



## Välj ett eller flera av följande klimatsmarta uppdrag att starta med!



### Uppdrag Resa

*Bort med bilen under milen.* Ta cykeln, bussen, samåk eller gå istället. Hur många resor kan vi spara bort? Rapportera antalet resor och km.

Antal km

Pumpa däcken på bilen. Rätt lufttryck sparar både klimatet och plånboken.

Antalet kollar.



Byt ut en *resa med flyg* till ett miljövänligare alternativ, buss, tåg eller varför inte cykel för den som har god kondition☺.

Antalet flygresor

Byt ut en *långresa med bil* till ett miljövänligare alternativ, buss, tåg eller varför inte cykel för den som har god kondition☺.

Antalet bilresor



### Uppdrag Mat

Kött skapar större påverkan än vegetarisk mat. Laga en *vegetarisk maträtt* nästa gång. Det fungerar lika bra med en vegetarisk utelunch. Gör du mat för fler en räkna alla.

Antal måltider

Rapportera antalet måltider.

Återvinn förpackningarna. *Sopsortera*. Det går att återvinna bl.a. tidningar, kartong, hårdplast, mjukplast, metall, glas, aluminium, trädgårdsavfall. Rapportera antalet olika sorters kategorier du sopsorterar.

Antal återvinningskategorier

### Uppdrag Shopping



Även om du inte handlar allt ekologiskt – ta något ekologiskt när du handlar mjölk, fil, grädde osv, tex en liter mjölk. Hur många liter kan vi få ihop? Rapportera antalet produkter du ersatt med en ekologisk

Antal ekomjolk.

Även om du inte handlar allt ekologiskt, Fair Trade eller Rättvisemärkt– *lägg till en produkt varje gång du är i affären*. Tillsammans utöver vi konsumentmakt. Rapportera antalet produkter du ersatt.

Antal produkter.



*Engångspåsar?* Sluta vara ett påsmonster och använd kassar som kan återanvändas när du handlar. Sparar både miljön och plånboken. Rapportera hur många plastpåsar du sparar in?

Antal insparade plastkassar

Nya vårkläder? Handla en ekologisk, återvunnen och/eller klimatneutral plagg nästa gång. Rapportera antalet plagg du ersatt.

Antal plagg



**Ecostep.me är ett samarbete med Malmö Stad och Malmöfestivalen 2010. Under april-maj månad kommer vår hemsida stå klar där all information, uppdrag och tävlingar kommer finnas. Under Malmöfestivalen manifesterar vi vad vi alla tillsammans har åstadkommit.** All rights. GreenBagTag / KAMen



### Uppdrag Bo

Gör ett medvetet klimatsmart val när du tvättar.  
*Sänk temperaturen* ett steg vid nästa tvätt.  
Rapportera antalet tvättar där du sänkt temperaturen.

Antal tvättar



*Droptorka din tvätt.* Häng den ute om du har möjlighet eller på en torkställning inne.  
Rapportera antalet tvättar som du droptorkar.

Antalet torkar

Sätt in ett snålspolande duschmunstycke. På samma duschtid sparar du massor av vatten och uppvärmning – energi. Ett snålspolande duschmunstycke spolar ut ca 6 liter i minuten mot ca 12-15 liter i minuten. Hur länge duschar du? Rapportera antalet utbytta munstycken.

Antal munstycken

Duscha kortare. Minska tiden i duschen så sparar du vatten och uppvärmning. Stäng av medan du tvålar in dig eller schamponerar håret. Hur länge duschar du? Vet du? Ett badkar rymmer ca 250 liter och 10 minuter med ett vanligt duschmunstycke blir ca 120-150 liter.  
Rapportera antalet nerkortade duschar.

Antalet kortduschar

*Standby?* Vi har massor av elektronik och lampor som står på laddning och standby. Räkna efter hur många apparater du har som drar ström i vänteläge. (dator, spel, tv, telefon, skrivare, verktyg, lampor, andra maskiner)  
Hur många kan vi stänga av?  
Rapportera antalet produkter med standby o väntelägen.  
Rapportera hur många som du stänger av när de inte används.

Antalet Standby

Antalet minskade



VAD?

### Uppdrag Påverkan

Varva en ny medlem. Skicka in namn och e-postadress på din ecostepkompis till [hello@ecostep.me](mailto:hello@ecostep.me) Från och med maj månad kommer man även att kunna anmäla sig direkt på hemsidan [www.ecostep.me](http://www.ecostep.me)

Antal kompisar

Förslå fler uppdrag! Vad vill du göra? Vad får en bra effekt? Du kan skicka dina förslag löpande till [hello@ecostep.me](mailto:hello@ecostep.me)  
Vad vill du göra?

MITT  
BÄSTA  
REUSE!

Inspirera andra och berätta om din bästa återanvändning - Reuse. Hur tänkte du och hur gjorde du. Ta en bild i stående format och skicka till oss. Vi lägger upp olika förslag på Kolla In. Skicka dina förslag löpande till [hello@ecostep.me](mailto:hello@ecostep.me)

**Under april - maj kommer hemsidan finnas klar med möjlighet att online registrera dina resultat samt att anmäla sig eller utmana någon annan! Men du kan anmäla dig via mail redan idag på [www.ecostep.me](http://www.ecostep.me)**

**Första 5 morötterna (vinsterna) som lottas ut bland er som deltar är:**

Välj två valfria plagg från världens första klimatneutrala klädmärke, Earth Positive™. Kläderna är producerade av ekologisk bomull och Fair Wear. Ta en titt på vårkollektionen på [www.earthpositive.se](http://www.earthpositive.se). Klicka på "collection" så hittar du de senaste plaggen och färgerna.

Earth Positive™ vann utmärkelsen bästa ekologiska produkt 2009.

Du får också välja en kasse från ABOB som hjälp för att ta bort dina plastpåsar, liten, smart och färgglad!  
[www.abob.se](http://www.abob.se)

Vinstvärde 5 x 1.600 kr



Ecotstep.me är ett samarbete med Malmö Stad och Malmöfestivalen 2010. Under april-maj månad kommer vår hemsida stå klar där all information, uppdrag och tävlingar kommer finnas. Under Malmöfestivalen manifesterar vi vad vi alla tillsammans har åstadkommit. All rights. GreenBagTag / KAMen