

10 GESTI SEMPLICI PER DIFENDERE QUESTO MONDO, LA NOSTRA "CASA COMUNE"

Ogni giorno con un semplice gesto puoi costruire un mondo più sostenibile. Un mondo in cui l'accesso al cibo e la salute siano un diritto primario per tutti.



1. SPEGNI LA LUCE.

Per **ridurre lo spreco di energia elettrica**.



2. CHIUDI IL RUBINETTO.

Non lasciar scorrere l'acqua del rubinetto e utilizza lavatrice e lavastoviglie sempre a **pieno carico**.



3. RICICLA E RIUSA CONTRO GLI SPRECHI.

E fai la **raccolta differenziata**.



4. SEGUI UNA DIETA EQUILIBRATA.

Modera il consumo di carni rosse provenienti da **allevamenti intensivi** che hanno un forte impatto sull'ambiente, anche con le emissioni di CO₂.



5. AL LAVORO SENZA MOTORE.

Camminare o utilizzare una bicicletta per andare al lavoro **migliora la propria salute** e allo stesso tempo **riduce le emissioni di CO₂**.



6. UNA SPESA PLASTIC-FREE.

Utilizza borse di tela e **riduci** gli acquisti di **plastica** monouso.



7. VESTI ECO-FRIENDLY.

Prediligi i vestiti di fibre naturali che sono biodegradabili, riciclabili ed ecosostenibili.



8. STAMPA SOLO SE NECESSARIO.

Per contenere le emissioni e **salvaguardare le foreste**.



9. OCCHIO AL RISCALDAMENTO.

Monitora il **riscaldamento** e l'**isolamento termico** di casa per evitare la diffusione di ulteriori polveri sottili.



10. SEGUI LA STAGIONE.

Acquista **prodotti di stagione** per evitare l'emissione di grandi quantità di CO₂ causate da coltivazioni in serra.