

ร่างกายขยับ ปรับ พฤติกรรม

ประหยัดพลังงานด้วยตัวเรา
ทางเลือกเพื่อโลกที่ **สวย**



มาปั่นจักรยานกันเถอะใช้พลังงาน
ช่วยลดพลังงาน



ระยะทางใกล้ๆ เดินไปกันนะ



การเดินขึ้นบันไดช่วย **ประหยัดพลังงาน**
และ ช่วยให้หัวใจสูบฉีดเลือดได้ดีขึ้น



สิ่งง่าย ๆ ที่เราสามารถทำได้ทั้งที่บ้านและที่ทำงาน

