

Huella ecológica general

COSAS QUE PUEDE HACER DESDE EL SOFÁ.....	2
COSAS QUE PUEDE HACER EN CASA.....	3
COSAS QUE PUEDE HACER FUERA DE CASA.....	5
COSAS QUE PODRÍA HACER EN EL TRABAJO.....	7



COSAS QUE PUEDE HACER DESDE EL SOFÁ

- **Ahorre electricidad enchufando los electrodomésticos en una regleta y desconectando por completo cuando no los utilice, incluso su ordenador.**

Si lo veo factible porque no es una tarea pesada para nadie y aparte de que ayuda al medio ambiente, también ayuda a gastar menos dinero a las personas y eso hará que lo intenten hacer.

- **Deje de utilizar los estados de cuenta bancarios en papel y pague sus facturas en línea o a través del teléfono móvil.**

Esto es algo que creo que la gente ya hace, aún así aún quedarán algunas personas, mayores creo yo, que lo seguirán haciendo por costumbre más que otra cosa.

- **¡Alce la voz! Pida a las autoridades locales y nacionales que participen en iniciativas que no dañen a las personas ni al planeta. También, puede expresar su apoyo al acuerdo de París y pedirle a su país que firme el acuerdo o que lo ratifique.**

A mi parecer se tienen que movilizar demasiadas personas para que muevan un poco la mano los que mandan que lo veo imposible de conseguir si solo se intenta individualmente, en el caso de hacerlo todos a lo mejor si se puede llegar a conseguir algo, sobre todo si ya hay un país que lo ha hecho.

- **Apague las luces. La televisión y la pantalla del ordenador ya emiten una luminosidad cómoda, así que apague las otras luces si no las necesita.**

Creo que no es una buena idea ya que eso daña la visión a largo plazo, lo que puedes es poner alguna luz que gaste menos y alumbre algo menos.

- **Investigue un poco por la red y compre solo en empresas que sepa que aplican prácticas sostenibles y no dañan el medio ambiente.**

No creo que esta práctica sea posible, ya que la gente seguirá comprando donde más barato sea o donde estén seguros de la compra.

- **Denuncie el acoso en línea. Si observa acoso en un tablón de mensajes o en un espacio de tertulias, señala a su autor o autora.**

Esto es algo que veo totalmente acertado, pero difícil a la hora de la ejecución, ya que si no hay algún mensaje así la gente no se suele animar por el que dirán o por el hecho de que les da igual lo que pasé en el mundo externo y no les concierna.

- **Además de lo anteriormente mencionado, compense sus emisiones de carbono. Ya puede calcular su huella de carbono y comprar crédito climático en Climate Neutral Now (solo disponible en inglés).**

Si lo veo una buena práctica, pero creo que la gente pasará de hacer muchas de estas cosas, ya que la comodidad que supone lo contrario lo supera según la gente seguramente.

COSAS QUE PUEDE HACER EN CASA

- **Seque las cosas al aire. Deje que el pelo y la ropa se sequen de forma natural en lugar de encender una máquina. Cuando lave la ropa, asegúrese de que la carga está completa.**

Creo que son factibles pero con el pelo hay que tener cuidado porque la gente se puede resfriar, se pueden usar toallas en su defecto, pero no usar secadora es un buen método.

- **Tome duchas cortas. Las bañeras necesitan muchos más litros de agua que una ducha de entre 5 y 10 minutos.**

Creo que se pueden llegar a concienciar a las personas del ahorro de agua, también se puede decir que es más ahorrativo para que lo hagan.

- **Coma menos carne y pescado. Se destinan más recursos para la obtención de carne que para el crecimiento de las plantas.**

No es una buena práctica, ya que debemos comer de todo, sobre todo carne y pescado, ya que tienen nutrientes necesarios para el desarrollo de las personas.

- **Fertilizantes orgánicos: utilizar los restos de alimentos como abono puede reducir los efectos del cambio climático al mismo tiempo que se reciclan los nutrientes.**

Es una buena práctica, además de ahorrativa.

