

ลด ละ เลิก ขยะพลาสติก เวิร์คช็อปกับกรีนพีซเป็นมิตรรักโลก

KT bangkokbiznews.com/news/detail/861669



11 มกราคม 2563 | โดย กมลรัตน์ วงษ์คำ, เบญจวรรณ บังจันอัด

274

กิจกรรมเวิร์คช็อปสร้างสรรค์ ดัดแปลงสิ่งของที่มีอยู่ให้ใช้ได้ยาวนานขึ้นแทนที่จะกลายเป็นขยะ รวมถึงทางเลือกที่จะทำให้ขยะพลาสติกน้อยลงด้วยการนำมาใช้ซ้ำ

ในปัจจุบันปัญหาขยะจากพลาสติกถือได้ว่าเป็นปัญหาใหญ่ระดับโลกเลยทีเดียว

ส่วนมากเกิดจากพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งสิ้น

แต่ก็สามารถเปลี่ยนแปลงโดยมนุษย์ด้วยกัน ยกตัวอย่างเช่น ลด ละ เลิก พฤติกรรมการใช้อย่างฟุ่มเฟือย ก็เป็นอีกวิธีที่ช่วยลดปัญหาได้ โดยเราสามารถเริ่มต้นที่ตัวเองได้เลย หรือถ้าใครยังไม่ออก ก็สามารถหาตัวช่วย คือ เหล่าคนรักโลกอีกหลายกลุ่มที่สนใจเรื่องสิ่งแวดล้อม และเริ่มต้นลงมือทำ รวมถึงพร้อมส่งต่อความรู้ดี ๆ แก่คนอื่นอีกด้วย

เมื่อเร็วๆ นี้ Greenpeace Thailand ก็เพิ่งจัดกิจกรรมเวิร์คช็อปภายใต้คอนเซ็ปต์ MAKE SMTHNG 2019 “ชื่อน้อย ใช้ซ้ำ ทำเอง” โดยชักชวนเครือข่ายรักโลกมาร่วมแบ่งปันเทคนิคการชื่อน้อย ใช้ซ้ำ ทำเอง ผ่านการ DIY สิ่งของ ใช้ความคิดสร้างสรรค์มาเปลี่ยนของที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดแทนการซื้อใหม่ และถ่ายทอดแก่ผู้สนใจ เพื่อให้เราสามารถลดการบริโภคเกินความจำเป็นและใช้ของที่มีอยู่ให้เกิดความคุ้มค่ามากที่สุด

ภายในงานมีหลากหลายกิจกรรมเวิร์คช็อปที่ผู้คนให้ความสนใจ โดยมี 2 ไฮไลต์เด็ดที่หยิบมาฝากในครั้งนี้ได้แก่ กิจกรรมเวิร์คช็อปเย็บผ้าอนามัยใช้เอง โดย SunnyCotton และ เวิร์คช็อปทำไขผึ้งห่ออาหาร วัสดุจากธรรมชาติแทนการใช้บรรจุภัณฑ์พลาสติก โดย SuperBee Wax Wraps เพื่อสามารถเป็นไอเดียบอกกับคนรักสิ่งแวดล้อมได้ลองทำเองดังต่อไปนี้

ผ้าอนามัยซักได้ : ทำเองใช้เองไม่สิ้นเปลือง

หากพูดถึงสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่ผู้หญิงขาดไม่ได้ ก็คงหนีไม่พ้น “ผ้าอนามัย” ที่ผู้หญิงทุกคนต้องใช้ ซึ่งส่วนใหญ่ที่ใช้กันทั่วไป เป็นแบบ “ใช้แล้วทิ้ง” ที่แม้จะสะดวก ใช้ง่าย แต่ข้อเสียคือ เป็นการเพิ่มขยะให้กับสิ่งแวดล้อม จึงเป็นที่มาของเวิร์คช็อปในครั้งนี้



