

# Инструментариум за работното място



ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ



С подкрепата на:



British Embassy  
Sofia

## Защо това е важно?

Чистотата на атмосферния въздух е съвременно предизвикателство, характерно за големите градове.

В резултат на целенасочени и последователни усилия, във въздуха на София, за разлика от този в редица други столици в Западна Европа, не се измерват завишения на серни оксиди, азотни оксиди и озон. Заради интензивния трафик в града ни, както и поради високия брой домакинства, които се отопляват на твърдо битово гориво, обаче, София всяка зима се изправя пред предизвикателството за поддържане на фините прахови частици (ФПЧ<sub>10</sub>) трайно в нормите. Това предизвикателство става още по-сериозно в дни, в които поради специфичното географско разположение на града ни (в котловина), се появяват инверсии, които буквално „затапват“ мръсния въздух и възпрепятстват разсейването на фините прахови частици и проветряването му.

Точно в тези (най-често зимни) дни, усилията за по-чист въздух на всеки един от нас, хората, които живеем и работим в София, са изключително важни.

Избрахме 16 ноември, един от дните, предхождащи зимата, за да обърнем специално внимание на всички в София, че **Чистият въздух зависи от всеки един от нас.**



## Защо е важно бизнесът да участва?

Общината има Програма с над 100 мерки, за да намали замърсяването с ФПЧ, а Бизнесът е този, който най-активно и най-ефективно може да зададе тенденциите в големия град. Именно затова, ние, екипът на Столична община, се обръщаме към Вас, за да Ви информираме и така да Ви спечелим за партньор в каузата ни „за по-чист въздух“. Убедени сме, че няма да е трудно да Ви убедим колко важно е всички ние заедно, и всеки един от нас – по отделно, чрез малка промяна във всекидневните ни дейности, да помагаме за по-чист въздух.

Надяваме се да припознаете някоя от предложените в това кратко ръководство дейности и да я въведете във вътрешния живот на Вашата организация.

Нещо повече – приветстваме всяко усилие и всяка активност различна от описаните тук. Не е важен начинът, важни са резултатите.

Чрез това малко ръководство Ви каним да се включите в **Деня за по-чист въздух** и на 16 ноември 2018 г. Вие и Вашите служители да се участвате организирано в него.

Освен прякото значение от личното усилие, участието Ви е изключително важно и заради личния пример, който убедени сме, ще „зарази“ Вашите последователи, клиенти, фенове, приятели.

