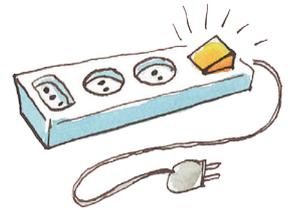


10 cose che potete fare anche voi, bambini e ragazzi!

Spegnete le luci non necessarie e scollegate i dispositivi che non usate.



Cercate informazioni sul cibo che mangiate. Da dove viene? Com'è stato coltivato e prodotto? Com'è stato confezionato? Come impatta sulla vostra salute e su quella del pianeta? Lo state sprecando?

Provate a coltivare a casa vostra ciò che mangiate, anche una piccola parte. Cominciate con qualche vegetale o spezia e poi prendete coraggio.



Imparate a preparare il compost e utilizzatelo per il vostro orto o per ciò che coltivate sul balcone.

Eliminate la plastica o almeno riducetela all'essenziale: niente borsine, imballaggi, tubetti o contenitori di plastica.



Andate in bicicletta o usate il trasporto pubblico.

Innamoratevi degli abiti usati... e dei libri usati... e dei giocattoli usati... I grandi marchi non fanno la qualità! E se non vi serve più qualcosa, regalatela.



Imparate ad aggiustare. Rammendare, riparare, conservare e mantenere sono abilità salvavita! Siate fieri di poter dare una nuova vita a un vecchio oggetto.

Eliminate ogni azione che vi lascia con un mucchio di rifiuti in mano. Evitate l'usa e getta



Cominciate a trascorrere del tempo in mezzo alla natura. Godetevela, rispettate e scoprite quanto tutto sia interconnesso.

10 cose che possono fare gli adulti presenti nella vostra vita

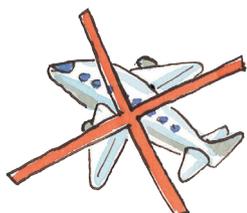


Passate alle energie rinnovabili in casa (e incoraggiate anche il vostro datore di lavoro a farlo).



Scegliete prodotti locali, comprate sfuso e portatevi i contenitori da casa.

Passate all'auto elettrica e condividete i mezzi a motore.



Viaggiate meno possibile in aereo, fate vacanze vicino a casa.

Acquistate cose fatte per durare. Date il via a un'economia della condivisione con i vostri amici.



Date ai vostri famigliari dritte salva ambiente e improntate al risparmio.

Modificate l'alimentazione della famiglia. Riducete o eliminate la carne rossa e i latticini, mangiate più cibi e proteine vegetali, eliminate i cibi industriali e i pasti pronti confezionati.



Scegliete prodotti che hanno un basso costo ambientale, non solo bassi costi d'acquisto. Acquisite informazioni sul ciclo e sulla filiera e ricordate: meno è meglio!

Sostituite i prodotti domestici dannosi o tossici con alternative naturali.



Usate gli elettrodomestici con parsimonia. Fate bollire solo l'acqua necessaria, avviate la lavastoviglie solo quando è a pieno carico. Se acquistate un nuovo frigorifero... pensate in piccolo: risparmierete energia ed eviterete spreco