AJUNTAMENT DE VALÈNCIA | capi casal València Sostenible

Consejos para una

Navidad Sostenible



Decoración navideña

→ Si ya dispones de decoración navideña, no compras más. ¡Reutiliza la que ya tienes!

→ Si necesitas renovar adornos navideños, crea tus propios adornos utilizando materiales reciclados o naturales. **Una buena opción es apuntarte a la actividad "Crea tus propios adornos navideños" que se realizará en el Observatori del Canvi Climàtic el 29 de diciembre de 2026.**

→ Recuerda que la noche es el periodo de descanso de todos los seres vivos, cuantas menos luces y ruido, mejor. Desconecta las decoraciones, haciendo uso de un temporizador cuando te vayas a dormir.

→ Durante las horas de luz solar no tiene sentido la iluminación en la decoración, mejor que estén apagadas. Puedes usar un temporizador.

Hogar sostenible

→ Para evitar que el frío entre en tu hogar y no se escape el calor, aísla correctamente puertas y ventanas y, por la noche, baja las persianas y corre las cortinas. Esto te ayudará a mantener el calor acumulado durante el día en el interior de tu vivienda.

→ Para estar a una temperatura agradable, es suficiente con poner la calefacción a 18 °C, pero es mejor si te abrigas.

→ Si estarás fuera de casa durante varios días, recuerda apagar el router para evitar consumir electricidad.

Comidas navideñas

→ Cuando vayas a hacer la compra, no olvides llevar tu bolsa de tela o carrito y evita los productos que estén muy envasados.

→ Utiliza mantel y servilletas de tela como también una vajilla reutilizable. Así evitarás generar residuos y lo podrás utilizar en los siguientes años.

→ Planifica correctamente los alimentos que vayas a comprar, haz una lista de la compra y apuesta por elaborar recetas usando productos de temporada y proximidad. ¡Estarán buenísimas!

→ En Navidad se suelen generar muchos excedentes, piensa cómo utilizarlos. Planifica recetas de aprovechamiento: croquetas, empanadas o caldos, y no malgastes nada.

→ Da protagonismo a las verduras y legumbres en tus platos principales y reduce el consumo de carne, lo agradecerán tu salud y el medio ambiente.

→ Descongela los alimentos dentro de la nevera. Así se aprovecha las bajas temperaturas del alimento y se ahorra electricidad. Evita introducir la comida en la nevera mientras esté muy caliente, pero recuerda refrigerarla antes de dos horas.

→ Cocina de manera eficiente: la olla exprés gasta menos que las cazuelas y cocina los alimentos más rápido. Cuando usamos el horno es recomendable utilizar más de una bandeja y hacer varias comidas a la vez. Evita abrir la puerta cuando no es necesario, porque cada vez que se abre se pierde un 20% de calor acumulado. Si tienes vitrocerámica en casa, usa el calor residual para cocinar.

→ Aprovecha las horas con la electricidad a precio más barato: Si tienes una tarifa de luz con discriminación horaria (DHA), puedes aprovechar las horas del periodo valle, en las cuales la energía es un 50% más barata, para usar los electrodomésticos que más consumen: horno, lavadora, secadora, lavavajillas... Ponlos cuando la electricidad es más barata y ahorrarás.

→ Apuesta por hacer tus compras a los mercados municipales y comercios del barrio. Además de encontrar productos de gran calidad y reducir el impacto ambiental, darás más vida en tus calles y compartiremos el espíritu de la Navidad.

Desplazamientos navideños

→ Si vas a hacer viajes para visitar a tus familiares en Navidad, planifícate y desplázate preferiblemente en tren o en transporte público.

→ Para acudir a las cenas navideñas, comparte el coche con otros familiares o amigos, así reducirás las emisiones de gases de efecto invernadero.

Regalos navideños

→ En tu carta para Papá Noel o para los Reyes Magos, reflexiona sobre lo que quieres pedir: ¿realmente lo necesitas?

→ Rechaza comprar regalos de plástico y eléctricos que se hayan fabricado en otros países y apuesta por aquellos hechos de madera y de proximidad. Son igual de divertidos y mucho más sostenibles!

→ Rediseña la manera de envolver los regalos, sustituye el papel de envolver por las bolsas reutilizables.

→ Si no puedes evitar hacer regalos electrónicos, sí que puedes...
- Evitar que lleven pilas, mejor que sean recargables, y mucho mejor si funcionan con energías renovables, como por ejemplo la solar.
- Comprar de segunda mano, o con garantía que contenga materiales reciclados.
- Pedir un kit de eficiencia energética como regalo para tu hogar.

→ Regala una pequeña inversión en una planta fotovoltaica socializada (ej. 50€ en un micromecenazgo).

→ Regala libros sobre el cambio climático. Es una manera fantástica de empezar a hablar sobre el cambio climático, de educar y sensibilizar.

¡Feliz Navidad!



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA | capi casal
València Sostenible