



# Cuestionario: ¿Cuál es tu huella ecológica?

¿Cuántos planetas necesitamos si todo el mundo vive como tú?

¿Cuándo es tu Día del Sobregiro Ecológico personal?

### COMIDA

## ¿Con qué frecuencia consumes productos de origen animal?

(ternera, cerdo, pollo, pescado, huevos, productos lácteos)

- ☐ **NUNCA:** vegano/a
- ☐ **CASI NUNCA:** vegetariano/a - huevos/lácteos, sin carne
- ☐ **OCASIONALMENTE:** me gustan mucho las verduras - de vez en cuando carne, huevos/lácteos
- ☐ **CON FRECUENCIA:** carne/verduras equilibradas - carne un par de veces a la semana, huevos/lácteos casi a diario
- ☐ **MUY A MENUDO:** carne a diario

## ¿Cuántos de los alimentos que consumes no están procesados, no están envasados o son de producción local?

(a menos de 320 kilómetros)

NINGUNO

\_\_\_\_ %

TODOS

### VIVIENDA

## ¿Qué tipo de vivienda describe mejor la tuya?

- ☐ Independiente, sin agua corriente
- ☐ Independiente, con agua corriente
- ☐ Propiedad de lujo
- ☐ Dúplex, casa adosada o edificio con 2-4 viviendas
- ☐ Edificio de varias plantas de apartamentos



# Cuestionario: ¿Cuál es tu huella ecológica?

¿Cuántos planetas necesitamos si todo el mundo vive como tú?

¿Cuándo es tu Día del Sobregiro Ecológico personal?

## ¿Con qué material está construida tu casa?

- ☐ Paja / bambú
- ☐ Ladrillo / hormigón
- ☐ Arcilla / otros
- ☐ Madera
- ☐ Acero / otros

## ¿Cuántas personas viven en tu casa?

## ¿Cuál es el tamaño de tu casa?

- ☐ MINÚSCULA  
5 m<sup>2</sup> - 12 m<sup>2</sup>
- ☐ PEQUEÑA  
17 m<sup>2</sup> - 45 m<sup>2</sup>
- ☐ MEDIANA  
50 m<sup>2</sup> - 136 m<sup>2</sup>
- ☐ GRANDE  
141 m<sup>2</sup> - 467 m<sup>2</sup>
- ☐ ENORME  
472 m<sup>2</sup> - 1394 m<sup>2</sup>

## ¿Tienes electricidad en casa?

- ☐ SÍ
- ☐ NO

## ¿Cuál es la eficiencia energética de tu casa?

- ☐ **MUY INEFICIENTE** (mal aislamiento, pocas lámparas LED, sistemas de calefacción/refrigeración de uso frecuente)
- ☐ **POR DEBAJO DE LA MEDIA** (iluminación ineficiente, electrodomésticos estándar)
- ☐ **MEDIA** (electrodomésticos modernos, climatización)
- ☐ **POR ENCIMA DE LA MEDIA** (bien aislada, iluminación y electrodomésticos eficientes, uso cuidadoso)
- ☐ **DISEÑO CENTRADO EN LA EFICIENCIA** (calefacción/refrigeración pasivas, control avanzado de la temperatura y ventilación, bajo consumo eléctrico)



## Cuestionario: ¿Cuál es tu huella ecológica?

¿Cuántos planetas necesitamos si todo el mundo vive como tú?

¿Cuándo es tu Día del Sobregiro Ecológico personal?

**¿Qué porcentaje de la electricidad de tu casa procede de fuentes renovables?**

Bajo  % Alto

**En comparación con tus vecinos/as, ¿cuánta basura generas?**

☐ MUCHA MENOS ☐ MENOS ☐ IGUAL ☐ MÁS ☐ MUCHA MÁS

### TRANSPORTE

**¿Qué distancia recorres en coche o moto cada semana?**



km



km

**¿Cuál es el consumo medio de los vehículos que utilizas más a menudo?**



**INEFICIENTE**  
24 litros / 100 kms

l / 100 kms

**EFICIENTE O ELÉCTRICO**  
2 litros / 100 kms



**INEFICIENTE**  
9 litros / 100 kms

l / 100 kms

**EFICIENTE O ELÉCTRICO**  
2 litros / 100 kms



## Cuestionario: ¿Cuál es tu huella ecológica?

¿Cuántos planetas necesitamos si todo el mundo vive como tú?

¿Cuándo es tu Día del Sobregiro Ecológico personal?

**Cuando viajas en coche, ¿con qué frecuencia compartes vehículo?**

- ☐ NUNCA 0 % - 20 %    ☐ POCAS VECES 21 % - 40 %    ☒ OCASIONALMENTE 41 % - 60 %    ☐ A MENUDO 61 % - 80 %    ☐ SIEMPRE 81 % - 100 %

**¿Qué distancia recorres semanalmente en transporte público?**

0 kms **NO MUY LEJOS**  kms **MUY LEJOS** 800 kms

**¿Cuántas horas vuelas al año?**

0 horas **NADA**  horas **MUCHAS** 200 horas