



COSAS QUE PUEDE HACER DESDE EL SOFÁ

- Ahorre electricidad enchufando los electrodomésticos en una regleta y desconectando por completo cuando no los utilice, incluso su ordenador.
- Deje de utilizar los estados de cuenta bancarios en papel y pague sus facturas en línea o a través del teléfono móvil.
- Comparta, no se limite a hacer clic en “me gusta”. Si ve una publicación interesante en las redes sociales sobre los derechos de la mujer o el cambio climático, compártela para que las personas de su red también la vean.
- ¡Hable alto y claro! Pida a las autoridades locales y nacionales que participen en iniciativas que no dañen a las personas ni al planeta. Antes de la Conferencia sobre el Cambio Climático de París, puede firmar esta [petición](#) para pedir a los líderes que lleguen a un acuerdo para reducir las emisiones de carbono.
- Apague las luces. La televisión y la pantalla del ordenador ya emiten una luminosidad cómoda, así que apague las otras luces si no las necesita.
- Investigue un poco por la red y compre solo en empresas que sepa que aplican prácticas sostenibles y no dañan el medio ambiente
- Denuncie el acoso en línea. Si observa acoso en un tablón de mensajes o en un espacio de tertulias, señale a su autor o autora.
- Manténgase informado. Siga nuestras noticias locales y esté al día sobre los objetivos mundiales en línea o en las redes sociales a través de [@GlobalGoalsUN](#).
- Cuéntenos lo que hace para lograr los objetivos mundiales utilizando la etiqueta [#globalgoals](#) en las redes sociales.
- ¡Compense sus emisiones de carbono! Ya puede calcular su huella de carbono y comprar crédito climático en [Climate Neutral Now](#) (solo disponible en inglés).

COSAS QUE PUEDE HACER DESDE SU CASA

- Recicle la basura de su hogar, organícese con un grupo de vecinos para acercarla a los puntos limpios.