

Nuestro Clima

HAZ LA PRIMERA O LA SEGUNDA ACTIVIDAD DE ESTA SECCIÓN, DEPENDIENDO DE TU GRUPO DE EDAD. LUEGO ELIGE TRES ACTIVIDADES MÁS DE LA LISTA QUE SE NOMBRA A CONTINUACIÓN.



Cuidemos nuestro medio ambiente

NIVEL 1 2 ▲

Discute con tu familia, con tu maestro o con tu guía sobre la manera cómo consumes energía en tu vida diaria. Haz una lista sobre todas las formas cómo puedes reducir la cantidad de energía que usas. *Haz un plan y síguelo durante al menos un mes.* Luego *comparte* tu experiencia con tus amigos, tu clase o tu grupo y alientalos a seguir tu ejemplo.

medio ambiente

Reduce tu huella de cambio climático

NIVEL ● ■ ▲ 3

Reflexiona cómo tu vida diaria tiene un impacto en tu medio ambiente. ¿Cuánta energía, agua y recursos se necesitan para elaborar las cosas que comes, vistes y usas? Haz una lista de las formas cómo puedes reducir el impacto que produces y la energía que usas. *Haz un plan y síguelo durante un mes.* Luego *comparte* tu experiencia con tus amigos, tu clase o tu grupo y alientalos a seguir tu ejemplo. ¿Cuánto lograste reducir tu impacto? ¿En qué aspectos se te hace más difícil mejorar?

cambio climático



Ahorra energía



NIVEL 1

¿A veces te quedas pegado a la televisión o sólo jugando en tu computador? **Comprométete** a usar tu televisión o tu computador menos tiempo cada día. ¿A **cuántos** amigos puedes convencer para que hagan lo mismo?

NIVEL 1 2

¿A veces es demasiado caliente o demasiado frío en tu hogar, qué haces? Si tienes aire acondicionado o un sistema de calefacción en tu casa, trata de **usarlo tan poco como sea posible**. Durante el invierno baja la calefacción ligeramente (1-2 grados C) y ponte una chaqueta extra. Asegúrate de que tus ventanas y tus puertas sean a prueba de corrientes de aire. Durante el verano protege las ventanas del sol y airea tu recámara en las noches para que el calor salga. **Aprende sobre las maneras cómo** las personas calentaban o enfriaban sus casas tiempo atrás cuando no existía el aire acondicionado y la calefacción central.

NIVEL 1 2

Haz una entrevista a tu abuelo o a un amigo anciano para que te enteres cómo vivían cuando ellos eran niños. ¿En qué tipo de casa vivían? ¿Tenían televisión, electricidad o agua entubada en su casa? ¿Qué hacían para entretenerse? ¿Cómo es tu vida diferente? ¿Cómo es tu uso de energía diferente? **Dibuja** las cosas que son diferentes y aquellas que son iguales.

NIVEL 1 2 3

Camina o usa tu bicicleta para ir a la escuela o al trabajo durante al menos un mes, siempre que sea seguro hacerlo y el clima lo permita. **De otra forma, usa el transporte público o comparte** un auto entre amigos o lleva a cabo iniciativas para compartir el automóvil.






NIVEL 1 2 3 ¿Tu familia, escuela o grupo utilizan bombillas de luz comunes? ¿Puedes usar bombillas ahorradoras de energía en lugar de las otras? *Reemplaza las bombillas en tu casa o en tu escuela.* Estas duran más tiempo y usan menos energía que las bombillas convencionales. Usa la luz natural tanto como puedas. Ajusta tus cortinas o tus persianas para que pueda entrar la mayor cantidad posible de luz durante el día. ¿A cuántas personas puedes convencer de que opten por el uso de bombillas ahorradoras de energía?



NIVEL 1 2 3 **Pregunta** a tus padres si tienen un medidor de electricidad en tu casa y *haz una observación*: ¿aún continúa moviéndose rápidamente después de apagar las luces? ¿Dejaste tu televisión, tu radio o tu computador en espera? Mira cuántas unidades de energía consumes en una semana y luego determina cuánto puedes *reducir* tu consumo de electricidad. Por ejemplo, al apagar los aparatos eléctricos de tu casa, sin dejar los equipos electrónicos en espera y al desenchufar tu teléfono celular tan pronto como la batería se haya cargado. *Habla* con tus amigos para que ellos también cambien sus hábitos de uso de electricidad. **RECUERDA QUE LA ELECTRICIDAD ES PELIGROSA, UN ADULTO DEBE SUPERVISARTE CUANDO OBSERVES EL MEDIDOR.**





NIVEL 1 2 3 *Mide* tu huella de cambio climático y *haz un plan* para reducirla. Puedes usar varios calculadores en línea: (por ejemplo: http://www.myfootprint.org/es/about_the_quiz/what_it_measures/ o <http://desarrollosustentable.pemex.com/portal/index.cfm?action=mapa&flashid=huella>) o hazlo en un papel. ¿Cuál de tus actividades diarias consume más energía?




