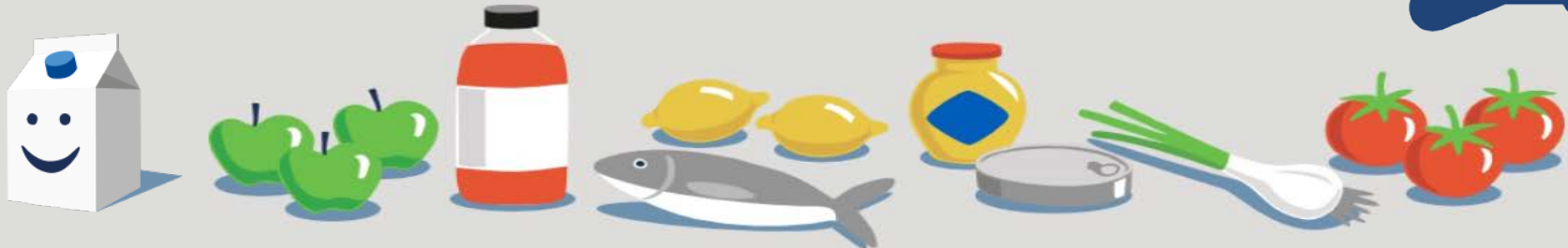


¿Cuánto desperdicio en mi casa?

# yo no desperdicio

yo comparto

- ① Incluso el viaje más largo comienza con el primer paso: ser consciente del problema.
- ② Te proponemos que anotes cuánta comida tiras a la basura durante una semana
- ③ A partir de esos datos podemos plantear un reto
- ④ ¿Qué ideas se te ocurren para reducir a la mitad el desperdicio en tu casa?



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*

*Lunes*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



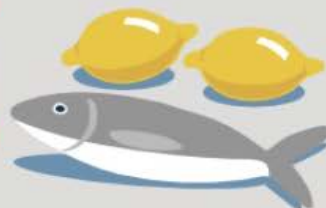
*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.



 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*

*Martes*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

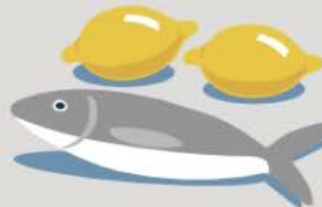


*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.

 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*  
*Miércoles*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



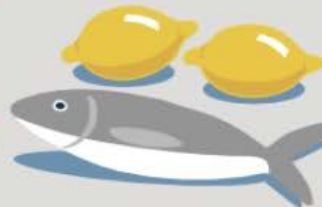
*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.



 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*

*Jueves*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

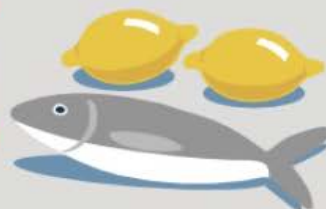


*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.

 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*  
*Viernes*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



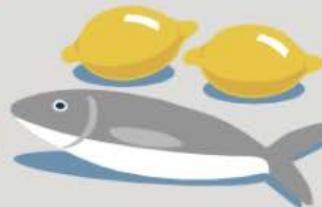
*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.



 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*  
*Sábado*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

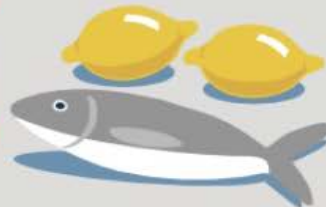


*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.

 N° de personas en casa:



¿Cuánto desperdicio en mi casa?

*yo no desperdicio*  
*yo comparto*

*Lista de desperdicios*  
*Domingo*



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



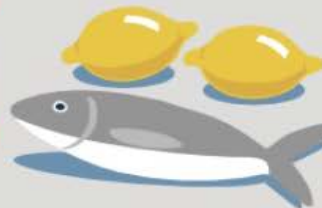
*Anota aquí qué alimentos tiras y la cantidad (aproximada)*

¿Por qué va a la basura?

- Caducado \_\_\_\_\_ grs.
- Olvidado en la nevera/despensa \_\_\_\_\_ grs.
- Restos de plato \_\_\_\_\_ grs.
- Sobras no aprovechadas \_\_\_\_\_ grs.
- Mal conservado / envase roto \_\_\_\_\_ grs.



 N° de personas en casa:





## ¿Cuánto desperdicio en mi casa?

# yo no desperdicio

yo comparto



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
CANTIDAD TOTAL EN UNA SEMANA:						

- 1 Suma las cantidades de toda la semana.
- 2 Mira qué alimentos se desperdician más y cuál es el principal motivo
- 3 Pon en marcha diferentes acciones para reducir el desperdicio (al menos un 50%)
- 4 Repite la medición unos meses más tarde. Seguro que lo habéis conseguido.