- **El reciclado de papel, plástico, vidrio y aluminio impide que los vertederos sigan creciendo.**

Es algo que debería de hacer todo el mundo, las grandes empresas deberían de hacer saber a las personas de qué producto va en que sitio, ya que siempre hay dudas de donde va cada cosa y así les sea más fácil a las personas el reciclar.

- **Compre productos que estén mínimamente empaquetados.**

No es una mala decisión, pero no creo que la gente se vaya a fijar en eso. Eso debería ser una tarea de las empresas que deberían de tener en cuenta lo que gastan en el empaquetado.

- **Aísle las ventanas y las puertas para aumentar la eficiencia energética.**

Es un buen método para que las personas no gasten energía en el calefactor o el aire acondicionado. Solo veo un fallo en el tener que poner las ventanas y puertas así, ya que eso es un coste de dinero y las personas por lo general no quieren gastar dinero tan fácilmente, aunque se les puede convencer haciéndoles ver que gastarán menos en un futuro ya que no les hará falta gastar tanta energía por esto.

- **Ajuste su termostato, más bajo en invierno y más alto en verano.**

Si acaba de llegar a una casa fría en un día helado de invierno, puede parecer razonable subir, más de lo habitual, la temperatura del termostato. Pero eso no te ayudará a sentirte cálido y cómodo más rápido. La razón es simple: un termostato no tiene control sobre qué tan rápido se calienta su casa, todo lo que hace es establecer la temperatura final para su nivel de comodidad. Es mejor pensar en un termostato básico como un limitador de temperatura. Permite que la calefacción esté completamente encendida hasta que se alcance la temperatura establecida, momento en el que el termostato apagará la calefacción hasta que la temperatura vuelva a bajar. Por lo tanto, girar el termostato por encima de su nivel de comodidad permitirá que el sistema sobrecaliente el espacio, lo que hará que su hogar sea incómodamente cálido y desperdicie una cantidad significativa de energía.

- **Sustituya los electrodomésticos viejos por modelos que aporten un consumo energético más eficiente y cambie las bombillas de la casa.**

Eso es un gasto monetario muy grande, el cual no le va a rentar a las personas cambiar el electrodoméstico, así que dudo que lo vayan a hacer.

COSAS QUE PUEDE HACER FUERA DE CASA

- **Compre 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.**

Es una buena opción, solo hay que intentar concienciar a las personas de que lo hagan porque suelen ser más vagos y querer hacer las compras más fáciles y rápidas posibles en vez de mirar lo que pueden llegar a ahorrar, tanto ellos como en la sostenibilidad.

- **Deje que sus negocios favoritos sepan que el marisco obtenido de forma respetuosa con los océanos está en su lista de la compra.**

Es una buena iniciativa para que intenten pescar de esa forma, ya que afectaría menos al ecosistema marino, lo cual haría un mundo mejor.

- **Compre únicamente marisco sostenible. Ahora, existen aplicaciones como esta que le indican qué productos es seguro consumir.**

Buena práctica, hay que enseñarle a la gente cuál es la app, por ejemplo haciendo anuncios de ellas en televisión, porque no se suele saber de la existencia de estas aplicaciones ya que no se les da bombo en los medios de comunicación.

- **Desplácese en bicicleta, andando o en transporte público. Evite utilizar el coche excepto cuando tenga un grupo grande de personas.**

La veo una buena práctica si es posible, porque es verdad que para desplazarte a muchos sitios, ya sea trabajo u otros lados se necesita el coche, porque el tiempo que gastas con el transporte público es mucho mayor y el tiempo es oro.

- **Utilice una botella de agua y una taza de café reutilizables. De este modo, reducirá los desechos y quizá hasta pueda ahorrar dinero en la cafetería.**

Esto 100% es lo que se debe hacer. Además las personas gastarían menos dinero así y también ayudarían al medio ambiente.

