

- Vypínám zbytečně rozsvícená světla.
- Doma máme všude úsporné LED žárovky.
- Do varné konvice si vždy odměřím potřebné množství vody.
- Při vaření vždy používám pokličku.
- Nenechávám dlouho otevřené dveře do ledničky či mrazáku. Vždy zkontroluji, zda se dobře zavřely.
- Neplýtvám teplou vodou - sprchuji se co nejkratší dobu.
- Otevřeným oknem větrám jen krátce. Když odcházím kontroluji, zda je zavřené.
- Na topení a těsně kolem něj nenechávám ležet žádné věci.
- U počítače nebo televize se snažím trávit co nejméně času.
- Když odcházím od počítače, nastavím režim spánku, nebo ho vypnu.
- Přehrávače a reproduktory nenechávám v pohotovostním režimu. Zcela je vypínám nebo odpojuji od elektřiny.

už to dělám   to snadno zvládnu   to nezvládnou

- Vypínám zbytečně rozsvícená světla.
- Doma máme všude úsporné LED žárovky.
- Do varné konvice si vždy odměřím potřebné množství vody.
- Při vaření vždy používám pokličku.
- Nenechávám dlouho otevřené dveře do ledničky či mrazáku. Vždy zkontroluji, zda se dobře zavřely.
- Neplýtvám teplou vodou - sprchuji se co nejkratší dobu.
- Otevřeným oknem větrám jen krátce. Když odcházím kontroluji, zda je zavřené.
- Na topení a těsně kolem něj nenechávám ležet žádné věci.
- U počítače nebo televize se snažím trávit co nejméně času.
- Když odcházím od počítače, nastavím režim spánku, nebo ho vypnu.
- Přehrávače a reproduktory nenechávám v pohotovostním režimu. Zcela je vypínám nebo odpojuji od elektřiny.

už to dělám   to snadno zvládnou   to nezvládnou