



Климатический образ жизни

Как начать жить, не забывая о планете

	ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО	ПОПРОБОВАТЬ НОВОЕ	СТАТЬ ЭФФЕКТИВНЕЕ
ДОМ	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Не устанавливать кондиционер без острой необходимости<input type="checkbox"/> Сушить бельё естественным путём вместо автоматической сушки<input type="checkbox"/> Кипятить ровно столько воды, сколько нужно сейчас	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Установить измельчитель пищевых отходов (диспоузер)<input type="checkbox"/> Одеваться теплее, а не включать обогреватель<input type="checkbox"/> Попробовать возобновляемый источник энергии (например, солнечные панели или тепловой насос на даче)	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Заменить все лампы в доме на светодиодные<input type="checkbox"/> Выбирать бытовую технику класса энергоэффективности A+ и A++<input type="checkbox"/> Утеплить окна и / или балкон<input type="checkbox"/> Установить терморегуляторы для батарей
ПУТЕШЕСТВИЯ	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Провести отпуск в своём регионе<input type="checkbox"/> Отказаться от перелёта «на выходные»<input type="checkbox"/> Заменить перелёт с целью короткого визита видеоконференцией	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Запланировать на отпуск велотур вместо полёта в дальние страны<input type="checkbox"/> Отправиться в путешествие на поезде вместо самолёта<input type="checkbox"/> Всегда пробовать в отпуске местный общественный транспорт	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Выбрать прямой рейс вместо полёта с пересадкой<input type="checkbox"/> Спланировать один длинный отпуск с перелётом вместо нескольких более коротких<input type="checkbox"/> Путешествовать налегке, поместив все необходимые вещи в ручную кладь
ГОРОДСКОЙ ТРАНСПОРТ	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Не передвигаться на автомобиле и такси в течение месяца<input type="checkbox"/> Перейти полностью или частично на удалённую работу<input type="checkbox"/> Отказаться от личного автомобиля из-за отсутствия необходимости	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Три раза за неделю доехать до места на велосипеде<input type="checkbox"/> Переехать поближе к работе, чтобы добираться пешком, на велосипеде или самокате<input type="checkbox"/> Выбрать электромобиль вместо бензинового или дизельного автомобиля	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Найти попутчика в поездке на автомобиле<input type="checkbox"/> Если общественный транспорт недоступен, воспользоваться каршерингом вместо личного автомобиля<input type="checkbox"/> Где возможно, соблюдать скорость около 60 км/ч, уменьшая расход топлива
ЕДА	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Поддержать глобальную инициативу Meat Free Monday и отказаться от мяса по понедельникам<input type="checkbox"/> Не переедать и есть, только когда голодны<input type="checkbox"/> Избегать пищевых отходов и покупать ровно столько, сколько нужно	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Попробовать пять новых вегетарианских блюд за неделю<input type="checkbox"/> Пригласить друзей на вегетарианскую вечеринку<input type="checkbox"/> Устроить встречу в вегетарианском кафе<input type="checkbox"/> Вырастить дома зелень или даже мини-огород	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Выбрать мясо с более низким углеродным следом: курицу или рыбу<input type="checkbox"/> Сделать следующую закупку «локальной», выбрав продукты, произведённые поблизости<input type="checkbox"/> Приготовить блюдо целиком из сезонных продуктов
ВЕЩИ	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Отказаться от покупки последней модели телефона, если ваш работает<input type="checkbox"/> Провести выходные на природе вместо торгового центра<input type="checkbox"/> Перед походом в магазин составить список, чтобы избежать импульсивных покупок	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Сходить в секонд-хенд вместо обычного магазина<input type="checkbox"/> Воспользоваться сервисом аренды / шеринга вместо покупки новой вещи<input type="checkbox"/> Устроить с друзьями дресс-кроссинг	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Отремонтировать сломанную вещь вместо покупки новой<input type="checkbox"/> Если новая вещь необходима, изучить вопрос и выбрать экологически ответственного производителя<input type="checkbox"/> Узнать больше об образе жизни Zero waste и попробовать три новые практики