

MIS 40 RETOS B-GLOCAL



TU NOMBRE: _____

FECHA INICIO: _____

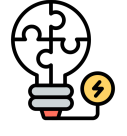
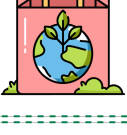
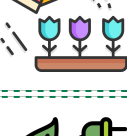
INSTRUCCIONES

Utiliza este documento para llevar un registro de los retos que has superado y complétalos todos con éxito.

- *Puedes descargar y guardar este documento en tu dispositivo. Podrás abrirlo y completarlo a medida que avances en los retos. Cada vez que realices un cambio, guárdalo para conservar tu progreso.*
- *También puedes descargarlo e imprimirlo y completarlo con un boli, pero eso no es muy ecológico, ¿verdad? 😊*
- *Elige los retos en cualquier orden y, al completarlos, añade la fecha.*
- *También puedes elegir un emoticono para mostrar cómo te sentiste al realizar el reto y si lo disfrutaste: 😊 (feliz), 😐 (regular) o 😞 (difícil).*
- *Cada diez retos completados, ¡date una recompensa!. Puede ser cualquier cosa, desde tomarte un tiempo para relajarte hasta dar un paseo por la playa o disfrutar de una buena lectura.*
- *Una vez que hayas completado todos los retos, te animamos a que compartas tu logro en las redes sociales con el hashtag **#BGLOCAL_retosuperado***

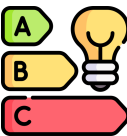


¡ADELANTE, COMIENZA TU RETO DE LOS 40 DÍAS!

Nº	RETO	TÍTULO	Nivel	Fecha logro	Cómo me sentí
1		Eco-Cuestionario	★		  
2		La carrera del reciclaje	★★		  
3		Puzzle de la eficiencia energética	★		  
4		Calcula tu huella de carbono	★★		  
5		Tu huella positiva	★		  
6		Compras sostenibles	★		  
7		Match de energías renovables	★		  
8		Crucigrama climático	★★★		  
9		Aventura de jardinería ecológica	★★		  
10		Búsqueda de transporte ecológico	★★		  

Nº	RETO	TÍTULO	Nivel	Fecha logro	Cómo me sentí
11		Duchas más cortas durante una semana	★		😊 😐 😞
12		Cambia a bombillas de bajo consumo	★		😊 😐 😞
13		Planta un árbol	★		😊 😐 😞
14		Lunes sin carne	★★		😊 😐 😞
15		¡Pon en marcha tu contenedor de compostaje!	★		😊 😐 😞
16		Auditoría energética del hogar	★★		😊 😐 😞
17		Adiós a los plásticos de un solo uso	★★		😊 😐 😞
18		Desafío del reciclaje o upcycling	★★		😊 😐 😞
19		Voluntariado verde	★		😊 😐 😞
20		¡Conecta las acciones para defender el cambio climático!	★		😊 😐 😞

Nº	RETO	TÍTULO	Nivel	Fecha logro	Cómo me sentí
21		Reto de la moda sostenible	★ ★		😊 😐 😞
22		Reto de la limpieza ecológica	★ ★		😊 😐 😞
23		Reto de los productos locales	★		😊 😐 😞
24		Comprométete con un mes sin plásticos	★ ★ ★		😊 😐 😞
25		Match-up de políticas de la Unión Europea	★ ★ ★		😊 😐 😞
26		Actividades locales sobre el cambio climático	★ ★		😊 😐 😞
27		Combatir las noticias falsas	★ ★		😊 😐 😞
28		¿Cuánto tardan los residuos en degradarse?	★		😊 😐 😞
29		El impacto de los residuos	★		😊 😐 😞
30		Prácticas de ahorro de agua	★ ★		😊 😐 😞

Nº	RETO	TÍTULO	Nivel	Fecha logro	Cómo me sentí
31		De la granja a la mesa	★ ★ ★		😊 😐 😞
32		Día de la Dieta Sostenible	★		😊 😐 😞
33		Reducir el desperdicio de alimentos	★ ★		😊 😐 😞
34		Línea de tiempo de la innovación	★ ★ ★		😊 😐 😞
35		Descubre las claves de una vivienda eficiente	★ ★		😊 😐 😞
36		Domina el arte de la xerojardinería	★ ★		😊 😐 😞
37		¡Actuemos contra el cambio climático!	★ ★		😊 😐 😞
38		Haz las maletas para un viaje sostenible	★ ★		😊 😐 😞
39		Las 6 erres de la sostenibilidad	★ ★		😊 😐 😞
40		1-Semana de reducción de agua	★ ★		😊 😐 😞