

ΜΙΚΡΕΣ ΠΡΑΞΕΙΣ ΠΟΥ ΣΩΖΟΥΝ ΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ

Η προστασία του πλανήτη ξεκινά από την καθημερινότητα με απλές, μικρές πράξεις: μειώστε τη χρήση πλαστικών μιας χρήσης (π.χ. τσάντες, καλαμάκια), κάντε σωστή ανακύκλωση, περιορίστε τη σπατάλη νερού και ενέργειας (π.χ. LED λάμπες, σβήσιμο φώτων), προτιμήστε τα μέσα μεταφοράς ή το περπάτημα, και μειώστε την κατανάλωση κρέατος.

Καθημερινές Πράξεις με Μεγάλη Διαφορά:

- **Μείωση & Επαναχρησιμοποίηση:**
 - **Αποφύγετε τα πλαστικά μιας χρήσης:** Χρησιμοποιήστε υφασμάτινες τσάντες για τα ψώνια, επαναχρησιμοποιούμενα παγούρια νερού και ποτήρια καφέ.
 - **Ανακυκλώστε σωστά:** Ενημερωθείτε για τα τοπικά προγράμματα ανακύκλωσης και ξεχωρίστε καθαρά τα υλικά (χαρτί, πλαστικό, γυαλί, μέταλλο).
 - **Κομποστοποίηση:** Μετατρέψτε τα οργανικά υπολείμματα τροφών σε λίπασμα, μειώνοντας τα απορρίμματα.
- **Εξοικονόμηση Ενέργειας & Νερού:**
 - **Σβήνετε τα φώτα** και τις συσκευές όταν δεν τις χρησιμοποιείτε (standby mode).
 - **Αλλάξτε λαμπτήρες** με τύπου LED, οι οποίοι καταναλώνουν έως και

λιγότερη ενέργεια.

- **Κάντε μικρότερα ντους** και χρησιμοποιήστε συσκευές εξοικονόμησης νερού (φίλτρα) στις βρύσες.
 - **Πλένετε τα ρούχα** σε χαμηλές θερμοκρασίες (eco πρόγραμμα) και στεγνώνετε τα φυσικά.
- **Βιώσιμη Κατανάλωση & Μετακίνηση:**
 - **Περπατήστε, κάντε ποδήλατο** ή χρησιμοποιήστε τα μέσα μαζικής μεταφοράς για κοντινές αποστάσεις.
 - **Μειώστε την κατανάλωση κρέατος** και γαλακτοκομικών, καθώς η παραγωγή τους έχει υψηλό περιβαλλοντικό αποτύπωμα.
 - **Αγοράζετε τοπικά και εποχιακά** προϊόντα για να μειώσετε τις εκπομπές ρύπων από τη μεταφορά τους.
 - **Επιλέγετε ποιοτικά προϊόντα** που διαρκούν περισσότερο και επισκευάζετε τα σπασμένα αντικείμενα αντί να τα πετάτε.

Γιατί έχουν σημασία;

Αυτές οι «πράσινες» συνήθειες, αν υιοθετηθούν από πολλούς, μειώνουν σημαντικά το αποτύπωμα άνθρακα, την πλαστική ρύπανση στους ωκεανούς και την πίεση στους φυσικούς πόρους.