

## **LA HUELLA VERDE**

### **Guía medioambiental**

#### **30 gestos para vivir en armonía con nuestro entorno**

Esta guía medioambiental pretende orientar a la población infantil y juvenil sobre los gestos que a lo largo de su día a día, en diferentes entornos, pueden contribuir a cuidar el lugar donde vivimos.

Con las primeras luces del día comienza una nueva jornada llena de actividad que ofrece múltiples oportunidades para contribuir al cuidado del medioambiente y promocionar su conservación, ya que proteger el entorno, el clima, la naturaleza y las especies que la habitan no solo requiere una participación directa y activa a través de acciones directas, como reciclar o reducir el consumo eléctrico. Los niños y niñas pueden dar el mejor ejemplo de cómo ser personas responsables y comprometidas con el planeta a los ojos del resto del mundo, convirtiéndose así en el espejo de las mejores prácticas medioambientales de nuestro día a día.

De los niños y niñas de hoy depende la salud medioambiental del mañana. Con estos 30 gestos tomarán conciencia de lo importante que ellos y ellas son para la conservación de su entorno.

#### **10 gestos en la escuela**

Como alumnos que somos, tenemos la necesidad de contar herramientas que nos faciliten el aprendizaje. Si reciclamos este material haremos más feliz a nuestro entorno. Además, actúa, y si alguien se deja las luces encendidas o los grifos abiertos, ciérralos. Estos y más gestos te harán ser una persona responsable con tu entorno cada día de cole.

1. Utiliza los cuadernos que no llegaste a completar del curso pasado. Cambia la etiqueta con el nombre de la nueva asignatura al que irá destinado y dale una segunda oportunidad a esas páginas en blanco. No solo ahorraremos dinero, sino también la tala de muchos árboles para producir papel.

Las carpetas y clasificadores también merecen una segunda oportunidad.

2. Lava tu estuche del año, déjalo como nuevo y mete en él todos los lápices, gomas, barras de pegamento, rotuladores y otros materiales que pueden servirte para el nuevo curso. Te alegrarás al saber que no irán a engrosar la basura dañina y, además, dejarás de gastar dinero que quizás podrás usar para otras cosas.

3. Puede ser que ya no esté de moda, que prefieras otra marca y otro diseño, pero si tu



mochila está en buen estado puede seguir dándote un servicio perfecto, muy beneficioso por cierto para la salud.

4. Si tu cole o instituto no tienen grifos con temporizador, vigila que estén bien cerrados y si ves alguno que no puede cerrar bien y gotea, ponlo en conocimiento.

5. La papelería es el lugar para depositar los restos de material y las hojas de papel desechadas. Úsala bien. Su contenido puede verterse luego en contenedores destinados a papel y volver a ser reutilizado.

6. ¿Por qué usa luz artificial a plena luz del día? Nuestra región goza de muchas, muchas hora de sol. Aprovechelas y si ves que alguien olvidó apagar la luz, hazlo tú. El medio ambiente lo agradecerá.

7. La fuente del patio es una golosa fuente de diversión, pero como sabes además de ser el bien natural más abundante es también el máspreciado. Piensa en quienes no tienen agua potable y en el coste que supone su consumo indiscriminado. Usa las fuentes para beber o lavarte las manos y no la malgastes en juegos de patio.

8. Las zonas verdes del colegio necesitan que las cuides. ¿A que te gusta resguardarte del sol en la sombra de los árboles y aprecias el verdor de las plantas? No las pises ni arranques y tendrás un cole más ecológico.

9. Estamos en plena edad de crecimiento pero seguro que hay ropa del uniforme que aún nos quedan bien... incluso puede que algún conocido tenga ropa del uniforme en buen estado que le quedó pequeña y puede dártela.

10. Si tienes edad para ir andando a tu centro educativo y el tiempo lo permite, no lo dudes, camina, patina o ve en bici. Si está lejos, el transporte público es la mejor opción. Los viajes en coche suponen la mitad de las emisiones totales de CO2 procedentes del sector del transporte y la mayor parte se genera en los viajes de casa al trabajo o a la escuela, y viceversa.

