

19 Αυγούστου 2016

Πράγματα να κάνεις αυτό το καλοκαίρι

[/ Γενικά Θέματα](#)



Όλοι χρειαζόμαστε διακοπές και λίγη ξεκούραση!

Ήρθε η ώρα λοιπόν να ξαποστάσουμε για λίγο και να γυρίσουμε όλοι ανανεωμένοι με διάθεση για περισσότερες δράσεις και περισσότερες πράσινες εξερευνήσεις στην πόλη με την δωρεάν εφαρμογή WWF GreenSpaces!

Μέχρι τότε, ενώ χαλαρώνουμε, μπορούμε μέσα από απλά βήματα να:

Αποφύγουμε τη σπατάλη τροφίμων που, ειδικά το καλοκαίρι αυξάνεται σημαντικά. Δείτε απλές και χρήσιμες συμβουλές εδώ ή εμπνευστείτε από τον ξεχωριστό τσελεμεντέ μας με συνταγές από περισσεύματα.

Φροντίσουμε να τρεφόμαστε σωστά κάνοντας καλές επιλογές, σαν αυτές που μας

προτείνει ο επιστημονικός οδηγός που ετοιμάσαμε με πολλή όρεξη παρέα με το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο.

Θυμηθούμε τη λίστα που ετοιμάσαμε με την εποχικότητα φρούτων και λαχανικών, ώστε να κάνουμε τις κατάλληλες επιλογές. “Κάθε πράγμα στον καιρό του” δεν λένε;

Βοηθήσουμε το γόνο να γίνει γονιός (pdf) ειδικά το καλοκαίρι που η κατανάλωση ψαριών αυξάνεται θεαματικά.

Διαβάσουμε τις hot συμβουλές μας για δροσιά το καλοκαίρι. Εξοικονομούμε χρήματα και ενέργεια χωρίς να ζεσταινόμαστε!

Ανακαλύψουμε DIY παιχνίδια για την παραλία και τις καλοκαιρινές διακοπές.

Θυμόμαστε ότι η παραλία δεν είναι τασάκι κι ότι τα πλαστικά δεν πρέπει να φτάνουν στη θάλασσα.

Έχουμε πάντα το νου μας για εξάπλωση πυρκαγιών και να φροντίσουμε να τηρούμε πάντα τις συμβουλές για την αποτροπή τέτοιων καταστροφικών περιστατικών.

Να δούμε τα φανταστικά τοπία της χώρας μας

Και φυσικά να θυμόμαστε ότι πάντα υπάρχει “πράσινο” δίπλα στο “μπλε”! Μπορούμε πάντα να αναζητάμε μία ανάσα δροσιάς στο πράσινο του κάθε τόπου που θα επισκεφτούμε. Με την εφαρμογή WWF GreenSpaces μπορούμε να ανακαλύψουμε χώρους με παιδικές χαρές, πράσινο και εγκαταστάσεις για πικνικ και ξεκούραση, να τους καταγράψουμε και να τους βαθμολογήσουμε αναδεικνύοντας τα καλά παραδείγματα ή τα προβλήματα που παρουσιάζει ο κάθε χώρος. Μέχρι στιγμής έχουμε καταγράψει 910 χώρους σε 90 πόλεις της Ελλάδας και συνεχίζουμε! Βοήθησε μας να καταγράψουμε περισσότερους και να φτιάξουμε τον μεγαλύτερο πράσινο χάρτη της χώρας. Μάθε όλα όσα μπορείς να καταφέρεις με την εφαρμογή στο www.greenspaces.gr

και απόλαυσε ένα ωραίο βίντεο με τον Λευτέρη Ελευθερίου που αποφασίζει να...“παρκάρει” στην πόλη του!

Καλό καλοκαίρι!

Πηγή: kalyterizoi.gr