NETWORKS

Cén chaoi ar féidir a bheith níos feasaí ar an aeráid le ESB Networks?

Do ról maidir le gníomhú ar son na haeráide

A bhfuil anseo...

Coincheap na hInbhuanaitheachta	2
Cén fáth ar scríobh muid an doiciméad seo?	3
Úsáid Acmhainní agus an Geilleagar Ciorclach	4
Cad is Athrú Aeráide ann agus conas a théann sé i bhfeidhm orainn?	6
Cearta an Duine	8
Faigh tuilleadh eolais faoi chuid de thionchair an Athraithe Aeráide agus cad is féidir leat a dhéanamh faoi.	10
An Dúlra agus an Bhithéagsúlacht	12
Bia	14
Taisteal	16
Dramhaíl	18
Uisce	21
Déan Timthriall an Uisce a Tharraingt	22
Am don tseiceáil isteach foghlama	23
Dear sonóg ESB Networks nua ar pháipéar	24

Coincheap na hInbhuanaitheachta

Braitheann an saol ar fad ar domhan ar an gcomhshaol. I measc na n-acmhainní nádúrtha a thagann ón gcomhshaol tá bia, uisce, plandaí, agus mianraí. Is í an inbhuanaitheacht an smaoineamh go gcaithfidh daoine idirghníomhú leis an gcomhshaol ar bhealach a chinntíonn go mbeidh go leor acmhainní fágtha do na glúnta atá le teacht inár ndiaidh, na daoine, na hainmhithe agus na plandaí go léir.

Éiceachóras

Is éard is éiceachóras ann ná pobal orgánach agus a dtimpeallacht, lena n-áirítear rudaí neamhbheo. Is féidir le héiceachórais a bheith chomh beag le do ghairdín, nó chomh mór le haigéan agus tá riachtanais shonracha ríthábhachtacha ag gach orgánach amhail bia, uisce agus aer d'fhonn maireachtáil. Is cuid d'éiceachóras an domhain é an duine.

Lorg Carbóin

Is ionann do lorg carbóin agus an méid na dé-ocsaíde carbóin a scaoiltear san aer mar gheall ar an úsáid a bhaineann tú féin as fuinneamh, amhail iompar, leictreachas agus bia. Déanann do chuid roghanna difríocht – mar sin múch na soilse agus an teilifís nuair a fhágann tú an seomra chun do lorg carbóin a laghdú!

Iarmhairt Cheaptha Teasa

Is próiseas é seo a tharlaíonn nuair a ghabhann gáis in atmaisféar an Domhain teas na gréine. Déanann sé sin cinnte go bhfuil an Domhan ina áit ináitrithe chun cónaí ann mar téann sé dromchla an Domhain agus an t-aer os a chionn.

Cén fáth ar scríobh muid an doiciméad seo?

Tá an t-athrú aeráide ag cur isteach ar gach duine agus ar gach speiceas eile (idir phlandaí agus ainmhithe) ar an bpláinéad seo, tá an t-athrú aeráide ag tarlú mar gheall ar ghníomhaíocht an duine. Is muidne freisin is fearr atá in ann rud éigin a dhéanamh faoi. Is féidir linn go léir páirt a imirt agus cabhrú chun cur ina luí orthu siúd mórthimpeall orainn, cairde agus teaghlaigh, gníomhú freisin.

Céard é ESB Networks agus cén fáth ar cás linn an t-athrú aeráide?

Is é ESB Networks an t-oibreoir córais dáileacháin leictreachais (DSO) in Éirinn. Oibrímid chun freastal ar riachtanais na gcustaiméirí leictreachais go léir in Éirinn, beag beann ar an soláthraí atá acu, agus iad a nascadh leis an saol glan leictreach atá ar na bacáin. Creidimid gurb é leictreachas glan in-athnuaite an rogha is fearr atá againn, chun cabhrú le dul i ngleic leis an athrú aeráide. Cónaímid agus oibrímid i ngach pobal timpeall na hÉireann, agus mar sin is mór an ní é seo dúinn go léir. Bí ag faire amach dár veaineanna buí atá le feiceáil ar fud na tíre!

Gníomhaíocht 1

Beir leat do phionsail dathadóireachta agus criáin agus dathaigh an leathanach seo

Úsáid Acmhainní agus an Geilleagar Ciorclach

Cad is acmhainní ann?

Is rudaí iad acmhainní a úsáidimid gach lá – cosúil le huisce, crainn, miotail, agus breosla. Ní mór dúinn iad chun éadaí, bréagáin, bia, agus fiú leictreachas a dhéanamh! Tá dhá chineál acmhainní ann:

- **Acmhainní in-athnuaite**: Is féidir iad seo a fhás arís nó a athsholáthar, cosúil le crainn agus fuinneamh gaoithe.
- **Acmhainní neamh-inathnuaite**: Is féidir iad sin a ídiú, cosúil le hola, gual, agus miotail.

Cén fáth ar gá dúinn iad a úsáid go ciallmhar?

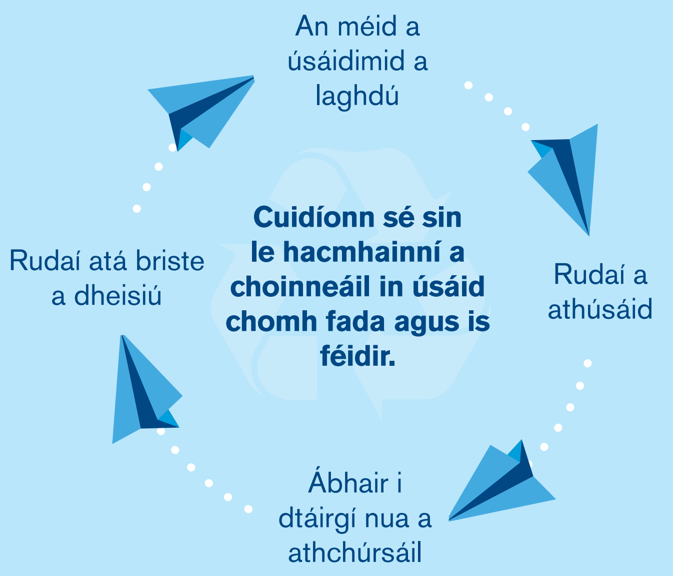
Má chuirimid acmhainní amú, is féidir leis an Domhan rith amach as rudaí tábhachtacha. Má bhainimid an iomarca úsáide astu ciallaíonn sé go mbeidh:

- **Níos mó truaillithe ann**
- **Níos mó bruscair ann**
- **Níos lú ann d'ainmhithe agus do phlandaí**

Sin an fáth go gcaithfimid dramhaíl a laghdú agus a bhfuil againn a athúsáid.

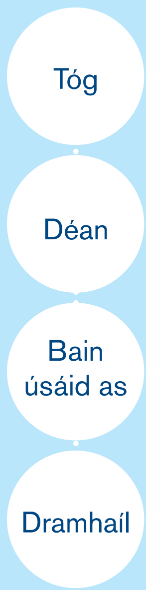
Cad is Geilleagar Ciorclach ann?

Samhlaigh ciorcal nach gcríochnaíonn riamh! I ngeilleagar ciorclach, in ionad rudaí a chaitheamh ar shiúl, déanaimid:



Cén fáth go bhfuil sé níos fearr ná Geilleagar Líneach?

Geilleagar Líneach:



Geilleagar Ciorclach:

Ciallaíonn geilleagar ciorclach go mbeidh níos lú bruscair ann, níos lú truaillithe ann, agus go mbeidh pláinéad níos sláintiúla againn.

Gníomhaíochtaí agus Spraoi

Gníomhaíocht 2: Bleachtaire Ciorclach

Féach timpeall do thí nó do sheomra ranga agus aimsigh:

1. Rud is féidir leat a **athúsáid** (cosúil le próca le haghaidh pinn luaidhe)
2. Rud is féidir leat a **dheisiú** (cosúil le bréagán briste)
3. Rud is féidir leat a **athchúrsáil** (cosúil le buidéal plaisteach)

Tarraing sna boscaí thíos iad agus scríobh abairt amháin faoi cad a dhéanfaidh tú!

athúsáid

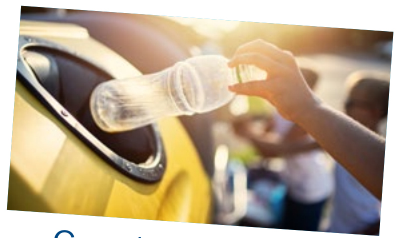
dheisiú

athchúrsáil

Samplaí ón bhFíorshaol

Rothar a dheisiú in ionad ceann nua a cheannach

Buidéal uisce in-athlíonta a úsáid



Cannaí agus páipéar a athchúrsáil

Fíric Fhánach: Is féidir le hathchúrsáil a dhéanamh ar channa alúmanaim amháin go leor fuinnimh a shábháil chun teilifís a chumhachtú ar feadh 3 huaire an chloig!

Cad is Athrú Aeráide ann agus conas a théann sé i bhfeidhm orainn?

Féach ar an bhfíseán seo chun tuiscint níos fearr a fháil ar Iarmhairt Ceaptha Teasa!

Cad is cúis leis an Athrú Aeráide

Bíonn aeráid an Domhain de shíor ag athrú idir tréimhsí fada teasa, ar nós na tréimhse ina bhfuilimid ag maireachtáil anois, agus tréimhsí fada fuara, ar a dtugtar Oighearaoiseanna. Tá gníomhaíochtaí daonna ag cur isteach ar an gcóras nádúrtha sin faoi láthair. Tá an Domhan ag éirí níos teo toisc go bhfuil daoine ag scaoileadh gáis ceaptha teasa isteach san atmaisféar, go príomha trí bhreoslaí iontaise a dhó. Tugtar gáis cheaptha teasa ar na gáis sin. Tá gníomhaíocht an duine ag scaoileadh níos mó gás ceaptha teasa isteach san atmaisféar ná mar a tharlódh go nádúrtha. Tuairiscíonn an Painéal Idir-Rialtasach ar an Athrú Aeráide go dtagann os cionn 80% d'ídiú fuinnimh domhanda fós ó bhreoslaí iontaise amhail gual, ola agus gás.

Mark Phelan

Éifeachtaí an Athraithe Aeráide

Mar thoradh ar an Athrú Aeráide de bharr leibhéil ardaithe gás ceaptha teasa san atmaisféar tá teocht an aeir agus an aigéin ag ardú, tá triomaigh níos déine ann, tá na hoighearchaidhpeanna ag leá, tá leibhéil na bhfarraigí ag ardú, tá an bháisteach ag méadú agus níos mó tuilte ann.

Níl go leor daoine, plandaí agus ainmhithe in ann dul i ngleic leis na hathruithe atá ag tarlú chomh tapa sin. Is iad dé-ocsaíd charbóin, meatán agus ocsaíd nítriúil na príomhgháis cheaptha teasa. Is é dé-ocsaíd charbóin (CO_2) an gás ceaptha teasa is mó a labhraítear faoi mar go dtáirgtear níos mó de ná aon ghás ceaptha teasa eile. Tá meatán agus ocsaíd nítriúil an-chontúirteach freisin, áfach, agus iad ag gaistiú níos mó teasa san atmaisféar i gcomparáid leis an méid céanna dé-ocsaíde carbóin.

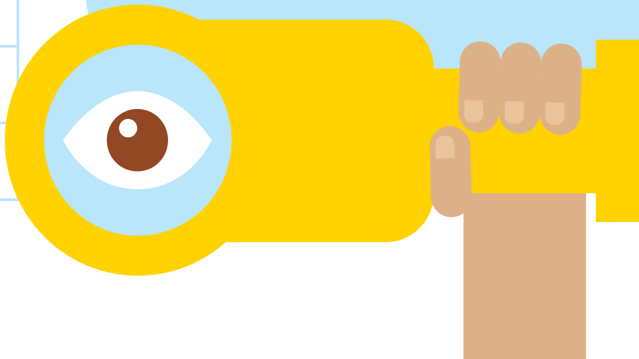
Gníomhaíocht 3

L	E	I	C	T	R	E	A	C	H	A	S	R	P
A	**I**	A	T	H	C	H	Ú	R	S	Á	I	L	L
G	Í	**N**	C	O	M	H	S	H	A	O	L	C	M
H	Ú	C	**B**	L	O	R	G	B	R	H	T	R	N
D	G	Á	S	**H**	T	R	U	A	I	L	L	I	Ú
A	C	D	Á	Í	**U**	I	S	C	E	Ó	C	D	Ó
I	B	R	Ó	D	F	**A**	I	M	S	I	R	F	S
G	A	T	H	R	Ú	P	**N**	G	A	O	T	H	F
H	L	F	D	C	C	T	T	**A**	E	R	Á	I	D
Á	P	S	A	T	H	Ú	S	Á	**I**	D	R	P	H
C	U	M	H	A	C	H	T	C	C	**T**	A	F	Í
A	M	S	I	R	C	A	R	B	O	N	**H**	L	É
C	E	A	P	T	H	A	T	E	A	S	A	**E**	G
p	L	A	I	S	T	E	A	C	H	É	R	A	G

Cuardach Focal faoin Inbhuanaitheacht

Inbhuanaithe
Uisce
Aeráid
Dramhaíl
Leictreachas
Comhshaol
Gaoth
Plaisteach
Cumhacht
Carbón

Truailliú
Ceaptha Teasa
Laghdaigh
Athúsáid
Athchúrsáil
Aimsir
Gás
Lorg
Athrú



Cearta an Duine

United Nations

Tá Cearta an Duine lárnach don inbhuanaitheacht toisc go bhfuil timpeallacht shábháilte, ghlan, shláintiúil agus inbhuanaithe riachtanach chun leas iomlán a bhaint as cearta bunúsacha an duine amhail beatha, sláinte, bia agus uisce.

Cad is cearta an Duine ann

Is rialacha tábhachtacha iad Cearta Daonna chun a chinntiú go gcaitear go cóir agus go cineálta le gach duine ar domhan. Seo roinnt samplaí de chearta an duine:

- An ceart chun a bheith Sábháilte
- An Ceart chun a bheith Sláintiúil
- An Ceart chun bheith Comhionann
- An ceart chun Teaghlach a bheith acu

Díreach mar a bhíonn rialacha agat do do theach nó do do scoil is iad sin na rialacha don phláinéad ar fad. Baineann na cearta daonna seo le gach aon duine ar domhan, is cuma cé hiad féin nó cá bhfuil cónaí orthu. Cabhraíonn siad lenár saol a dhéanamh níos cineálta agus ina áit níos fearr inar féidir linn go léir maireachtáil go sona sásta agus go sábháilte.

Stair Chearta an Duine

Ar an 10ú Nollaig 1948 ghlac na Náisiún Aontaithe Dearbhú Uilechoiteann Chearta an Duine. Leagtar amach sa doiciméad sin na bunchearta daonna do gach duine ar domhan. Tá Éire ina ball de na Náisiúin Aontaithe agus táthar ag súil go mbeidh meas ag gach ball de na Náisiúin Aontaithe ar na bunchearta daonna sin.

Gníomhaíocht 4

Gníomhaíochtaí maidir leis an Athrú Aeráide

Críochnaigh na gníomhaíochtaí spraíúla seo chun tuiscint níos fearr a fháil ar an athrú aeráide. Glac grianghraif de na torthaí nó tarraing pictiúr dóibh.

Cad a bheidh ag teastáil uait:

Uisce ✓
Teirmiméadar x2 ✓
Próca gloine ✓
Marla nó bréagáin d'ainmhithe beaga ✓
Coimeádán le taobh íseal ✓

Tá an téamh domhanda ina phríomhchuid den athrú aeráide, agus is iarmhairt ceaptha teasa mhéadaithe is cúis leis i bpáirt. Taispeánann gníomhaíochtaí athraithe aeráide cosúil leis an gceann seo dúinn cad is brí leis an téarma sin. Cuir dhá theirmiméadar taobh le taobh in áit ghrianmhar. Cuir ceann amháin taobh istigh de phróca gloine clúdaithe agus fág an ceann eile taobh amuigh. Breathnaigh ar na teochtaí tar éis thart ar 20 nóiméad chun a fháil amach cé acu atá níos airde.