ความพิเศษของเวิร์คช็อปนี้คือ “ผ้าอนามัยชั๊กได้” ซึ่งเราสามารถสร้างสรรค์เองได้ นอกจากจะแตกต่างจากผ้าอนามัยทั่วไปแล้ว ประโยชน์ยังเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และประหยัดเงินในกระเป๋าอีกด้วย ซึ่งการจัดเวิร์คช็อปครั้งนี้มีแม่จูนคือ SunnyCotton แบรินต์ผ้าอนามัยชั๊กได้ ของ เก๋ เกศินี จิรวณิชชากร ได้ทำการสอนวิธีเย็บผ้าอนามัยใช้เอง โดยสอนเย็บ 2 แบบ คือแบบง่ายที่สุดและแบบที่ซับซ้อนขึ้นมาอีกนิดนึง

จุดเริ่มต้นของเก๋ที่ได้อัปเดตผ้าอนามัยชั๊กได้คือช่วงที่เคยไปศึกษาที่ญี่ปุ่น และพบว่าสาวญี่ปุ่นมีการใช้ผ้าอนามัยแบบนี้หลาย เธอจึงได้ทดลองทำใช้เองและสร้างแบรนด์ SunnyCotton ผ้าอนามัยชั๊กได้จำหน่ายเองด้วย ต่อมาในการเลือกผ้าในการนำมาเย็บ ควรเลือกใช้ผ้าฝ้ายธรรมชาติ ไม่ฟอกขาว ทำให้ไม่เกิดการหมักหมมไม่อับชื้น โดยสาว ๆ สามารถเพิ่มลวดลายน่ารักๆ จากผ้าลินิน หรือผ้าฝ้ายพิมพ์ลายก็ได้เช่นกัน แถมยังมีทั้งรุ่นกันน้ำโดยจะมีผ้าเสริมอยู่ด้านใน ช่วยป้องกันการซึมเปื้อนลงด้านล่าง

ในส่วนของคุณาดก็มีให้เลือกตามความต้องการตั้งแต่ 16-35 ซม. คำถามที่ตามมาคือ... แล้วเจ้าผ้าอนามัยแบบนี้ใช้งานอย่างไร? เรื่องนี้ง่ายมาก เพียงแค่ตัดกระดาษแต่แค่เม็ดเดียวไว้กับกางเกงชั้นใน ก็มั่นใจได้แล้วว่าจะไม่หลุด สำหรับวิธีการใส่ก็ได้แตกต่างจากผ้าอนามัยทั่วไป การเลือกขนาดทำได้โดยการเทียบความยาวของผ้าอนามัยที่เคยใช้ และเลือกใส่กับกางเกงในที่กระชับ



เมื่อทดลองใช้ครั้งแรกควรใส่คู่กับผ้าซับ หากชินแล้วอาจใส่เฉพาะ pad ในวันมาน้อยได้ ถ้ารู้สึกว่าการซึมเปื้อนทะเล ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยเฉพาะผ้าซับ และหากใช้แล้วควรเก็บพับใส่ถุงกันน้ำหรือกล่องกันน้ำ เพื่อนำไปซักเมื่อถึงบ้าน สำหรับการทำความสะอาดผ้าอนามัย ควรแช่ก่อน ใช้น้ำเปล่าชะล้างคราบไปส่วนหนึ่งก่อน แล้วนำสบู่ก้อนมาถูที่รอยคราบที่เหลือ แช่ทิ้งไว้ 3 ชั่วโมงขึ้นไป อาจใส่เบคกิ้งโซดาด้วย เพื่อช่วยให้คราบหลุดออกง่ายขึ้น หลีกเลี่ยงการซักด้วยน้ำอุ่นเพราะจะทำให้คราบฝังแน่น

จากนั้น นำมาตากให้สะอาดด้วยแสงแดด และต้องตากให้แห้งสนิท หากต้องตากในร่ม ควรหยดน้ำมันหอมระเหยที่มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อ เช่น tea tree oil ลงไปด้วย

