



Χρησιμοποιώ υπεύθυνα, Εξοικονομώ φυσικούς πόρους:

Η δική μου λίστα

Ποιές καθημερινές συνήθειες θα αλλάξουμε στη δική μου οικογένεια για να χρησιμοποιούμε υπεύθυνα τα καταναλωτικά προϊόντα;

Κυκλώνω αυτές που θα ακολουθήσουμε.

Πότε ξεκινήσαμε: -----

- Θα χρησιμοποιούμε μεγάλες **πάνινες τσάντες** που θα φέρνουμε από το σπίτι για τα ψώνια μας.
- Στα πάρτυ θα προτιμάμε **χάρτινα αντί για πλαστικά πιάτα και ποτήρια** και θα γράφουμε τα ονόματα για να ξαναχρησιμοποιούνται από τα παιδιά!
- Θα προτιμάμε **προϊόντα της κάθε εποχής που παράγονται κοντά** στον τόπο που θα τα καταναλώσουμε.
- Θα ελέγχουμε τις **ετικέτες** στα προϊόντα που αγοράζουμε ώστε να μην έχουν επικίνδυνες ουσίες και θα προτιμάμε όσα έχουν παραχθεί με σεβασμό στο περιβάλλον και τον καταναλωτή.
- Όταν μαγειρεύουμε με κατσαρόλα/τηγάνι το **σκεύος θα εφαρμόζει καλά στο μάτι** της κουζίνας για να μην σπαταλάμε άσκοπα ενέργεια.
- Επίσης θα κλείνουμε το **καπάκι** της κατσαρόλας ή θα προτιμάμε χύτρες ταχύτητας γιατί έτσι το φαγητό ετοιμάζεται πιο γρήγορα.
- Όταν μαγειρεύουμε στον **φούρνο θα τον κλείνουμε 10-15'** πριν γίνει το φαγητό γιατί αν δεν ανοίξουμε την πόρτα του φούρνου διατηρεί την θερμότητα και καταναλώνουμε λιγότερη ενέργεια.
- Ανακυκλώνουμε το χρησιμοποιημένο λάδι** στους ειδικούς κάδους ανακύκλωσης
- Θα ανακυκλώνουμε όσο περισσότερο μπορούμε.** Κρατάμε χωριστά τα χαρτιά, μεταλλικά κουτάκια, μπουκάλια και συσκευασίες (αφού τις πλύνουμε) για να τα ανακυκλώσουμε στους μπλε κάδους.
- Θα αποφασίζουμε τι θέλουμε πριν ανοίξουμε **το ψυγείο και δεν θα κρατάμε άσκοπα την πόρτα του ανοιχτή**