Cruthaigh béar bán ó mharla

1. Líon coimeádán le 3 cheintiméadar uisce agus reoigh an t-uisce.
2. Bris an t-oighear agus cuir béar bán ar phíosaí oighir.
3. Cuir an coimeádán ar leac na fuinneoige i solas na gréine. Nuair a thosaíonn an t-oighear ag leá bíonn níos lú spáis ag na béir bhána le seasamh air. Is é seo a tharlaíonn do na béir bhána san fhiántas nuair a mhéadaíonn na teochtaí.
4. Cuir teirmiméadar san uisce. Cad a tharlaíonn don teocht? De réir mar a leánn an t-oighear bíonn an t-uisce ag téamh agus beireann sé ar theas na Gréine.

Faigh tuilleadh eolais faoi chuid de thionchair an Athraithe Aeráide agus cad is féidir leat a dhéanamh faoi.

- Sa Bhaile
- Taisteal
- Bia
- Dúlra
- Uisce
- Dramhaíl

Conas is féidir linn a bheith níos inbhuanaithe sa bhaile?

Cad é?

- Is é an baile an áit ina bhfuil cónaí orainn agus a roinneann muid lenár bpobail. Is sa teach atá ár saol laethúil. Tá gach topaic sa leabhar oibre seo ceangailte isteach leis an teach. Taistealaímid ón mbaile, tá dramhaíl, bia agus uisce sa bhaile, tá an dúlra thart orainn ar fad sa bhaile.
- Téitear formhór na dtithe in Éirinn le gás nó le hola agus bíonn carranna peitril nó díosail acu. Is féidir leictreachas inár dtithe a chruthú trí bhreoslaí iontaise nó trí fhuinneamh in-athnuaite amhail fuinneamh gaoithe, gréine agus aigéin.

Cén tionchar atá aige ar an athrú aeráide / cén tionchar atá ag an athrú aeráide air?

- Dónn daoine breoslaí iontaise chun gluaisteáin agus meaisíní eile a chumhachtú, chun leictreachas a ghiniúint, agus chun foirgnimh a choinneáil te. Scaoiltear gáis dramhaíola, lena n-áirítear dé-ocsaíd charbóin.
- De réir mar a mhéadaíonn daonra an duine, úsáidtear níos mó breosla, agus scaoiltear níos mó dé-ocsaíde carbóin. Déanann go leor againn earraí ar nós éadaí, bia, uisce agus teicneolaíocht a ró-úsáid. Ciallaíonn sé sin go gceannaímid/go n-úsáidimid níos mó ná mar a theastaíonn uainn. Is féidir rudaí nach dteastaíonn uainn a bheith curtha amú, dul chuig líonadh talún agus níos mó gás ceaptha teasa a chruthú.

Cad is féidir leat a dhéanamh?

- Ag tosú le hInsliú ár dtithe, cabhraíonn sé sin lenár dtithe a choinneáil te sa gheimhreadh agus níos fuaire i rith an tsamhraidh. Sábhálann múchadh na soilse nuair nach dteastaíonn siad uainn leictreachas. Ceannaigh níos lú táirgí agus bí cinnte go n-íoslaghdaíonn na táirgí a cheannaíonn tú tionchair an athraithe aeráide.
- Foghlaim conas poill a mend in éadaí in ionad cinn nua a cheannach. Faigh buidéal uisce in-athúsáidte in ionad buidéil phlaisteacha a úsáid. Má chaitheann tú go leor airgid sa bhaile chun do theach a choinneáil te, labhair le do thuismitheoirí / do theaghlach faoi do theach a insliú chun cabhrú leis an teas a choinneáil isteach agus an fuacht a choinneáil amach.

Gníomhaíocht 5

Am Scéalaíochta

Má tá teacht agat ar an leabhar nó ar leagan scannáin de "The Lorax ", léigh é nó féach air chun iniúchadh a dhéanamh ar an gcaoi a dtéann an dúlra i bhfeidhm ar an teach.

Gníomhaíocht 6

Lá múchta na Soilse

Le tuismitheoir nó caomhnóir aimsigh do mhéadar leictreachais sa bhaile agus léigh na huimhreacha atá ar an diail nó ar an taispeáint digiteach agus scríobh síos iad. Léigh arís iad ag an am céanna an lá dár gcionn. Cé mhéad a d'úsáid do theach in aghaidh an lae? An bhfuil a fhios agat cad a d'ídigh an leictreachas? Déan é a phlé sa bhaile.

An Dúlra / An Bhithéagsúlacht

Clarissa Nardone

Cad é féin?

An Bhithéagsúlacht
Is fusa brí na 'Bithéagsúlachta' a thuiscint nuair a thuigimid míreanna an fhocail; tagraíonn "Bith" don bheatha agus 'rudaí beo' agus ciallaíonn "Éagsúlacht" go díreach: raon, réimse nó éagsúlacht. Tagraíonn an focal d'ilchineálacht agus d'éagsúlacht ollmhór an tsaoil atá thart orainn ar fad. Dá mhéad éagsúlacht a bhaineann leis na rudaí beo atá againn, is amhlaidh is fearr! Tá an comhshaol níos láidre, níos sláintiúla agus níos athléimní nuair atá go leor cineálacha éagsúla plandaí agus ainmhithe ina gcónaí ann.

Cad is féidir leat a dhéanamh?

