



## از پروژه جنگل کاری پشتیبانی می‌کنم

روزانه صدها هکتار از جنگل‌ها از سیاره ما ناپدید می‌شوند. آنها به‌منظور افزایش مناطقی برای کشاورزی و سکونت، پاک‌تراشی شده یا از آنها برای مصارف ساخت و ساز و اثاثیه بهره‌برداری بیش از حد شده است. بسیاری از سازمان‌های غیردولتی پروژه‌هایی را برای جنگل کاری و احیای جنگل در مناطق آسیب دیده سازماندهی می‌کنند. اگر این سازمان‌ها تاثیرات بوم‌شناختی مثبت داشته باشند (در مقابله با بیابان‌زایی، رانش زمین و...)، اگر تنوع زیستی را در منطقه بهبود ببخشند (کاشت گونه‌های گیاهی در معرض تهدید، مقابله با تکه تکه شدن زیستگاه و...) و اگر توسط جوامع محلی پشتیبانی می‌شوند با حمایت مالی در آنها مشارکت کنید. یا حتی، می‌توانید به جایی که فعالیت می‌کنند رفته و به عنوان داوطلب محیط‌زیست به آنها ملحق شوید.

## آلودگی نوری بیرون از خانه را محدود می‌کنم

در حومه و در شهر، نورپردازی بزرگراه‌ها، خیابان‌ها و باغ‌ها باعث می‌شود موجودات مختلف (انسان، روباه و ...) فعالیت‌های شبانه خود را گسترش دهند. اما نور مصنوعی برای بسیاری از گونه‌ها مزاحمت و اختلال ایجاد می‌کند. حیواناتی که دید آنها با نور شبانه سازگار شده است (جغدها، موشها، و...) برای دیدن موانع، طعمه‌ها و شکارچیان با مشکل مواجه می‌شوند. پرندگان مهاجر از مسیر خود منحرف می‌شوند، شب پرها با چراغ‌ها برخورد می‌کنند، حشرات شب تاب نور قادر به دریافت سیگنال‌ها یا علائم درخشان ارسال شده توسط حشرات ماده نیستند؛ بنابراین قادر به تولیدمثل نخواهند بود. در پایان، اگر می‌خواهید هنگام شب، باغ، تراس، درب ورودی و سایر مکان‌های خود را روشن کنید، چراغ‌های بدون تشعشع نور را انتخاب کنید، جهت نور آنها را به پایین هدایت کنید و هنگامی که داخل می‌روید آنها را خاموش کنید.

## غذا خوردن محیط زیستی را در سالن غذاخوری خود معرفی کرده‌ام

رستوران شرکت‌ها، غذاخوری‌های مدارس، مراکز مراقبت روزانه، بیمارستان‌ها و استراحتگاه‌ها به عنوان آشپزخانه‌های جمعی، بسیاری از مردم را تغذیه می‌کنند. متولیان غذای خود را متقاعد کنید که مواد مورد نیاز خود را از تولیدکنندگان محلی تامین کنند، میوه و سبزیجات را در فصل خود ارایه و عرضه کنند، بخش گوشت و مواد پروتئینی را کاهش دهند و مرتباً آنها را با غذاهای تهیه شده از غلات، حبوبات، تخم مرغ، پنیر و ... جایگزین کنند. برای کمک به مردم انواع مواد غذایی فراموش شده (سبزیجات و میوه‌های محلی و...) را معرفی کنید، برای کاهش زباله، بخش‌های پخته نشده و دور ریز (مانند پوست میوه، سبزیجات و پوسته‌های تخم مرغ) را به کمپوست تبدیل کنید. آشپزها باید کمی روش‌های خود را تغییر و تطبیق دهند تا نتایج و تاثیرات بسیار مثبتی بر تنوع زیستی و سلامتی برجای بگذارند.

