

100 IDEAS



BARRANCO DE GUAYADEQUE

FOTO: SUSO ALVAREZ

ECOLÓGICAS

LA ECOLOGÍA EMPIEZA POR NOSOTROS MISMOS

iVaya 100 ideas!

Inmersos en la fiebre del progreso y confiados en que las tecnologías punta son una panacea universal, la sociedad del despilfarro, del usar y tirar, ha ido creando gravísimos problemas medioambientales con el argumento erróneo de acrecentar la producción y mantener estable la economía. Nosotros también estamos contribuyendo a la destrucción de la Naturaleza con nuestro modo de vida pero, al tiempo, somos los únicos que podemos acabar con estos problemas, simplemente con un pequeño cambio de mentalidad que se refleje en nuestras costumbres cotidianas. A continuación proponemos, como parte de un juego en el que nos apostamos el planeta, una lista de 100 acciones y gestos cotidianos, desarrollados en cinco etapas, para contaminar menos. ◊

Podemos ahorrar la mitad del agua que usamos

1 Es preferible utilizar la ducha que darse un baño. Con una ducha de 5 minutos en lugar de un baño, se ahorran entre 70 y 90 litros.

2 Si quieres tomar un baño, llena la bañera sólo hasta la mitad. Con esta acción ahorrarás 60 litros de agua, o el baño para otra persona.

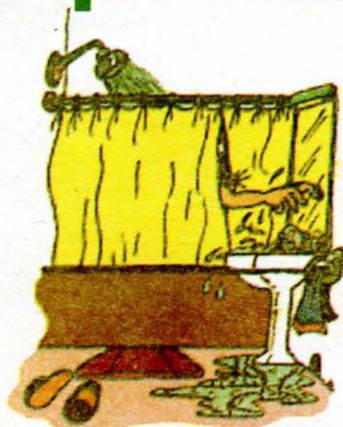
3 Conviene cerrar el agua de la ducha mientras nos estemos enjabonando la cabeza. De esta forma dejaremos de gastar entre 10 y 20 litros de agua.

4 Al limpiarnos los dientes no debemos dejar el grifo corriendo; podemos perder hasta 20 litros mientras nos cepillamos la dentadura durante siete minutos.

5 Al lavarnos o afeitarnos conviene usar el tapón del lavabo o un recipiente antes que dejar correr inútilmente el agua. Ahorraremos 10 litros en cada operación.

6 Si tiramos de la cadena del retrete sólo cuando es imprescindible estaremos evitando un despilfarro de alrededor de 40 litros diarios.

7 Conviene comprobar el buen funcionamiento de las cisternas pues es fácil que goteen. Un sistema defectuoso puede consumir la friolera de 150 litros al día.



8 Si no se utiliza el retrete como papelera echando en él cualquier objeto imaginable se ahorrarán entre 7 y 20 litros diarios.

9 Un grifo que gotea puede darte más de una mala noche y perder unos 1.000 litros de agua. Si cae a chorro desperdiciará alrededor de 14.000 litros.

10 El lavavajillas sólo debe utilizarse cuando esté lleno. En caso contrario estaremos desperdiciando 50 litros en cada lavado.

11 El mismo consejo anterior puede aplicarse a la lavadora pero, en este caso, se ganan 100 litros por lavado si la llenamos de ropa.

12 Existen electrodomésticos, lavadoras y lavavajillas que economizan agua, e incluso electricidad, con programas especiales, infórmate antes de la compra.

13 Al lavar los platos, procurar llenar el fregadero, tapar y cerrar el grifo. Ahorrarás hasta 50 litros de agua en cada fregadero.

14 No es necesario lavar el coche más de una vez al mes y no hay que hacerlo con manguera sino con cubo. Si eres atrevido, busca un día de lluvia en el campo y, sin jabón, quedará como nuevo.

15 Recuerda que una buena parte de las aguas de uso doméstico (las de cocer verduras, por ejemplo), sirven para regar macetas y jardines.

16 Para evitar la contaminación de aguas es preferible el uso de la típica pastilla de jabón de toda la vida que los detergentes.

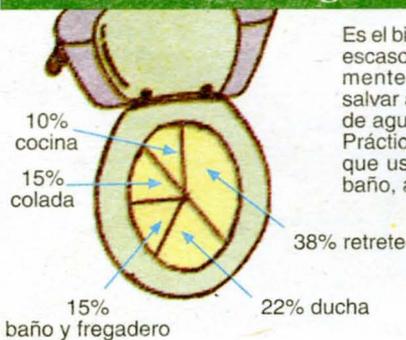
17 Los detergentes sin fosfatos son más benignos para el medio ambiente y no son mucho más caros. Procura echarlos siempre en la cesta de la compra.