- Má tá do ghairdín beag nó mura bhfuil gairdín agat, cruthaigh boscaí fuinneoige chun bláthanna a phlandáil.
- Cuidíonn feithidí pailniúcháin le go leor dár mbianna fás. Plandáil meascán de bhláthanna dúchasacha a fhásann i séasúir éagsúla chun an séasúr pailine a leathnú.
- Seachain lotnaidicídí.
- Cuir folcadh éan i do ghairdín.
- Tóg teach d'fheithidí.
- Ná gear d'fhéar chomh minic céanna chun ligean do bláthanna fiáine fás.

Caitlin Boylan

Kate Dowling

Cén tionchar atá aici ar an athrú aeráide?

Leis an mbithéagsúlacht tugtar dúinn an t-aer a análaimid, cuirtear bia, leigheas, breosla, ábhair, pailniú agus rialú nádúrtha lotnaidí ar fáil dúinn léi, agus cosnaíonn sí sinn ó chreimeadh ithreach agus tuilte freisin.

Tá an t-athrú aeráide ag cur isteach ar ghnáthóga nádúrtha speiceas agus á mbrú i dtreo a ndíothaithe.

Nuair a théann creachadóirí in éag, d'fhéadfadh fás fadhbanna daonra a bheith mar thoradh air i speicis chreiche áirithe.

Conas teach d'fheithidí a dhéanamh:

Gníomhaíochtaí Siúlóidí faoin Dúlra

Gníomhaíocht 7

Téigh go dtí an paiste féir is gaire duit agus seiceáil cad iad na feithidí agus na créatúir eile is féidir leat teacht orthu. Seiceáil cad iad na bláthanna atá ag fás i do ghairdín.

Déan iarracht na héin a thugann cuairt ar do ghairdín a aithint.
Féach an féidir leat iad a fheiceáil anseo;
Liosta Éin na hÉireann - BirdWatch Ireland.

Liostaigh an oiread éan agus is féidir leat ón liosta a chonaic tú i do ghairdín nó i do cheantar áitiúil.

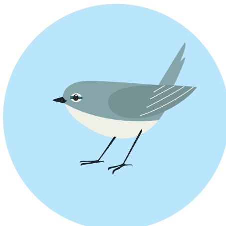
Bí ag breathnú agus le héisteacht amach le haghaidh...

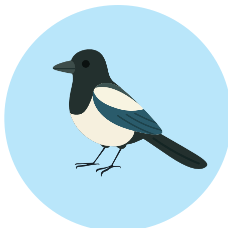
Meantán Mór

"Teacher-Teacher-Teacher"

Tiuf-Teaf

"Chiff-Chaff-Chiff-Chiff"



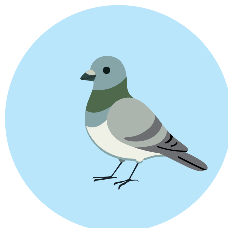


Snag Breac

"Ker-chock-Ker-chock"

Colm Coille

"Take two cows, Teddy"



Meantán Gorm

"Tsee-tsee-chu-chu-chu"

Bia

Cad é?

Is é bia an t-ábhar a theastaíonn ó phlandaí, ainmhithe agus daoine chun maireachtáil. Coinníonn bia maith muid sláintiúil, cabhraíonn sé linn fás agus tugann sé fuinneamh dúinn le haghaidh gníomhaíochtaí.

An Biashlabhra

Is éard is biashlabhra ann ná an t-ord a mbraitheann nithe beo ar a chéile le haghaidh bia.

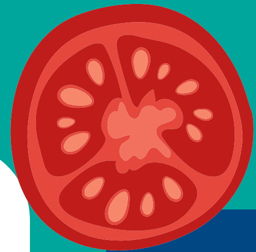
Cén tionchar atá aige ar an athrú aeráide/Cén tionchar atá ag an athrú aeráide air?

Fásfar níos lú cineálacha torthaí agus glasraí mar go mbeidh solas na gréine róláidir i gceantair áirithe chun bianna áirithe a fhás. Féadfaidh falscaithe agus dífhoraoisiú tionchar a imirt ar oiriúnacht talún chun bia a fhás agus ar éagsúlacht na mbianna atá ar fáil.

Seacláid
Faightear leath de tháirgeadh seacláide an domhain ó thíortha Iarthar na hAfraice inar féidir le teochtaí atá ag ardú a bheith ina gcúis le teip na mbarr.

Cad is féidir leat a dhéanamh?

Ceannaigh bianna a fhaightear go háitiúil chun na hastaíochtaí carbóin a bhaineann leis an iompar ó i bhfad i gcéin a laghdú. Ná ceannaigh ach bianna a íosfaidh tú ionas nach dtéann aon bhia chun dramhaíola.



Na bianna is fearr leis an bpláinéad a shábháil!

