

# KINDER- UND JUGENDÄRZT:INNEN FÜR EINE GESUNDE UMWELT



## GEMEINSAM DIE NATUR ENTDECKEN

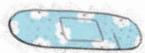
Lasst Kinder soviel wie möglich draussen spielen und Naturerfahrungen machen.



## WENIGER IST BESSER

**Weniger konsumieren** heisst weniger Abfall produzieren. Weitergeben und Wiederverwerten ist kreativ und hilft Ressourcen zu sparen!

## AUCH BEI MEDIKAMENTEN IST OFT WENIGER MEHR



Eine Behandlung oder Untersuchung sollte nur dann verschrieben werden, wenn es dem Kind wirklich nützt.



## ENERGIE IST KOSTBAR

Denkt daran, nicht genutzte Geräte, Bildschirme und Lampen auszuschalten.



## STILLEN IST PRIMA - FÜR MUTTER, KIND UND KLIMA

**Muttermilch** ist in ihrer Zusammensetzung unübertroffen und zugleich günstig.



## ENGAGIERT EUCH FÜR EINE GESUNDE UMWELT

Kinder und Jugendliche, die sich für die Umwelt einsetzen, verdienen unsere ganze **Unterstützung!**



## GESUND UND SAISONAL ESSEN

Eine abwechslungsreiche Ernährung aus frischen, überwiegend pflanzlichen und regionalen Zutaten ist gut für das Klima und die Gesundheit.



## KOMMT DOCH ZU FUB ODER MIT DEM RAD IN DIE PRAXIS

**Aktive Fortbewegung** hält fit und fördert Gesundheit und Wohlbefinden. Denkt daran: Kinder lernen von Vorbildern!



## LÖSCHT DEN DURST MIT LEITUNGSWASSER

Trinkwasser aus dem Hahn ist günstiger und umweltschonender als Mineralwasser und in aller Regel auch zum Herstellen von Flaschchen geeignet.