

LA GUÍA UNIVERSITARIA PARA SALVAR EL MUNDO

Juntxs podemos cambiar el mundo. Todxs somos parte de la solución, desde los gobiernos hasta cada persona en su vida diaria. Hay acciones sencillas que todxs podemos tomar para marcar la diferencia. Aquí te presentamos algunas ideas para empezar

¡Cambia el mundo en 3 niveles!



NIVEL 1

COSAS QUE PUEDES HACER EN CASA

- Toma baños cortos. Procura que tus baños sean de 5 minutos como máximo.
- Come menos carne y pescado. Se destinan más recursos para la obtención de carne que para el crecimiento de las plantas.
- Congela los productos frescos y las sobras si no vas a comerlos antes de que se echen a perder. También puedes hacerlo con la comida para llevar, si sabes que no la vas a comer al día siguiente. Así, ahorrarás comida y dinero.
- Fertilizantes orgánicos: utilizar los restos de alimentos como abono puede reducir los efectos del cambio climático al mismo tiempo que se reciclan los nutrientes.
- El reciclado de papel, plástico, vidrio y aluminio impide que los basureros sigan creciendo.
- Compra los productos que lleven el mínimo empaque en su presentación.
- Aprovecha la luz del sol durante el día y opta por instalaciones de energía solar dentro de tu casa.
- Sustituye los electrodomésticos viejos por modelos que aporten un consumo energético más eficiente y cambia los focos de la casa.
- Utiliza cerillos de cartón. No necesitan nada de petróleo, a diferencia de los encendedores de gas fabricados de plástico.



NIVEL 2

COSAS QUE PUEDES HACER FUERA DE CASA

- Compra productos locales. Apoyar los negocios de la zona ayuda a la gente a conservar su empleo y contribuye a impedir que los camiones tengan que desplazarse grandes distancias.
- Compra inteligente: planifica las comidas, haz listas de la compra y evita las compras impulsivas. No caigas ante los trucos de comercialización que te llevan a comprar más alimentos de los que necesitas, sobre todo en los productos que no son indispensables.
- Muevete en bicicleta, caminando o en transporte público. Evita utilizar el coche excepto cuando tengas un grupo grande de personas.
- Utiliza una botella de agua y una taza de café reutilizables. De este modo, reducirás los desechos y quizá hasta puedas ahorrar dinero en la cafetería.
- Lleva tu propia bolsa a la compra. Deja la bolsa de plástico y empieza a llevar tus propias bolsas reutilizables.
- Toma menos servilletas. No necesitas un montón de servilletas para la comida que compras para llevar. Toma solo las que necesites.
- Compra productos de segunda mano. Las cosas nuevas no tienen por qué ser las mejores. Visita tiendas de segunda mano para ver qué puedes volver a utilizar.
- Mantén el coche en buen estado. Un coche bien cuidado emitirá menos gases tóxicos.
- Dona lo que no utilizas. Busca organizaciones locales que puedan dar una nueva vida a su ropa, tus libros y tus muebles poco usados.



NIVEL 3

COSAS QUE PUEDES HACER EN TU ESCUELA

- Si tienes alguna pieza de fruta o algún alimento que no quieras, no lo tires. Dáselo a alguien que necesite
- Ve a la escuela en bicicleta, caminando o en transportes eléctricos, además de cuidar al medio ambiente promueves la actividad física.
- Recicla los libros que utilizaste durante el semestre, llevándolos a puntos de reciclaje.
- Sugiere a las autoridades de tu escuela crear planes de acción por el planeta.
- Ubica si hay recolectores de residuos en tu escuela y deposita tu basura en los recolectores correspondientes.
- No rompas hojas de tus cuadernos, corrige o dale un doble uso.
- Lleva tus propios cubiertos y plato si vas a consumir en la cafetería de tu escuela.
- Crea huertos urbanos junto a tus compañerxs, donde utilicen como composta los residuos de alimentos.
- Opta por realizar plogging al menos una vez al mes. Invita a tus amigxs.
- Participa en proyectos escolares que promuevan la educación ambiental.
- ¡Únete a **León Verde!**

