



ECO-RETO DIARIO: 21 DÍAS POR EL PLANETA

UN RETO PARA CAMBIAR EL MUNDO

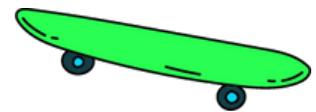
¡Bienvenido/a a tu misión!

Durante 21 días, cada día tendrás un nuevo reto para cuidar el planeta, ahorrar energía y proteger a los animales y plantas que nos rodean.



Recuerda:

los pequeños cambios, cuando los hacemos todos juntos, tienen un gran impacto.



INSTRUCCIONES DE USO

- Cada día, lee tu reto y complétalo antes de dormir.
- Marca en la tabla si lo has conseguido.
- Al final de los 21 días, revisa todo lo que has logrado y compártelo en clase.

¡TUS RETOS!

Apagar todas las luces al salir de la habitación



Ir caminando o en bici al cole



Cerrar el grifo mientras te cepillas los dientes



Usar una botella reutilizable en vez de una de plástico



Separar la basura en su contenedor correspondiente



No usar bolsas de plástico en las compras



Plantar una semilla o cuidar una planta



Comer fruta local y de temporada



Desenchufar cargadores que no estés usando



No tirar basura al suelo, aunque sea pequeña



Cerrar bien puertas y ventanas para conservar la temperatura



Hablar con tu familia sobre cómo ahorrar energía



Pasar tiempo al aire libre sin pantallas



Apoyar comercios locales y sostenibles



Aprovechar la luz natural en vez de encender luces



Reciclar ropa o donarla en vez de tirarla



Usar papel por las dos caras



Reciclar ropa o donarla en vez de tirarla



No malgastar comida



Crear algo nuevo usando materiales reciclados



Compartir con tus amigos lo que has aprendido



AUTOEVALUACIÓN

Número total de retos completados: ___ / 21

- El reto que más me ha gustado ha sido:
- El reto más difícil para mí ha sido:
- A partir de ahora, me comprometo a:

