

چرا همه چیز از پلاستیک؟ (سطح ۲)

<p>دانش‌آموز فرصت خواهد داشت تا ویژگی‌های پلاستیک را بررسی و درک کند، به شمول اینکه چه چیزی آن را خاص ساخته و موارد استعمال آن در خانه‌هایشان چیست. سپس؛ دانش‌آموزان باید مشخص کنند که چطور می‌توانیم میزان آن را در خانه‌هایمان کاهش داد، دوباره استعمال کرد و یا با چیزهای دیگر آن را جایگزین کنیم. دانش‌آموزان جایگزین‌هایی برای پلاستیک ایجاد کرده و اعضای خانواده را متقاعد می‌سازند که آن را به جای آن بکار ببرند.</p>	<p>توضیحات</p>
<p>آیا می‌توانید یک جایگزین برای پلاستیک ایجاد کنید؟</p>	<p>سوال اساسی</p>
<p>۶.۲۵ ساعت در مجموع، در طول ۵ روز.</p>	<p>تمام زمان مورد نیاز</p>
<p>ابزاری برای حفاری، ۲ عدد چوب، چند خودکار، هر نوع خسته میوه یا برگ سبز، یک تکه پلاستیک. چند عدد خودکار، کاغذ، تکه دور انداختنی، بوجی، کاغذ، پلاستیک و غیره.</p>	<p>لوازم مورد نیاز</p>
<ul style="list-style-type: none"> - فهمیدن آنچه تجزیه پذیر و ترکیبی است. - درک تاریخی از تکامل مواد. - آشنایی با پلاستیک و موارد استفاده از آن. - درک خطراتی که به سبب پلاستیک برای محیط زیست ایجاد می‌شود. - درک و تقدیر از نیاز به استعمال دوباره، استفاده مجدد و جایگزین سازی پلاستیک. - درک و قدردانی از موجودیت و نیاز به جایگزین‌هایی برای پلاستیک. - بالا بردن مهارت‌های طراحی و تفکر انتقادی. - بهبود مهارت‌های تحقیقی و آزمایشی. - بهبود مهارت‌های ارتباطی و ارائه‌ی. 	<p>نتایج یادگیری</p>
<p>هیچ.</p>	<p>آموزش قبلی</p>

روز ۱

امروز شما در مورد پلاستیک و استعمال دوباره آن خواهید آموخت.

<p>فعالیت و توضیحات</p>	<p>مدت زمان پیشنهادی</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● شما این فرصت را خواهید داشت که در مورد پلاستیک آگاهی حاصل کنید. ● با والدین خود به اشتراک بگذارید که چه چیزی را می‌خواهید در مورد پلاستیک بدانید؟ 	<p>۵ دقیقه</p>

