

Tierps kommuns hållbarhetsbingo!



Kontaktat en lokalpolitiker med en fråga eller idé om hållbarhet	Läst en bok eller tidning i 20 min	Köp en matprodukt som är lokalt producerad	Gjort en insats för insekter och den biologiska mångfalden ¹	Köpt något second hand istället för nytt	Undersökt om solceller kan sättas upp på mitt tak ²	Känt mig stolt över mig själv
Samla regnvatten för att vattna blommorna med	Besökt ett nytt besöksmål i kommunen. (Kolla i appen <i>Upplev Norduppland</i> för inspiration).	Genomfört pausgympa i minst 3 min, 3 gånger	Gett beröm till någon nära mig	Bytt ut minst tre varor jag brukar köpa till ekologiska alternativ	Börjat sopsortera minst en till avfalls-kategori tex. plast, papper eller metall	Ätit frukost varje dag under bingo-tiden
Utmanat någon jag känner i hållbarhetsbingot	Rört mig minst 30 min i sträck	Lagat något som har gått sönder (själv eller lämnat in)	Tvättat bilen på en miljömärkt biltvätt (istället för på uppfarten)	Lämnat uttjänad elektronik tex. mobiltelefon eller dator till återvinningen	Avstått från godis och sötsaker under 5 dagar	Spara vatten! T ex stängt av kranen vid tandborstning, diskning eller schamponering
Minst två gånger valt att gå eller cykla då jag annars tagit bilen	Ät en måltid utomhus	Vädrat min tröja istället för att slänga den i tvätten ³	Gått och lagt mig en timme tidigare än vanligt	Sagt hej till en person du inte känner, till exempel en granne!	Badat utomhus	Tvättat utan sköljmedel
Stängt av TV:n eller datorn på riktigt (inget ska lysa)	Sett en dokumentär eller lyssnat på en podd med hållbarhetstema	Överraskat någon på ett positivt sätt	Köpfri vecka! Inte köpt någon ny pryl under en vecka.	Planterat ett frö från tex. en frukt eller grönsak	Gjort en lista på semester mål jag vill besöka i Tierps kommun som jag kan nå med buss, tåg eller cykel	Tagit en promenad med en vän
Skärmfritt en timme innan läggdags tre gånger	Byt ut en engångsprodukt till en återanvändbar ⁴	Provat på en ny aktivitet	Tagit med egen kasse till affären när jag har handlat	Plockat upp skräp i naturen	Tänkt positiva tankar om mig själv	Lagat/ätit en säsongsanpassad måltid
Skärmfri kväll	Gjort något kul med en vän	Bytt ut tre måltider med kött till vegetariska alternativ	Gjort en insats för det lokala föreningslivet ⁵	Pantat burkar	Hälsat på någon med att använda förnamnet Hej	Gett bort något istället för att slänga

¹ Till exempel gjort en bivattnare, byggt ett humlehotell eller sått växtfrön som är bra för fjärilarna. Tipsa varandra!

² Om du bor i bostadsrätt kan du tipsa bostadsrättsföreningen. Om du bor i hyresrätt kan du skicka en fråga till din hyresvärd om de undersökt möjligheten med solceller på fastighetens tak. Privatpersoner, bostadsrättsföreningar och hyresvärdar kan få kostnadsfri rådgivning genom [Energi- och klimatrådgivarna i Uppsala län!](#)

³ Tips! Gör ditt eget linnevatten för att hålla kläderna fräscha och inte behöva tvätta lika ofta: <https://husmorstipset.se/linnevatten/>

⁴ Till exempel plastfolie mot bivaxdukar, engångsrakhyvel mot en återanvändbar, bomullspad i tyg som kan tvättas eller annat. Tipsa varandra!

⁵ Du kanske redan är engagerad i det lokala föreningslivet? Härligt – då är det bara att kryssa! Är du inte det kan du höra av dig till en förening i din närhet och fråga vad de behöver hjälp med.

Agenda 2030 är de globala hållbarhetsmål som alla FN:s medlemsländer förbundit sig att arbeta mot. I Tierps kommun styr Agenda 2030 all verksamhet och lokala delmål har tagits fram för att visa hur just vi som arbetar i Tierps kommun ska bidra till att målen uppfylls till år 2030! Vi kan alla förändra något hos oss själva för att bidra till målen. Delta i hållbarhetsbingot och ha chans att vinna fin-fina priser! Dela med dig av dina tips och framgångar i gruppen [Agenda 2030](#) på Insidan.



GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling