

# Werde Naturretter

So einfach geht's:



Trinke Leitungswasser statt Wasser oder Softgetränke aus Plastikflaschen, Aludosen oder Tetrapacks.



Ernähre dich gemäß der Planetary Health Ernährung und engagiere dich auch in Kindergärten, Schulen und deinem Lieblingsrestaurant.



Unterstütze regionale Anbieter in deiner Umgebung sowie kooperative Landwirtschaften, Gemeinschaftsgärten etc.



Verzichte auf Gifte aller Art und chemische Dünger in deinem Garten.



Wenn es bei deinem Lieblingshändler Bio gibt, dann kaufe Bio und ansonsten regional und saisonal.



Steige auf Ökostrom um. Wenn möglich, packe auf dein Haus: Photovoltaikanlagen und Co. So bist du in Zukunft unabhängiger.



Fahre so viel du kannst mit dem Fahrrad und geh zu Fuß: bewegen, bewegen, bewegen



Trenne deinen Müll sorgfältig - dann ist er Wertstoff. Ziehe den Aludeckel vom Plastikbecher ab.



Kaufe Kleidung nachhaltig, SecondHand, repariere, tausche und trage deine Kleidung. Fast Fashion ist out und billig Fashion aus China sowieso.



Wähle Urlaubsziele, die du mit dem Zug erreichen kannst.



Wenn du spazieren gehst, nimm eine Tüte mit und sammle Abfälle aus der Natur auf.



Erfreue dich an vielen kleinen Geschenken des Lebens - an warmen Beziehungen, einem Lächeln, einem netten Wort. Das ist es, was uns glücklich macht.