

## Sme ohľaduplní k životnému prostrediu

Vydrovská dolina – destinácia vidieckeho cestovného ruchu, ideálne možnosti **eko- i enviroturistiky na regeneráciu fyzických aj duševných síl**. Nádherná príroda, ľudová architektúra, tradície, pohostinní ľudia, šport a zážitky v kruhu blízkych a mnoho viac. Užívajte služby miestnych poskytovateľov s označením „Sme ohľaduplní k životnému prostrediu“. Určite budete mať dobrý pocit.

ENVIROTuristika sa rozvíja tam, kde flóra, fauna a kultúrne bohatstvo sú v rovnováhe so spokojnosťou spoločnosti a návštevníkov. Redukuje negatívne vplyvy cestovania na životné prostredie, ponúka možnosti práce a vzdelávania verejnosti. Tým sa stáva udržateľnou – v súčasnosti aj pre budúcnosť.



### ENVIROTURISTIKA VO VYDROVSKEJ DOLINE V ČIERNOM BALOGU A OKOLITOM REGIÓNE

#### 1. Ochrana a zviditeľňovanie prírodných hodnôt

- **Lesnícky skanzen** – náučný chodník v prírode pre poučenie o význame lesného ekosystému, histórii a význame lesníctva na 70 zastávkach
- **NPR Dobročský prales** – zvyšky pôvodného tisícročného lesa, kde človek smie vstúpiť len pohľadom
- **Slovenský Hucul klub** – ekofarma na Sihle s chovom divokých karpatských koní Huculov, využívaných na krátke či viacdňové putovania

#### 2. Zachovávanie jedinečných kultúrnych hodnôt

- **Miestny folklór, tradície, remeslá, sviatky, kultúrne festivaly** žijú dnes tak, ako za starých čias
- **Náučný chodník o histórii a tradíciách obce** – viac ako 400-ročná história obce na 2 km chodníku zanechá v súčasníkov silný duchovný náboj

#### 3. Rozširovanie obzorov širokej verejnosti

- **Lesnícky skanzen** oddych, zábava, spoznávanie prírody a života na Zemi. Pre deti prechádzka spestrená vyplňaním **pracovných listov**
- **ENVIROcentrum VYDRA** areál programov environmentálnej výchovy, **programy a workshopy** pre deti aj dospelých, kde zábava a hra je príjemnou školou
- **Vydrovské letné tábory** – dobrodružstvá, zábava, prekvapenia, hry v lone prírody, spanie v stanoch, zdravý životný štýl – ideál života detí v prírode

#### 4. Doprava vlakom, bicyklom, peším chodníčkom

- **Čiernohronska železnica** – historická železnica, kedysi zväzala drevo, dnes vozí turistov do Lesníckemu skanzenu
- **Turistika, cykloturistika** – celodenné putovania naprieč krásnou prírodou. Špeciálne služby pre cyklistov: [www.vitajtecyklisti.sk](http://www.vitajtecyklisti.sk)

#### 5. Ponuka lokálnych výrobkov v lokálnych predajniach

- Suveníry z prírodných materiálov, tradičné výrobky miestnych remeselníkov v infocentrách
- **Marekov dvor** – rodinné gazdovstvo s chovom hospodárskych zvierat, starostlivosťou o pôdu, výrobou výrobkov a predajom zo dvora s doplnkovým programom
- **Zbojnícky dvor Zbojská** so salašom, reštauráciou s tradičnými jedlami, kultúrnymi programami

#### 6. Zapojení poskytovateľa služieb do environmentálnych programov

- **Certifikovaní poskytovateľa služieb** – praktickými opatreniami v prevádzkach chránia životné prostredie, poskytujú kvalitné služby. Vyhľadajte ich a zapojte sa spoločne do ochrany životného prostredia

#### 7. Environmentálne programy pre návštevníkov

- Zapojenie každého aktívneho návštevníka Vydrovskej doliny a regiónu počas pobytu do environmentálneho programu, dostupné informovanie o praktických opatreniach

#### 8. Dobrovoľníctvo a filantropia

- Vydrovskej doline vdýchli život dobrovoľníci, dnes Vydrovská dolina dobrovoľníkom poskytuje zmysluplné využitie voľného času prácou aj zábavou
- Podpora rozvoja environmentálnych programov VYDRA