18 En la limpieza del hogar no abuses de la lejía. Al arrojarla por el retrete rompe el equilibrio bacteriano de las aguas residuales.

19 No tires aceites o pinturas al retrete. Forman una película en la superficie del agua que impide su natural intercambio de gases matando la vida.

20 Recuerda que reciclando las basuras también se ahorra agua; toda la que se utiliza en los distintos y casi siempre muy costosos procesos de producción.

Consume menos agua



Es el bien más precioso y más escaso. Utilizándola racionalmente cada día podemos salvar alrededor de 100 litros de agua por persona. Prácticamente la mitad de la que usamos. Cuidado en el baño, ante todo.

DIRECCIONES

Centro Municipal de Iniciativas por la Paz y el Medio Ambiente de Agüimes (Cemip)
Plaza de San Antón, s/n.
Tfn. / Fax: 78 17 74

La energía ni se crea ni se destruye, se derrocha.

21 Una instalación de energía solar o eólica puede proveer del 30 al 40 por ciento de las habituales necesidades energéticas de cualquier hogar.

22 Aprovecha al máximo la luz natural, abre los cubreventanas siempre que sea de día. Apaga las luces que no estés utilizando.

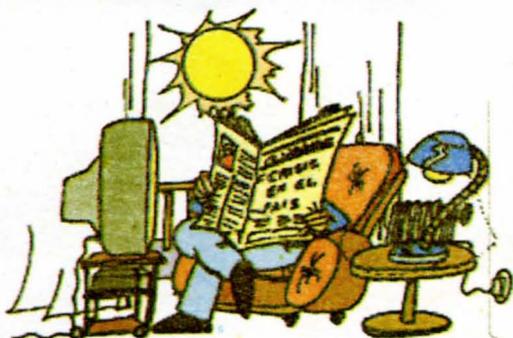
23 Existen en el mercado bombillas de larga duración y bajo consumo de varias marcas. Son más caras pero se amortizan antes.

24 Hornos, aire acondicionado, calentadores de agua y refrigeradores son los aparatos que más consumen. No los uses si no es necesario.

25 Muchos aparatos eléctricos pueden sustituirse por otros manuales (abrelatas, exprimidor o cepillo de dientes).

26 Si vas a cambiar tu cocina ten en cuenta que ya existen placas de vitro cerámicas a gas. Son más ecológicas.

27 No es necesario utilizar la lavadora en caliente salvo que la ropa esté muy sucia, el agua fría lava igual de bien y consume menos.



28 Con sólo girar el termostato del aire acondicionado un grado por encima, reduciríamos el coste del frío en un 1 por ciento.

29 Como ya hemos dicho, la ducha es mejor que el baño pues utiliza menos agua caliente y, por bastante menos tanto, energía.

30 En el lavavajillas puedes utilizar un programa de menor temperatura sólo con aclarar un poco los cacharros antes de meterlos.

31 Recuerda que cuando se derrocha agua caliente estamos gastando inútilmente dos bienes preciosos: el agua y la energía.

32 Al cocinar es mejor utilizar recipientes que tapen todo el fuego para que no escape el calor y, si es posible, tapa el guiso.

33 La olla a presión es "el invento del siglo". Como es mucho más rápida ahorra mucha energía: más de la cuarta parte en un cocido, por ejemplo.

34 Si la cocina es eléctrica recuerda que el calor residual de la placa puede completar el guiso sin necesidad de gastar más energía.

35 Conviene descongelar el frigorífico con cierta frecuencia ya que una capa de hielo que cubra el congelador aumenta el consumo un 30 por ciento.

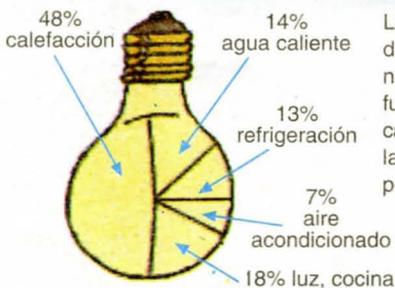
36 Cada vez que dejas la puerta de la nevera abierta derrochas energía. Si la gomilla de la puerta está rota, arréglala.

