



HUELLA DE CARBONO

1. ¿Puedes indicar las formas en que podemos reducir nuestra huella de carbono? Rodea con un círculo las respuestas correctas.

APAGAR LAS LUCES AL SALIR DE UNA HABITACIÓN

USAR EL COCHE LO MÁS POSIBLE

HERVIR SOLO LA CANTIDAD DE AGUA QUE NECESITES

LLEVAR AL MERCADO BOLSAS DE LA COMPRA REUTILIZABLES

LLENAR HASTA ARRIBA LA LAVADORA Y EL LAVAVAJILLAS

BAÑARSE EN LUGAR DE DUCHARSE

DONAR TU ROPA VIEJA

COMER MUCHA CARNE ROJA

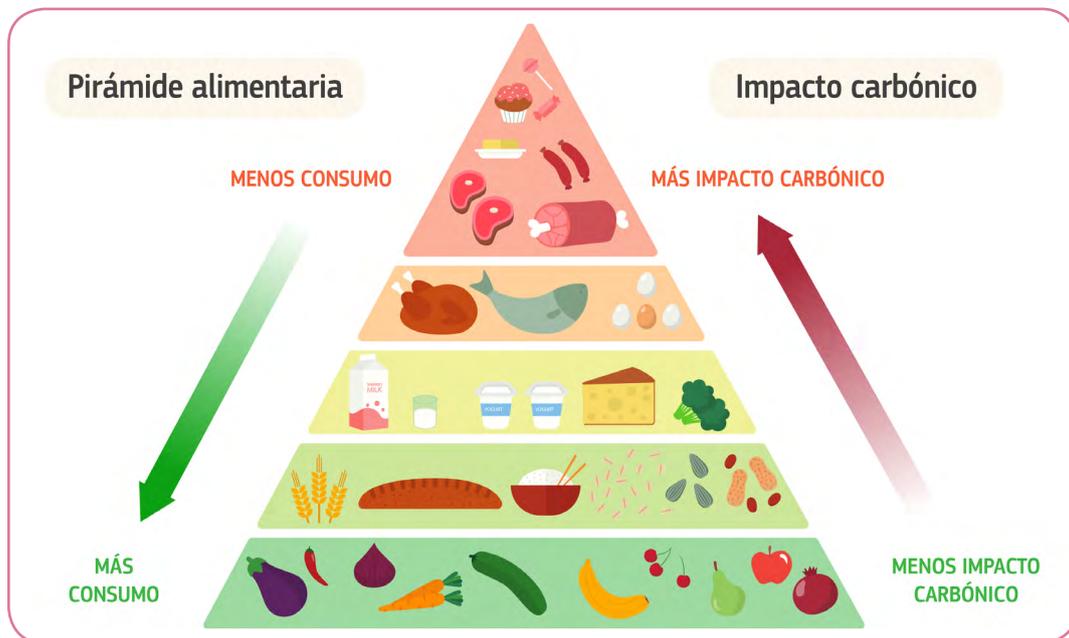
TIRAR TODO AL MISMO CUBO DE BASURA

CERRAR LAS VENTANAS CUANDO ESTÉ ENCENDIDA LA CALEFACCIÓN

COMPRAR MÁS COMIDA DE LA QUE NECESITAS

CERRAR EL GRIFO MIENTRAS TE CEPILLAS LOS DIENTES

2. ¿Qué sabes sobre la huella de carbono de tu dieta? Mira la pirámide alimentaria siguiente. En ella puedes ver los valores nutricionales de los distintos grupos y la huella de carbono de cada uno.



a) ¿Qué te parece? ¿Te sorprende la posición de algún alimento o de alguna bebida en la pirámide?

HUELLA DE CARBONO

b) Echemos un vistazo a la compra semanal de diferentes familias. ¿Puedes puntuar cada una de ellas según su huella de carbono?

1 = MUY ELEVADA

4 = MUY REDUCIDA



c) Haz una lista de lo que comiste ayer. Habla de lo que comiste con un compañero. ¿Tus comidas tuvieron una huella de carbono elevada? ¿Podrías haber optado por alimentos más respetuosos con el medio ambiente?

DESAYUNO

COMIDA

CENA

PICOTEO

HUELLA DE CARBONO

3. Divide la clase en siete grupos pequeños. Cada grupo hace un plan de comidas para un día distinto de la semana que a) tenga una huella de carbono reducida, y b) sea equilibrado desde el punto de vista nutricional. Cada grupo presenta a continuación su plan de comidas al resto de la clase y explica por qué han elegido esas comidas. Debate con toda la clase.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO