

Кафе

- Выбирай кафе здорового питания;
- Полезные для тебя блюда в меню; проси официанта не приносить тубочку к напитку, сходи на мастер-класс по выпечке натуральной хлеба на закваске.



Торговый центр

- Бери с собой экопакеты, авоськи и мешочки, складывая в них продукты;
- Практикуй разумное потребление – делай покупки по списку, не совершай спонтанных покупок, читай этикетки и обращай внимание на составы покупаемых продуктов.



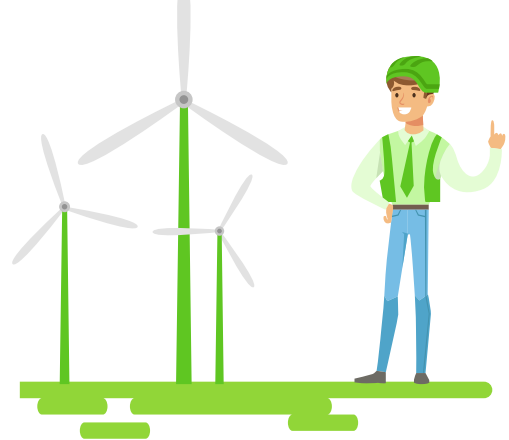
Пункт приема вторсырья

- Узнай, какие виды вторсырья принимаются, как его подготовить, и нанеси составы;
- Поверь, что раздельный сбор отходов имеет бо́льшую ценность;
- становится модными и это довольно просто.



Стань сам теми изменениями, которые ты хочешь видеть в мире!

Отмечай в книжечке сделанное тобой каждый день.



Парк/лес

- Возьми на пикник многообразную посуду, заведи с собой весь мусор, чтобы что возможно не в переработку;
- Проходи по парку, полюби чистым воздухом, сними на несколько минут или больше время жизни с музыкой, послушай птиц и шум ветра, обними дерево...



ДК (Дом культуры)

- Сходи в экогруппу и на занятия спортивной секции;
- Прими участие или предложи директору ДК организовать ярмарку (беллантие ярмарки одежды, книг, дисков и т.п.).

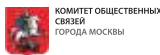


Школа

- Наплавляй воду из кувера в свою экобутылку (многообразную емкость);
- На переменах больше гуляй, общайвайся экопроекты, которые делают тебя известным. Это может быть эковест, праздник в экоформате, посадка деревьев, сбор и сдача макулатуры и многое другое.



« Мой лучший » Экодень



Двор

- Используй Carpool (Карпул) – договорись с друзьями/соседями и на доступные расстояния ходи пешком или едь на велосипед/самокате;
- Не бери рекламные листовки у промоутеров на улице/в торговых центрах;



Полезный двор

- Подарившись с соседями, оставь ненужные книги или диски/киноленты, собери бросовые рекламные флаеры для сада в переработку;
- Оглянись во дворе, спросишь себя «как я могу улучшить?» и начеши план действий;
- Повесь кормушку для птиц и какжыи друзей зимой в в нее семечки, овес, просо, пшено/пшеницу, но не хлеб!



Наше здоровье и планета под угрозой!

- Люди «съедают» годовой ресурс Земли за 8,5 месяцев – и процесс идет по нарастающей.
- Нам требуется уже 1,6 планеты – для 7,5 млрд. человек. По итогам 2015 года, результат был 1,5 планеты.
- В 138 городах (57% населения России) степень загрязнения воздуха оценивается, как «очень высокая» и «высокая».
- Один житель нашей страны производит в среднем около 470 кг мусора в год (57 миллионов тонн на всех).
- Численность позвоночных животных снизилась на 58% с 1970 года.



По данным WWF, Росстата и Минприроды России.

Дом: Гостиная

- Сделай комплекс упражнений на 10-20 мин и напиши список экоподарков (вишлист) на свой день рождения;
- Начни экспериментировать со светом, изучи все секреты и технологии.



Дом: Кухня

- Бери себе такую порцию еды, которую сможешь съесть;
- После еды помой посуду, включив воду тонкой струйкой;
- Практикуй раздельный сбор, превращай мусор в ценное вторсырье (бумага, стекло, металл, пластик);
- Не бери рекламные листовки у промоутеров на улице/в торговых центрах;



Дом: Ванная комната

- Выключай воду, когда чистишь зубы, принимай брызги душа;
- Используй натуральные моющие средства и косметику, а туалетную бумагу из макулатуры;

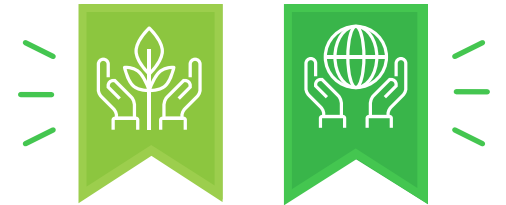


Начни применять экопривычки каждый день!

Ты спросишь: что делать?

Миллионы людей уже ведут экологичный образ жизни, заводят полезные и выгодные экопривычки. Это дает:

- Здоровье
- Саморазвитие
- Деньги
- Общение – интересные друзья
- Свободное время
- Спокойную совесть
- Супервыгоду – твоё Будущее, безопасное и чистое, возможность здоровой жизни для твоих детей и внуков.



Взгляните по-новому на привычные вещи.