

### #1 Välj bort reklamen

Sätt upp en skylt med Reklam nej tack på ytterdörren eller brevlådan så minskar du ditt pappersavfall.

-40 kg avfall

### #2 Välj e-faktura eller autogiro

Betala dina räkningar elektroniskt. Du minskar avfallet och kan spara upp till 3 500 kr på minskade fakturaavgifter.

-2,3 kg avfall



#15

### #10 Välj slaskkrapa, disktrasa & tvättlappar istället för papper

Ersätt hushållspapper och servetter med flegångsalternativ.

-13 kg avfall

### #11 Välj att låna böcker eller läsa på nätet

Lyssna på en ljudbok, läs en e-bok, låna på biblioteket eller byt böcker med dina vänner.

-9,3 kg avfall

### #12 Välj rätt från buffén

Äter du lunch på restaurang? Minska matsvinnet genom att ta lite mindre åt gången från buffén.

-1,7 kg avfall

### #13 Välj flegångslåda när du köper hämtmat

Ta med en flegångslåda nästa gång du köper hämtmat, så minskar förpackningsavfallet.

-3,4 kg avfall

### #17 Välj att ge din mobil ett längre liv

Genom att behålla din mobil längre gör du miljön en tjänst och sparar pengar på köpet.

-0,08 kg avfall

### #18 Välj begagnade leksaker

Byt, låna, skänk, hyr eller köp begagnat.

-32 kg avfall

### #19 Välj en upplevelsepresent

Vad ger du till den som redan har allt? En upplevelse förstås. Det är både uppskattat och miljösamt.

-1,9 kg avfall



#28

### #20 Välj bort engångsartiklar hemma

Kaffefilter, bakplåtspapper, varmeljus, pappersservetter... Byt ut engångsgrejerna till flegångsalternativ.

-1 kg avfall

#3



### #3 Välj kranvatten istället för att köpa vatten på flaska

För fyra öre litern får du rent och friskt dricksvatten direkt ur kranen.

-0,86 kg avfall

### #4 Välj en bärkasse som du kan använda gång på gång

Att använda samma bärkasse många gånger istället för att köpa en ny varje gång är både ekonomiskt och miljömässigt klokt.

-0,15 kg avfall

### #5 Välj en mugg som du kan använda många gånger

Brakar du ta en kaffe i farten? Använd den egen flegångsmugg istället.

-3,2 kg avfall

### #6 Välj att ta vara på maten

Med bra planering kan du minska matsvinnet rejält och få mer pengar över.

-8,7 kg avfall

### #7 Välj begagnade kläder och textilier

Köp begagnade kläder istället för nya. Plagg du inte längre använder kan någon annan få glädje av.

-1,9 kg avfall



#2

### #8 Välj att tvätta i gemensam tvättmaskin

Bor du i flerbostadshus med tvättstuga? Använd den gemensamma tvättmaskinen så minskar du elavfallet.

-16 kg avfall

### #9 Välj begagnade möbler istället för nya

Vill du göra dig av med gamla möbler? Lämna dem till återbruk. Behöver du skaffa nya möbler? Köp begagnade.

-21 kg avfall

# 30 sätt att minska ditt avfall



KUNGÄLVS  
KOMMUN

### #14 Välj flegångspåsar för frukt och grönt

Även små plastpåsar kan göra stor skada, inte minst om de hamnar i havet. Använd egna flegångspåsar istället.

-0,51 kg avfall

### #15 Välj laddningsbara småbatterier

Har du många apparater som drivs av småbatterier? Minska din miljöpåverkan genom att välja laddningsbara batterier.

-0,16 kg avfall

### #16 Välj att behålla din dator längre

Sköter du om din dator på rätt sätt behåller den sin prestanda länge. Ekonomiskt för dig och en stor vinst för miljön.

-0,25 kg avfall

### #21 Välj rengöringsmedel som inte smutsar ner

Välj fast tvål, såpa och vanligt diskmedel, så har du kommit långt.

-0,3 kg avfall

### #22 Välj bort tidskrifter du inte vill ha

Får du tidskrifter och tidningar som du inte är intresserad av? Säg upp dem och minska ditt pappersavfall.

-3,6 kg avfall

### #23 Välj att handla i lösvikt

Ett bra sätt att minska mängden förpackningar är att handla i lösvikt. Fråga i din butik!

-0,45 kg avfall



#23



#14

### #24 Välj en mindre garderob

Laga, byt eller sy om istället för att alltid köpa nytt. Kanske klarar du dig med färre plagg?

-5,7 kg avfall

### #25 Välj att behålla kök och badrum längre

Funderar du på att byta kök eller badrum? Vänta några år till om du kan så gör du miljön och plånboken en tjänst.

-30 kg avfall

### #26 Välj att vårda, klä om, måla och reparera

Håll dina grejer i gott skick, så slipper du köpa nytt och belasta miljön.

-2,3 kg avfall

### #27 Välj att omge dig med färre elprylar

Ju färre elprylar du har desto mindre farligt avfall och klimatpåverkan blir det.

-0,92 kg avfall



#8

### #28 Välj tygblöjor

Har du barn som använder engångsblöjor? Gå över till tygblöjor och spara upp till 4 200 kronor per år.

-220 kg avfall

### #29 Välj menskopp istället för bindor och tamponger

Söker du ett miljövänligare alternativ till bindor och tamponger? Välj menskopp.

-3,2 kg avfall

### #30 Välj digitala kvitton istället för papperskvitton

Behöver du kvitto? I så fall, fråga om du kan få det digitalt istället för på papper.

-0,011 kg avfall



#18