

50 Maneras de Reducir la Emisión de Carbono

Revisa la lista y decídate a adelantarte en tu práctica personal de reducción de carbono.

HOGAR

- En el invierno, baja la temperatura de tu termostato y usa ropa más abrigada.
- *En el verano, evita utilizar el aire acondicionado. Considera utilizar más bien un enfriador a base de evaporación.
- Evita usar la secadora de ropas. Cuelga tu ropa al sol cuando sea posible.
- Baja la temperatura de tu calentador de agua (130 grados es suficiente).
- Pon un ladrillo o roca en el tanque de tu sanitario para conservar agua cada vez que vacías.
- Minimiza las veces que vacías el sanitario. Si es orina, puede esperar, si es sólido, a vaciar.
- Recuerda apagar las luces si no las estás utilizando, especialmente durante el día.
- Reemplaza tus bombillas por CFL's O LED, éstas tecnologías utilizan menos energía.
- Utiliza baterías recargables en vez de las desechables para los dispositivos portátiles.

ALIMENTACIÓN

- Come vegetariano, o aún mejor, vegano. Recuerda comprar orgánico.
- Intenta comprar alimentos locales cuando sea posible.
- Elige alimentos orgánicos (sin pesticidas y no genéticamente manipulados) - son mejores para el planeta y para ti.
- Compra en los mercados de campesinos locales.
- Comienza una huerta; ¡Anímate a cultivar tu propia comida!
- Comienza a realizar composta con tus desechos; basura del jardín y desechos orgánicos de la cocina son ideales.
- Utiliza platos reusables, cubiertos, servilletas de tela, contenedores, etc., incluso cuando traigas comida sobrante a tu casa desde el restaurante.

- Compra comida al por mayor. Planea con anticipación y utiliza bolsas y contenedores reutilizables en el mercado o el almacén.

HIGIENE PERSONAL

- Reduce tu tiempo de baño en un 20% de su duración, o date una ducha menos a la semana.
- Cierra el grifo mientras te lavas el cabello o te enjabonas.
- Cierra el grifo mientras te lavas los dientes o te afeitas.
- Mientras más fría el agua, mejor. Disminuye la temperatura un poco.

LIMPIEZA

- Utiliza trapos o toallas en vez de toallas o servilletas de papel.
- Utiliza productos no tóxicos, biodegradables para limpiar.
- Minimiza el uso de los aerosoles. No compres productos con halones o CFC's.

AL COMPRAR

- ¡Local, local, local! considera pagar un poco más para apoyar un restaurante o un almacén local.
- Compra en almacenes de segundas.
- Organiza intercambios de ropa o de artículos útiles del hogar entre tus amigos o tu comunidad.
- Investiga- edúcate sobre los estándares de sostenibilidad y quienes realmente se adhieren a ellos y quienes simulan hacerlo.
- Mantén una bolsa reutilizable en tu bolso, morral, auto o bicicleta.
- Compra zanahorias, papas, y otras verduras sueltas, sin bolsa plástica.
- Compra productos empacados o hechos de materiales reciclados.
- ¡Crea tus propios artículos!

TRANSPORTE

- Camina, patina, monta en tu patineta, unicycle o bicicleta.
- Comparte tu coche cuando sea posible.

- Utiliza el transporte público (autobús, metro, tren) en vez de un vehículo personal.
- Conduce un auto eléctrico, híbrido o muy eficiente.
- Si posees un auto, evita utilizar el aire acondicionado.
- Domina el arte de ser un eco-conductor: lenta aceleración, desaceleración gradual, estacionar lejos de tu destino, etc.
- Mantén tu maletero vacío, el peso adicional disminuye la eficiencia del combustible que usas.
- Asegúrate de que las llantas de tu auto estén bien infladas y balanceadas.
- Mantén tu auto en buen estado mecánico y limpio.

ACTIVIDAD

- Reemplaza el tiempo de pantalla en dispositivos electrónicos con socialización, actividades creativas, educación, arte y ejercicio.
- Recoge basura cuando camines, participa en o comienza grupos de recolección de basuras en tu vecindario.
- Comienza o ayuda en una huerta comunitaria.
- Disfruta del aire libre todos los días. Habitúate a pasar parte de tu tiempo en la naturaleza a diario.
- Compra un árbol de Navidad vivo y siémbrale después de la Navidad.
- Planta árboles en tu comunidad.
- Adopta una calle, o sendero y mantenla limpia.
- Organiza una recolección de basura en una playa, un lago, un río o una quebrada.

RECICLAR Y REUTILIZAR

- Reduce, Reutiliza y Recicla- en ese orden.
- Comienza por no comprar algo que vas a reciclar. Si lo compras, reúsalo antes de reciclarlo.
- Imprime la lista de artículos reciclables que maneja el departamento de basuras de tu área. Cuélgalo en tu refrigerador para recordarte qué puedes reciclar.
- Recicla teléfonos celulares, dispositivos móviles y baterías.
- Dona a fundaciones de beneficencia y compra en almacenes de segundas.
- Utiliza, y reutiliza servilletas de tela en vez de papel.

- Utiliza contenedores reusables para guardar alimentos en tu refrigerador. Minimiza el uso de papel de aluminio, plástico para envolver y bolsas.
- Repara y remienda en vez de reemplazar y botar.
- Antes de botar el plástico que sostiene 6 latas de cerveza, córtalo con tijeras.
- Visita/solicita una visita a un centro de reciclaje local.
- Cómprate una botella de agua reciclable. Llévala contigo a todas partes.
- Evita usar icopor y plástico cada vez que puedas.
- Lleva un termo o taza de café reusable a tu café favorito o a la oficina en vez de utilizar vasos desechables.

