TIPS PER A CUIDAR EL NOSTRE PLANETA

Fundación Mainel
solidaridad y cultura transformadoras
fontilles
salud y desarrollo

“És indubtable que l’impacte del canvi climàtic perjudicarà de mode creixent les vides i les famílies de moltes persones (...).

L’esforç de les llars per contaminar menys, reduir els desaprofitaments, consumir amb prudència, va creant una nova cultura (...).

No hi ha canvis duradors sense canvis culturals, i no hi ha canvis culturals sense canvis en les persones”.

Papa Francisco

Acabar amb la pobresa extrema. Lluitar contra la desigualtat i la injustícia. Solucionar el problema del canvi climàtic. Els ODS mundials són importants, són objectius que canviaran el món i per als quals serà necessària la cooperació entre els governs, les organitzacions internacionals i els líders mundials.

Sembla impossible que les persones corrents puguen influir en alguna cosa. Vos rendireu sense més?

No! El canvi comença per nosaltres. De veritat. Tots i cadascun dels éssers humans del món, fins als més ganduls i peresosos, formen part de la solució.

Per sort hi ha coses facilíssimes que podem introduir en la nostra rutina i, si tots ho fem, aconseguirem grans canvis.

Vos ho hem posat fàcil i hem recopilat tan sols unes quantes coses de les moltes que es poden fer per a obtindre resultats!

TIPS per a cuidar el nostre planeta

coses que pots fer des de la teua habitació:

- Estalvia electricitat endollant els electrodomèstics en una regleta i desconnectant-los per complet quan no s'utilitzen, fins i tot l'ordinador.
- Dis-li al pare o a la mare que deixen d'utilitzar els documents del banc en paper. Les factures es poden pagar en línia o a través del telèfon mòbil.
- Prova d'apagar les llums. La televisió i la pantalla de l'ordinador ja emeten lluminositat còmoda, així que apaga les altres llums si no són necessàries.
- Pots investigar per la xarxa i comprar solament en empreses que apliquen pràctiques sostenibles i no danyen el medi ambient i ensenyar com a papà i mamà.

coses que pots fer a casa:

- Intentar assecar a casa les coses a l'aire. Deixar que el pèl i la roba s'assequen de manera natural en lloc d'encendre una màquina. A més, quan llaves la roba, assegura't que la càrrega està completa.
- Pren dutxes curtes. Les banyeres necessiten molts més litres d'aigua que una dutxa de 5 minuts.
- Menja carn i peix just sense excedir-se.
- Recicla les restes d'aliments. Utilitzar les restes d'aliments com a abonament pot reduir els efectes del canvi climàtic al mateix temps que es reciclen els nutrients
- El reciclatge de paper, plàstic, vidre i alumini impedeix que els abocadors continuen creixent.
- Compra els productes que estiguen mínimament empaquetats. Evita els excessos de plàstic.
- Ajusta el termòstat, més baix a l'hivern i més alt a l'estiu
- Que el pare o la mare substituïsquen els electrodomèstics vells per models que aporten un consum energètic més eficient i canvien les bombetes de la casa per led.

coses que pots fer fora de casa:

- Compra productes locals. Donar suport als negocis de la zona ajuda la gent a conservar el seu treball i contribueix a impedir que els camions hagen de desplaçar-se grans distàncies.
- Demana als teus negocis favorits que el peix i marisc que tinguen per a vendre estiga obtingut de manera respectuosa amb els oceans.
- Demana a papà i mamà que compren peix i marisc sostenible. Existixen aplicacions que et poden indicar que productes són segurs de consumir.
- Desplaça't amb bicicleta, caminant o en transport públic.
- Utilitza botelles d'aigua i envasos reutilitzables. D'aquesta manera, reduiràs les deixalles i potser estalviaràs diners.
- Porta a la compra la teua pròpia bossa. Deixa la bossa de plàstic i porta les teues pròpies bosses reutilitzables.
- Gasta menys tovallons. No és necessari un grapat de tovallons per al menjar que compres per a emportar. Gasta només les que necessites.
- Dona el que no utilitzes. Les organitzacions benèfiques locals donaran una nova vida a la teua roba, llibres, joguets i mobles.
- Consumix amb moderació. Presta especial atenció a les compres de roba. De veritat necessites tantes coses?

