

Soluciones climáticas para tu hogar y tu vecindario



“Cada uno de nosotros, efectuando cambios simples, puede llevar una vida más saludable y ahorrar dinero si reducimos nuestra contaminación ambiental. Y cuando involucramos a nuestros vecinos y nuestras comunidades, realmente podemos marcar una gran diferencia y, al mismo tiempo, ¡divertirnos!”

— Gay Browne, Health Advisor, Autor de *Living with a Green Heart*

Lo que debes saber

El cambio climático es un problema importante que nos afecta a todos. Quizá te preguntes cómo pueden tú y tu familia marcar una diferencia. Resulta que hay muchas formas de hacerlo. ¡Comienza ahora mismo con estas ideas geniales!

- 1. Las residencias representan cerca del 20 % de contaminación por carbono** en los Estados Unidos. Si queremos detener el cambio climático, debemos reducir la contaminación producida por nuestras residencias.
- 2. El consumo energético es el mayor contribuyente** a la contaminación por carbono. Para un hogar estadounidense típico, la calefacción/refrigeración y el combustible para vehículos comprenden 2/3 de su huella de carbono.
- 3. Una vivienda típica desperdicia hasta el 40 % de la energía que consume** a través de lámparas, calefacción y refrigeración en habitaciones que no se utilizan, aislamiento deficiente o hábitos de despilfarro.
- 4. Casi todo lo que hagas para reducir la contaminación por carbono en tu hogar te ayudará a ahorrar dinero.** De hecho, puedes ahorrar hasta la mitad de tus facturas de servicios públicos.
- 5. Las dietas más saludables producen personas más fuertes y un planeta más sano.** Si cada estadounidense reduce su consumo de carnes a la mitad, podríamos reducir la contaminación por carbono causada por la agricultura.
- 6. Puedes multiplicar tu impacto positivo dando un buen ejemplo y hablando sobre por qué estás haciendo elecciones diferentes.** Tus vecinos también se preocupan por el cambio climático.
- 7. Compartir tu compromiso puede ayudar a otros a ahorrar y a llevar vidas más saludables.** Interactúa con otros para ayudarlos a que ahorren dinero, energía y lleven vidas más saludables.

Soluciones climáticas para tu hogar y tu vecindario



Cambiar los hábitos propios puede ser un gran ejemplo para otros y una forma significativa de reducir la contaminación ambiental. Estamos construyendo un futuro más seguro y saludable para nuestros niños y familias, ayudando a los vecinos a mejorar sus hogares y sus vidas, e incluso aumentado el valor de nuestras propiedades, esto aumenta los ingresos fiscales que se invierten en servicios importantes. No se necesita mucho para comenzar a aplicar buenos hábitos climáticos que pueden ahorrarte tiempo y dinero.

Lo que debes hacer

Todos podemos mejorar nuestros hogares y vecindarios. Lo más importante es comenzar. Elige una o dos acciones de la lista a continuación y hazlas ahora mismo. El resto te resultará más fácil.

- 1. Ahorrar dinero economizando en energía.** Ajusta tu termostato, apaga las luces que no estés utilizando, aísla puertas y ventanas, lava la ropa y los platos con agua fría. ¡Hay muchas opciones!
- 2. Trasladarse de forma inteligente.** Viaja en grupos. Usa el transporte público, camina o ve en bicicleta. Si tienes un auto, piensa en mejor rendimiento de combustible. Quizá puedas elegir un modelo híbrido o eléctrico.
- 3. Eliminar los desechos** siempre que sea posible. Usa menos productos y recicla. Elige contenedores reutilizables o de vidrio en lugar de bolsas o empaques de plástico. Usa bolsas reutilizables en las tiendas. Asegúrate de que tus familiares usen botellas de agua reutilizables y que lleven su propia taza a la cafetería.
- 4. Hacer que el vecindario sea verde.** Revitaliza la naturaleza y aumenta el valor de tu propiedad plantando árboles y otras plantas, así se reduce el calor, mejora la salud mental y el bienestar de la comunidad, proporciona aire y agua más limpios.
- 5. Ayudar a otros.** Si tu vecindario tiene árboles y jardines, intenta conseguir recursos promotores de la salud. Si tus vecinos no tienen un techo adecuado para instalar paneles solares, consigue apoyo para una instalación solar comunitaria. Asóciate con otros vecinos para marcar una diferencia.
- 6. Expresar tu preocupación.** Multiplica tus resultados. Invita a tu periódico local para que haga un reportaje sobre tu vivienda y tu vecindario. Comparte lo que has hecho en las RRSS, en la lista de correos de tu vecindario y con tus colegas.
- 7. Alimentarse de forma más saludable.** Aumenta tus proteínas a base de plantas y duplica tu consumo de frutas, vegetales, nueces y frutos del mar. Intenta plantar un jardín y cultiva tus vegetales. Cómelo todo y convierte sobrantes en abono. ¡El 40 % de todos los alimentos en Estados Unidos se desperdician!