**i** VYDRA – vidiecka rozvojová aktivita  
Hlavná 56, 976 52 Čierny Balog, tel.: +421 48 6190944  
[tik@vydra.sk](mailto:tik@vydra.sk), [vydra@vydra.sk](mailto:vydra@vydra.sk), [www.vydra.sk](http://www.vydra.sk)  
[www.vydrovskadolina.sk](http://www.vydrovskadolina.sk), [www.ciernybalog.sk](http://www.ciernybalog.sk)

*Vydala VYDRA – vidiecka rozvojová aktivita  
Publikované na recyklovanom papieri*

*Projekt „V Čiernom Balogu sme ohľaduplní k životnému prostrediu“ je spolufinancovaný z finančného mechanizmu Európskeho hospodárskeho spoločenstva, Nórskeho finančného mechanizmu a štátneho rozpočtu Slovenskej republiky“*



**VYDROVSKÁ  
DOLINA**

**BUĎME OHĽADUPLNÍ  
K ŽIVOTNÉMU PROSTREDIU**



## Budme ohľaduplní k životnému prostrediu

Ľudia žili kedysi omnoho viac v súlade s prírodou. Pre život rodiny i pri práci využívali hlavne prírodné zdroje, navzájom si pomáhali,... Mnohé sa zmenilo, iná je doba, iné je životné prostredie, ale hlavne MY sme iní. Hlavnou príčinou tejto zmeny bol človek. Dnes opäť len človek, teda MY – jednotlivci, môžeme meniť svet a našu budúcnosť k lepšiemu. Je to len na nás.

Dôležité je uvedomiť si, že každá činnosť, každý výrobok či služba, má vplyv na životné prostredie a na nás všetkých. Človek mení životné prostredie **80-krát rýchlejšie** ako sama príroda. Len zmenou životného postoja a každodenných návykov môžeme chrániť a zveľaďovať prostredie, v ktorom žijeme. Snažme sa preto chápať, analyzovať a hodnotiť vzťahy medzi človekom a životným prostredím a zohľadňovať ich pri rozhodovaní.

Ešte vždy máme na výber.

### VÝHODY A DOPADY JEDNODUCHÝCH ZMIEN V ŽIVOTE K UDRŽATEĽNOSTI ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA:

1. šetrenie nákladov, zníženie účtov za energiu a služby
2. zlepšenie kvality zloženia užívaných produktov a služieb
3. získavanie zručností a návykov ochrany životného prostredia
4. dobrý pocit zo seba samého

### PRINCÍPY ENVIRONMENTÁLNEHO SPRÁVANIA:

1. **Redukovať nepotrebné, znovu používať použiteľné, recyklovať opotrebované**  
– uvedomelé nakupovanie, využitie obalových materiálov a iných výrobkov
2. **Používať len biologicky odbúrateľné, recyklovateľné materiály**  
– papier, sklo, kovy, plasty, atď.
3. **Užívať menej obalov, viac usporiť**  
– vratné obaly, väčšie balenia
4. **Sledovať nebezpečné látky v produktoch a výrobkoch**  
– ochrana zdravia človeka, ochrana prírody
5. **Dávať prednosť lokálnym výrobkom a obchodom**  
– šetrenie PHM obmedzením dopravy tovarov  
– podpora lokálnej produkcie, prosperita regiónu
6. **Využívať energiu a prírodu šetriace opatrenia**  
– viac peňazí v peňaženke, menšia záťaž prírody
7. **Realizovať sociálne programy**  
– rovnosť príležitostí, lepšie zamestnanie
8. **Športovať v prírode**  
– najzdravšia regenerácia síl

### PRAKTICKÉ OPATRENIA OCHRANY ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA:

#### 1. Zníženie spotreby elektriny

- vypínať elektrické zariadenia, nevyužívať režim stand-by
- spotrebiče (aj nabíjačky) vyťahovať zo zásuviek
- z chladničiek odstraňovať namrznutý ľad
- využívať úsporné osvetlenie, žiarivky
- využívať zariadenia s nízkou spotrebou (označované „A“)
- izoláciou domu a okien zefektívniť kúrenie
- miestnosti vetrať krátko a intenzívne
- kúrenie regulovať termostatom
- alobalom izolovať steny za radiátormi
- variť v hrncoch s pokrievkami
- neperať na ½ režime ale práčku naplniť

#### 2. Zníženie spotreby a znečisťovania vody

- sledovať a vyhodnocovať spotrebu vody
- sprchovať sa je šetrnejšie ako sa kúpať
- neumývať riad pod tečúcou vodou
- domácnosť vybaviť pákovými batériami a perlátormi
- nainštalovať záchody s dvojitým splachovaním
- využívať dávkovače mydla v sociálnych zariadeniach
- zachytávať dažďovú vodu pre jej využitie
- nepoužívať saponáty s obsahom fosfátov

#### 3. Zodpovedné nakupovanie

- nakupovať tovary z vopred pripraveného zoznamu
- nákup naložiť do vlastnej textilnej tašky
- nakupovať miestne výrobky v miestnych predajniach
- nakupovať biopotraviny a bioprodukty (bez „éčok“)
- nakupovať tovar vo vratných obaloch
- nakupovať výrobky v malom množstve obalov
- sledovať zloženie tovarov už pri nákupe

#### 4. Nakladanie s odpadmi

- evidovať a vyhodnocovať množstvo odpadu
- obmedzovať tvorbu odpadu (napr. obaly) už pri nákupe
- biologický odpad kompostovať
- znovu využívať alebo recyklovať textil, papier, tonery,...
- použité oblečenie, knihy venovať charite na ďalšie použitie
- zapájať sa do separovaného zberu skla, hliníka, PET fliaš, železa, tetrapakov

#### 5. Podpora miestneho obyvateľstva

- využívať, propagovať, nakupovať lokálne výrobky
- nakupovať v miestnych malých obchodoch
- informovať sa u ľudí o ich živote, zachovaných tradíciách
- zapojiť sa do verejnosprospešných projektov
- podeliť sa so svojimi skúsenosťami

#### 6. Doprava a rekreácia

- využívať možnosti verejnej dopravy
- cestu autom zdieľať s priateľmi
- využiť voľnočasový dovolenkový program bez auta – vrátane turistiky, cyklistiky
- spoznať miestne turistické trasy a cyklotrasy

#### 7. Prírodné a kultúrne bohatstvo

- informovať sa v sprievodcoch, mapách, knihách, TIK
- vyhľadávať organizované kultúrne festivaly a oslavy
- inštalovať v záhradke vtáčie búdky
- využívať záhradku na pestovanie vlastných bioproduktov

#### 8. Vzdelávanie a osveta v prospech ochrany životného prostredia

- využívať nové opatrenia šetrenia životného prostredia
- využívať rady renomovaných odborníkov a špecialistov
- vyhľadávať nové informácie, získavať nové zručnosti
- informovať o poznatkoch aj príbuzných, priateľov a kolegov
- aktívne sa informovať a zapájať do dobrovoľníckych aktivít

### ODPORÚČANÉ STRÁNKY:

- [www.setri.sk](http://www.setri.sk) Tipy a triky na šetrenie energie.
- [www.biospotrebiteľ.sk](http://www.biospotrebiteľ.sk) Zdravý životný štýl.
- [www.ekoobchod.sk](http://www.ekoobchod.sk) Výrobky pre bohatší život.
- [www.dajsvodu.sk](http://www.dajsvodu.sk) Prečo piť vodu z vodovodu.
- [www.ekoporadna.sk](http://www.ekoporadna.sk) Poradenstvo o zdravom životnom prostredí.
- [www.zianechajzit.sk](http://www.zianechajzit.sk) Informácie pre ohľaduplnejší život.
- [www.priateliazeme.sk](http://www.priateliazeme.sk) Ochrana životného prostredia.
- [www.zivica.sk](http://www.zivica.sk) Centrum environmentálnej a etickej výchovy.
- [www.spirala.sk](http://www.spirala.sk) Environmentálna výchova a vzdelávanie v SR.
- [www.fairtrade.sk](http://www.fairtrade.sk) Užitočné informácie o spravodlivom obchode.
- [www.greenpeace.org](http://www.greenpeace.org) Ochrana životného prostredia.