NIVEL    Comprar libros de segunda mano, ropa y otros bienes ahorra energía y dinero. *Regala* las cosas que ya no necesitas a tus amigos o a almacenes de cosas usadas.

NIVEL   Si tu familia está *pensando* en reemplazar los electrodomésticos de tu casa (el refrigerador, la caldera, la lavadora, la televisión) o están por comprar un auto, *habla* con tus padres sobre las opciones que tienen y *recomienda* que adquieran un automóvil pequeño y con bajo consumo de gasolina y que compren electrodomésticos ahorradores de energía. ¿Cómo puedes saber cuáles electrodomésticos ahorran energía? ¿Qué etiquetas de certificación se utilizan en tu país? *Averigua* cuáles estándares medio ambientales para electrodomésticos se usan en tu país.

NIVEL   Los aviones emiten un enorme monto de CO₂ hacia la atmósfera. Cuando vas de vacaciones con tu familia *considera evitar los viajes aéreos si es posible*. Si no puedes evitarlo, trata de *investigar sobre las compensaciones de carbono*, por ejemplo, pagas un poco más de dinero para contribuir con proyectos de energía renovable, los cuales compensarán las emisiones de CO₂ de tu viaje. Muchas compañías aéreas y agencias de viaje ofrecen estas opciones. Otra alternativa es participar en la plantación de árboles u otras campañas similares.



NIVEL  *Organízate* para que instalen paneles solares, paneles fotovoltaicos u otros sistemas de energía verde en tu casa, escuela o lugar de encuentro. Investiga sobre donaciones disponibles u otras iniciativas gubernamentales.



Usa el agua sabiamente

- NIVEL 1 ▲ *Piensa* sobre la *mayor cantidad* de formas para ahorrar agua en tu casa y en tu escuela. *Escríbelas* y haz un dibujo de estas. *Exponlas* en tu casa, tu escuela o tu centro juvenil.
- NIVEL 1 2 ▲ *Ahorra agua caliente y energía* al tomar una ducha rápida en lugar de un baño. Cierra la llave cuando te jabones en la ducha o cuando te laves los dientes. Recoge el agua que cae de la ducha mientras esperas a que se caliente y úsala para otros propósitos. *Alienta* a tu familia y a tus amigos a que sigan tu ejemplo.
- NIVEL 1 2 ▲ *Haz tarjetas* con datos sobre el ahorro del agua y *preséntalas en tu escuela*. Úsalas para hacer una pequeña prueba. Algunos ejemplos para las tarjetas pueden ser:
- >> *Un baño usa 90 litros de agua. Una ducha de 5 minutos usa sólo 30 litros de agua.*
 - >> *Lavar tus dientes con la llave de agua abierta usa 6 litros de agua. Lavarlos con la llave cerrada usa 1 litro de agua.*
- NIVEL 1 2 ▲ ¿Ayudas a tus padres con las labores de la casa? Llena *siempre* la máquina de lavar con una carga completa y cuelga la ropa para secarla en lugar de usar la secadora. Esto ayudará a *ahorrar* agua, electricidad y detergente. *Habla* con tu clase, tu grupo o tus amigos para que hagan lo mismo.



agua

NIVEL **1** **2** **3** Convierte en *hábito reciclar* el agua que queda después de cocinar, bañarse o limpiar y *recoge agua lluvia* y úsala para regar las plantas.

NIVEL **2** **3** Si tienes un medidor de agua obsérvalo y mira cuántas unidades de agua consumes cada semana. Haz un plan de uso de agua para tu casa, escuela o lugar de trabajo y ponlo en acción. ¿En cuánto puedes reducir el consumo de agua?

Protege los bosques

NIVEL **1** **2** **3** *Diseña* un letrero de “No propagandas” y *ponlo* en tu buzón.

NIVEL **1** **2** **3** *Reúne* tus papeles para borrar. *Utilízalos* para dibujar o para escribir notas.

NIVEL **1** **2** **3** *Compra y usa* papel reciclado.

NIVEL **1** **2** **3** Para la escuela y otras actividades *utiliza tan poco papel como puedas*: saca copias e imprime en ambos lados. Imprime únicamente si en verdad lo necesitas. También puedes imprimir dos páginas en cada hoja. Usa el correo electrónico.