สำหรับการใช้งานนั้นใช้ได้นานถึง 5 ปีเลยทีเดียว เมื่อพังหรือขาดก็สามารถซ่อมได้ จำนวนที่เหมาะสมกับการมีผ้าอนามัยซักได้ขึ้นอยู่กับกระสอบของแต่ละคน ทั้งนี้สามารถใช้ร่วมกับผ้าอนามัยใช้แล้วทิ้งได้ หรือหากจะใช้เฉพาะผ้าอนามัยซักได้ควรมีอย่างน้อย 8 ชิ้น ผ้าซับ 4 ชิ้น

Bee wax wraps แทนพลาสติก

สำหรับใครที่คิดว่าการใช้ห่ออาหารด้วยบรรจุภัณฑ์พลาสติกเป็นแค่ทางเลือกเดียวที่จะถนอมอาหารได้ ขอให้คิดใหม่ เพราะยังมีวิธีธรรมชาติที่สามารถห่ออาหารให้นานขึ้นแถมยังช่วยลดการใช้พลาสติกอีกด้วย นั่นคือ การห่ออาหารด้วยไขผึ้ง เวิร์คช็อปโดย **"SuperBee Wax Wraps"** ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์ของบริษัท BeeConscious ที่ตั้งอยู่ทางเหนือของประเทศไทย ซึ่งผู้ก่อตั้งทีม SuperBee ได้รับภูมิปัญญาจากคนในท้องถิ่น ก่อนนำสูตรมาพัฒนาให้ใช้ได้ใช้อย่างยั่งยืนและติดทนนานมากยิ่งขึ้น กลายเป็นเป็นผลิตภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมและเป็นอีกทางเลือกที่พึ่งพาพลาสติกน้อยลง



Bee wax wraps หรือไขผึ้งห่ออาหาร ผลิตภัณฑ์ช่วยลดและทดแทนการใช้พลาสติกห่ออาหาร ตัวไขผึ้งสามารถสัมผัสกับอาหารโดยตรงได้โดยไม่เป็นอันตราย ปลอดภัยเพราะใช้วัสดุธรรมชาติ ส่วนประกอบของไขผึ้ง หลักๆ ทำมาจากไขผึ้ง 100% ผสมด้วยน้ำมันมะพร้าวสกัดเย็น อายุการใช้งานของตัวไขผึ้งใช้ได้ยาวนานถึง 2 ปี

นอกจากไขผึ้งที่ช่วยเรื่องการห่อภาชนะใส่อาหารแล้ว ยังสามารถห่ออะไรก็ได้อีกหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นผักและผลไม้กินไม่หมดอย่างมะนาว อะโวคาโด แอปเปิ้ล มันจะช่วยคงความสดของอาหาร เก็บอาหารที่ห่อไว้ได้นานขึ้นด้วย ดูเผินๆ จะเหมือนผ้าธรรมดาที่ลวดลายน่ารักสดใส แต่ที่ไม่ธรรมดาคือมีไขผึ้งเคลือบอยู่ในเนื้อผ้า หลายคนเริ่มสงสัยแล้วว่ามันขึ้นตอนวิธีการทำไขผึ้งห่ออาหารได้อย่างไร

วิธีง่ายๆ ให้ทุกคนลองทำ เริ่มแรกต้องเตรียมอุปกรณ์สิ่งที่ไม่ได้เลยคือก้อนไขผึ้ง อันดับต่อมาเป็นผ้า ซึ่งเนื้อผ้าต้องเป็นผ้าออร์แกนิกคอตตอน เพราะถ้าเป็นผ้าโพลีเอสเตอร์ ตัวไขผึ้งจะเกาะไม่ติดเท่าที่ควร และอุปกรณ์อื่นๆ ตามมา อาทิ ที่ขูดชีส ไชกระดาด เตาเรียด



