



Stowarzyszenie

Dr.Max+

Zdrowie

MAXDekalog

jak żyć bardziej ekologicznie!

- 🌱 Oszczędzaj energię elektryczną – gaś światło, wyłącz wampiry elektryczne, wymień żarówki na energooszczędne.
- 🌱 Oszczędzaj wodę – zakręcaj kran podczas mycia zębów, zamień kąpiel na prysznic, wykorzystuj wodę szarą np. do spłukiwania toalety.
- 🌱 Korzystaj z opakowań wielorazowego użytku – torby na zakupy, kubki na kawę, butelki na wodę kranową, śniadaniówki.
- 🌱 Sadź drzewa i rośliny w swojej okolicy.
- 🌱 Ograniczaj podróże samochodem – wybierz komunikację miejską, pociąg albo rower.
- 🌱 Rozmawiaj i edukuj ekologicznie swoich najbliższych.
- 🌱 Ograniczaj ilość odpadków, a te które powstają segreguj.
- 🌱 Nie marnuj żywności, wykorzystuj resztki, rób racjonalne zakupy.
- 🌱 Kupuj tylko potrzebne rzeczy, wybieraj lokalnych producentów, którzy dbają o środowisko.
- 🌱 Naprawiaj zepsute sprzęty, wymieniaj się ubraniami, szukaj ofert z drugiej ręki.

