

MÅNEDENS LILLE MILJØ OG HELSETIPS



Ta vare på varmen i vannet.

En varm gjenstand vil avgi varme til omgivelsene. Inntil 70% av energien i varmtvannet vi bruker, går ut i kloakken. Hvis vi venter med å slå ut vannet til det har fått romtemperatur, vil varmen i vannet varme opp huset. Tenk også på dette når du heller kokvannet av grønnsakene.

Les mer om energisparing på www.gronnhverdag.no

Ekstraustyr og last krever mer drivstoff.

Takstativ og skibokser øker friksjonen og gjør at bilen trenger mer energi for å rulle. Desto mer last du har i bilen, desto mer drivstoff bruker du. Rydd ut det du ikke trenger og skru av takstativet når det ikke er i bruk.

Les mer om å spare drivstoff på www.gronnhverdag.no



Spise mindre kjøtt og mer frukt og grønt.

10 % av våre klimagassutslipp kommer fra kjøttproduksjon.

- Jorda har plass til 10 milliarder mennesker hvis vi spiser som indere
- 5 milliarder mennesker hvis vi spiser som italienere og bare
- 2,5 milliarder mennesker hvis vi spiser som amerikanere. Andelen kjøttmat er viktigste forklaring. www.framtiden.no

”Slik jeg ser det gjør man hver dag én av to ting: Enten bygger man opp helsen eller så bryter man den ned”. Adelle Davis.