

Pysähtymällä säästät luontoa ja mieltä

Pidä joutilas joulukuu!



Sieluasi helli, sydäntäsi lelli,
sinä saat levätä
vaikka muut hössöttää.
Kun et osta krääsää,
se palloamme säästää ❤️

× **ÄLÄ OSTA** huonolaatuista kertakäyttökrääsää lahjaksi tai koristeeksi. Ne menevät nopeasti roskiin.

× **ÄLÄ OSTA** liikaa ruokaa, ettei sitä tarvitse heittää pilaantuneena roskiin.

× **ÄLÄ SYÖ** liikaa epäterveellistä herkkua. Siitä saattaa tulla huono olo.

SUOSI LAADUKKAITA lahjoja ja monivuotisia joulukoristeita.

TEE ITSE, itse tehdyt lahjat ovat ihania!

KIERRÄTÄ, kirppareilta löytyy hyviä ja tarpeellisia tavaroita – myös koristeiksi.

ANNA AINEETON LAHJA. Pienellä rahasummalla osallistumalla voit antaa jouluiloa ja todellista apua, porukalla keräämällä voitte antaa vielä enemmän!

LAHJOITA KERÄYKSIIN esimerkiksi hyväkuntoiset vanhat talvivaatteet - niillä voi olla suuri merkitys esim. Ukrainan talvessa.

ANNA ITSE TEHTY LAHJAKORTTI kaverille, läheiselle tai iäkkäälle sukulaiselle esim. "Kolme kertaa kuussa seuraani" tai "Kuukausisiivous ja koiran ulkoilutus" tai "Luen kerran viikossa lehdet ääneen". Vain mielikuvitus ja läheisen tarpeet ovat rajana!

HYÖDYNNÄ MYÖS JÄMÄRUUAT netistä löytyvillä resepteillä ja nauti elämästä!

Kun tekee itse – villasukan, askareen, korsteen, ruuan tai lahjan – siitä tulee tosi hyvä mieli!

Niemik40ti
Niemikotisäätiön ympäristötyöryhmä

Vuonna 1983 perustettu Niemikotisäätiö on voittoa tavoittelematon suomalainen verkostoitunut toimija, joka tuottaa monipuolisesti palveluja mielenterveyskuntoutujille. Ehkäisemme toiminnallamme syrjäytymistä ja eriarvoisuutta.



niilo.niemikoti.fi