## **10 gestos en casa**

En el hogar tenemos muchísimas opciones para contribuir a mejorar nuestro entorno y no deteriorarlo más de lo que está. Si tienes hermanos o hermanas, enséñales también a ser responsables. Has oído hablar de reciclaje muchas veces, ¿verdad? ¿Sabes qué contenedor sirve para cada residuo?

1. Separa la basura según su origen (orgánico, plástico, papel, vidrio, latas y plástico). Es una necesidad urgente para cuidar el medio ambiente.

2. Antes de tirar algo piensa si puedes sacarle algún otro uso, sabiendo que no trata de acumular sino de sacar partido a lo que tienes.

3. Si una silla o una mesa se ha roto o está muy vieja, antes de comprar otra, anima a tus padres a restaurarla antes que comprar otra nueva.

4. Conviértete en un fan de las pilas recargables. Pero si aún usas pilas desechables, envíalas a los contenedores especiales diseñados para ello, ya que contienen un ácido muy nocivo para la tierra.
5. Abre las persianas para aprovechar la luz natural y no tener que hacer tanto uso de bombillas.
6. No dejes la televisión o el ordenador en la opción 'Stand By' y desconecta todos los dispositivos electrónicos que no estés utilizando, incluido el cargador
7. Haz un consumo razonable de los dispositivos electrónicos y disfruta de tu tiempo libre con un libro, los amigos, la familia o disfrutando del deporte y la naturaleza.
8. No utilices el inodoro como papelera. Ayudarás al presupuesto familiar.
9. Como personas aseadas, seguro que usamos mucha agua: para lavarnos las manos, los dientes, para ducharnos (mejor que bañarnos). Si quieres ayudar al planeta, cierra siempre el grifo durante cada operación. Usa el agua para humedecernos, cierra el grifo para lavarte y luego abre para enjuagar. No imaginas cuántos litros de agua potable y limpia dejaremos de desperdiciar.
10. Aprovechar el agua de lavar alimentos para regar, por ejemplo.

### **10 gestos en la Naturaleza**

1. Si vas de excursión al campo, al bosque o al monte o pasas el día en la playa, asegúrate de recoger toda la basura que se haya podido generar, prestando especial atención a los objetos de cristal, como tarros o botellas que puedan generar incendios.



2. Siembra un árbol en el jardín de casa, si tienes. Secuestran las emisiones de CO2 proporcionan oxígeno.

En verano enfrían la casa reduciendo así la energía utilizada para su refrigeración.

3. Devuelve la basura orgánica a donde pertenece: la tierra. En lugar de enviar cáscaras de plátano y demás restos orgánicos al vertedero municipal, conviértelo en abono orgánico. Haz que las plantas fuertes y saludables, reduciendo la necesidad de fertilizantes y pesticidas químicos.

4. Respeta a los animales

En ciertos países utilizan a los animales salvajes como reclamo para atraer la atención de los turistas. Sed amigos y rechaza hacerte una foto con él. Si todos lo hacemos, no habrá negocio.

5. Respeta el hábitat

Especialmente no te lleves plantas ni animales de las zonas que visitas.

6. Sé uno más

Si vas a llevarte un souvenir o comprar algo en el lugar donde estás de vacaciones, trata de que sean productos éticos, sostenibles y, sobre todo, que ayuden a la economía local de los lugares que visitas.

7. No todo vale por una foto

Permanece atento a las señales que limitan el paso y los hábitats de los animales. Respeta también los lugares en los que te encuentras, especialmente si tienen un significado religioso o histórico.

8. Kit antiresiduos

Usa una botella reutilizable para mantener la hidratación sin tener que comprar botellas de plástico, pañuelos de tela para cualquier imprevisto y portabocadillos para tus excursiones.

9. Prueba la gastronomía local

Viajar o adentrarse en un paraje natural es una oportunidad para conocer las costumbres y la gastronomía del lugar. Disfrutar de los productos y los platos del lugar en el que estés. Si es en un entorno rural, seguro que podrás degustar platos muy contundentes.

10. Sé un embajador de la naturaleza

Allá donde vayas, haz estos gestos y siente el orgullo de estar cuidando del nuestro auténtico hogar: el planeta.