AJUNTAMENT DE VALÈNCIA | capi casal València Sostenible

Consells per un

Nadal Sostenible



Decoració nadalenca

→ Si ja disposes de decoració nadalenca, no compres més. Reutilitza la que ja tens!

→ Si necessites renovar adorns nadalencs, crea els teus propis adorns utilitzant materials reciclats o naturals. **Una bona opció és apuntar-te a l'activitat "Crea els teus propis adorns nadalencs" que es realitzarà a l'Observatori del Canvi Climàtic el 29 de desembre de 2026!**

→ Recorda que la nit és el període de descans de tots els éssers vius, com menys llums i soroll millor. Desconnecta les decoracions, mitjançant l'ús d'un temporitzador quan vages a dormir.

→ Durant les hores de llum solar no té sentit la il·luminació en la decoració, millor que estiguen apagades. Pots fer servir un temporitzador.

Llar sostenible

→ Per a evitar que el fred entre en la teua llar i no s'escape la calor, aïlla correctament portes i finestres i, a la nit, baixa les persianes i corre les cortines. Això t'ajudarà a mantenir la calor acumulada durant el dia a l'interior del teu habitatge.

→ Per a estar a una temperatura agradable és suficient amb posar la calefacció a 18°C, però, millor encara, abriga't.

→ Si estaràs fora de casa durant diversos dies, recorda apagar el router per a evitar consumir electricitat.

Dinars nadalencs

→ Quan vages a la compra, no oblides portar la teua bossa de tela o carret i evita els productes que estiguen molt envasats.

→ Utilitza estovalles i tovallons de tela com també una vaixella reutilitzable. Així evitaràs generar residus i ho podràs utilitzar en els següents anys.

→ Planifica correctament els aliments que vages a comprar, fent una llista de la compra, i aposta per elaborar receptes usant productes de temporada i proximitat. Estaran boníssimes!

→ Per Nadal se solen generar molts excedents, pensa com utilitzar-los. Planifica receptes d'aprofitament: croquetes, empanades o caldos, i, no malgastes res!

→ Dona protagonisme a les verdures i llegums en els teus plats principals i redueix el consum de carn, ho agrairan la teua salut i el medi ambient.

→ Descongela els aliments dins de la nevera. Així s'aprofiten les baixes temperatures que desprén l'aliment i s'estalvia electricitat. Evita introduir el menjar al refrigerador mentre estiga molt calent, però recorda refrigerar-lo sempre abans de dos hores.

→ Cuina de manera eficient: l'olla exprés gasta menys que les cassoles i cuina els aliments més ràpid. Quan usem el forn és recomanable utilitzar més d'una safata i fer diversos menjars alhora. Evita obrir la porta quan no és necessari, perquè cada vegada que es fa es perd un 20% de calor acumulada. Si tens vitroceràmica a casa, usa la calor residual per a cuinar.

→ Aprofita les hores amb l'electricitat a preu més barat: Si tens una tarifa de llum amb discriminació horària (DHA), pots aprofitar les hores del període vall, en les quals l'energia és un 50% més barata, per a usar els electrodomèstics que més consumeixen: forn, rentadora, assecadora, rentavaixella... Posa'ls quan l'electricitat és més barata i estalviaràs.

→ Aposta per fer les teues compres als mercats municipals i comerços del barri. A més de trobar productes de gran qualitat i reduir l'impacte ambiental, donaràs més vida als teus carrers i compartirem l'esperit del Nadal.

Desplaçaments nadalencs

→ Si vas a fer viatges per a visitar als teus familiars per Nadal, planifica't i desplaça't preferiblement amb tren o en transport públic.

→ Per a acudir als sopars nadalencs, comparteix el cotxe amb altres familiars o amics, així reduiràs les emissions de gasos d'efecte d'hivernacle.

Regals nadalencs

→ En la teua carta al Pare Noel o per als Reis Mags, reflexiona el que vols demanar: ho necessites de veritat?

→ Rebutja comprar regals de plàstic i elèctrics que s'hagen fabricat en altres països i aposta per aquells fets de fusta i de proximitat. Són igual de divertits i molt més sostenibles!

→ Redissenya la manera d'embolicar els regals, substitueix el paper d'embolicar per les bosses reutilitzables.

→ Si no pots evitar fer regals electrònics, sí que pots...

- Evitar que porten piles, millor que siguen recarregables, i molt millor que funcionen amb energies renovables, com per exemple la solar.
- Comprar de segona mà, o amb garantia que continga materials reciclats.
- Demanar un kit d'eficiència energètica com a regal per a la teua llar.

→ Regala una xicoteta inversió en una planta fotovoltaica socialitzada (ex. 50€ en un micromecenatge).

→ Regala llibres sobre canvi climàtic. És una manera fantàstica de començar a parlar sobre canvi climàtic, d'educar i sensibilitzar.

Bon Nadal!



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA | cap i casal

València Sostenible