37 Dentro de casa también puedes vestirte en función del frío o el calor.

38 El aire acondicionado o los radiadores no deben estar cubiertos con nada que obstruya la salida del aire.

39 Vivimos en una zona privilegiada por su clima. No abuses de aparatos para alterar su temperatura. Aprovecha sus condiciones naturales.

No gastes tanta luz



Luces encendidas, electrodomésticos permanentemente enchufados y funcionando a mitad de su capacidad, calor tirado por la ventana, no podemos permitirnos el derroche

DIRECCIONES

Policia Local de Agüimes
Tlfn.: 78 31 00

Servicio de Protección de la Naturaleza de la Guardia Civil (Seprona)
Tlfn.: 66 13 72

Cada español genera 1 kilo de basura diaria

40 Te recomendamos que no compres productos empaquetados, cuestan un 20 por ciento de lo comprado y genera el 30 por ciento de la basura de tu casa.

41 Súmate a la campaña europea contra el consumo de atún en lata. Los delfines viven entre los atunes y unos y otros se pescan sin distinción.

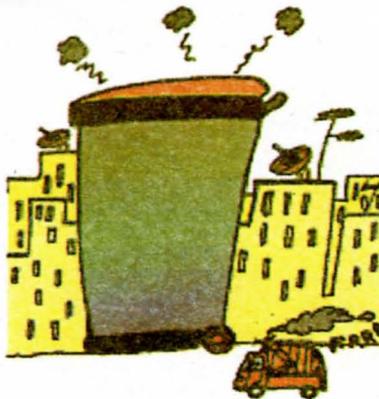
42 Procura comprar alimentos sin tratamiento químico. La piña suele manipularse con dioxinas como la TCDD, responsable del desastre de Seveso (Italia).

43 Debemos excluir de nuestra alimentación las hamburguesas; sus envases contienen CFCs que, al descomponerse, atacan la capa de ozono.

44 Los tronquitos de mar se fabrican con krill (crustáceo del Antártico) prensado fundamental para el equilibrio de la cadena alimenticia de los mares.

45 No consumir especies protegidas o animales como ancas de rana, pajaritos o chanquetes, que suelen ser "pezqueñines".

46 Conviene consumir productos locales. Se promociona el sector primario de la zona y se utilizan menos transportes.



47 Recuerda que cuantos menos aditivos tengan los productos, menos contaminación ha generado su proceso de elaboración.

48 Consume menos alimentos y bebidas enlatadas. Su fabricación entraña un fuerte consumo de energía.

49 El papel higiénico coloreado es mejor que el blanco que contiene dióxido de titanio, y que el perfumado en el que se han usado productos químicos agresivos.

50 Es mejor que no uses papel de escritorio o en prensa coloreado, ya que es más difícil de reciclar.

51 Infórmate antes de comprar productos de maquillaje; muchos proceden de cetáceos o bien han sido experimentados en animales.

52 Conviene comprar pilas recargables o aparatos que funcionen con energía solar. Las llamadas "pilas verdes", por si no lo saben, son contaminantes.

53 Si tienes muebles de madera exóticas significa que se ha utilizado un árbol tropical irremplazable. Tampoco adornes tu casa con objetos de marfil. El elefante está en peligro de extinción.

54 Cuidado con los productos que usas en la limpieza del hogar. Es preferible el pulverizador al spray.

55 Separar la basura es el primer paso para reciclar, especialmente el vidrio, el metal, papeles y cartón.

56 Los muebles y electrodomésticos que tiras pueden ir a parar a los sitios adecuados. Dáselos a un servicio de recogida especial aunque tarden en recogerlos.

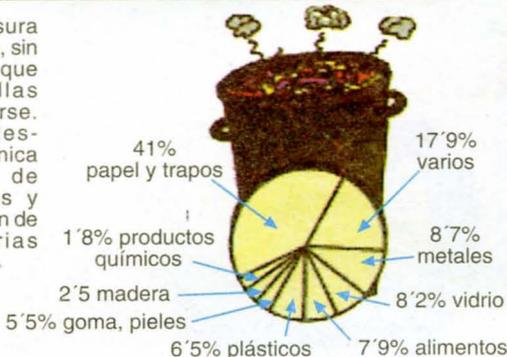
57 Usa productos naturales. El dentrífico de arcilla es mejor que el blanco que contiene titanio. La espuma de afeitar es cómoda, pero peor que el jabón.

58 Las industrias farmacéuticas son las más contaminantes del mundo. No consumas medicinas alegremente, porque además perjudican tu salud.