<ul style="list-style-type: none"> ● فکر می کنید هر روز چقدر پلاستیک استفاده می کنید؟ ● کتابچه خانگی هفته‌وار پلاستیک خود را طراحی کنید تا مقدار استفاده از پلاستیک را در خانه محاسبه کنید. <p>این ورق شامل ستون های ذیل است:</p>	<p>۱۰ دقیقه</p>										
<ol style="list-style-type: none"> 1. شی استفاده شده 2. دفعات استفاده در روز 3. یک بار مصرف 4. کل مصرف در طول هفته 5. پیشنهاد استفاده مجدد یا جایگزین 											
<ul style="list-style-type: none"> ● با جستجو کردن در خانه، بحث با اعضای خانواده و غیره، هفت شی استفاده شده ای پلاستیکی رایج در خانه خود را شناسایی کنید. ● نمونه ها شامل: بوتل‌ها، نیچه‌ها، گیل‌ها، وسایل بسته‌بندی، خریطه‌ها، وسایل بسته بندی غذا، بکسک های لوازم آرایش و غیره. 	<p>15 دقیقه</p>										
<ul style="list-style-type: none"> ● برای هر قطعه پلاستیک، بر اساس موارد استفاده آن در هر روز، یک علامه شمارش ایجاد کنید. <table border="1" data-bbox="264 905 1198 1560"> <thead> <tr> <th data-bbox="264 905 527 1056">کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی</th> <th data-bbox="527 905 711 1056">رقم کل استفاده</th> <th data-bbox="711 905 829 1056">یک بار مصرف</th> <th data-bbox="829 905 1052 1056">تعداد موارد استفاده شده در یک هفته</th> <th data-bbox="1052 905 1198 1056">مورد/شی</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="264 1056 527 1560"> <p>کاهش: طریقه‌ای است که می توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.</p> <p>استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره بازیافت و استفاده کنیم.</p> <p>جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.</p> </td> <td data-bbox="527 1056 711 1560"> <p>تخمین دانش‌آموز: ۵</p> <p>تخمین خانواده: ۵</p> <p>مجموع کلی واقعی: ۳</p> </td> <td data-bbox="711 1056 829 1560"> <p>بله</p> </td> <td data-bbox="829 1056 1052 1560"> <p>روز اول:</p> <p>روز دوم:</p> <p>روز سوم:</p> <p>روز چهارم:</p> <p>روز پنجم:</p> </td> <td data-bbox="1052 1056 1198 1560">  <p>خریطه پلاستیک</p> </td> </tr> </tbody> </table>	کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی	رقم کل استفاده	یک بار مصرف	تعداد موارد استفاده شده در یک هفته	مورد/شی	<p>کاهش: طریقه‌ای است که می توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.</p> <p>استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره بازیافت و استفاده کنیم.</p> <p>جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.</p>	<p>تخمین دانش‌آموز: ۵</p> <p>تخمین خانواده: ۵</p> <p>مجموع کلی واقعی: ۳</p>	<p>بله</p>	<p>روز اول:</p> <p>روز دوم:</p> <p>روز سوم:</p> <p>روز چهارم:</p> <p>روز پنجم:</p>	 <p>خریطه پلاستیک</p>	<p>۱۰ دقیقه</p>
کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی	رقم کل استفاده	یک بار مصرف	تعداد موارد استفاده شده در یک هفته	مورد/شی							
<p>کاهش: طریقه‌ای است که می توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.</p> <p>استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره بازیافت و استفاده کنیم.</p> <p>جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.</p>	<p>تخمین دانش‌آموز: ۵</p> <p>تخمین خانواده: ۵</p> <p>مجموع کلی واقعی: ۳</p>	<p>بله</p>	<p>روز اول:</p> <p>روز دوم:</p> <p>روز سوم:</p> <p>روز چهارم:</p> <p>روز پنجم:</p>	 <p>خریطه پلاستیک</p>							
<ul style="list-style-type: none"> ● یک ستون برای نشان دادن اینکه یک پلاستیک "یکبار مصرف" است یعنی فقط یک بار قابل استفاده است، اضافه کنید. ● به این فکر کنید که چه تعداد از این پلاستیک‌ها بعد از یک بار استفاده دور انداخته شده‌اند و روزانه این را با یک تیک‌مارک یا چلیپا در دسته یکبار مصرف ها علامه گذاری کنید. 	<p>۱۰ دقیقه</p>										

<ul style="list-style-type: none"> ● بر اساس بررسی شکل استعمال، تعیین کنید که کدام یک از اشیا پلاستیکی بیشترین موارد استفاده را در طول هفته در خانه داشته است. ● همچنین با اعضای فامیل خود مصاحبه کنید تا در مورد همین موضوع بحث نموده و نظر خویش را به شما بگویند. 	۱۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> ● درباره آنچه که آموختید، و اینکه در این پروسه از چه چیزهایی بیشترین و کمترین لذت را بردید و چالش هایی که با آن روبرو شدید و دیگر موارد فکر کنید. 	۵ دقیقه

روز ۲

امروز شما یاد خواهید گرفت که تجزیه پذیر چیست و چگونه دوباره استعمال میشود.

