

10 TIPS VOOR EEN DUURZAAM THUIS

1. Koop minder kleding, en zoveel mogelijk tweedehands

Het kopen van kleding heeft veel klimaatimpact. Door minder te kopen of te kiezen voor tweedehands kleding, verlaag je jouw voetafdruk. Bezoek bijvoorbeeld de pop-up store van MidZuid (opent op 30 oktober), Sjanzee in de Nieuwstraat of bekijk Vinted eens voor leuke tweedehands kleding.

2. Eet meer fruit, en koop dit lokaal

Een duurzaam thuis betekent ook dat je goed voor jezelf zorgt. Door meer fruit te eten krijg je belangrijke voedingsstoffen binnen die bijdragen aan een gezond lichaam. Lokaal fruit kopen van het seizoen is bovendien duurzamer, omdat het minder transport vereist en minder verpakking nodig heeft.

3. Voorkom voedselverspilling door slim te koken en kopen

Maak nieuwe gerechten van restjes. Zoals soepen, stoofschotels of wraps. Veel restjes zijn ideaal voor creatieve recepten. En koop 'lelijke' groenten en fruit. Deze producten met een 'foutje' worden vaak weggegooid, terwijl ze prima eetbaar zijn. Door deze te kopen, help je voedselverspilling te verminderen. Bekijk ook eens Too Good To Go, een app voor overtollig voedsel waar ook veel Oosterhoutse winkeliers aan mee doen.

4. Praat met elkaar, creëer fijne momenten met jouw buurt

Bij een duurzaam thuis hoort ook de buurt. Samen met je burens werken aan de buurt kan het groepsgevoel versterken en leiden tot gezamenlijke initiatieven, zoals het vergroenen van de buurt, een buurtmoestuin, of het delen van spullen.

5. Eet meer plantaardig en gevarieerd

Eten van planten heeft veel minder invloed op het klimaat dan dierlijke producten. Als je gevarieerd eet met bonen, granen en groenten, verklein je jouw ecologische voetafdruk. Een dieet met alleen planten is niet alleen goed voor de aarde, maar ook voor je gezondheid.



Gemeente
Oosterhout

5-12 OKTOBER
**DUURZAAM
OOSTERHOUT
WEEK** 10 JAAR




6. Isoleer jouw muren, dak en vloer

Goede isolatie is handig om energie te besparen en je huis comfortabel te houden. Het voorkomt dat warmte ontsnapt in de winter en houdt je huis koeler in de zomer. Met betere isolatie bespaar je jaarlijks veel op je energierekening. Dat kan al met kleine aanpassingen als het plaatsen van tocht strips.

7. Douche minder lang & neem een waterbesparende douchekop

Water besparen is een belangrijk onderdeel van duurzaamheid. Douche bijvoorbeeld niet langer dan 7 minuten. Daarnaast kun je met een waterbesparende douchekop tot wel 40% water besparen. Hierdoor bespaar je zowel water als energie die nodig is om het water te verwarmen.

8. Koop niet gelijk nieuwe spullen, maar knap ze op en laat ze maken



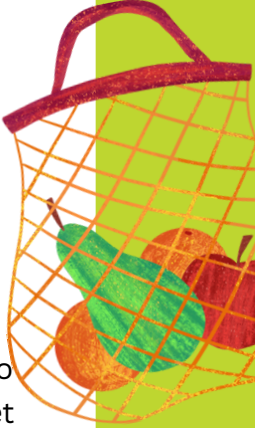
In plaats van oude spullen direct weg te gooien, kun je ze (laten) repareren of opknappen. Zo gaat het langer mee en verminder je de hoeveelheid afval. Bezoek een Repair Café in de buurt, waar vrijwilligers je kunnen helpen om je kapotte apparaten, kleding of meubels te repareren.

9. Vergroen jouw tuin en verbouw eigen kruiden

Een groene tuin helpt bij de opvang van regenwater, zorgt voor schaduw in de zomer en is beter voor insecten, vogels en om andere dieren aan te trekken. Overweeg het planten van Nederlandse planten en bomen die weinig onderhoud nodig hebben

10. Vang het regenwater op

Het opvangen van regenwater is een slimme manier om water te besparen. Dit water kan worden gebruikt voor het sproeien van je tuin, het wassen van de auto of zelfs het doorspoelen van de wc. Zo besparen we drinkwater en helpen we het rioolstelsel niet overstromen bij hevige regenval.



WIL JE MET MEER TIPS AAN DE SLAG OM JOUW HUIS VERDER TE VERDUURZAMEN? HEB JIJ ZELF IDEEËN VOOR EEN PROJECT OF WIL JE AAN DE SLAG MET JOUW ORGANISATIE?

GA DAN NAAR WWW.OOSTERHOUTSDGLOKAAL.NL

Veel plezier!