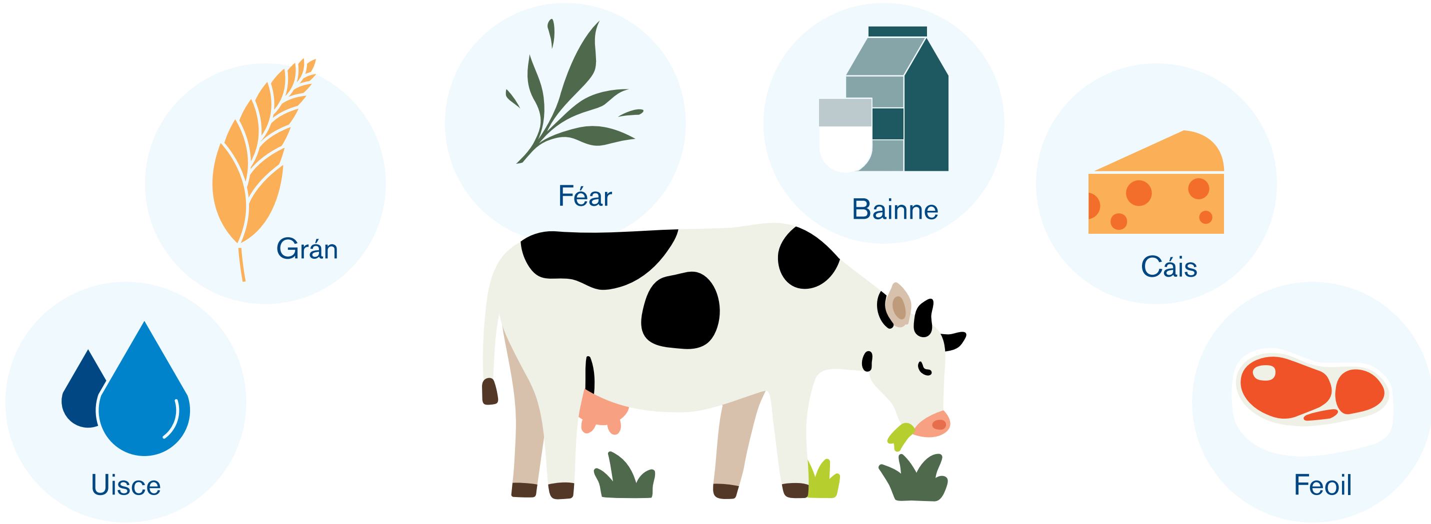
Lintilí, trátaí, tófú, brocailí, cnónna, prátaí.

Na bianna is measa don athrú aeráide!

Is iad a leanas na bianna is measa don athrú aeráide mar gheall ar astaíochtaí meatáin nó scrios gnáthóige; táirgeadh mairteola, ola pailme, siúcra, táirgí déiríochta, iasc saothraithe. Déanann ainmhithe a dhéanann athchogaint (eallach, caoirigh) meatán a bhrúchtail! Is féidir gnáthóga nádúrtha (mar shampla foraoisí báistí) a scriosadh chun barr amháin a fhás, mar shampla ola pailme, soighe nó gráin.

Gníomhaíocht 8

Féach ar an mbiashlabhra do tháirgí mairteola agus déiríochta



Féach an féidir leat é seo a mhacasamhlú don chearc

Taisteal

Cad é?

Is é taisteal an turas chun dul ó áit amháin go háit eile. Taistealaíonn tú ar scoil agus b'fhéidir thar lear ar laethanta saoire an tsamhraidh. Ní mór do chuid de do bhia taisteal ar eitleán, long nó trucail a fháil go dtí an siopa a cheannaíonn tú é chun é a deireadh suas i do bhosca lóin. Is iomaí cineál iompair atá ann, mar shampla bád, eitleán, carr, rothar, bus agus siúl.

Cén tionchar atá aige ar an athrú aeráide agus cén tionchar atá aige ar an athrú aeráide?

Is carranna peitril nó carranna díosail iad formhór na gcarranna in Éirinn. In 2024 teas ba chúis le 38% d'astaíochtaí dé-ocsaíde carbóin agus an iompar ba chúis le 37% d'astaíochtaí dé-ocsaíde carbóin na hÉireann. Scaoileann táirgeadh gluaisteán agus feithiclí eile gáis cheaptha teasa ón monarcha. Le baint amach breoslaí iontaise chun ár bhfeithiclí a reáchtáil féadtar damáiste a dhéanamh d'éiceachórais áitiúla mar is féidir le doirteadh ola tarlú nuair a bhíonn ola á hiompar ar long nó trí phíblínte. Déanann na gáis sin caighdeán an aeir níos measa lena análú freisin.

Carranna leictreacha

Is gluaisteáin iad gluaisteáin leictreacha ar féidir iad a phlugáil isteach agus a luchtú ag baint úsáid as leictreachas gan aon ghá le peitreal nó díosal a úsáid. Tá siad níos saoire a reáchtáil agus i bhfad níos fearr don chomhshaol agus do chaighdeán an aeir. Dá mhéad leictreachas a thagann ón ngaoth agus ón ngrian, is ea is glaine a eiríonn an leictreachas/.

Cad is féidir leat a dhéanamh?

Ní hamháin go bhfuil an siúl agus an rothaíocht ar bhonn níos minice níos fearr don timpeallacht ach tá sé go maith dár sláinte freisin.

- Iompar poiblí a úsáid
- Carr-roinnt a dhéanamh
- Carr leictreach
- Siúl
- Rothaíocht
- Scútáil

Cén tionchar a bhíonn ag truailliú ó charranna ar fhíseán na timpeallachta

Gníomhaíocht 9

Taifead an fad a thaistealaíonn tú ar scoil, chuig do ghníomhaíocht spóirt, chun siopadóireacht a dhéanamh, chun cuairt a thabhairt ar do sheantuismitheoirí, do chairde srl. ar feadh 1 seachtain amháin.

Cuir isteach na kmanna iomlána ar feadh seachtain amháin isteach san áireamhán astaíochtaí tiontaire astaíochtaí Car CO_2 – Carbón fritháirithe | myclimate chun d'astaíochtaí iompair a thaifeadadh. Iarr cabhair ar thuismitheoirí nó ar dhaoine fásta leis seo.

