

Ponga una X en el al lado de cosas que ya hace; ponga un al lado de cosas que quiere hacer más: **TRANSPORTE:** Caminar. Andar en bicicleta. Usar una bicicleta eléctrica. Tomar el bus. Compartir vehículos. Andar en moto, tuktuk, cuadraciclo, caballo, carruaje, carreta, o en tren. No tener carro y evitar conducirlos. Usar un vehículo eficiente como un carro eléctrico, un carro de golf eléctrico, un turbo diesel intercooler, un vehículo de biodiesel, o un carro solar. Crear un programa de bicicletas de uso compartido. Dar mantenimiento a su carro. Apagar el motor cuando esta parado. Usar la presión correcta en las llantas. Manejar despacio. Acelerar lentamente. Minimizar el peso de su vehículo. Minimizar la resistencia aerodinámica. Cerrar las ventanas de su carro mientras esté usando el aire acondicionado. En el mar usar un barco de vela, kayak o bote de remos. Evitar los viajes por avión. Al volar, compensar sus emisiones donando a una organización local que siembra árboles. Ir de vacaciones cerca de su casa. Enviar correos electrónicos en vez de cartas. Planear sus viajes al pueblo para reducir el número de viajes. Hacer más cosas en cada viaje. Trabajar cerca de su casa. Ir de compras en la zona. Socializar en la zona. Consumir productos locales. El transporte de comida quema mucho carbono. Crear un grupo de taxis eléctricos. **ENERGÍA:** Especialmente en CR, conservar energía en la temporada seca cuando se usan más combustibles fósiles. Apagar los breakers por la noche. No, energía nuclear Sí, energía nuclear. Usar energía hidráulica, energía eólica (viento), energía solar, energía geotérmica (volcanes). biogas de estiércol, biogas de vertederos. No minar carbón. No quemar carbón. **DESECHOS:** Separar su basura. Convertir basura orgánica en abono. Crear sistemas de abono en barrios. Evitar quemar basura—madera, plástico, hojas, papel, llantas. Evitar mandar papel a los vertederos. Usar paños o trapos en vez de papel toalla. Usar pañales de tela en vez de pañales desechables. Usar pañuelos de tela. Usar menos papel higiénico. No mandar al vertedero cualquier cosa que un gusano se podría comer. Consumir menos. No comprar productos desechables. Usar las cosas con cuidado para que duren por más tiempo. Comprar productos de alta calidad. No comprar cosas que no necesita. No comprar productos con mucho empaque. Usar menos productos que sólo se usan una vez como botellas plásticas. Comprar productos que llevan empaque reciclable. Usar productos biodegradables. **POBLACION:** Disminuir la población. Reducir el aumento de la población. Adoptar niños. Por cada madre/padre no tener más de un hijo biológico. Planificar su familia. Usar anticonceptivos como condones, pastillas anticonceptivas o tener una histerectomía o tener una vasectomía. Ofrecer educación sexual. **COMIDA:** Cultivar su propia comida, preferiblemente orgánicamente. No usar fertilizante químico. Emita óxido nitroso, un gas invernadero muy potente. Usar abono orgánico. Agrosilvicultura Apoyar Pura Fruta/Pura Vida. Comprar una fruta, sembrar la semilla y crecer un árbol. Sembrar plantas comestibles en su jardín. No malgastar comida. Comer sólo lo que necesita. Ser vegetariano, ser vegano o comer la mitad de carne que comes. Escoger pollo en vez de carne de res. Reducir el número de vacas. Hacer más eficiente la alimentación del ganado. **Producen metano.** Seleccionar el ganado para mejorar genéticamente la eficiencia de la conversión de comida. de parte del animal para disminuir gases. Aumentar la digestibilidad del concentrado por acciones mecánicas, Darles de comer aditivos como ionoforos. Añadir aceites comestibles como aceite de canola o aceite de coco a la dieta del ganado. Implementar manejo de pastoreo como pastoreo rotacional. Darle comida al ganado basado en el sexo y la edad del ganado para corresponder la dieta a requisitos nutricionales. Probar el suelo, seguido por la adición de fertilizantes y aditivos. Suplementar la dieta del ganado con nutrientes beneficiosos. Desarrollar un programa de salud preventiva. Buscar fuentes apropiadas de agua y proteger fuentes y calidad de agua para los ganados. Mejorar el almacenamiento, manejo y tratamiento de estiércol para reducir metano como lagunas cubiertas, bio-digestores. Ventilar el estiércol. Evitar poner estiércol sobre tierra mojada. Evitar añadir paja al estiércol. Aplicar estiércol a la tierra lo más antes posible. Controlar la erosión. Regenerar el suelo. Siembra directa. Arar libera carbono. No quemar campos de caña ni pastos. Comer arroz de Costa Rica. La mayoría de arroz en Costa Rica viene de China. No comer arroz sembrado en arrozales inundados (como en Asia) porque son una fuente de metano. Comprar y comer comida producida localmente de la feria, Monteverde Whole Foods o directamente de productores locales como Orlando Trejos, Chepito Medina, Alberto y Tina Brenes, Finca Buen Amigo, Mita Brenes, Benito Guindon, Etelvina Chavarría, Granja Avicola los Trostles, Judith Solís, Rigo Alvarado, Hermida Porras, Pepito Chavarría, José Campos, Olivier Garro, VarSan SA, Mary Rockwell, Granja Avicola Villalol, Oseas Espinosa, Sergio Perez, Life Monteverde, Leonel Quesada, La Querencia, Sigma, Chocolatería Caburé, La Bella Tica, Monteverde Beer House, Café Don Juan Café San Luis. Comer tortillas de maíz en vez de pan de harina Comprar comida en temporada. Hacer té con el sol. Comer más comida cruda. Cocinar para varios días a la vez. Cocinar con bio-gas Pensar en lo que necesita de la refri antes de abrirla. Usar un horno solar. **CONSTRUCCION:** Construir con madera crecida en plantaciones. Tratar la madera para que las termitas no la coman. Evitar el uso de cemento. **Haciendo cemento libera carbono a la atmósfera.** Orientar ventanas para dejar luz natural entrar. Pintar cielo rasos de color reflectante. Usar tubos solares. Instalar un calentador de agua solar. Instalar paneles solares. Diseñar casas con buena circulación de aire. En áreas frías, insular su hogar para mantenerlo caliente. En áreas calientes, insular su hogar para mantenerlo fresco. Instalar mantaluces para mantener espacios secos. Evitar la necesidad de tener deshumidificador. Si está construyendo, contratar un arquitecto que construye sosteniblemente como Alvaro Salazar Ugalde o Gabi McAdam. **EN CASA:** Usar el sol