NIVEL **1** **2** **3** *Aprende* cómo hacer tu propio papel reciclado. Pide a tus padres, maestros o guías que te ayuden:
<http://www.hacerpapel.com/2008/08/6-el-resultado-papel-reciclado-casero.html>

NIVEL **3** *Averigua* cuánto papel y cartulina se utiliza en tu escuela o tu trabajo. ¿Para qué se usa? ¿Qué sucede con ellos? ¿Qué cantidad termina en la basura? ¿Cuánto se recicla? *Ahora toma medidas* para reducir el monto de papel y de cartulina que se usa. ¿Qué porcentaje lograste reducir?



Reduce – Reusa – Recicla

NIVEL 1 2 ▲ ¿Tú, tu familia y tus amigos *usan una bolsa reusable* en lugar de fundas plásticas cuando van de compras? Si no lo hacen, cambia tu hábito y comienza a usar una bolsa reusable.




NIVEL 1 2 ▲ *Comparte y reusa* tus pertenencias cuando ya no las necesitas. Por ejemplo, regala un buen libro o un juguete a un amigo. Busca entre las cosas de tu recámara y tu clóset, ¿hay algo que ya no quieres? ¿Puedes *arreglar* y *reusar* algo, *entregar a una organización benéfica* o vender en una *venta de garaje*?

NIVEL 1 2 ▲ *Inventa un nuevo uso* para un residuo doméstico (botellas plásticas, contenedores, latas, jarras, papel, cartulina, madera, fundas, cajas), el cual en caso contrario sería botado en la basura. Por ejemplo, puedes *crear obras de arte* o *hacer juguetes para niños*.



NIVEL 1 2 3 ▲ La mejor forma de enfrentar el problema de los tiraderos de basura es mediante las tres R: Reduce - Reusa - Recicla. *Haz un collage o un póster* para explicar cómo puedes reducir tu basura, lo que puedes volver a usar y lo que puedes reciclar. Exponlo en tu escuela, tu casa, tu iglesia, tu comunidad o tu centro juvenil.



NIVEL 1 2 3 ▲ Con tus padres, maestro o líder *piensa en todas las formas* cómo puedes reducir la cantidad de basura que tú y tu familia producen. ¿Puedes reducir, reusar y reciclar todo lo que se encuentra en tu basurero hasta que quede *completamente vacío*? Intenta hacerlo durante una semana.







NIVEL    Averigua cuánto tiempo se requiere para que algunos elementos de la basura común (servilletas de papel, cáscaras de huevo, bolsas plásticas, esponjas) se descompongan en un tiradero de basura. *Comparte esta información* con tus padres, maestros y amigos.


NIVEL   Aprende a *coser, remendar y adaptar la ropa*.


NIVEL   Averigua cuáles productos son reciclables en tu vecindario. ¿Papel? ¿Plástico? ¿Vidrio? ¿Metal? ¿Latas de aluminio? ¿Papel aluminio? ¿CD? ¿Textiles? ¿Cómo se reciclan? ¿Qué cosas están hechas con materiales reciclados? *Haz dibujos o letreros* para que todos en tu casa o en tu escuela sepan cuáles elementos se pueden reciclar y en cuál bote de reciclaje se deben colocar.

NIVEL   *Organiza un bazar para realizar un intercambio de reciclaje* al que las personas lleven las cosas que ya no desean. *Promociónalo* en tu escuela, tu vecindario, tu iglesia, tu centro comunitario o tu grupo juvenil.

NIVEL   *Haz un desfile de modas* con vestuario elaborado con materiales que puedes reciclar.

NIVEL   Comienza tu *diario verde* donde registres todos tus esfuerzos para llevar una vida más amigable con el clima y el medio ambiente. *Discute* con otros sobre esto.

NIVEL  *Reduce* el consumo de productos innecesarios al comprometerte a *NO* comprar al menos cinco cosas que no requieres. Compra sólo una vez y compra cosas buenas. Compra menos cosas, pero que durarán muchos años.

NIVEL  *Investiga* acerca de productos y textiles hechos con fibras naturales locales. *Anima* a tu familia y a tus amigos a que los compren.

NIVEL



¿Sabías que algunos objetos domésticos no pueden ser tirados en el basurero común? **Reúne y recicla** de una manera adecuada materiales como: pilas, pinturas, teléfonos celulares, medicinas, químicos, fertilizantes, neumáticos, cartuchos de tinta, etc.



NIVEL



Si tienes acceso a internet **únete** a una de las plataformas de personas que tratan de vivir de forma más sostenible y que quieren reducir su impacto en el medio ambiente. Por ejemplo: www.uniteforclimate.org, www.unep.org/tunza, www.fao.org/climatechange/youth/es/ o <http://desenchufados.net/category/blog/>