مدت زمان پیشنهاد	فعالیت و توضیحات
۲۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ● درباره مفهوم تجزیه پذیر - که چیزی است که به طور طبیعی تجزیه شده و به خاک تبدیل می شود، یاد بگیرید. <p>برای بررسی اینکه چه اتفاقی برای پلاستیک و مواد غذایی طبیعی رخ می دهد، آزمایشی را انجام می دهیم.</p> <ul style="list-style-type: none"> - دو چقری کوچک در خاک باغچه/چمن (با گلدان؛ اگر حویلی ندارید) حفر کنید. - هر نوعی از ضایعات پلاستیکی را در یکی از چقری ها و خسته میوه یا برگ سبز را در دیگری قرار بدهید. - هر دو چقری را با خاک پوشانده و چقری پلاستیک ها را به وسیله چوبی که علامه پلاستیک دارد و چقری خسته میوه/برگ سبز را با میوه یا برگ علامه گذاری کنید.
۱۰ دقیقه	<p>درباره این فکر کنید که به نظر شما بعد از یک هفته چه چیزی پیدا خواهید کرد و آن را بنویسید.</p>
۲۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ● درباره چگونگی دور انداختن پلاستیک توسط خانواده ها و اینکه چه اتفاقی برای آن می افتد، فکر کنید؟ ● در مورد دوران عمر پلاستیک با استفاده از اطلاعات زیر بحث و بررسی کنید: <p>لینک:</p> <p>https://www.wwf.org.uk/sites/default/files/2020-02/WWF_Plastics_Explainer.pdf</p> <ul style="list-style-type: none"> ● مکان هایی را که در آنجا پلاستیک های دور ریخته شده را می بینید رسمی کنید. ● به مکان هایی که پلاستیک های استفاده شده را دیده اید، فکر کنید؟ ○ توده هایی از پلاستیک های ریخته شده در سرک ها/آب وجود دارد. بسیاری از این پلاستیک ها به قطعات کوچک تبدیل شده و توسط پرندگان و حیوانات خورده می شوند که باعث بیمار شدن آنها می شود.
۱۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ● در کتابچه یادداشت هفته وار پلاستیک خود، موارد استفاده از پلاستیک در طول روز را برای همه اشیا علامه گذاری کنید. ● بهتر است این اطلاعات را در پایان روز اضافه کنید، زمانی که می توانید دریابید که به چه میزان از هر یک از اشیا استفاده شده است.

افکار خود را در مورد اینکه برای پلاستیک و میوه ای که زیر خاک کرديد چه اتفاقی خواهد افتاد و همچنین رسامی ای از جایی که پلاستیک های ریخته شده را دیدید، به والدین/فامیل/صنف خویش ارائه کنید و نظر ها و پیشنهادات را جهت بهبود عملکرد دریافت کنید (در صورت وجود). نظریات دریافت شده را با یکدیگر بیوند دهید.	۱۰ تا ۱۵ دقیقه
در طول این پروسه به چه چیز جدیدی پی بردید، از چه چیزی بیشترین و از چه چیزی کمترین لذت را بردید و با چه چالش هایی مواجه شدید.	۵ دقیقه

روز ۳

امروز شما یاد خواهید گرفت که چه نوع پلاستیکی در خانه استفاده می شود و جایگزین های آن چیست.

فعالیت و توضیحات	پیشنهاد مدت زمان
<ul style="list-style-type: none"> ● با پدرکلان و مادرکلان خود و سایر اعضای خانه خود مصاحبه کنید و دریابید که آیا آنها در گذشته برای همه چیز از همین مقدار پلاستیک استفاده می کردند یا نه. ● در مورد جایگزین هایی که قبل از پلاستیک استفاده می شد فکر کنید. <p>سوالات انگیزشی:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● آیا هنگامیکه بزرگ می شدید، در خانه شما همین مقدار پلاستیک وجود داشت؟ ● بجای پلاستیک، چه چیزی را استفاده می کردید؟ 	۱۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> ● تصاویری مقایسه ای از چیزهایی که در گذشته بدون پلاستیک و در حال حاضر با پلاستیک هستند، رسم کنید. ● اگر نمی توانید تصاویر اشیاء گذشته را رسم کنید، می توانید به جای آن لیستی از آنها را بنویسید. 	۱۵ دقیقه

