

ÉLELMISZERÁR-ROBBANÁS? IGY VÉDD KI A HATÁSÁT 40 TIPP

PÉNZTÁRCABARÁT ÖTLETEK A KONYHÁBAN
ÉS HÁZTARTÁSBAN



Élelmiszerár-robbanás?

Így véd ki a hatását: 40 tipp

Pénztárcabarát ötletek a konyhában és háztartásban

“a spórolás valójában egy olyan életvitel, amelynek révén abból hozod ki a maximumot, ami rendelkezésre áll. “(Himer Csilla)

Gazdasági válság, infláció, háború, energiahíány, energiadrágaság, aszály. Ezek a szavak mindennaposak lettek az életünkben. Közben mi életmódot váltottunk, mert olyan egészségügyi problémával rendelkezünk, ami megköveteli az étrendi odafigyelést, a tudatos vásárlást, bio élelmiszerek beszerzését. De a tudatos és egészséges életmódhoz nemcsak az étrend tartozik, elkezdtünk jobban figyelni közvetlen környezetünk, otthonunk környezettudatosabb felszerelésére is, mert meggyőződésem, hogy aki az étrendjére figyel, az a környezetére is figyel. De a világ is erre ösztönöz bennünket, mert a bolygó már nem bírja ezt a túlfogyasztást. Nem bírja az energia elpazarlását, nem bírja a természet megkárosítását, nem bírja már azt az elkényelmesedett és ellustult világot, amelyben csak fogyasztunk, fogyasztunk.

Arra gondoltam, hogy írok egy gondolatébresztő kis cikket, amelyben a www.mioma.hu oldal követőinek tippeket ad arra, hogy ebben az elszabadult inflációs világban hogyan éljünk tudatosabban, takarékosabban. Erre rengeteg lehetőségünk van, csak ahogy a szólás is mondja, “józan, paraszti ésszel kell gondolkodni.” Persze nem árthat, ha a témában olvasgatunk, mert több ember több ötletet termel, több szem többet lát. Tippeket próbálok adni arra, hogy hogyan óvjuk meg pénztárcánkat, hogyan hasznosítsunk újra, s mire figyeljünk a saját és környezetünk védelmében.

5 tipp, hogyan fogj hozzá:

1. Ne siránkozz, ne szörnyülködj, mert még nem a világ vége jött el “csak” válság és sajnos háború van! Ül le, és gondolkozz! Tervezd meg a következő egy évet, tervezd meg, hogy mi az, amelyen változtatsz!
2. Mérd fel pénzügyeidet! Vezess “könyvelést”. Írd fel minden bevételéd és minden kiadásod! Ezt minden héten nézd át, hogy vásároltál-e olyat, amit nélkülözhetsz.
3. Írd fel az összes mérőóraállást. Kéthetente hasonlítsd össze az előzővel. Látni fogod, hogy sok a 22 fok, sok a melegvíz fogyasztás, és elszalad az árammérő. Csökkents!
4. Ne légy magányos farkas, a család minden tagjának követnie kell téged. Megbeszéljétek!
5. Ne stresszelj, ne dühöngj, ne sajnálkozz, a problémát csak együtt oldhatjátok meg. Meg kell oldani!

15 tipp a konyhában:

.....

1. zsemlét, bundás zsemlét, bundás kenyeret, de sütőben sütve!
2. Tartósíts! Nem igaz, hogy nem éri meg lekvárt főzni, gyümölcsöt elrakni! Drága, de tudjuk, hogy natúr, nincs benne tartósítószer, cukor. Ráadásul csereberélhetünk ismerősökkel gyümölcsöt, zöldséget, kinél mi terem a kertben.
3. Száríts! Tudom, van aszaló géped. De drága az energia! Csináld nagyanyáink módra, napon! Ha előszárítasz, az aszalógép is kevesebbet energiát fog felhasználni.

.....

5 tipp a fürdőszobában:

1. Maradt még kávézaccod? Használd fel bőrradírnak: egy csésze zacchoz adj hozzá tengeri sót és egy fél bögre szőlőmagolajat. Arcmaszknak: fél bögre zacc, fél bögre cukrozatlan kakaó, fél bögre tej, 1 evőkanál citromlé, 1 evőkanál méz.

.....

5 tipp a kertben:

1. Komposztálj! Kevesebb hulladék szép kert!

.....

5 tipp a fittséghez, a mozgáshoz:

1. Tedd le az autót a városban!

.....

5 tipp vásárolgatás helyett (bizony, bizony! Plázátlanítás!):

1. Olvass! Nyáron a szabadban, télen a fűtőtest mellett. Csereberélj könyveket, mert azok nem lakás díszek, hanem olvasni kell őket.

.....

Felhasznált weboldalak:

www.mioma.hu

www.biove.hu

www.sporolimeno.blog.hu

www.edenkert.hu

www.sobors.hu

www.babafalva.hu