوه از زندگی می‌تواند برای شما به ارمغان آورد، کاهش هزینه‌هاست که در این شرایط نابسامان اقتصادی اهمیت ویژه‌ای دارد.

استفاده خلاقانه از چیزهای دورریختنی در زندگی روزمره، علاوه بر کاهش تولید پسماند، باعث می‌شود جیب‌تان هم نفس راحتی از دست هزینه‌های سرسام‌آور بکشد. در این گزارش ترفندهای ساده‌ای برای این موضوع را مرور می‌کنیم و به بررسی این نکته می‌پردازیم که به‌کارگرفتن هر ترفند چقدر از لحاظ اقتصادی شما را جلو می‌اندازد.

## شیشه‌ها را باید شست

این‌که از شیشه مواد غذایی مختلف مانند خیارشور، ترشی، سس مایونز، زیتون، مربا و ... می‌توان دوباره استفاده کرد البته پیشنهاد عجیب و غریبی نیست و خیلی‌ها سال‌هاست که این کار را می‌کنند.

این شیشه‌ها را می‌توانید برای استفاده‌های متنوعی به کار ببرید که اصلی‌ترین کاربرد آن نگهداری مواد غذایی مانند خشکبار است.

برای درست کردن ترشی خانگی هم می‌توانید این شیشه‌ها را به کار بگیرید و از نتیجه کار لذت ببرید، چون مطمئناً حاصل بهتری از ترشی انداختن در ظروف پلاستیکی خواهد داشت. حتی اگر کمی خوش سلیقه باشید و سخت نگیرید، امکان استفاده از شیشه‌ها در اندازه‌های مختلف به عنوان جای

حبوبات و جای ادویه هم وجود دارد.

با این ترفند، تبدیل شدن شیشه‌ها به پسماند را برای سال‌ها به تأخیر می‌اندازید. البته به‌جز شیشه‌ها، برخی ظروف پلاستیکی مانند سطل ماست، قوطی پنیر، بطری نوشیدنی و ... هم می‌توانند دوباره استفاده و تا جای ممکن دیرتر وارد

**آخرش چنند؟** برای خرید بسته سه‌تایی ظروف بنشن که اهل فن به آن بانکه می‌گویند، در صورتی که سراغ برندهای خارجی چندمیلیونی نروید، به‌طور میانگین باید مبلغی حدود ۲۰۰ هزار تومان بپردازید. ظروف ادویه هم تقریباً صد هزار تومان برایتان هزینه برمی‌دارد و استفاده از شیشه مواد غذایی به جای این دو، ۳۰۰ هزار تومان به نفع‌تان است.

## کیسه‌ات را زمین بگذار

کیسه فریزر یکی از ملزومات جدانشدنی زندگی امروز ماست که استفاده نکردن از آن یا محدود کردن استفاده‌اش شاید در مخیله‌مان ننگند. درعین حال کیسه فریزر و سایر کیسه‌های نایلونی که برای خرید و ... از آن استفاده می‌کنیم، بعد از پایان دوره مصرف و تبدیل شدن به پسماند، بیش از چیزی که فکر کنیم به طبیعت و محیط زیست آسیب می‌رساند.

در مورد پلاستیک خرید چند راه وجود دارد که ساده‌ترین راه این است که به دوره کلاسیک بازگردید و از زنبیل استفاده کنید. کیسه‌های پارچه‌ای هم جایگزین‌های خوبی هستند.

برای کاهش استفاده از کیسه فریزر نیز ظرف‌های فریزری نگهداری غذا به کارتان می‌آید که هم تنوع قابل قبولی دارد و هم مواد غذایی را تازه‌تر نگه می‌دارد.

**آخرش چنند؟** در مورد جایگزین کردن کیسه فریزر با ظرف‌های مخصوص فریزر در کوتاه‌مدت سود اقتصادی قابل توجهی دست‌تان را نمی‌گیرد، اما اگر نگاه بلندمدت‌تری داشته باشید و از آنجا که این ظرف‌ها عمر طولانی‌ای دارند و ممکن است مثل دمپایی توالت هزار سال عمر کنند، در نهایت به نفع‌تان است. مجموعه ظرف‌های مخصوص فریزر را با قیمتی حول و حوش ۱۰۰ هزار تومان می‌توانید بخرید.

محمد وفایی

روزنامه نگار

۶۶

در یک خانواده

۴ نفره اگر هر

عضو سالیانه

یک دست لباس

کمتر بخرد و اگر

قیمت میانگین

لباس را ۵۰۰ هزار

تومان در نظر

بگیریم، با این کار

۲ میلیون تومان

در سال منفعت

به اقتصاد

خانواده می‌رسد