<p>● ورق ذیل را برای هر یک از اشیا پلاستیکی پر کنید تا برای جدول استعمال دوباره، کاهش و جایگزینی خویش برنامه ریزی کنید.</p> <p>● برخی سوالات اصلی عبارتند از:</p> <ul style="list-style-type: none"> - استعمال یا هدف این ماده پلاستیکی چیست؟ - این ماده پلاستیکی چقدر مهم است؟ - آیا گزینه های دیگری برای استفاده به جای این مورد پلاستیکی داریم؟ - آیا می توانیم استفاده از این پلاستیک را کاهش دهیم؟ 					۲۰ دقیقه				
اسم ماده پلاستیکی	استعمال یا هدف آن	درجه اهمیت شی	گزینه هایی از مواد جایگزین دیگر	آیا میتوانیم استفاده از آنرا تقلیل دهیم؟					
<p>در کتابچه یادداشت هفتهوار پلاستیک خود موارد استفاده از پلاستیک در روز را برای همه اشیا علامه گذاری کنید. بهتر است این اطلاعات را در پایان روز اضافه کنید، زمانی که می توانید دریابید که به چه میزان از هر یک از اشیا استفاده شده است.</p>									
<p>تمام یافته های خود در طول روز (از تمام فعالیت ها) را به والدین/فامیل خود ارائه کنید و نظریات و پیشنهادات را جهت بهبود عملکرد دریافت کنید (در صورت وجود).</p>					۱۰-۱۵ دقیقه				
<p>نظریات داده شده را در فعالیت های خود به کار بگیرید.</p>									
<p>در طول این پروسه به چه چیز جدیدی پی بردید، از چه چیزی بیشترین و از چه چیزی کمترین لذت را بردید و با چه چالش هایی مواجه شدید؟</p>					۵ دقیقه				

روز ۴

امروز شما در مورد مواد مختلفی که می توانید به غیر از پلاستیک استفاده کنید خواهید آموخت.