59 Las radiaciones no sólo llegan de las centrales nucleares, también proceden de los electrodomésticos de tu propio hogar, por pequeños que sean.

Recicla lo que puedas

Tiramos a la basura demasiadas cosas, sin tener en cuenta que muchas de ellas pueden reutilizarse. Separar los desperdicios es la única forma posible de reciclar después de ahorrar la utilización de muchas materias primas.



DIRECCIONES

Voluntarios Naturaleza
Protección Civil Agüimes
Almacén Obras y Servicios
del Cruce de Arinaga
Tfn.. 18 09 72

La "tele" nos absorbe 53 días de cada año



72 Rompe las anillas de plástico que unen las latas. Nunca las tires al mar, podrían ser una trampa mortal para peces y aves marinas.

73 La tradición no tiene por qué ser cultura, por eso es una salvajada participar en festejos populares en donde se maltratan y martirizan animales.

74 Dejar basura en el monte contribuye, entre otras muchas cosas, a la proliferación de los incendios.

75 Si tienes chimenea, no estaría mal que recuperaras la antigua práctica de recoger la leña seca del monte como medida preventiva de incendios.

76 Coger especies de flores de alta montaña para adornar la casa es un atentado contra esa flora tan escasa.

77 Coger nidos de los árboles sigue siendo una práctica habitual en los pueblos. Ayuda a erradicar esa costumbre.

78 La caza y pesca furtiva y por medios ilegales es una de las maneras más rápidas de exterminar la fauna de bosques y mares.

79 Existen algunos deportes agresivos, a veces, para el medio ambiente como el motocross o los rallies. Huye de ellos.

60 Aprende a ver la tele y a ser crítico con lo que ves. Es una forma ecológica de cuidarte.

61 No contribuyas a acrecentar el nivel de ruido. Es una de las contaminaciones más peligrosas.

62 No se te ocurra arrancar piedras de los monumentos o pintarrajearlos. Consérvalos. Son parte de nuestra memoria colectiva, legado insustituible para las generaciones futuras.

63 No hagas "turismo de borrego". Diseña tus propias rutas y no contribuyas a masificar aún más las zonas sobresaturadas.

64 Es ecológico disfrutar del viaje. Que éste no sea un puro trámite. No pienses que lo mejor llega después.

65 Llevar sobre los hombros pieles de animales en peligro de extinción es una buena muestra de lo salvajes que podemos llegar a ser los humanos

66 Asocíate con grupos que luchen por la mejora del medio ambiente. Denuncia los atentados ecológicos que observes.

67 Plantar un árbol y utilizar papel reciclado es la mejor manera de luchar contra la desertificación.

68 El agua que se utiliza en las piscinas supone un lujo muy caro en nuestra tierra. Disfruta de nuestras playas.

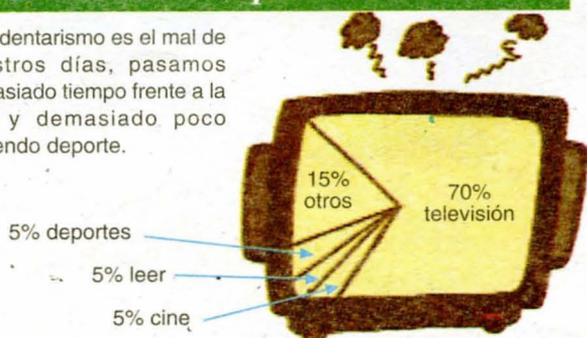
69 No colabores en la destrucción de nuestro litoral con la construcción de apartamentos en primera línea de playa. Son una agresión contra el medio ambiente.

70 Escarbar en las playas en busca de berberechos, cangrejos, mejillones, percebes o navajas sin los debidos conocimientos puede causar daños irreversibles.

71 Si vas de vacaciones a playas salvajes, recuerda que dejar desperdicios es un buen método para hacerlas intransitables.

Procura hacer deporte

El sedentarismo es el mal de nuestros días, pasamos demasiado tiempo frente a la tele y demasiado poco haciendo deporte.



DIRECCIONES

Gestora Canaria Residuos Polígono de Arinaga Recogida Selectiva Vidrio Tfn.: 18 23 10

La bicicleta es el vehículo más ecológico

80

Utilizar métodos alternativos al automóvil como la bicicleta o el paseo a pie ahorra energía y favorece la salud. Y no cabe duda de que se ahorra dinero.

81

Usando transporte público se contribuye a consumir menos gasolina y a reducir la congestión del tráfico. Se colabora para tener una ciudad limpia.

