

BUONE PRATICHE PER UNO STILE DI VITA+ECO

Gesta Srl promuove un elenco di pratici consigli per favorire una "eco-conversione":
anche a casa, nella vita di tutti i giorni, **dobbiamo sforzarci di assumere un comportamento ecocompatibile**

Cambia le tue abitudini!



1. **Rispetta le Leggi e i Regolamenti**
2. **Compra prodotti locali**, nazionali e di Aziende eticamente responsabili
3. **Mangia cibi biologici**, di stagione e locali
4. **Tieni in casa piante e fiori locali**
5. Quando non li usi, **spegni completamente gli elettrodomestici** dotati di stand-by (televisioni, stereo, DVD, ecc.)
6. **Usa lampadine a basso consumo**
7. **Usa batterie ricaricabili**
8. Fai la **raccolta differenziata**: carta, plastica, vetro, umido, legno, pile esauste, medicinali, hardware
9. **Chiudi l'acqua** quando ti lavi i denti e quando ti fai la barba
10. **Preferisci la doccia al bagno** e chiudi l'acqua quando usi schiuma e shampoo
11. **Alza di un grado la temperatura del frigorifero**
12. **Usa la lavatrice a pieno carico e a bassa temperatura**
13. **Rispetta le dosi di detersivo biologico** e non usare ammorbidenti
14. **Non usare gli asciugabiancheria**
15. **Isola termicamente** le nostre case
16. **In inverno mantieni la temperatura tra 18 e 20 °C**
17. **In estate, accendi il climatizzatore solo se necessario** (25°C o non più di 8°C meno della temperatura esterna)
18. **Usa energie rinnovabili ed alternative**
19. **Non usare prodotti usa e getta**
20. **Non usare sacchetti di nylon**, ma preferisci borse in fibre naturali per la tua spesa
21. **Preferisci prodotti riciclati e riciclabili**
22. Prediligi l'uso di **abbigliamento fatto di fibre naturali**
23. **Usa carta riciclata e stampa sul fronte e sul retro**
24. **Usa l'e-mail anziché il fax**
25. **Usa senza possedere**
26. **Utilizza l'automobile il meno possibile e, se necessario, condivide** con chi fa lo stesso tragitto
27. **Sottoponi l'automobile ad un controllo periodico del motore**, per ridurre al minimo i gas di scarico. **Mantieni un'andatura costante, spegni il motore quando ti trovi in coda** e controlla spesso la pressione dei pneumatici che permette di risparmiare più carburante
28. **Usa i mezzi pubblici**
29. **Usa la bicicletta**
30. **Sii consapevole. Ogni gesto ha un peso. Attenzione, rispetto e "impronta leggera" siano le tue parole d'ordine.**

Fai un'azione concreta!

Distribuisci questi suggerimenti a persone che conosci chiedendo loro di fare altrettanto. **L'ambiente ti ringrazierà!**