วิธีการทำก็ง่ายแสนง่าย แค่ใช้ที่ชุบสีส้อมมาชุดก้อนไขฝั๋งให้เป็นฝอยๆ แต่ไม่ต้องละเอียดมาก แล้วตั้งเตารีด นำไขกระดาษวางรองใต้ผ้า โรยสีฝั๋งให้พอดีกับผ้า แล้วนำไขกระดาษวางบนผ้าอีกชั้น จากนั้นรีดด้วยไฟกลางอย่างเบาเมื่อรีดแค่ด้านเดียว ไขฝั๋งจะละลายติดกับเนื้อผ้าเอง

เมื่อรีดเสร็จก็ตรวจสอบความเรียบร้อย ว่ายังมีส่วนไหนไม่โดนไขฝั๋งบ้าง ถ้ามีก็เติมไขฝั๋งแล้วรีดเหมือนเดิม หลังจากนั้นเอาไปตากลม ทิ้งไว้ไม่ถึง 1 นาทีผ้าจะแห้งและใช้งานได้เลย วิธีทำที่ว่าง่ายแล้ว วิธีทำความสะอาดก็ง่ายยิ่งกว่า แค่นำไปล้างน้ำเปล่าหรือน้ำยาล้างจานก็ได้ โดยใช้ฟองน้ำนุ่มๆ เสร็จแล้วเอาไปตากที่มีลมโกรก หรือเวลาที่ไม่ได้ใช้ไขฝั๋งห่ออาหารเป็นเวลานาน ไขฝั๋งห่ออาหารจะแข็ง สามารถใช้ถุงมือขูดผ้าเพื่อให้ความอุ่นของมือทำให้ผ้ากลับมายืดหยุ่นอีกครั้ง



นอกจากสองกิจกรรมที่ได้ลองลงมือ DIY แล้ว ยังมีกิจกรรมที่ยังสามารถทำได้ด้วยตัวเองอย่าง **แปลงโฉมผ้าผืนเก่าให้กลายเป็นกระเป๋า** โดย **TAM:DA** นำป้ายผ้าผืนเก่าที่ใช้แล้วจากงานรณรงค์ต่างๆ สามารถนำมาตัดเย็บให้กลายเป็นกระเป๋าใบใหม่

ถัดมาเป็นกิจกรรม **ปลูกผักปรุงดินจากปุ๋ยอินทรีย์** ให้เหมาะกับแปลงผักสวนหลังบ้าน โดย **คุณปริญญ์** เจ้าชายผัก นำเศษอาหารมาผลิตเป็นปุ๋ยอินทรีย์ เพื่อลดปริมาณขยะ และยังมาให้ความรู้เกี่ยวกับการนำปุ๋ยมาผสมดินเพื่อปลูกต้นไม้



รวมถึงกิจกรรมสุดท้ายการทำชุด Travel Kit สุดสร้างสรรค์ จากผ้าฝืนเก่าที่ไม่ใช้แล้ว
เปลี่ยนผ้าฝืนเก่าให้เป็นชุดเดินทาง โดยมีการเย็บแบ่งออกเป็นช่องๆ เพื่อใส่ของอย่าง แปรงสีฟัน ขวดสบู่เล็ก โฟมล้างหน้า
หรือสามารถนำใส่ชุดเครื่องเขียนได้เช่นกัน ทั้งหมดนี้เป็นกิจกรรมเวิร์คช็อปแบบสร้างสรรค์ให้คนที่เข้าร่วมได้ลงมือทำโดย
นำไปประดิษฐ์สิ่งของเหลือใช้ สร้างของชิ้นใหม่ หรือการใช้ให้น้อยแต่ใช้ได้นานขึ้น
แม้กระทั่งขยะชิ้นเล็กที่คนมองข้ามสามารถนำกลับมาใช้ซ้ำอีกครั้งอย่างเกิดประโยชน์สูงสุด

ภาพ: วสันต์ วณิชชากร, กรีนพีซ

กราฟิก: ชลธิชา กุศลมาลัย