

# No Impact Week 2013

DUURZAAM GENIETEN, KAN DAT?

10 – 17 maart 2013

Geld besparen, afvallen, meer vrije tijd, gewoon gezonder & gelukkiger leven. Daar gaat No Impact Week over. Doe mee en ontdek het zelf: Duurzaam genieten, kan dat?

In deze flyer vind je tips voor als je nog niet zoveel met duurzaamheid hebt, maar wel in bent voor een experiment. Een week lang focus je elke dag op een ander thema.

Kies wat bij je past en ervaar de impact op je leven.

Zin in meer? Kijk op [www.NoImpactWeek.nl](http://www.NoImpactWeek.nl).



## ZONDAG: CONSUMEREN

Spullen nodig voor het klussen? Leen of huur het van mensen in de buurt via [Peerby](#), de leen-app & website!

Nieuwe kleding nodig voor een feestje, ruil je kleding en houd geld over voor een heerlijke lunch aan het strand!

Organiseer je eigen kledingruilfeestje of doe mee

[www.littlegreendress.nl](http://www.littlegreendress.nl), ook voor kids via [www.krijgdekleertjes.nl](http://www.krijgdekleertjes.nl)

En [kijk eens op Pinterest](#) voor leuke doe-het-zelf tips.

[OATshoes](#) zijn schoenen die je plant als ze versleten zijn planten en dan groeien er bloemen uit!

## MAANDAG: AFVAL

Is er iets kapot, je fiets, broodrooster of broek? Laat het maken bij [jouw lokale Repair Café](#)!

[MUD Jeans lease je](#), en stuur je terug als ze versleten zijn!

Grofvuil. Ligt er hout tussen? Laat je inspireren door de meubels van [RestyleXL](#) en [bouw je eigen sloophouttafel](#) voor in de zomer!

Geen vuilniszak maar een [GoedZak](#), zet je afgedankte maar nog bruikbare spullen aan de straat.

Drink je graag koffie onderweg, met een herbruikbare beker van [KeepCup](#) krijg je vaak korting en je spaart het milieu.

## DINSDAG: VERVOER

Reis samen ☺. Weekendje Berlijn, dagelijks naar je werk? Zoek makkelijk een auto-maatje [via Toogethr](#).

Gebruik je je auto niet vaak en wil je hem weleens delen, of zoek je een auto voor een dagje, dat kan allemaal via [Snappcar](#). Je bent via hen verzekerd!

Probeer eens een [vouwfiets](#) of [OV fiets](#) uit. Ideaal om mee naar je werk te gaan en je hoeft niet meer naar de sportschool.

‘Maak je leven leuker terwijl je minder koopt.’



‘Kom erachter hoe minder afval je leven verrijkt’



‘Verbrand calorieën, geen benzine’

No Impact Week 2013  
INFO@NOIMPACTWEEK.NL



## WOENSDAG: VOEDSEL

[Thuisafgehaald](#) biedt zelfgemaakte maaltijden bij jou in de buurt. Ideaal!

Heerlijk eten maken, met oog voor het milieu? Het kan! Kookboeken als [Voetprint Cooking](#) en [De Groene Garde](#) wijzen je de weg.

[Start een Makkelijke Moestuin](#) met je kids – zo leren zij (en jij!) hoe dingen groeien en eten ze vers uit eigen tuin.

Duurzaam Dineren? Zoek op lens naar 'biologisch' & kijk welk restaurant hoog scoort op 'duurzaam'.

## DONDERDAG: ENERGIE

Laptop of Ipad opladen? Gebruik de zon: kijk in de [Greenchoice Bespaarshop](#) voor energie gadgets.

Eet 's avonds eens gezellig bij kaarslicht, zonder elektrische apparaten in de buurt.

[De mensen van Nudge](#) kwamen erachter dat je eten toch gaar wordt, als je het gas uit doet nadat het water kookt. Money saver!

## VRIJDAG: WATER

Vang regenwater gemakkelijk op via je regenpijp [met deze speciale gieter](#) en je hebt water voor in de tuin!

Bespaar liters per dag door je [WC waterbesparend](#) te maken, makkelijk en heel effectief.

Wil jij ook gewoon kraanwater kunnen krijgen in de horeca, laat het weten [via krnwtr](#). Hun app laat jou precies zien waar dat al kan.

## ZATERDAG: DOE IETS GOEDS

15 & 16 maart is het [NL Doet](#) - zet je vrijwillig in voor een goed doel in je buurt.

Begin [een buurtmoestuin](#) of start samen met je burens een [lokale energiecoöperatie](#).

## ZONDAG: ECO ZONDAG

Probeer vandaag, ook al is het maar een uurtje, eens helemaal niets te doen. Neem eens echt rust & kijk wat er gebeurt!

*'Doe een dagje even lekker niets'*

Heb jij zelf nog FUN ideeën voor No Impact Week?  
Wij horen het graag via mail, [Facebook](#) of [Twitter](#)!

Kijk ook eens op onze website:

**WWW.NOIMPACTWEEK.NL**

*'Gezond eten kan je impact verkleinen.'*



*'Welke alternatieven zijn er?'*

**krnwtr**

LEKKER WATER VAN HIER

*'Welke voordelen zitten er aan minder water gebruiken?'*



*'Pay it Forward'*

No Impact Week 2013  
INFO@NOIMPACTWEEK.NL