Включете се, защото **Чистият въздух зависи от всеки един от нас.**

#МислиЧисто и #CleanAirDay

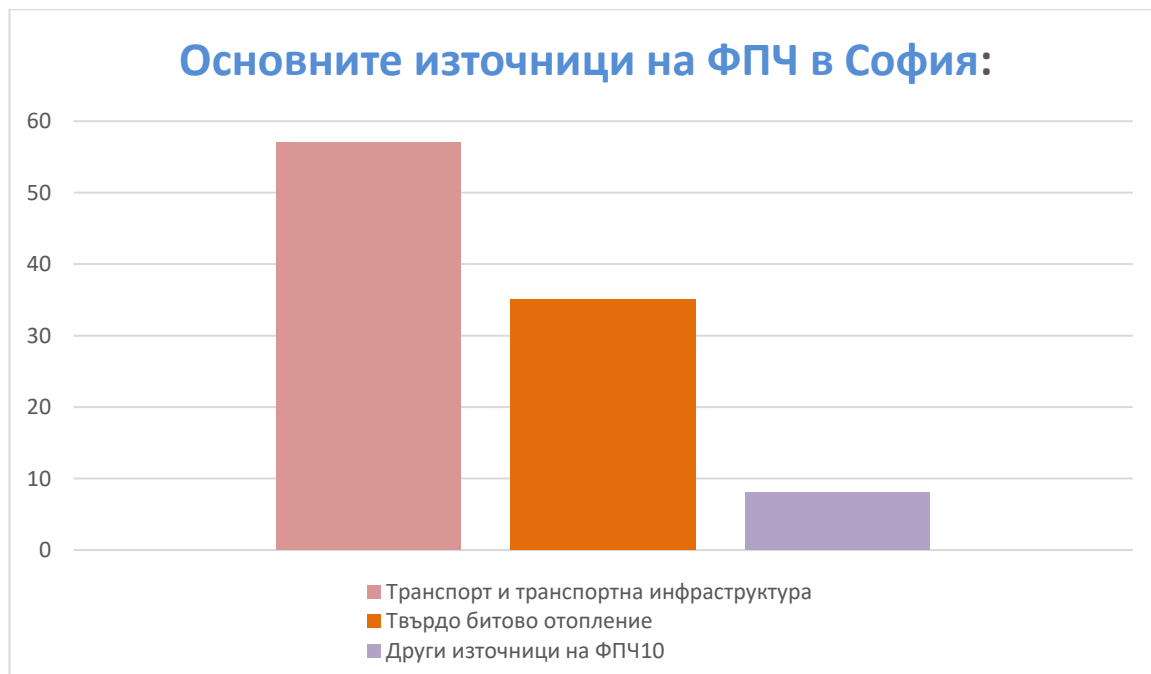


## Какво са фините прахови частици?

Фините прахови частици са микроскопични твърди или течни вещества в земната атмосфера. Източниците на прахови частици варират по форма и цвят и могат да съдържат стотици различни вещества. Най-често ФПЧ са естествени (които се срещат в природата – вулкани, пустини, мъгли) или генерирани от хората – транспорт и транспортна инфраструктура, строителство, пожари, горене на пластмаса или други вещества с високо съдържание на пепел и сяра.

Някои ФПЧ се отделят директно в атмосферата (при строежи, ремонт на улици и др.). По-голямата част от ФПЧ се отделят в резултат на сложни химически процеси – такива са ФПЧ, които се отделят от автомобилите.

ФПЧ са фини прахови частици с диаметър равен или по-малък от 10 микрометра. ФПЧ<sub>10</sub> са толкова малки, че могат лесно да бъдат вдишани и да причинят сериозни здравословни проблеми.



## Знаете ли, че...?

- София е европейската столица, в която има най-голям брой коли, спрямо броя на жителите.
- В 70% от автомобилите в София се вози по 1 човек.
- 1 рейс спестява 40 коли на пътя.
- 60% от градския транспорт в София е с 0 емисии.
- Изгарянето на дърва, които не са добре изсъхнали, сериозно замърсява въздуха.
- Във въглищата се съдържа пепел и сяра, които при горене, се отделят във въздуха.

## Как и къде да се информирате правилно?

Колкото по-информирани сме за нивата на ФПЧ<sub>10</sub>, толкова по-успешно можем да намалим влиянието им върху околната среда и здравето ни.

## Сайт с информация за въздуха

Столична община възложи на НИМХ-БАН да разработи механизъм за прогнозиране на нива на ФПЧ<sub>10</sub>, така всеки ден можем да прогнозираме дали в следващите два дни се очакват превишения. В случай, че прогнозата отчита превишения, се предприемат различни бързи мерки – както от страна на Общината и общинските структури, така и от всеки един от нас, така че очакваните превишения да не се реализират. Информация за прогнозните превишения, както и за мерките, които се предприемат, за да не се реализират прогнозите, можете да следите на сайта на Столична община: [www.sofia.bg/air](http://www.sofia.bg/air)



## Какво можете да правите за по-чист въздух?

Винаги, когато можете, избирайте да ходите пеша. Избирайте маршрути, които не са натоварени от коли и преминават през паркове и градини. В София парковете са 22 000 дка – още един добър повод да се разходите с колеги. И не забравяйте, че в задръстване въздухът вътре в колата е 4 пъти по-мръсен, отколкото този отвън.



