

# Mais algumas dicas para proteger o meio ambiente

- 1 Congele** — antes que estraguem — **restos de comida, comida para viagem e produtos frescos** que você não vai comer.
- 2** Se usar **resíduos alimentares como fertilizantes**, você vai reciclar os nutrientes e reduzir os efeitos das mudanças climáticas.
- 3 Desligue as luzes** acesas que não precisa e, quando não estiver usando, desconecte os eletrodomésticos das tomadas.
- 4 Encha a sua máquina de lavar roupa e esqueça a máquina de secar roupa e o secador de cabelo.** Melhor ao ar livre!
- 5** Não gaste mais do que cinco ou dez minutos tomando banho. **Diga 'não' às banheiras cheias!**
- 6** Compre **produtos com pouca embalagem.**
- 7 Coloque tapetes** para manter sua casa aquecida.
- 8 Não lave os pratos** antes de colocá-los na máquina de lavar louça.
- 9 Evite pré-aquecer o forno**, a menos que seja essencial.
- 10 Isole janelas e portas** e ajuste o termostato para 'verão' e 'inverno'.
- 11** Faça o download das contas de energia, água e telefone etc. da Internet **e solicite que elas não sejam enviadas em papel.**
- 12 Substituir eletrodomésticos velhos** por outros mais eficientes em termos de energia.



Fonte: Organización de las Naciones Unidas (ONU).