

REGALO GRANDE a la TIERRA

100 Actos de bondad hacia la Tierra



Nombre _____

¿Qué son actos de bondad hacia la Tierra? Son acciones de cortesía que mejoran la vida para otros seres vivientes en nuestro planeta. Muchos actos de bondad hacia la Tierra incluyen el uso consciente o el no uso de ciertas cosas. Mientras más cosas usamos, más le quitamos al medioambiente. Igualmente, muchas de las cosas que usamos y hacemos producen contaminación. Otros actos de bondad incluyen el aprender más sobre el medioambiente y el compartir lo que sabemos con otros.

Tu reto: completar 100 actos de bondad hacia la Tierra. Algunos actos tienen mayor valor pues llevan consigo efectos más duraderos. Cuando completes un "acto", colorea en la gráfica adjunta (colorea 6 cuadros por cada acto con un valor de 6). No te preocupes, no tienes que hacer todos los actos en la lista, y es permitido darte crédito varias veces por hacer el mismo acto más de una vez.

El color en esta tabla a medida que completa cada acto de bondad y devuélvala a su maestro cuando está lleno.

ACTOS DE BONDAD HACIA LA TIERRA	VALOR
Derrame de luz Apaga la luz cuando salgas de un cuarto No prendas la luz hasta que anochezca - utiliza la luz del sol Noche fuera de lo ordinario - pasa una noche con tu familia sin usar electricidad alguna	1 acts 1 acts 6 acts
Uso prudente del agua Cierra la llave del agua cuando te cepilles los dientes ¡Arregla goteos! Encuentra goteos en llaves o sanitarios en tu casa y convence a tus padres para que los arreglen Coloca una jarra de plástico en la regadera - llénala con agua antes de que se caliente y riega una planta en la casa con el agua que juntes	1 acts 10 acts 1 acts
La "carga fantasma" Desconecta aparatos eléctricos (teléfonos celulares, etc.) cuando no se estén utilizando Inactiva tu computadora si no la vas a usar por 20 minutos Ayuda a tus padres a instalar una extensión de corriente múltiple para conectar tu equipo electrónico (TV, DVD, etc.) que puedas apagar cada noche y cuando salgas de tu casa	1 acts 1 acts 10 acts
Lavadora de ropa Asegúrate que la lavadora esté llena antes de lavar Lava con agua fría en vez de tibia o caliente Seca la ropa en un tendedero o en un cordón afuera Usa una prenda de ropa más de una vez	1 acts 1 acts 4 acts 1 acts
Transporte Camina o usa tu bicicleta para ir a la escuela Pasa un fin de semana con tu familia sin utilizar el coche	6 acts 10 acts

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50
51	52	53	54	55
56	57	58	59	60
61	62	63	64	65
66	67	68	69	70
71	72	73	74	75
76	77	78	79	80
81	82	83	84	85
86	87	88	89	90
91	92	93	94	95
96	97	98	99	100

REGALO GRANDE a la TIERRA

100 Actos de bondad hacia la Tierra



ACTOS DE BONDAD HACIA LA TIERRA <i>seguido</i>	VALOR
<p>Reciclaje Regala o vende teléfonos celulares a greenphone.com Recicla 20 latas de aluminio Recicla 20 botellas de vidrio Recicla 1 bolsa de papel usado o un directorio telefónico usado</p>	<p>6 acts 1 acts 1 acts 1 acts</p>
<p>Reduce Si ya no utilizas el directorio telefónico, llama para cancelar el servicio Pídele a tus padres que te ayuden a programar la copiadora para que saque copias por los dos lados Saca un libro o una película de la biblioteca en vez de comprar nuevos Come comida vegetariana una noche que no incluya carne para nada persona</p>	<p>6 acts 4 acts 1 acts 2 acts/ person</p>
<p>Reutiliza Regala un artículo a una organización de caridad en vez de tirarlo Usa una botella de agua que puedas usar una y otra vez en vez de usar botellas desechables Se creativo y usa periódico, mapas, papel usado o tela vieja para envolver regalos Llena una caja con trozos de toallas o camisetas viejas y úsalas en vez de toallas de papel Lava contenedores de plástico (como los de la mayonesa) y utilízalos para guardar cosas</p>	<p>1 acts 6 acts 4 acts 8 acts 1 acts</p>
<p>Al aire libre Ayuda a tus padres a instalar un barril para juntar la lluvia que cae del techo Planta un arbusto que de flores que provea néctar para insectos y pájaros Planta una semilla de vegetal en una maceta adentro de la casa para transplantarla afuera en mayo Aprende todo sobre como hacer abonos y empieza un sistema de abono</p>	<p>10 acts 10 acts 6 acts 10 acts</p>
<p>Compra estratégicamente Compra la cantidad necesaria para una comida en el mercado rural Lleva tu propia bolsa cuando vayas al supermercado Lleva tu propio contenedor y llénalo de comida que venden a granel (como los frijoles sueltos) Compra un artículo hecho de material reciclado</p>	<p>4 acts 1 acts 1 acts 4 acts</p>
<p>Cuidado personal Pasa una media hora afuera--siéntate en silencio, tranquilo, sin moverte en un lugar pacífico; observa las cosas a tu alrededor utilizando varios de tus sentidos Haz ejercicio vigoroso por 20 minutos Planea una salida con un adulto que sea muy especial para ti y hagan algo juntos que los dos disfruten</p>	<p>2 acts 2 acts 4 acts</p>
<p>Aprende y comparte con otros Comparte con gente no de tu familia sobre los actos de bondad que haces por la Tierra Ve a caminar por un sendero o visita un centro de actividades en la naturaleza Lee un libro que hable de como cuidar la Tierra y comparte lo que aprendas</p>	<p>4 acts 6 acts 4 acts</p>