Ако все пак се налага да се возите с кола до работа, помислете дали не можете да се комбинирате с други колеги, които живеят по вашия маршрут. Така заедно ще намалите колите на пътя.

Кога последно засадохте дърво? А знаете ли, че едно широколистно дърво преработва 1.6т CO<sub>2</sub> на година?

Включете се в засаждането на Новата гора на София край Суходол или в друга залесителна инициатива за по-чист въздух.

[www.novatagora.bg](http://www.novatagora.bg) или в страницата във Facebook



# Разделно събиране на отпадъците за по-чист въздух

Замисляли ли сте се за връзката между разделното изхвърляне на отпадъците и чистотата на въздуха? Дори и да не сте, искаме да ви напомним, че е много важно да сте информирани кога и къде трябва да се изхвърлят различните видове горими отпадъци, особено едрогабаритните (стари мебели, матраци, техника, гуми и текстил), за да може, съобразявайки се с графика на извозване, да се намали времето, през което отпадъците престояват около контейнерите и съответно – да се намали възможността те да бъдат събрани неправомерно и изгорени да замърсят въздуха.

Информация за това къде, как и кога да изхвърляте горимите си битови отпадъци, намерете тук [www.sofia.bg/waste](http://www.sofia.bg/waste) или следете на страницата ни във FB – „Зелени решения за София“



**КАК И КЪДЕ ДА ИЗХВЪРЛЯМЕ РАЗДЕЛНО ОТПАДЪЦИТЕ** РАЙОН КРАСНО СЕЛО

**ХАРТИЯ И ОПАКОВКИ ОТ:** ХАРТИЯ, МЕТАЛ, ПЛАСТИК, СЪЛЪК

**БИООТПАДЪЦИ ОТ ЗЕЛЕНИ ПЛОЩИ (ЛИСТА, КЛОНИ И ДР.)** ПОСТАВТЕ ОПАКОВАНИ ДО КОНТЕЙНЕРА

**ОПАСНИ ОТПАДЪЦИ ОТ ДОМАКИНСТВОТА** БЕЗВЪЗМЕЗНО СЪБИРАНЕ ПО ЗАЯВКА 070011750

**КАКТО И ВСИЧКИ ВИДОВЕ ОПАКОВКИ С НЯКОИ ОТ СЛЕДНАТЕ ЗНАЦИ**

**ЕЛЕКТРОННО И ЕЛЕКТРИЧЕСКО ОБОРУДВАНЕ** БЕЗВЪЗМЕЗНО СЪБИРАНЕ ПО ЗАЯВКА 080014100

**БАТЕРИИ** ПРЕДАЙТЕ В БЛИЗКИЯ ТЪГОВСКИ ОБЕКТ, КЪДЕТО ИМА

**АКУМУЛАТОРИ** ПРЕДАЙТЕ В БЛИЗКИЯ АВТОСЕРВИЗ

**АВТОМОБИЛНИ ГУМИ** ПРЕДАЙТЕ В БЛИЗКИЯ ГУМИ-ЦЕНТЪР

**ПО ГРАФИК ЗА ВСЯКА ЗОНА СЕ СЪБИРАТ:** МЕБЕЛИ, СТРОИТЕЛНИ МАТЕРИАЛИ, ДЕТСКИ КОЛМЧКИ, КОЛЕЛА И ВСИЧКИ ДРУГИ ЕДРОГАБАРИТНИ ОТПАДЪЦИ

**ЗА ПО-ЧИСТА СОФИЯ: ОСТАВЕТЕ АД КОНТЕЙНЕРА** ВШИТЕ МЕБЕЛИ, СТРОИТЕЛНИ И ЕДРОГАБАРИТНИ ОТПАДЪЦИ ЕДИН ДЕН ПРЕДИ ГРАФИКА ЗА ВАШАТА ЗОНА