coses que pots fer en el col·legi o institut:

- Si tens alguna peça de fruita o aperitiu que no vols, no ho tires. Dona-li-ho a *algun company que la necessite o la vulga.
- Si veus que un company l'està passant malament, ajuda'l. Lluita contra la desigualtat i contra l'assetjament escolar.
- Alça la veu contra tota mena de discriminació en el centre. Totes les persones som iguals.
- Si eres dels més majors, ajuda als més xicotets.
- Pregunta als teus docents si el centre utilitza tecnologia de calefacció i refrigeració energèticament eficient.
- Denúncia la carència de condicions mínimes en el teu centre educatiu o en uns altres que conegues.
- Veu al col·legi o a l'institut amb bicicleta, caminant o en transport públic.
- Organitza juntament amb els professors una Setmana Sense Impacte Ambiental. Aprendreu a viure de manera més sostenible durant almenys una setmana.

Nivell 4: Excepcional en el col·legi.

ODS
(Objectius de Desenrotllament Sostenible)

6

7

8

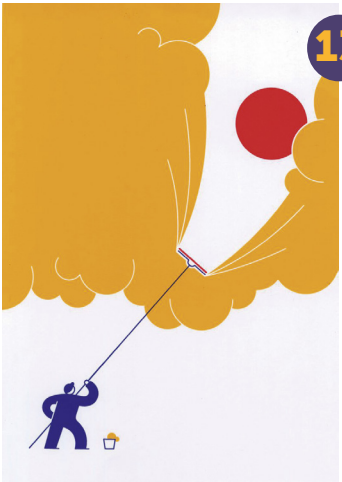
9

10

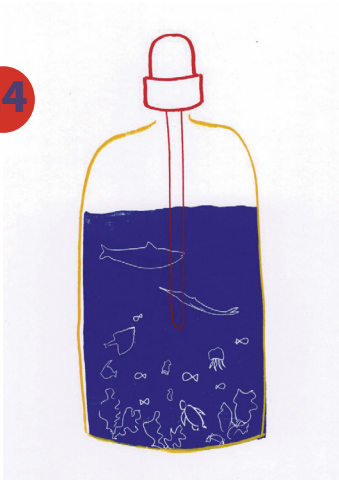
11

12

13



14



15

16

17

Llista ODS:

1. Fi de la pobresa.
2. Fam zero.
3. Salut i benestar.
4. Educació de qualitat.
5. Igualtat de gènere.
6. Aigua neta i sanejament.
7. Energia assequible i no contaminant.
8. Treball decent i creixement econòmic.
9. Indústria, innovació i infraestructures.
10. Reducció de les desigualtats.
11. Ciutats i comunitats sostenibles.
12. Producció i consum responsables.
13. Acció pel clima.
14. Vida submarina.
15. Vida d'ecosistemes terrestres.
16. Pau, justícies i institucions sòlides.
17. Aliances per a aconseguir objectius.

És el teu torn! Ací tens unes pàgines per a deixar volar la teua creativitat i poder reflectir moltes més idees i solucions...

Tala per la línia discontínua per a aconseguir el teu punt de llibre.

CUIDA
EL NOSTRE
PLANETA

Fundación Mainel
solidaridad y cultura transformadoras

fontilles
salud y desarrollo

Esta publicació ha sigut realizada amb el suport financier de la Generalitat valenciana.
El contingut d'esta publicació és responsabilitat exclusiva de Fundación Mainel i Fontilles i no reflectix necessàriament l'opinió de la Generalitat Valenciana.

GENERALITAT VALENCIANA
Vicepresidencia Segunda y Conselleria de Servicios Sociales, Igualdad y Vivienda

Fundación Mainel
solidaridad y cultura transformadoras

fontilles
salud y desarrollo