

## DÍA 1. APRENDIENDO DE LA NATURALEZA QUE NOS RODEA

Completa <u>nuestra encuestas sobre contaminación</u> al inicio y al final de la campaña y recibe un certificado de la Fundación para la Educación Ambiental

Tómate un momento para ver este video: <u>Planet Earth: A Celebration. Message from Sir David Attenborough. BBC Earth.</u>

Pregúntate ¿cómo me he sentido al ver el video?

Camina 10 minutos al aire libre. Tómate tu tiempo y activa cada uno de tus sentidos. ¿Qué ves, hueles y oyes?, ¿Cuál es una cosa de la que estás agradecido por lo que acabas de observar?, ¿Puedes pensar en las razones por las que la naturaleza no produce residuos?

Comparta sus pensamientos usando la app Treasure Earth (grupo Litter Less Campaign) o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign



## DÍA 2. ATRAPADO EN EL PLÁSTICO

Junto con un amigo o familiar <u>mira este breve video</u> sobre la contaminación del plástico.

¿Qué emociones sientes al ver el video? ¿Qué crees que siente un animal, como un delfín, una tortuga o un ave marina al tragar accidentalmente el tapón de una botella o quedar atrapada en una bolsa de plástico?

¿Qué podemos hacer para reducir el sufrimiento de los animales? Para algunas ideas, puedes <u>ver este video</u>

Comparte tus pensamientos e impresiones usando la aplicación Treasure Earth (grupo Litter Less Campaign) o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign.

Adquiere el compromiso de reducir el uso de plástico, por ejemplo: "Trataré de evitar envolver mi almuerzo en una bolsa de plástico".



## DÍA 3. CONTAMINANTES INVISIBLES

Mira este video si quiere saber más sobre contaminantes invisibles: <u>Cómo reclamar su</u> <u>derecho a una vida libre de químicos</u>

¿Puede encontrar cinco productos en tu casa que contengan toxinas o productos químicos que pueden ser dañinos para los seres humanos, los animales y las plantas? ¿Qué etiquetas indican que estos productos pueden ser dañinos? ¿Cómo llegan estos químicos a la naturaleza?

¿Se pueden encontrar o fabricar productos alternativos que sean menos dañinos? Para inspirarte puedes <u>ver este video</u>

Comparte tus ideas sobre productos no tóxicos usando la aplicación Treasure Earth (grupo Litter Less Campaign) o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign.



## DÍA 4. ¿POR QUÉ LO NECESITO?

Siéntate en silencio y reflexiona sobre las cosas que tu y tu familia habéis comprado en los últimos dos meses. ¿Ropa nueva, aparatos electrónicos, adornos para tu habitación, maquillaje? ¿Por qué lo habéis comprado? ¿Cuánto durarán? ¿Cuánto tiempo pensáis conservarlos?

Llama a tus abuelos o a un amigo de la familia mayor de 70 años. Pregúntale qué y cuántas cosas compraban cuando tenían tu edad. ¿Por qué crees que hoy estamos comprando más cosas y produciendo más residuos?

Todos debemos considerar cuidadosamente nuestras necesidades y hábitos de consumo para promover una cultura circular en lugar del pensamiento lineal "comprar y tirar". Descubre aquí los conceptos básicos sobre economía circular

Comparte tu compromiso de reducir el consumo usando la aplicación Treasure Earth (grupo Litter Less Campaign) o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign.



## DÍA 5. DÍA CON CERO RESIDUOS

Acepta el desafío de vivir un día sin crear ningún tipo de residuo que acabe en un vertedero o incinerado. ¡Seguramente descubrirás que no es nada fácil! No obstante, este ejercicio te ayudará a comprender cómo se adaptó el estilo de vida humano para consumir recursos de manera insostenible, pero al mismo tiempo, con qué facilidad podemos readaptar nuestras vidas para sacar más provecho de los recursos que consumimos, conservando de paso la naturaleza.

Cuenta las acciones emprendidas durante este día para reducir la contaminación.

Tome fotos y crea videos cortos (de hasta 1 minuto) sobre el Día Cero Residuos y compártelos usando la aplicación Treasure Earth y a través de Facebook e Instagram.

Esta acción en forma de video se podrá presentar al concurso.



## DÍA 6. UN ESFUERZO CONJUNTO

Tenemos la capacidad de contribuir a cambiar nuestro mundo cambiándonos a nosotros mismos. Imagina un escenario en el que ves a alguien tirando basura o usando productos que contaminan el medio ambiente. Habla con tus amigos y familiares sobre lo que puede hacer para alentar a la persona a escoger productos sostenibles o hacer un esfuerzo por desecharlos de manera responsable. ¿Te acercarás solo a la persona, involucrarás a los adultos o a las autoridades locales?

Comparte tus pensamientos usando la app Treasure Earth o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign.

Completa nuestra segunda encuesta sobre contaminación antes de la última acción y recibe un certificado de la Fundación para la Educación Ambiental. Una vez que hayas completado la encuesta, escríbenos a yre@adeac.es



# DÍA 7. PICNIC Y RECOGIDA DE RESIDUOS POR EL ENTORNO

Elige un momento para organizar un picnic y recolección de basura con su familia o amigos. Prepara una manta, algunos alimentos y bebidas en un recipiente reutilizable, así como guantes, recogedores, bolsas y desinfectante para manos. Camina junto a tu familia y amigos hasta una zona verde de tu localidad y recoge la basura que puedas ver en la calle o de camino al lugar.

Una vez llegues al lugar, tómate 10 minutos para recoger la basura de los alrededores.

Celebra el esfuerzo disfrutando de la comida con tus familiares y amigos. Toma una foto del picnic y de la basura recolectada y compártela usando la app Treasure Earth o en Facebook e Instagram con el hashtag #litterlesscampaign.