**ЗОНА 1 ПОНЕДЕЛИК + ЧЕТВЪРТЪК**  
УЛ. ДИМИТРИСКИЯ ЗОНА, УЛ. ХРИСТО БОТЕВ, УЛ. ПРАГА, УЛ. СЕ. ГЕОРГИ СОВИНСКИ, УЛ. АКАД. И. ЕВ. ГЕЛОВ, УЛ. АКАД. И. ЕВ. ГЕЛОВ, УЛ. ВЪЛГАРИН, УЛ. ТОНЕ АЛЕВОВ (РЕЧНИЦИ), УЛ. ЦАР БОРИС III

**ЗОНА 2 ВТОРНИК + ПЕТЪК**  
УЛ. АКАД. И. ЕВ. ГЕЛОВ (РЕЧНИЦИ), УЛ. МОКРИНСКИ ПРОСЕЛ, УЛ. ДОБРОВА ДЕСТОП, УЛ. КАДЕЖИКА ПОЛНИНА, УЛ. ИЖИЦИЦА, УЛ. КОКОШАК, УЛ. СЪНА КЪТЕЛ, УЛ. ЦАР БОРИС III

**ЗОНА 3 СРДА + СЪБОТА**  
УЛ. ПУЕЛ ПЕТ, УЛ. ВЪЛГАРИН, УЛ. ТОНЕ АЛЕВОВ, УЛ. ЦАР БОРИС III

ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИИ - ИНТЕРАКТИВНА КАРТА И ГРАФИК: [WASTE.SOFIA.BG](http://WASTE.SOFIA.BG) ЗА СЪБИРАНЕ В ВЪЗДУХА: 02 987 5555

ЗЕЛЕНА СОФИЯ

Можете да намерите графика за района, в който живеете или работите на [www.sofia.bg/waste](http://www.sofia.bg/waste) и да го разпространите сред съседите/колегите си. А защо да не го разпечатате и залепите във входа си? Едно такова малко усилие, би спестило грозни гледки около контейнерите за смет и със сигурност ще доведе до по-чист въздух.





## Ден за по-чист въздух

В Деня за по-чист въздух, софиянци обединяват усилия, за да предприемат конкретни действия за подобряване качеството на въздуха. Насърчават се всички желаещи да направят прости промени в личните си навици, които, макар и на пръв поглед малки, имат големи последствия за околната среда и здравето ни.

### В този ден бизнесът може да..

- ✓ Организира служителите си и ги включи в общи действия за по-чист въздух и в този ден всички да слязат от личните и служебни автомобили;
- ✓ Да разкаже опита си за по-чист въздух в кратко любителско видео, което да сподели в социалните медии, използвайки общ #;
- ✓ Да предизвика публично друг представител на бизнеса, да се включи в Деня за по-чист въздух, да запише видео и да предаде предизвикателството на свой ред нататък;
- ✓ Да насърчи и/или стимулира зеленото поведение на служителите си в този ден – да не използват личните си автомобили в този ден, да отделят то времето си и да се включат в залесителна инициатива, да се обособи контейнер за стар текстил и т.н.
- ✓ Да поеме траен ангажимент за намаляване на приноса на служителите към замърсяването на въздуха;

Има десетки възможности да се включите за по-чист въздух. От вас зависи коя ще изберете и коя би била най-близка до културата и ценностите на Вашия бизнес.



## Какво още бихте могли да направите?

В случай, че Вашата организация реши да се включи в отбелязването на Деня за по-чист въздух, ще сме благодарни да разпространите инициативата си до служителите, партньорите и клиентите си.

Колкото повече хора приемат за посланието за по-чист въздух, толкова по-ефективни ще са усилията ни.

