


LÉPÉSEK A KIS-ÖKOLÁBNYOMOS ÉLETMÓD FELÉ

<p>Mostantól minden héten tartunk legalább egy húsmentes napot, és <u>kipróbálunk egy-egy új vegareceptet.</u></p>	<p><u>Szupertakarékos LED-égőkre cseréljük az égőinket.</u></p>	<p><u>A közösségi közlekedést választjuk a magányos autózás helyett.</u></p>	<p>Hetente minimum egy gyertyafényes, főzésmentes ebédet/vacsorát szervezünk (saláták, nyersételek, sütés nélküli sütemények).</p>
<p><u>Kikapcsoljuk/kihúzzuk a készenléti üzemmódban lévő gépeket (TV, számítógép stb.) és bedugva hagyott telefontöltőket.</u></p>	<p>Heti min. egy nap nem használjuk a mikró, szendvicssütőt, kávéfőzőt. (Kávéfüggők reggel főzzenek nagy adag kávé, és tegyék termoszba.)</p>	<p>Elsősorban helyben termesztett, bio élelmiszert vásárolunk.</p>	<p>Tanulunk, olvasunk a kislábnomos életmódról: olvassuk a <u>Kislábnom Hírlevelet</u> és <u>felmérjük a háztartásunkat.</u></p>
<p><u>Nem dobunk ki élelmiszert!</u></p>	<p>Minden héten tartunk egy-két autómentes napot – a rövidebb utakat biciklivel/sétával, a hosszabbakat tömegközlekedéssel váltjuk ki.</p>	<p><u>Próbálunk hatni a helyi vezetőkre</u> és/vagy <u>csatlakozunk egy helyi, akcióhoz</u> (közösségi kert, zöldklub, energiaközösség stb.)</p>	<p>Minden hónapban szervezünk egy <u>kütyümentes hétvégét</u>, azaz kerüljük a szórakoztató elektronikai eszközöket, a telefonokat is beleértve!</p>
<p>A háromperces fogmosó-időt kiterjesztjük a zuhanyzásra is. Extra vállalás: a fürdővizet/zuhanyzásból felfogott vizet újrahasznosítjuk.</p>	<p>Hetente 2-3 alkalommal iskola/munka után tilos a tv/számítógép/tablet/telefon – <u>helyette olvasunk, játszunk a szabad levegőn, társasozunk stb.</u></p>	<p>Nyomon követjük a fogyasztásunkat, rendszeresen leolvassuk a mérőóráinkat.</p>	<p>Utána nézünk és belevágunk energiahatékonysági beruházásba: <u>sajátkezű ablak-ajtó szigetelés, napkollektor, napelem, szigetelés...</u></p>
<p><u>Utánajárunk a hazai lábnomnak</u> a miheztartás végett, és benevezünk a <u>Green-go kisfilm-készítési versenybe</u>, hogy másokat is tájékoztassunk!</p>	<p>Ha lankadnánk, <u>inspiráló közösségi projektekből</u> merítünk erőt és ötleteket (<u>magyar inspiráció itt</u>).</p>	<p><u>Kiszámoljuk a saját Túllövésünk Napját,</u> és <u>lábnyombajnokok leszünk.</u></p>	<p>Keresünk magunknak további vállalást, kislábnomos tippet:  http://kislabnyom.hu/tippek</p>