82

Solicita a organismos públicos y privados que se instalen carriles específicos para bicicletas.

83

Si vas a comprar un coche nuevo, compara antes su consumo y si admite gasolina sin plomo, lo de menos es la velocidad punta que pueda alcanzar.

84

Procura no viajar solo en el coche y, si vas a trabajar, intenta alternarlo con otros compañeros. Ahorrarás gasolina y contaminación.

85

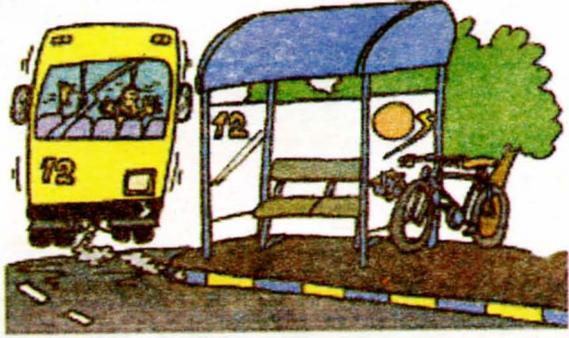
Con la energía que contiene un litro de gasolina puedes recorrer 572 kilómetros en bici sin contaminar. Inclínate por ella.

86

Respetar los límites de velocidad cuando vayas conduciendo. Además de mayor seguridad para tu vida utilizarás menos combustible.

87

Los catalizadores para gasolina sin plomo se pueden acoplar prácticamente a todos los vehículos y ésta contamina considerablemente menos.



88

Si vas a estar parado más de un minuto por las causas que sea apaga el coche, para que cese de emitir dióxido de carbono.

89

Hacer una revisión del coche cada 15.000 kilómetros consigue un mayor rendimiento de la gasolina de un 3 a un 9 por ciento.

90

Circula con precaución por las carreteras transitadas por especies protegidas, así evitarás atropellar a algún animal despistado.

91

Los deportes con vehículos o motos todoterreno por parajes naturales hacen daño a la flora, ruido ambiental y asustan a los animales.

92

Comprueba la presión de los neumáticos. La eficacia en el consumo de la gasolina aumenta el 10 por ciento, y los neumáticos radiales incrementan la eficacia de la gasolina un 5 por ciento en ciudad y un 10 en carretera.

93

Procura conducir a una velocidad constante, sin alteraciones bruscas.

94

Conduciendo a 90 km/h. en lugar de a 100 se consigue un incremento en la eficacia de la gasolina del 17 por ciento

95

Para ahorrar gasolina es mejor llevar las ventanillas cerradas y eliminar la baca frena mucho el coche.

96

Cargar el coche innecesariamente supone un incremento en el consumo de gasolina de un 1 por ciento por cada 50 kilos de peso que lleve de más.

97

El aire acondicionado del coche es la mayor fuente de consumo de CFSS en Estados Unidos. Suprimirlo ahorra combustible y protege la capa de ozono.

98

No hay que cambiar el aceite del coche fuera de los talleres o gasolineras que lo reciclen.

99

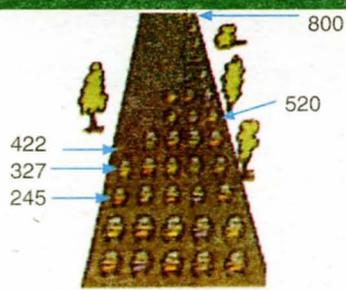
Ten presente que la circulación por carretera cuesta billones de pesetas al Estado, quizá cambios de mentalidad.

100

Si se prevee congestión de tráfico dentro de la ciudad o carretera, busque otro recorrido alternativo. Vale más un recorrido algo más largo, pero sin atascos.

Quien mueve las piernas, mueve el corazón

El coche no es sano, sale caro al bolsillo y es una de las principales fuentes de contaminación ambiental. Sustitúyelo por otros medios de transporte público, es más rápido y barato.



1970 1975 1980 1985 1990

DIRECCIONES

Martínez Cano, S. A.
Polígono El Goro (Telde)
Recogida Selectiva Papel,
Cartón, Trapos, Plásticos...
Tfn.: 69 69 28



ILUSTRE AYUNTAMIENTO DE LA VILLA DE AGÜIMES
CONCEJALIA PARA EL MEDIO AMBIENTE
CONCEJALIA DE SERVICIOS SOCIALES
CONCEJALIA DE EDUCACION
CONCEJALIA DE JUVENTUD
CONCEJALIA DE CULTURA

cemip

Papel reciclado 100%