Laethanta na seachtaine	Siúl	Rothaíocht	Carr	Bus	Traein/Tram
Luan	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Máirt	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Céadaoin	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Déardaoin	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Aoine	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Satharn	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar
Domhnach	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar	ciliméadar

Dramhaíl

Cad í féin?

Is éard is dramhaíl ann ná rud a chaithimid uainn nó a bhfaighimid réidh leis mar nach n-úsáidimid é. Sampla de dhramhaíl is ea cumhdaigh phlaisteacha agus bia atá as dáta.

Cén tionchar atá aige an athrú aeráide / cén tionchar atá ag athrú aeráide uirthi?

Cén tionchar atá aige an athrú aeráide / cén tionchar atá ag athrú aeráide uirthi? Táirgeann dramhaíl phlaisteach gáis cheaptha teasa ag gach céim dá saolré. Cuireann bainistiú dramhaíola amhail iompar agus loscadh go mór le táirgeadh gás ceaptha teasa.

Físeán faoi chur amú bia

Míníodh dramhaíl bia

Cad is féidir leat a dhéanamh?

Laghdaigh, Athúsáid, Athchúrsáil, Bain Athearraíocht as

Is é an laghdú an chéim is tábhachtaí sa phróiseas seo. Diúltaigh earraí a cheannach nach bhfuil ag teastáil uait. Ceannaigh rudaí atá ar chaighdeán níos fearr agus a mhairfidh níos faide ionas nach gá duit iad a athsholáthar chomh minic céanna. Ceannaigh éadaí agus troscán ó shiopaí athláimhe agus tabhair earraí nach dteastaíonn uait a thuilleamh do dhaoine eile in ionad iad a dhumpáil. Smaoinigh ar úsáidí nua le haghaidh rudaí nach bhfuil ag teastáil uait níos mó Athearraíocht a bhaint as rudaí). Fiafraigh de dhaoine cén bronntanas atá uathu don Nollaig in ionad rud éigin a cheannach nach n-úsáidfidh siad. Ceannaigh rudaí a bhfuil níos lú pacáistithe orthu agus a úsáideann cairtchlár in ionad plaisteach.

Roghanna malartacha ar Tháirgí Aonúsáide

Buidéil phlaisteacha - **Buidéal in-athúsáidte**

Soip - **Soip mhiotail, soip bhambú agus soip pháipéir**

Scannán Cumhdaithe Plaisteach - **Boscaí lóin**

Balúin - **Bain triail as gníomhaíocht éigin eile chun ceiliúradh a dhéanamh ar nós eitleoga san aer, crann a chur nó maisiúchán le stiallbhratacha déanta as páipéar nó éadach, bratacha nó sraoilleáin.**

Clúdaigh leabhair phlaisteacha - **Páipéar beartán**

Cad is féidir a chur i ngach bosca bruscair?

Bosca bruscair

Ciarsúir páipéir, cumhdaigh, seanmharcóirí, paicéid criospaí/grán rósta, sceanra plaisteach (salach), scragall stáin (salach), scannán cumhdaithe, lámhainní plaisteacha, aghaidhmhaisc indiúscartha, soip, cupáin indiúscartha, agus paicéid fholmha frubes.

Bosca bruscair athchúrsála

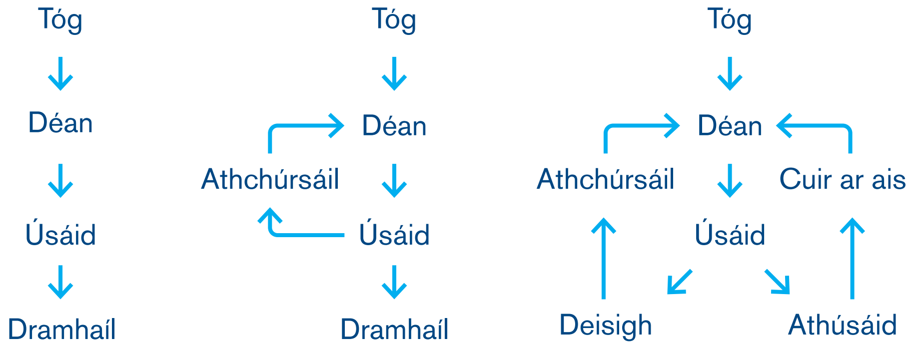
Buidéil phlaisteacha fholmha, fuíollpháipéar, potaí iógairt glana, cartáin bhainne ghlana, cartáin sú ghlana, croílár rolla leithris, cárta/cairtchlár, sceanra plaisteach (glan), canna deochanna, pacáistiú plaisteach righin, stáin (m.sh. stán tuinnín nó pónairí), scragall stáin glan.

