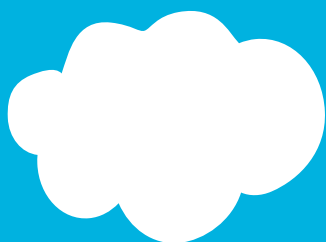
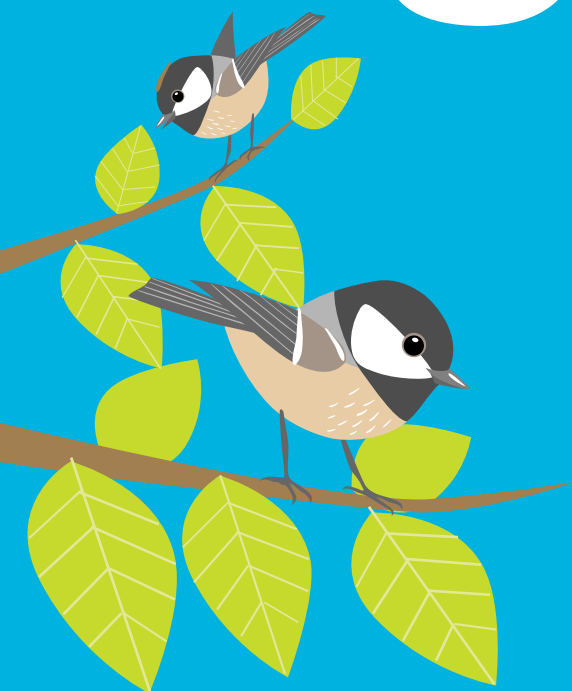


5 vinkkiä ympäristön ja terveyden hyväksi

Monet käytännön ilmasto- ja ympäristöteot hyödyttävät samalla omaasi ja muiden terveyttä. Nämä vinkit sopivat kaikille.

- 1.** Liiku lihasvoimalla. Kävele tai pyöräile lyhyet matkat ja vältä turhaa autoilua.
- 2.** Syö enemmän kasviksia ja vähemmän lihaa – voit paremmin ja maapallo kiittää.
- 3.** Lopeta tupakointi – säästät metsiä, ilmastoa ja ympäristöä.
- 4.** Työnnä sormet multaani ja nauti luonnosta. Monimuotoinen ympäristö lisää vastustuskykyä.
- 5.** Polta vain kuivaa puuta – vähennät puunpolton päästöjä ja pienhiukkasia.



**Lisää tietoa:
yksielämä.fi**



Yksi elämä

Nautitaan päivittäin.



Yksi elämä



@yksi_elama



@yksielama



Yksi elämä