

# De mit tehetek én?

## Hiszen csak egy csepp vagyok a fogyasztás tengerében

Nagyon is sokat tehetsz, hiszen a tenger különálló cseppekből áll össze. Egyrészt a te testedről, a te sorsodról te döntesz, másrészt pedig a pénztárcáddal a közös jövőnkéről, távoli országokban élő emberek életéről is szavazol. Vásárlóként ugyanolyan jogod van, mint mindenki másnak. Ugyan az élelmiszeripar számos trükkel befolyásolhatja szokásaidat, de tudatos fogyasztással megvédheted magad.

**Keress meg a helyi termékeket!**

**Ne dőlj be a reklámoknak, a vonzó csomagolásnak, tájékozódj több forrásból!**

**Ha visszafogod a húsfogyasztásodat, az nemcsak Földünknek, de neked is jót tesz.**

Próbáld minél kevesebb csomagolást megvenni (és kidobni), bevásárláskor ne kérj zacskót, inkább vidd magaddal!

**VÁSÁROLJ TUDATOSAN, CSAK AZT VEDD MEG, AMIRE VALÓBAN SZÜKSÉGED VAN!**

**NÉZD MEG AZ ÖSSZETEVŐKET!**

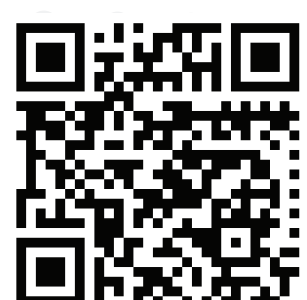
**KERESS MÉLTÁNYOS TERMELÉSBŐL ÉS KERESKEDESBŐL SZÁRMAZÓ CSOKIT, KAKAÓT, TEÁT (TALÁLD MEG A BOLTBAN A FAIR TRADE VAGY AZ UTZ TANÚSÍTVÁNYÚ TERMÉKEKET!)**



**KERESD A SZEZONÁLIS ÉS FRISS TERMÉKEKET (NYÁRON DÉL-AMERIKAI BANÁN HELYETT VEGYÉL INKÁBB HAZAI ALMÁT, BARACKOT, SZŐLŐT!)**

**HA PEDIG VALAMIBEN BIZONYTALAN VAGY, NÉZZ UTÁNA ÉS KÉRDEZZ!**

**FOGYASSZ TUDATOSAN, NÉZD MEG JOBBAN, MIT VESZEL ÉS MIT ESZEL!**



További információk, érdekességek és videók:  
[www.anthropolis.hu/eathinkkiallitas/en](http://www.anthropolis.hu/eathinkkiallitas/en)

anthropolis

