



¿Cómo podemos reducir nuestra huella?

Para poder reducir las emisiones por persona y año, podemos sumarnos a la campaña **“Actúa ahora”** de **Naciones Unidas** para la acción individual por el cambio climático y la sostenibilidad y centrarnos a estas 10 acciones:

#SemanaRedondaNaturaliza

NATURALIZA

10 ACCIONES CAMPAÑA “ACTÚO AHORA” DE LA ONU

1.

AHORRA ENERGÍA EN CASA. Utiliza menos energía reduciendo el uso de la calefacción o del aire acondicionado. No dejes las luces encendidas. Cambia las bombillas tradicionales por luces LED. Cuando llegue el momento de comprar un electrodoméstico nuevo asegúrate de que sea de bajo consumo, mejor letra A+++. Usa la lavadora o el lavavajillas con agua fría. Mejor tiende la ropa que usar la secadora, desenchufa los aparatos pequeños cuando no los estás usando. Como ves hay muchas acciones que realizamos a diario y que pueden reducir considerablemente el consumo de energía.

2.

DESPLÁZATE A PIE, EN BICICLETA O TRANSPORTE PÚBLICO. Es mejor que para ir al colegio o a comprar vayas a pie, en bicicleta o en transporte público. Si la distancia es más larga, puedes compartir el coche, usar el tren o el autobús. Seguro que también piensas que hay muchos coches, muchos atascos y mucho humo en las ciudades. Cómo te desplaces reduce mucho las emisiones de CO₂ y además puede mejorar tu salud y estado físico.

10 ACCIONES CAMPAÑA “ACTÚO AHORA” DE LA ONU

- 3. COME MÁS VERDURA.** Come más verduras, frutas, cereales integrales, legumbres, frutos secos y semillas, y menos carne y productos lácteos, así puedes reducir considerablemente tu huella. No se requiere tanta energía para la producción de alimentos de origen vegetal que para los de origen animal u otros alimentos procesados o congelados, ni se generan los mismos residuos. Piensa lo que comes, por tu bienestar físico y el del planeta.
- 4. CONSIDERA TUS DESPLAZAMIENTOS.** Los aviones generan grandes emisiones de gases de efecto invernadero. Hay distancias que casi parece imposible no recorrer en avión, pero cuando sea posible, reúnete virtualmente, desplázate en tren o no hagas un viaje de larga distancia si no es necesario.
- 5. REDUCE EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS.** Tira menos comida porque desperdicias los recursos y la energía que se utilizaron para cultivarla, producirla, envasarla y transportarla. Aunque pensamos que los alimentos pueden convertirse en abono, hay que pensar que en el vertedero producen metano al descomponerse y es un gas de efecto invernadero. Así que mejor reducir lo que tiramos.

10 ACCIONES CAMPAÑA “ACTÚO AHORA” DE LA ONU

- 6. CONSUME MENOS, REUTILIZA, REPARA Y RECICLA.** Recuerda siempre estas “R”, lo primero reducir el consumo, reutiliza todo lo que puedas y mejor reparar que tirar para alargar la vida útil de las cosas y cuando ya haya que eliminarlo, sepáralo en cada contenedor para poder reciclarlo y que vuelva de nuevo a la cadena de producción, aplicando así la economía circular. Piensa que, si consumimos menos, no solo reducimos los residuos, sino que además se consumen menos materias primas para su elaboración, menos energía en su producción y menos emisiones en su transporte.
- 7. USA ENERGÍAS RENOVABLES.** La energía procedente del petróleo, el carbón o el gas, son energías fósiles, limitadas y muy contaminantes. Sería mucho mejor si las casas funcionaran con otras energías renovables como la eólica o la solar, añadiendo, por ejemplo, placas solares en el tejado. Sabemos que esto no está en tus manos, pero es bueno que lo recuerdes para el futuro.
- 8. CAMBIA A UN VEHÍCULO ELÉCTRICO.** Si en tu familia ha llegado la hora de comprar un coche nuevo, es el momento de apostar por un coche eléctrico. Es cierto que los coches eléctricos tienen baterías y motores que necesitan minerales que suponen también un alto coste medioambiental, pero a la larga, la reducción de emisiones de CO₂ ayuda a reducir considerablemente tu huella.

