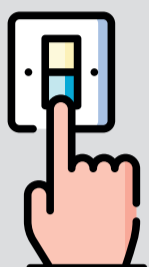




ENERGIA ENERGÍA

1



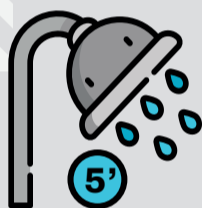
Itzali argia
aldagelatik irteten
zarenean

Apaga la luz
cuando salgas del
vestuario



URA AGUA

2



5 minutuko dutxak
ingurumenari
laguntzen dio

Una ducha de 5
minutos ayuda al
medioambiente

3



Ez erabili komuna
paperontzi gisa

No uses el inodoro
como papelera

4



Edan iturriko ura eta
botila berrerabilgarria
erabili

Bebe agua del
grifo y usa botella
reutilizable



HONDAKINAK RESIDUOS

5



Jarri zabor bakoitza
dagokion edukiontzian

Coloca cada basura
en su contenedor

6



Behin bakarrik erabiltzeko
plastikozko ontziak
saihestu

Evita los envases de
plástico de un solo uso



KONTSUMOA CONSUMO

7



Fruta eta ur gehiago eta
opil eta edari azukretsu
gutxiago

Más fruta y agua y menos
bollería y bebidas
azucaradas

8



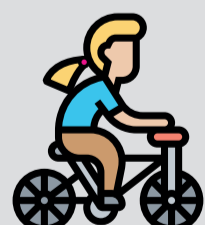
Gehienez ere 2
ordu pantailekin

No más de 2 horas
con pantallas



MUGIKORTASUNA MOVILIDAD

9



Anima zaitetz
bizikletaz edo oinez
joaten entrenatzera

Ánimate a ir en bici o
andando a entrenar

10



Partekatu autoa
partidetara eta
lehiaketetara joateko

Comparte coche
para ir a los partidos
y competiciones

