

28 dni do bycia bardziej eko

FLOWMUMMY.PL / Kuchnia Spotkań IKEA

PN	W	Ś	C	PT	SB	N
Zakręć wodę podczas mycia zębów	Zamień papierowe ręczniki kuchenne na bawełniane ścierki	Kup bawełniane torby na zakupy	Wyciągnij z kontaktu wtyczki urządzeń których nie używasz (ładowarka!)	Przejrzałe banany obierz ze skórki, pokrój w plasterki i zamroź (idealny dodatek do smoothie!)	Zanim pójdziesz na zakupy, zrób porządek w lodówce i wymyśl co możesz zrobić z produktów, które już w niej są	Ugotuj obiad na 2 dni
Nauč się jak przechowywać żywność	Zrób porządek w szafie z ubraniami (oddaj te, których nie nosisz)	Zrób porządek ze wszystkim, czego nie używasz! Oddaj, sprzedaj...	Zrób porządek ze wszystkim czego nie używasz! Oddaj, sprzedaj... (ciąg dalszy)	Zrób porządek ze wszystkim czego nie używasz! Oddaj, sprzedaj... (ciąg dalszy)	Zrób listę zakupów i trzymaj się jej!	Kup do domu zioła w doniczkach i dbaj o nie
Wymień żarówki	Segreguj śmieci!	Użyj sody i octu do czyszczenia domu i przekonaj się, że jest o wiele lepszy od detergentów	Jedz więcej warzyw	Kup ładny bidon i noś w nim wodę	Zaplanuj menu na cały tydzień	Zabierz dzieci na wycieczkę do lasu
Napraw zepsute rzeczy	Uświadom sobie, że masz wpływ na swoje otoczenie	Umyj naczynia w zlewie (nie pod bieżącą wodą)	Zamiast samochodu staraj się wybierać rower lub spacer	Zrób śniadanie i lunch do pracy zamiast kupować gotowe dania w barze	Zrób sobie domowe SPA z kosmetyków diy, z naturalnych składników	Bądź z siebie dumna! Podtrzymaj dobre nawyki!