10 ACCIONES CAMPAÑA “ACTÚO AHORA” DE LA ONU

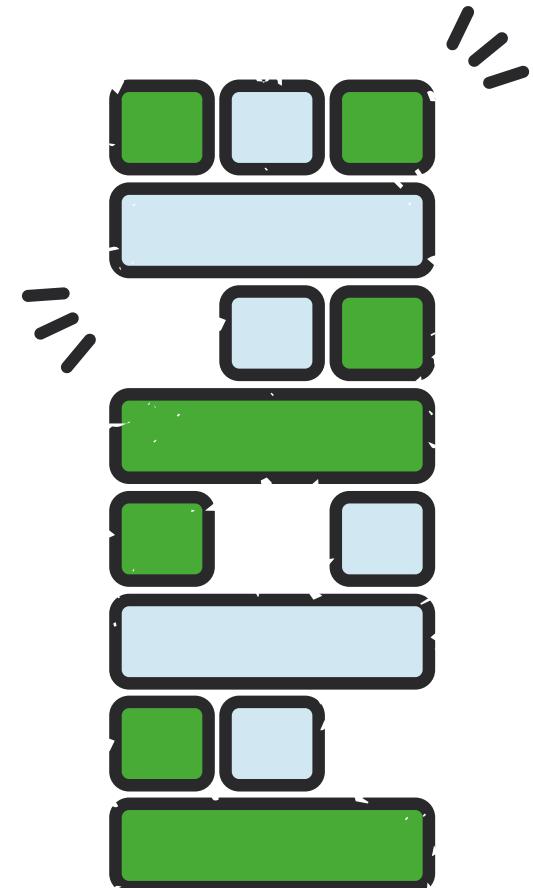
- 9.** **ELIGE PRODUCTOS ECOLÓGICOS.** Para reducir tu impacto ambiental, puedes pedirle a tu familia que elija productos de empresas que utilicen los recursos de forma responsable y se comprometan a reducir sus emisiones de gases y residuos. Todo suma.
- 10.** **EXPRESA TU OPINIÓN.** Piensa que tú eres la mejor persona para liderar el cambio y puedes concienciar a las demás a que se unan al reto de reducir su huella. Cuéntale estas acciones a tu familia, a tus vecinos y vecinas, compañeros y compañeras de clase... La acción climática es una tarea de todos/as y que nos concierne a todos/as. Nadie puede hacerlo solo/a, pero podemos hacerlo todos/as juntos/as.

Propuesta para el aula

TORRE DEL EQUILIBRIO

Objetivos de la **ACTIVIDAD**

- Promover un pensamiento crítico e innovador.
- Desarrollar una acción educativa coherente y creíble.
- Generar soluciones que puedan realizarse diariamente para no contribuir al cambio climático
- Poner de manifiesto la fragilidad del equilibrio y como nuestras acciones afectan directamente sobre él.
- Impulsar la participación.
- Trabajar en equipo y fomentar el respeto entre los compañeros/as



Desarrollo de la **ACTIVIDAD**

Iniciamos la actividad revisando el cuestionario de los alumnas/as explicando cada uno su puntuación y cuál sería su punto de partida.

Entre todos/as pensamos acciones que pueden contribuir a reducir nuestra huella. Revisamos las **10 acciones que desde la campaña de la ONU “Actúo ahora” nos proponen** para aprender más y completar el listado de acciones que hemos elaborado en común.

Al finalizar la actividad, cada alumno/a recibe una pieza, puede ser un bloque de madera, un tetrabrik de leche que hayas ido guardando del comedor escolar, etc.

Cada participante pone el nombre a su pieza y todos juntos elaboran una **torre en equilibrio** (como el juego de la jenga).

Cada día, observaremos en el día a día, si ponemos en práctica las acciones que hemos consensuado. Si un compañero sale del baño y se deja el grifo abierto, por ejemplo, deberá quitar su pieza de donde esté colocada intentando que no caiga la torre y colocarla arriba del todo.

Con la ayuda de este juego podemos poner de manifiesto de una forma muy gráfica que el equilibrio de la naturaleza depende de todos y cada uno de nosotros. Cada pieza cuenta y lo que hagamos cada uno/a de nosotros/as afecta a todo el conjunto.

¡Aceptas el reto!

Ejemplos:



Te dejamos un par de **enlaces a webs** donde puedes consultar sobre acciones concretas:

<https://www.un.org/es/actnow/ten-actions>

<https://ciudadaniaporelclima.es/>