para calentar el agua. Usar luz fluorescente compacto o de LED. Usar abanicos en vez de aire acondicionado. Al descongelar una refri vieja, no usar objetos afilados que podrían cortar los tubos que contienen clorofluorocarbonos CFCs. Dejar de fumar. Comprar productos naturales. **ROPA:** Colgar la ropa afuera para que se seque. O debajo de un techo. Tomar en cuenta de donde viene su ropa y como está hecha. Comprar ropa hecha cerca de su casa. Hacer su propia ropa. Ponerse zapatos cómodos para caminar. Lavar la ropa con agua fría o con agua calentada por el sol. Intercambiar ropa con amigos. Tener una venta de cachivaches o comprar "Ropa Americana". Comprar ropa hecha de algodón reciclado o de botellas de plástico recicladas. **REDUCIR:** Reducir su uso de bolsas de papel y plástico. Usar bolsas de tela y traerlos consigo. Evitar comprar productos enlatados o empaquetados. Reducir lo que compra. Reducir el uso de papel. Mantener el agua limpia (el tratamiento del agua requiere mucha energía). Ducharse con alguien que ama (¡pero ten cuidado de no estar ahí por mucho tiempo!). Conservar el agua caliente. Bañarse rápidamente. Bañarse con agua más tibia o bañarse con agua fría. No prender luces cuando no las necesita. Desenchufar cosas que no está usando incluyendo computadoras, cargadores de celular. Cosas pequeñas usan menos gas. Usar machetes o cortacéspedes de empujar en vez de motoguardaños o cortacéspedes de gas. **REUSAR:** Usar los dos lados del papel. Rellenar botellas de agua. Comprar bebidas en botellas retornables. Crear biodiesel de aceite vegetal usado. Usar botellas de vidrio en paredes para reducir la cantidad de cemento necesaria y para dejar que la luz entre. Compartir libros. Dar libros a la biblioteca. Usar la biblioteca. Reusar aislamiento. Convertir cosas gastadas en algo que se puede usar. **RECICLAR:** Reciclar el aceite de los vehículos. Reciclar plástico. Comprar papel reciclado. Comprar tablas plásticas recicladas de Producol. Reciclar latas de aluminio. Reciclar acero y otros tipos de metal. Reciclar vidrio. Reciclar computadoras, impresoras y aparatos. Apoyar COMIRES MONTEVERDE - Comisión de Manejo Integral de Residuos Sólidos de Monteverde. Unirse a COMIRES Monteverde en Facebook. **EMPRESAS:** Comprar de compañías verdes. Conocer las empresas no verdes aquí: <http://cambia.pe/?p=2654> Desinvertir de empresas no verdes. Importar menos productos de países que contaminan mucho como China y los Estados Unidos. Cada negocio debe tener un plan ambiental y seguirlo. Mejorar el servicio local del bus. **FIJAR CARBON:** Sembrar plantas. Sembrar árboles. Puedes encontrar árboles nativos con la Fundación Costarricense para la Conservación, en la Estación Calandria en Los Llanos. Sembrar un árbol por cada año vivido. Producir madera en maneras sostenibles. Para secuestrar carbono usar madera en hacer en las casas, muebles y otros tipos de construcción como timberframe. Mantener casas y muebles hechas de madera para que no se pudran. Proteger a los bosques como el Bosque Eterno de Niños, la Reserva Bosque Nuboso, la Reserva Santa Elena, Curi Cancha, el Centro de Educación Creativa, el Corredor Biológico de Pájaros Campana, Finca La Bella y todos los árboles en las fincas y en los patios. Dejar que potreros se conviertan en bosque. Crear mas reservas de bosque. No cortar árboles sin usar la madera en una forma que sequestre el carbono. No hacer fogatas en reservas o potreros. Prevenir fuegos descontrolados. Apagar fuegos. No dejar animales pastorear en los bosques (comen árboles pequeños). No contaminar áreas de bosque. Usar y crear mecanismos de mitigar emisiones por invertir en bosques. **INNOVAR:** Desarrollar energía de punto