



Quan vagis a comprar...

- 🍃 Pensa abans de comprar: **ho necessites?**
- 🍃 Practica el **consum col·laboratiu**: comparteix, lloga, compra de segona mà, ven...
- 🍃 Tria productes amb una **vida útil llarga**: de qualitat, ecològics, reparables, reutilitzables i reciclables.
- 🍃 **Informa't i coneix** les etiquetes i símbols dels productes. Demana assessorament al teu comerç.
- 🍃 Consumeix **productes de proximitat** i dona suport a la producció i el comerç local.
- 🍃 **Rebutja** envasos innecessaris i articles d'un sol ús: compra a granel o en envasos de gran tamany. **Digues no al plàstic!**
- 🍃 Apunta't als **reutilitzables**: envasos de vidre, carmanyoles per comprar, cistells i bosses de roba.
- 🍃 Selecciona productes amb **baix consum d'aigua i energia**.
- 🍃 Desplaça't de forma **sostenible**: bicicleta, cotxe compartit o elèctric, transport públic, patinet... **Camina!**
- 🍃 Tingues en compte l'**impacte ambiental** de la compra per internet: transport, embalatges...



Amb el finançament de:



Projecte subvencionat pel Servei d'Ocupació de Catalunya i pel Servicio Público de Empleo Estatal-Ministerio de Trabajo y Seguridad Social en el marc del **Programa ENFEINA'T**, regulat per l'ordre TSF/150/2018 de 3 de setembre

APUNTA'T AL CONSUM SOSTENIBLE



ACTUA JA! El futur és a les teves mans

Organitza:



- **Suma't** a les energies renovables, consum compartit...
- **Reutilitza** mobles, roba de la llar, decoració...
- **Redueix els consums** d'aigua, gas i energia: llums leds, airejadors d'aixeta, rentadores plenes a 30°C...
- **Recupera** el vinagre, la llimona o el bicarbonat per a la neteja i trucs d'abans per a taques difícils.



**REDUEIX
CONSUMS
A LA LLAR**

- **Programa** els teus viatges triant opcions sostenibles.
- **Escull** productes tecnològics reparables o de segona mà.
- **Aprofita** les opcions d'accedir a música, cinema, trobades... *on line*. Desmaterialitza el consum!



**PRACTICA OCI
I TURISME
SOSTENIBLE**

- **Practica** turisme de proximitat i oci alternatiu: cicloturisme, *plogging* (recollir escombraries fent esport).

- **Passa't** a les fibres naturals, a la moda sostenible.
- **Digues no** a la roba low cost i de poca durabilitat. Menys i millor!
- **Redissenya** les peces, arregla-les, facilita la reutilització...
- **Recircula** roba i complementos: comparteix, ven, lloga, dona, regala... Allibera espai al teu armari!



**ALLARGA LA
VIDA DE LA ROBA I
COMPLEMENTOS**

- **Elabora** cosmètics naturals a casa.
- **Tria** cosmètica feta sense components químics i *eco-friendly*.
- **Prioritza** l'ús de sabons en pastilla i en formats de gran tamany.
- **Busca** alternatives a l'ús de compreses i valora l'ús de bolquers de roba.



**CONSUMEIX
PRODUCTES
NATURALS**



#pensacircular



**EVITA
MALBARATAMENT
ALIMENTARI**

- **Aprèn** trucs per fer una cuina de reaprofitament.
- **Informa't** sobre els productes i selecciona de proximitat. Busca ecològic que també sigui pròxim!

- **Planifica** els menús prioritant productes frescos i de temporada. Compra el que necessitis!
- **Organitza** els productes a la nevera i el rebost: primer en entrar, primer en sortir!