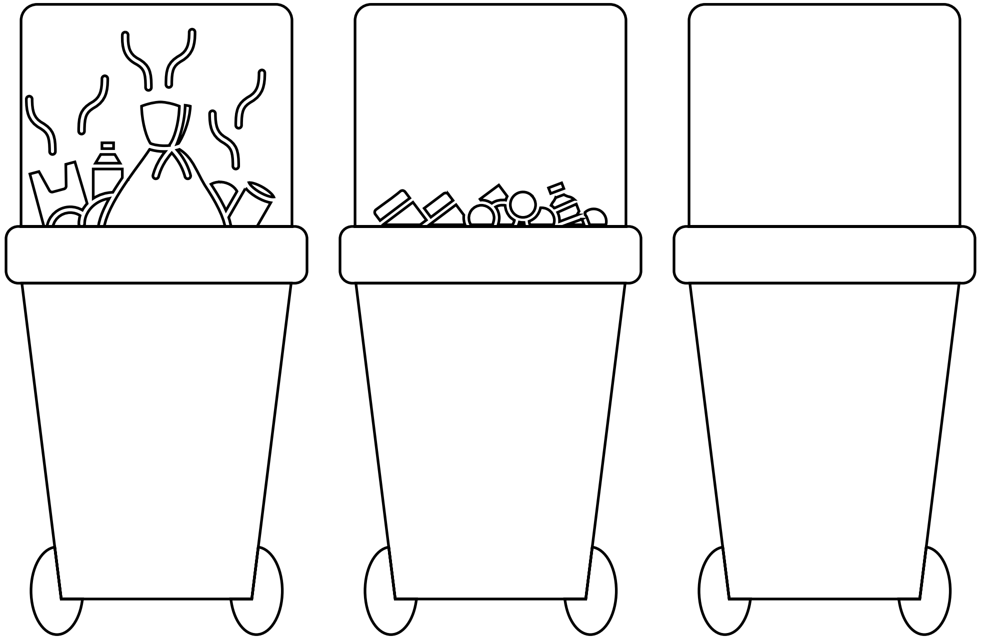
Múirín

Croí úill, craiceann banana, craiceann oráiste, craiceann torthaí eile, scamháin peann luaidhe, fuílleach lóin, sliogáin uibheacha, rolla cistine/ciarsúir, málaí tae agus cupáin chaife inmhúirínithe.

Gníomhaíocht 10

Dathaigh an bosca bruscair a cheapann tú a bheith ar an gceann is fear Glas, an dara ceann is fearr Buí agus an ceann is measa Dearg.





Gníomhaíocht 11

Cluiche Sórtála Bosca Bruscair

Sa tábla thíos tá 3 cholún ar a bhfuil an lipéad Bruscar, Athchúrsáil agus Múirín.
Déan an dramhaíl i do theach a thaifead ar feadh seachtaine. Sórtáil na rudaí sin i ngach colún a gceapann tú ar cheart dóibh a bheith.
Faoi dheireadh na seachtaine luaigh 3 bhealach inar féidir leat dramhaíl a laghdú.

Bruscar	Athchúrsáil	Múirín

3 bhealach chun dramhaíl a laghdú i mo theach

1

2

3

Uisce

Cad é féin?

Déanann uisce suas 50-75% de chorp an duine. Níl ach 2-3% d'uisce ar an domhan ina uisce úr, ach níl sé sin ar fad oiriúnach le hól. Uisce farraige atá sa chuid eile.

Cén tionchar atá aige ar an athrú aeráide / cén tionchar atá ag an athrú aeráide air?

Leis an athrú aeráide beidh an bháisteach throm ag dul in olcas agus ag titim níos minice. Mar gheall ar na teochtaí atá ag ardú ardóidh leibhéil na farraige, agus beidh tuilte ag tarlú ar bhonn níos coitianta. De réir mar a éireoidh an bháisteach níos dothuartha beidh sé ina chúis le triomach freisin. De réir UNICEF faoin mbliain 2025 beidh suas le leath de dhaonra daonna an domhain ina gcónaí i gceantair atá gann ar uisce.

Cad is féidir leat a dhéanamh?

- Múch sconnaí i gcónaí ionas nach mbeidh siad ag sileadh agus deisigh sconnaí atá ag sileadh.
- Múch sconnaí agus tú ag scuabadh do chuid fiacla
- Cuir uisce ar phlandaí agus ar bhláthanna san oíche nuair a bhíonn sé níos fuaire.
- Cuir aon oighear breise atá fágtha ó ghloiní isteach i gcoimeádáin phlandaí tí.
- Má fheiceann tú sceitheadh, inis do dhuine fásta láithreach.
- Tóg cithfholcadáin ghearra in ionad folcadáin
- Bailigh uisce báistí le húsáid ar phlandaí

An turas a dhéanann an t-uisce chun ár sconnaí a bhaint amach

An Timthriall Uisce

Gníomhaíocht 12

Déan Timthriall an Uisce a Tharraingt

Gníomhaíocht 13

Am don tseiceáil isteach foghlama. Má thug tú an-aird ar chúrsaí,
Ba cheart duit a bheith ábalta na ceisteanna thíos a fhreagairt.

Go n-éirí leat!

Cé hé an ESB Networks?

Cad is inbhuanaitheacht ann?

Cad is Geilleagar Ciorclach ann?

Cad ba cheart dúinn a dhéanamh in ionad geansaí nua a cheannach má stróiceann sé?

Cad is féidir leat a dhéanamh chun cur amú bia a chosc?

Cad is biashlabhra ann?

Ainmnigh 3 rud is féidir leat a dhéanamh chun uisce a shábháil.

Liostaigh 3 bhealach chun dul ar scoil.

Cad iad na rudaí dearfacha a chuireann an bhithéagsúlacht ar fáil dúinn?

Mínigh an iarmhairt ceaptha teasa

Ainm 2 chineál d'fuinneamh in-athnuaite?

Cé acu is tábhachtaí, rudaí a laghdaigh, a athúsáid, athearraíocht a bhaint astu nó iad a athchúrsáil?

Cén céatadán den chorp atá déanta suas d'uisce?

Gníomhaíocht 14

Dear sonóg ESB Networks nua ar pháipéar.

Bí chomh cruthaitheach agus is féidir.

Chun tuilleadh eolais a fháil faoin inbhuanaitheacht in **ESB Networks**, féach www.esbnetworks.ie/ga/about-us/company/environment-sustainability

ESB NETWORKS