فعالیت و توضیحات	مدت زمان پیشنهادی

<p>با یک چوکات کاهش، استعمال دوباره و جایگزینی، جایگزین‌های پلاستیک را طراحی کنید.</p> <ul style="list-style-type: none"> - اول، به اقلام پلاستیکی فکر کنید که می‌توانید جایگزین کنید. - با خانواده‌تان درباره گزینه‌هایی از مواد دیگری که می‌توانید به جای پلاستیک استفاده کنید صحبت کنید، مانند تکه، کاغذ، بوجی، شیشه و غیره. - با امتحان کردن جایگزین‌های جدید به جای پلاستیک تلاش کنید (برای مثال: چگونه شامپو را در جای دیگری نگهداری کنید؟ چگونه چپس را بستهبندی کنید؟ و غیره). - در مورد اینکه آیا این راه حل‌های جدید کارایی دارند یا نه فکر نموده و آنها را آزمایش کنید. - ویژگی‌های کلیدی را شناسایی کنید که پلاستیک را چنین خاص می‌کند و باعث استفاده گسترده آن شده. 	<p>۳۰ دقیقه</p>
<p>سوالات ترغیب کننده:</p> <ul style="list-style-type: none"> - آیا مواد دیگر تر می‌شوند؟ آیا وسایل داخل آن تر می‌شوند؟ (به عنوان مثال تکه و کاغذ) - آیا مواد دیگر به همان اندازه مقاوم هستند؟ - آیا آنها به راحتی پاره یا خراب می‌شوند؟ (به عنوان مثال کاغذ و شیشه) - آیا مواد دیگر سنگین و آسان برای حمل و یا سفر هستند؟ (به عنوان مثال فلز و شیشه) - آیا تمام مواد به هر شکل تبدیل می‌شوند؟ 	<p>۲۰ دقیقه</p>
<p>به اشیا پلاستیکی که نمی‌توانید آنها را جایگزین کنید یا کاهش دهید، فکر کنید و در مورد چگونگی کاهش استفاده آنها برنامه ریزی کنید. مانند خرید پاکت بزرگتری از چپس تا بیشتر دوام بیاورد.</p> <p>یک لیست از اشیا پلاستیکی که نمی‌توانید جایگزین کنید یا کاهش دهید تهیه کنید و فکر کنید آیا راهی وجود دارد که آن‌ها برای مدت طولانی‌تری سالم بمانند یا راحل‌هایی برای استفاده مجدد از آن‌ها وجود دارد؟ به عنوان مثال، یک خریطه پلاستیکی را مجدداً با غلات پر کنید، یک خریطه خرید پلاستیکی را برای کثافات دوباره استفاده کنید و غیره.</p>	<p>۲۰ دقیقه</p>
<p>به اشیا پلاستیکی فکر کنید که نمی‌توانند جایگزین شوند یا کاهش یابند و بسنجید که آیا می‌توان آنها را دوباره استفاده کرد.</p>	<p>۱۰ دقیقه</p>
<p>به عنوان مثال، یک خریطه پلاستیکی را با غلات دوباره پر کنید، از یک خریطه مواد غذایی پلاستیکی برای زباله و غیره استفاده کنید.</p>	
<p>در کتابچه یادداشت هفته‌وار پلاستیک خود موارد استفاده از پلاستیک در روز را برای همه موارد علامه گذاری کنید.</p>	<p>۱۰ دقیقه</p>
<p>تمام یافته‌های خود در طول روز (از تمام فعالیت‌ها) را به والدین/فامیل خود ارائه کنید و نظریات و پیشنهادات را جهت بهبود دریافت کنید (در صورت وجود).</p> <p>نظریات داده شده را در کار خود به کار بگیرید.</p>	<p>۱۵-۱۰ دقیقه</p>

۵ دقیقه	در طول این پروسه به چه چیز جدیدی پی بردید، از چه چیزی بیشترین و از چه چیزی کمترین لذت را بردید و با چه چالش‌هایی مواجه شدید؟
---------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

روز ۵

امروز شما مشاهدات خود را به پایان میرسانید و در مورد استعمال دوباره نمایش را خواهید داشت.

