เกมขึ้นบันไดสู่ความยั่งยืน
Steps to Sustainability

ถึงแล้ว
Finish

1 ลืมเช็คลมยาง ก่อนออกจากบ้าน ถอยกลับไปที่จุดเริ่มต้น
Oop!! Flat tires Back to the staring point

2

3 ปิดไฟและถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้า เมื่อไม่ใช้งาน ข้ามไป 6
Turn off the lights and unplug appliance when not in use, move to 6

4

5 ใช้แสงสว่างจากธรรมชาติ ข้ามไป 11
Use natural light whenever possible, move to 11

6

7 นำภาชนะใส่อาหาร เครื่องดื่มมาเอง ข้ามไป 9
Use reusable containers for snacks, water and other drinks, move to 9

8

9 ลืมแยกขยะ ก่อนทิ้งลงถัง ถอยกลับไป 6
Do not separate waste, back to 6

10 กินผักผลไม้ตามฤดูกาล นิยมบริโภคผลไม้ปลอดภัยไร้สารเคมี ข้ามไป 14
Eat seasonally, consume chemical-free produce, move to 14

11

12

13 กินทิ้งกินขว้าง กลับไป 11
Left over food and drink, back to 11

14

15 ซื้ออาหาร สนับสนุนผลิตภัณฑ์ที่ผลิตภายในท้องถิ่น ข้ามไป 22
Buy locally grown products, move to 22

16

17

18

19 ไม่เคยพลาด สอยโทรศัพท์รุ่นใหม่มาเซลฟี่สวยๆ ถอยกลับไป 2
Never one to miss, whipping out the latest phone to take the perfect selfie, back to 2

20

21 ลืมเปรียบเทียบฉลากประหยัดพลังงานเมื่อซื้อเครื่องใช้ไฟฟ้า ถอยกลับไป 18
Forgot to compare energy consumption label when buying new appliances, back to 18

22

23

24 นอนเปิดแอร์หนาว สุดขั้วแล้วนอนห่มผ้าหนาๆ สบายใจ ถอยกลับไป 4
Maximize air conditioning and sleep comfortably in the warm blanket, back to 4

25 คิดก่อนซื้อ ซื้อของตามความจำเป็น เลือกของที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ข้ามไป 48
Limit your purchases to only necessary products choose eco-products when possible, move to 48

26

27

28 เหล้าไม่ดื่ม บุหรี่ไม่สูบ การพนันไม่เล่น ข้ามไป 34
Free from drinking, smoking and gambling, move to 34

29

30 ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฏิบัติตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ในศูนย์เรียนรู้ของชุมชน ข้ามไป 35
Obtain concept of SEPs from the learning center nearby, move to 35

31

32

33 ออฟฟิศใกล้ๆ แต่ขี้เกียจเดิน โบกพี่วินสบายใจกว่า ถอยกลับไป 27
Too lazy to walk, quick grab motorbike taxi, back to 27

34

35

36

37

38

39

40

41 ไปซื้อของ ขอซ้อนถุงพลาสติกสองชั้น ถอยกลับไป 36
Asking for double plastic bag when go shopping, back to 36

42

43 ขึ้นลงบันไดแทนใช้ลิฟท์ ประหยัดพลังงานเผาผลาญแคลอรี่ ข้ามไป 49
Taking the stairs rather than elevator, you have saved energy and burnt your calories. Skip to 49!

44

45 ออกกำลังกายสม่ำเสมอ กินของดีมีประโยชน์ ข้ามไป 51
Exercise regularly and eat a diet rich in fresh product to maintainpersonal health and happiness, move to 51

46

47 ไม่เคยใช้บริการโรงแรมที่ได้รับการรับรองว่าเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ถอยกลับไป กลับไป 42
Never use the service of eco-hotel, back to 42

48

49

50 ไปดำน้ำมา แอบหักกิ่งปะการังเป็นของฝากเพื่อนที่ทำงานซะหน่อย กลับไป 32
Bring back the coral as souvenir, back to 32

51

ทำบัญชีครัวเรือนสม่ำเสมอ ข้ามไป 46
make a home accounting regularly, move to 46