- **Lleve su propia bolsa a la compra. Deje la bolsa de plástico y empiece a llevar sus propias bolsas reutilizables.**

Es una buena práctica, ya que así se gastará menos plástico. Lo cual es algo super necesario actualmente.

- **Usa menos servilletas. No necesita un puñado de servilletas para la comida que compra para llevar. Tome solo las que necesite.**

Creo que la gente cada vez lo hace más. También podrían obligar a las empresas a llevar un conteo de las que se den a cada cliente.

- **Compre productos de segunda mano. Las cosas nuevas no tienen porqué ser las mejores. Visite tiendas de segunda mano para ver qué puede volver a utilizar.**

Estoy de acuerdo. Muchas de las cosas de segunda mano están en muy buen estado. Lo malo es que tienes que tener cuidado con las personas que suben cosas, dicen que está en buen estado y es mentira.

- **Done lo que no utiliza. Las organizaciones benéficas locales darán una nueva vida a su ropa, sus libros y sus muebles poco usados.**

Creo que es lo que se debería hacer, también informando de estas organizaciones, donde se encuentran y que llevar, así las personas irían a llevar más cosas seguro.

- **Haga uso de su derecho a elegir los líderes de su país y comunidad local.**

Últimamente no hay muchos líderes que valgan la pena en este país. Lo que hay que hacer es recortar en “líderes” porque se gasta demasiado dinero en ellos, que al fin y al cabo están haciendo un trabajo, del cuál si no lo están haciendo bien deberían de ser despedidos como en otro trabajo más. No sigo hablando que me caliento.

COSAS QUE PODRÍA HACER EN EL TRABAJO

- **Si tiene alguna pieza de fruta o algún aperitivo que no quiera, no lo tire. Déselo a alguien que necesite y esté pidiendo ayuda.**

Es una buena práctica. Así ayudamos a las personas más necesitadas.

- **¿Todo el mundo en el trabajo tiene acceso a atención médica? Averigüe qué derechos le asisten en el trabajo. Luche contra la desigualdad.**

Debería ser así, si no es así hay dos opciones:

- La ley obliga a la empresa y esta no lo hace, lo cual es denunciabile(siempre se avisa antes al jefe de esta).
- La ley no lo obliga pero quieres, lo cual entonces debes de intentar conseguirlo hablando con el jefe.

- **Asesore a los jóvenes. Constituye una manera atenta, estimulante y eficaz de orientar a las personas para mejorar su futuro.**

Es una buena práctica. Solo que muchas veces hacemos muchas cosas de estas gratis, lo cual no tenemos porqué hacerlo, ya que los jefes siempre se quieren ahorrar algo de dinero al no darle la formación necesaria. (Siempre hay que ayudar a los compañeros)

- **Expresa su respaldo del principio de igual salario por trabajo igual.**

Da igual el género, edad, etnia, etc., lo importante es el trabajo que haces y lo que generas a la empresa. Las personas que mejor trabajen y generen más para la empresa deberían cobrar más dinero, da igual si están en el mismo departamento, el que genere más debería de cobrar más a mi parecer.

- **¡Denuncie en su nombre la carencia de retretes en numerosas comunidades de todo el mundo!**

Esto sinceramente no lo entiendo. En los trabajos que he estado y que he visto no hay falta de retretes.

- **Asegúrese de que su empresa utilice tecnología de calefacción y refrigeración energéticamente eficiente.**

Es una buena práctica. Todas las empresas deberían de hacerlo por ley a mi parecer.

- **Alce la voz contra todo tipo de discriminación en su oficina. Todas las personas son iguales independientemente de su género, raza, orientación sexual, origen social y capacidad física.**

No somos todos iguales, pero si las personas son respetuosas y buenas personas deberían de ser tratados como ellos tratan, da igual si son lo ya dicho en el enunciado.

- **Vaya al trabajo en bicicleta, caminando o en transporte público. Reserve los desplazamientos en coche para cuando reúna a un grupo grande de personas.**

Esto es algo complicado por las horas en las que se suele entrar o por la distancia de su casa al trabajo, si es posible si creo que sea una buena práctica.