cero tech. Encontrar nuevas fuentes de energía limpia. Cambiar el sistema de su carro para que pueda consumir hidrógeno. Geo-ingenería guerrilla. Desarrollar carros que funcionen con imanes y aire. Inventar un carro que funcione con botellas plásticas. ¡o un carro solar! Inventar un avión que funcione con energía solar. **INFLUIR:** Animar la infraestructura para el transporte público. Unirse con los esfuerzos mundiales de 350.org. Participar en actividades locales para reducir y secuestrar emisiones. Donar a grupos que están frenando el cambio climático. Luchar por áreas verdes en las ciudades. Promover y mantener la acera para que sea más seguro caminar. **GOBIERNOS:** Presionar a los políticos para que promuevan otros tipos de energía que no sean combustibles fósiles. Pedir que los gobiernos participen en acuerdos de las Naciones Unidas para mitigar el cambio climático. Reducir impuestos para los carros que consumen poco combustible y carros eléctricos. Establecer políticas nacionales para promover vehículos con emisiones bajas. Cobrar impuestos a los que contaminan y utilizar los fondos para resolver esos problemas. Cumplir con nuestro compromiso que Costa Rica sea el primer país carbono-neutral antes del 2021. Hacer que Monteverde sea una de las primeras comunidades carbono-neutrales. Requerir que los restaurantes y hoteles separen su basura. Capacitar municipalidades sobre el cambio climático. Crear incentivos para el uso de luces LED. Promover y crear un camino de bicicletas. Reparar las carreteras. Pasar una ley de botellas en CR (y alrededor del mundo) para que botellas tengan un depósito. Crear soluciones pacíficas para los conflictos en el mundo; la guerra produce gases invernaderos. Redistribuir gastos militares a tecnología verde en países con militares. **EDUCAR:** Calcular su huella ecológica: http://myfootprint.org/es/visitor_information/. Ser conciente de su impacto en el cambio climático. Tener coraje de hablar sobre estas ideas con otras personas. Siga Cambio Climático Monteverde en Facebook. Concientizar a su comunidad. Aprender de Alan Pounds y otros ecólogos sobre el cambio de clima local y su impacto sobre las ranas y otros animales de Monteverde y alrededor del mundo. Enseñar a los alumnos en las escuelas sobre el cambio climático, con un enfoque en lo que tenemos que hacer para reducirlo. **INSPIRAR:** Inspirar a otras personas por conversaciones, charlas, fotos, Facebook, YouTube, y tweets. Crear arte o escribir poemas, obras de teatro, cuentos o canciones sobre el cambio del clima publicarlos y presentarlos al público. **ESPIRITU:** Tener esperanza. Orar. Meditar. **ACTUAR:** Reducir su huella en el efecto invernadero. Realizar los cambios grandes necesarios.

350 ideas

(más o menos ☺)
para reducir el efecto invernadero
dado por ustedes y sus vecinos en la zona de Monteverde



Los científicos afirman que el límite seguro para la humanidad es 350 partes por millón de CO2 en la atmósfera. Actualmente hay 400 ppm y está subiendo 2ppm por año. ¡Hay que bajarlo!

Ideas en texto verde tienen más impacto.



Contacte monteverde350ideas@gmail.com para obtener copias gratis de este afiche.

Fuentes aproximados de gases invernaderos: Carbón 25% (CO₂ más que todo de industria y electricidad para edificios y minería); Gas natural 19% (CO₂ más que todo de industria y electricidad); Petróleo 21% (CO₂ más que todo de transporte); Fincas 16% (CH₄ de ganado, CO₂ de arar, N₂O de fertilizante); Cambio de uso de terreno 11% (más que todo de deforestación (CO₂) y turba en descomposición (CH₄); Extracción de petróleo y gas 3% (CO₂ y CH₄); Residuos 3% (CH₄ de vertederos y tratamiento de agua); Cemento 2% (CO₂). Información de ECOFYS.