## Бъдете пример. Споделете информацията

**Добрият пример е този, които вдъхновява най-силно. Използвайте социалните медии, вътрешните си канали и всички други възможности, за да разкажете на всички как Вашата компания и нейните служители дават своя принос за по-чист въздух.**

- ▶ Пуснете имейл за всички служители, интранет или съобщение от главния изпълнителен директор – поканете ги да се включат.
  - ▶ Социално медийно съдържание, подходящо за форуми на персонала.
  - ▶ **Вие най-добре познавате каналите си – използвайте ги за по-чист въздух**
-

## Устойчивост на кампанията

Устойчивостта в усилията е също толкова важна, колкото участието в самия Ден за по-чист въздух.

Денят е добър повод компаниите да поемат траен ангажимент за по-чист въздух, който да бележи качествена промяна в навиците на служителите и в начина, по който работи компанията.

Трайният ангажимент е нещо, което компанията трябва да е готова да изпълни в срока, в който е обявила.

Ангажиментът може да е различен – от това да се закупят и предоставят на служителите карти за градския транспорт (разгледайте възможностите за отстъпки на [www.sofiatraffic.bg](http://www.sofiatraffic.bg)), през предоставяне на велосипеди за служебно ползване, до поставяне на филтър на комина на кухнята, популяризиране на граfiците за разделно събиране на едрогабаритни отпадъци и участие в залесителни инициативи.



# Материали за отпечатване

**За подпомагане ангажираността в кампанията ви за Деня за по-чист въздух, могат да се използват следните материали.**

## Стикери

Могат да бъдат дадени на всеки, който подкрепя или дава обещание за Деня на чистия въздух. Можете да ги отпечатате на стикерна хартия и да ги изрежете.











## Плакати

Всички плакати са проектирани така, че всеки участник може да добави свои собствени илюстрации, лого или информация. Бъдете креативни и измислете собствен плакат.

## Обещания

Насърчете служителите си също да поемат лични обещания на Деня за по-чист въздух или преди него. Уверете се, че попълнените обещания са показани, за да могат всички да ги видят.

## Образци за стикери

<p>Аз участвам в <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>			<p>Аз подкрепям <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>
<p>Аз участвам в <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>			<p>Аз подкрепям <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>
<p>Аз участвам в <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>			<p>Аз подкрепям <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>
<p>Аз участвам в <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>			<p>Аз подкрепям <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>
<p>Аз участвам в <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>			<p>Аз подкрепям <b>Деня за по-чист въздух</b> #CleanAirDay</p>

  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух
  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух	  	Избирам да ходя пеша в Деня за по-чист въздух



Чистият въздух е важен за мен,  
защото...







## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....



## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....



## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....



## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....



## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....



## ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

На този Ден за по-чист въздух обещавам да.....  
.....  
.....

Ако желаете да разберете повече за чистия въздух и да откриете още повече дейности, разгледайте следните уебсайтове и източници:

Сайт на Столична община за качеството на атмосферния въздух [www.sofia.bg/ar](http://www.sofia.bg/ar)

- Сайт на Столична община за качеството на атмосферния въздух [www.sofia.bg/ar](http://www.sofia.bg/ar)
- Air Pollution Detectives / Детективи на замърсяването на въздуха
- Clear the Air / Изчистете въздуха
- Healthy Air – Primary Education Pack / Здравословен въздух – комплект за начално образование
- Learning about Air Quality / Обучение за качеството на въздуха
- Cleaner Air 4 Primary Schools Toolkit / По-чист въздух – инструментариум за начални училища



**ДЕН ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ**

Денят за по-чист въздух се провежда за пръв път във Великобритания. Той е съвместна инициатива на над 100 здравни организации, благотворителни организации, органи на местно самоуправление и университети.

Координатор е благотворителната организация за промени в околната среда „Глобален план за действие“. Столична община използва и адаптира материалите, предоставени за свободно ползване от сайта на CleanAirDay.

За допълнителна  
информация посетете  
[www.sofia.bg](http://www.sofia.bg)  
[www.cleanairday.org.uk](http://www.cleanairday.org.uk)