مدت زمان پیشنهادی	فعالیت و توضیحات																										
۱۵ دقیقه	چیزهایی را که در چقوری‌ها زیر خاک کردید بیرون بکشید - تغییرات وارده در پلاستیک و مواد غذایی را بررسی کنید. بر اساس مشاهدات خود، آنچه تا کنون اتفاق افتاده را به اشتراک بگذارید و فکر می‌کنید که در چند هفته آینده چه اتفاقی خواهد افتاد و چرا؟																										
۱۰ دقیقه	در کتابچه یادداشت هفته‌وار پلاستیک خود موارد استفاده پلاستیک در روز را برای تمام اشیا علامه گذاری کنید. با استفاده از این اطلاعات، کتابچه اکنون باید تمام اطلاعات لازم را برای تمام روزها داشته باشد و نیز مجموعه کل واقعی را تکمیل کند.																										
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">مورد/شی</th> <th style="width: 15%;">تعداد اشیا استفاده شده در یک هفته</th> <th style="width: 15%;">یک بار مصرف</th> <th style="width: 15%;">رقم کل استفاده</th> <th style="width: 40%;">کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="5" style="text-align: center; vertical-align: middle;">  خریطة پلاستیک </td> <td>روز اول:</td> <td>بله</td> <td>تخمین دانش‌آموز: ۵</td> <td>کاهش: طریقه‌ای است که می‌توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.</td> </tr> <tr> <td>روز دوم:</td> <td></td> <td>تخمین خانواده: ۵</td> <td>استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره استعمال و استفاده کنیم.</td> </tr> <tr> <td>روز سوم:</td> <td></td> <td>مجموع کلی واقعی: ۳</td> <td>جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.</td> </tr> <tr> <td>روز چهارم:</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>روز پنجم:</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	مورد/شی	تعداد اشیا استفاده شده در یک هفته	یک بار مصرف	رقم کل استفاده	کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی	 خریطة پلاستیک	روز اول:	بله	تخمین دانش‌آموز: ۵	کاهش: طریقه‌ای است که می‌توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.	روز دوم:		تخمین خانواده: ۵	استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره استعمال و استفاده کنیم.	روز سوم:		مجموع کلی واقعی: ۳	جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.	روز چهارم:				روز پنجم:			
مورد/شی	تعداد اشیا استفاده شده در یک هفته	یک بار مصرف	رقم کل استفاده	کاهش/استفاده مجدد/ جایگزینی																							
 خریطة پلاستیک	روز اول:	بله	تخمین دانش‌آموز: ۵	کاهش: طریقه‌ای است که می‌توانیم با آن میزان استفاده را کاهش دهیم.																							
	روز دوم:		تخمین خانواده: ۵	استفاده مجدد: به این طریقه میتوانم شیء را دوباره استعمال و استفاده کنیم.																							
	روز سوم:		مجموع کلی واقعی: ۳	جایگزینی: بر اساس جایگزین ایجاد شده توسط دانش‌آموزان.																							
	روز چهارم:																										
	روز پنجم:																										
۳۰ دقیقه	تمام کارهایی که در طول هفته انجام داده‌اید را جمع‌آوری کرده و یک پوستر برای قانع کردن اعضای خانواده جهت کاهش، استفاده دوباره یا جایگزینی پلاستیک تهیه کنید. این کار را با چوکات زیر انجام دهید:																										

<p>- ما چه میزانی از پلاستیک را استفاده میکنیم؟ چرا استفاده پلاستیک بد است؟</p> <p>- چه چیزی پلاستیک را خاص می کند؟</p> <p>- چه چیزهایی را می توانیم کاهش دهیم، دوباره استفاده یا جایگزین کنیم؟</p> <p>- از یک پوستر، کمپاین یا از کتابچه یادداشت خود و غیره در جریان ارائه استفاده کنید.</p> <p>• اطمینان حاصل کنید که یک پیام روشن به خانواده خود در مورد اینکه چرا پلاستیک مضر است و چقدر از آن استفاده می شود و یک استدلال قانع کننده در مورد کاهش، استفاده دوباره یا جایگزینی آن رسانده باشید.</p>	
<p>استدلال خود را به خانواده ارائه دهید و توجه کنید که چند نفر با آن متقاعد شده اند - در مورد اینکه چرا بعضی اعضای خانواده متقاعد نشدند (در صورت وجود) فکر کنید، و فکر کنید که آنها چه کار متفاوتی میتوانند انجام دهند.</p>	<p>۱۵ دقیقه</p>
<p>در طول تمام این پروژه به چه چیز جدیدی پی بردید، از چه چیزی بیشتری و از چه چیزی کمترین لذت را بردید و با چه چالش هایی مواجه شدید.</p>	<p>۱۰ دقیقه</p>

معیارهای ارزیابی

- تفکر تحلیلی و مشاهدات انجام شده.
- توانایی تهیه کردن و پرسیدن سوالات معنا دار و پیگیری آنها.
- تفکر انتقادی و حل مسئله برای طرح جایگزین هایی برای پلاستیک.
- وضوح پیام ها هنگام رسامی، نوشتن یا صحبت کردن.

فعالیت های غنا بخش اضافی

- این فعالیت را می توان با زمان بیشتری، برای مشاهده تجزیه پذیری که معمولاً ۴ ماه طول می کشد، گسترش داد.

تغییرات جهت ساده سازی

- دانش آموزان می توانند یک کتابچه یادداشت هفتوار پلاستیک بسازند و روی اینکه چه چیزهایی میتوانند کاهش بیابند یا دوباره استفاده شوند، تمرکز کنند.