

# IDEAS PARA UN ESTILO DE VIDA SOSTENIBLE

- ★ Siempre que sea posible, ¡evita viajar en aviones! Trata de tomar el tren, el autobús o compartir un coche. Elige la bicicleta u otros medios de transporte públicos menos contaminantes para tus desplazamientos diarios o de corta distancia.
- ★ ¡Trata también de evitar que tu comida viaje en aviones! Opta por productos locales de temporada. ¡Visita el mercado de granjeros y agricultores locales!
- ★ Si aún no lo haces, ¿por qué no consideras hacer algunas comidas a la semana sin carne o pescado? Si comes carne o pescado, ¡elige fuentes sostenibles!
- ★ Informa a tu familia y amistades para que prefieran y usen –siempre que sea posible– energías renovables.
- ★ Evita el uso de objetos desechables y / o embalajes de plástico. Utiliza tu propia taza, botella o bolsa de la compra que puedas reutilizar. Evita productos cosméticos y de limpieza que contengan microperlas plásticas. ¡Desarrolla tu plan de acción para llevar una vida sin plástico!
- ★ Utiliza las cosas (ropa, juguetes, herramientas, etc.) que ya tienes, repara objetos rotos, intercambia las cosas que no usas o ya no necesitas con tus amigos. En caso de que necesites comprar, opta por cosas de segunda mano. ¿Estás seguro de que ya no puedes seguir utilizando algo? ¡Recíclalo! :-)
- ★ Organiza con tus amistades un grupo de discusión donde podáis aprender, de forma colaborativa. Comparte ideas y promueve más acciones para la protección del medio ambiente.

AQUÍ PUEDES ESCRIBIR TUS IDEAS :-)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

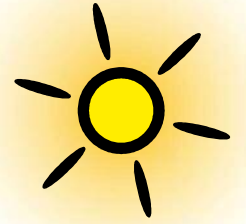
.....

¿Te gustaría ponerte en contacto con nosotros y hacernos llegar tus ideas? Encontrarás el proyecto "Once Upon a Time" en Facebook (Once upon a time a Scientific Fairytale - OUAT), Twitter (@OUAT\_sci\_story) o puedes contactarnos por correo electrónico (ouat.scientific.story@gmail.com).

wissenschaft • im dialog



Célia Santos y Andrea Orfanoz-Chequela  
Traducción: Pamela Rossel  
Diseño e ilustraciones: Carolina Guarnizo Caro



# ¿CÓMO MANTENER UNA RELACIÓN AMISTOSA CON EL PLANETA EDDIE TIERRA!





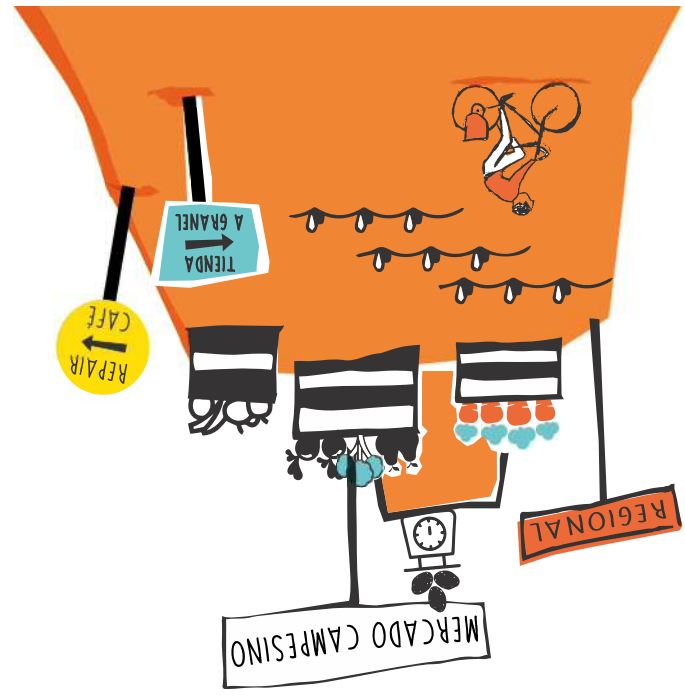
Aquí te sugerimos algunas ideas que puedes utilizar para convertirte en parte de la solución y así, ayudar a mitigar el cambio climático causado por los humanos. Juntos podemos aumentar la concienciación sobre nuestras responsabilidades con nuestro medio ambiente, otros seres humanos y también, sobre todo, con todos los otros organismos vivos: nuestros vecinos en el planeta Eddie Tierra. ¡Juntos podemos proteger nuestros océanos!

Por favor, ten en cuenta que no esperamos que veas estas sugerencias como reglas que queremos que sigas. Es importante que intentes por ti mismo y que descubras con cuáles te sientes cómodo. Elige una idea que te resulte más razonable y desarrolla tu propia estrategia para ponerla en práctica. Una vez que te sientas a gusto con tus nuevos hábitos y rutinas, elige otra sugerencia y así sucesivamente. ¡Cada pequeño paso cuenta!

Vivir una vida más sostenible es un proceso de colaboración. De esta manera, queremos invitarte a contribuir con tus propias ideas y que las discutas con tus amigos, familiares, profesores y con nosotros. Esto es sólo el comienzo: ¡Tú tienes el papel principal en esta historia ahora! Tú puedes tomar ahora el papel de Inara, Aurea y el Capitán, Isa o el Pirata y tomar acciones para contribuir a un modo de vida sostenible. ¡Estamos en esto todos juntos!

Hay un montón de pequeñas acciones que pueden marcar la diferencia. Opciones diarias que contribuyen a una forma de vida más responsable, ética y ecológica. Acciones cotidianas que nos hacen más felices! ¡A nosotros, a nuestra sociedad y a nuestro planeta!

Tal vez algunas de estas acciones ya son parte de tu vida diaria. Tal vez hay otras que ya se te ocurrieron mientras lees este libro electrónico o antes. Tal vez tienes otras que te gustarían compartir y discutir con tus amigos y familiares, incluso con nosotros. ¡Y eso es genial! Educarnos a nosotros mismos y estar abiertos a participar activamente en una discusión sobre la protección y el uso justo del medio ambiente, son cosas que podemos hacer para que nuestra sociedad y nuestro planeta sean un lugar mejor para vivir (para nosotros, nuestros hijos y nuestros nietos).



Nuestros hábitos y decisiones cotidianas tienen un gran impacto en el medio ambiente en el que vivimos. Somos parte de este gran ecosistema que llamamos Tierra y nuestras acciones están profundamente interconectadas con otras partes de este sistema: entorno físico (aire, agua, tierra, etc.), biología y ecología (seres vivos y sus interacciones) y cultura (comunidades, sociedades, lenguas, política, artes). La forma en que decidimos vivir nuestras vidas tiene un efecto directo sobre nosotros mismos, sobre nuestras comunidades locales y, en gran medida, sobre la sociedad y el planeta.

En este libro electrónico has leído interesantes historias sobre los retos a los que se enfrentan nuestros océanos: cambio climático antropogénico y el calentamiento global (por ejemplo: aumentos del nivel del mar, incremento de las temperaturas del agua de los océanos), destrucción de hábitats y extinción de especies, (micro) plásticos en el mar. De nosotros depende si queremos ser parte del problema o de la solución. En lugar de sentirnos abrumados por un escenario oscuro, preferimos organizarnos y desarrollar estrategias que promuevan un cambio hacia una sociedad ecológicamente más amigable y justa.

