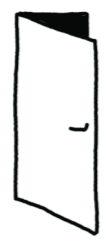


Doe het zelf

Doe de deur dicht.



Doe het licht uit.



Gebruik spaarlampen in plaats van

gloeilampen. Gebruik ledlampen in plaats van spaarlampen.



Zet de verwarming

lager. Trek een trui aan.

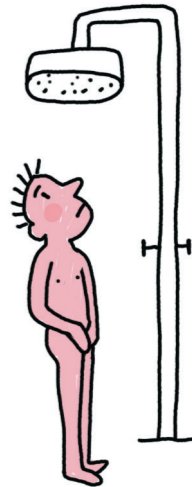


Doe de gordijnen dicht.



Ga vroeg naar

bed. Douche niet te lang. Douche niet te vaak. Gebruik een waterbesparende



douchekop. Douche samen. Doe niet te veel water in de waterkoker. Isoleer

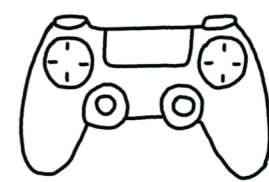


je huis. Neem dubbel glas. Neem zonnepanelen. Zet de televisie uit.

Zet de televisie helemaal uit.



Zet de PlayStation helemaal uit.



Zet de computer helemaal uit. Laat de auto staan. Pak de fiets. Neem de bus.

Neem de trein. Ga niet met het vliegtuig.



Neem geen kinderen.



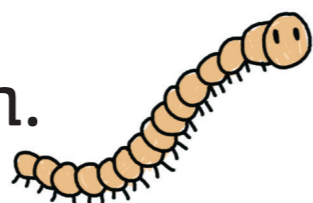
Plant bomen.

Drink water uit de kraan, niet uit een flesje.

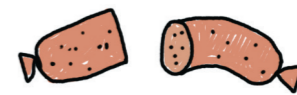


Eet groente van het seizoen.

Eet fruit van het seizoen.

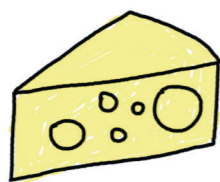


Eet insectenburgers. Eet minder vlees.



Eet minder herkauwers. Eet geen biefstuk van ver. Eet geen biefstuk van dichtbij. Eet

minder kaas.



Eet minder zuivel. Eet geen zuivel.



Gebruik een zonnelader.

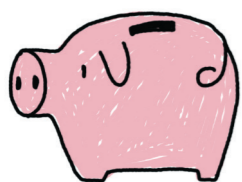
Gebruik oplaadbare batterijen.



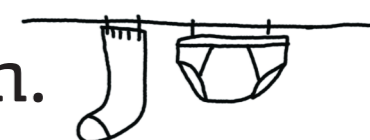
Koop geen nieuwe

dingen als het niet nodig

is. Gooi niks weg wat je nog kunt maken.



Droog de was buiten.



Leg niets over de verwarming. Gebruik een energiemeter.



Kijk samen televisie

in plaats van ieder op een eigen scherm. Doe de koelkast goed dicht. Gebruik een lap-

top in plaats van een pc.



Zet de helderheid van je scherm lager.



Zet blue-

tooth uit.

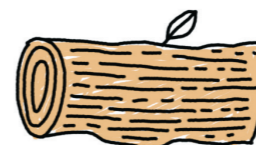


Zet gps uit. Gebruik een tablet in plaats van een laptop. Print

dubbelzijdig. Print niet.



Leen boeken bij de bieb.

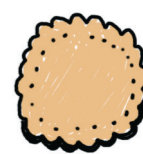


Koop alleen duurzaam

hout. Koop geen chocopasta met palmolie.



Koop geen koekjes met palmolie.



Koop geen zeep met palmolie.



Koop tweedehands kleren.



Geef geen

bloemetje maar een potplant. Scheid je afval. Gebruik een bezem en geen blad-

blazer. Ga niet onder een terrasverwarmer zitten. Stop de wasmachine vol. Doe de

was niet te heet. Koop zuinige apparaten. Koop niet meer eten dan

je op kunt. Eet geen groente en fruit uit de kas. Eet geen groente

en fruit dat van ver komt. Gebruik groene energie. Stem op een

politieke partij die klimaatverandering serieus neemt. Zeg het voort!



Lees alles over klimaatverandering in *Palmen op de Noordpool*.

www.marcterhorst.nl · www.wendypanders.nl · www.gottmer.nl