

# Was **du** jetzt tun kannst, wenn du zur **Gesundung** unserer Erde beitragen willst:

- täglich einem Kind etwas Schönes sagen
- deinen Fleischkonsum reduzieren
- einen Baum pflanzen
- die Heizung runterdrehen, bevor du schlafen gehst oder das Haus verlässt
- dem Nächsten dein Mitgefühl entgegen bringen
- mit der Bahn reisen, anstatt mit dem Flugzeug
- persönliche Gespräche führen, anstatt in einen chatroom zu gehen
- mal wieder einen lieben Brief schreiben
- das Badewasser zur Toilettenspülung benutzen
- immer mal wieder ein Lächeln verschenken
- möglichst nur Naturprodukte an und in deinen Körper lassen
- den Müll in die dafür vorgesehenen Behälter entsorgen und nicht in einen Wald, nicht in eine öffentliche Grünanlage und nicht auf die Straße
- mit dem Rad fahren, anstatt ein privates Auto zu benutzen
- dich täglich von einem lieben Erwachsenen umarmen lassen
- auf die Benutzung der Gentechnologie verzichten
- nur in dem Zimmer, in dem du dich gerade befindest, das Licht brennen lassen
- hauptsächlich „gut“ einkaufen, nicht hauptsächlich „billig“
- dir auch ab und zu Zeit nur für dich nehmen und dich selbst verwöhnen
- elektrische Geräte ausschalten, wenn du sie nicht benutzt, nicht auf „stand-by“ schalten

## du siehst, **du kannst** viel tun