


# - BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES -

## Acciones ambientales para el día a día en el HOGAR:

ENERGÍA			
<p>↓ consumo aire acondicionado, aprovecha corrientes de aire</p>		<p>Pinta con colores claros para mejorar la iluminación</p>	<p>Usa lámparas de consumo ↓</p> 
<p>↓ consumo calefacción</p>	<p>Aprovecha la luz natural</p>		<p>Apaga completamente los electrodomésticos, el standby consume E</p>

AGUA			
<p>Dúchate en lugar de bañarte</p>		<p>Llena el lavavajillas y la lavadora</p>	<p>El WC no es un basurero</p>
<p>Grifos con atomizadores tipo ducha</p>	<p>Botella en la cisterna (disminución volumen)</p>	<p>Cierra el grifo mientras te lavas</p>	

RESIDUOS			
<p>Recicla más y mejor</p>		<p>No deseches pilas o tóner a la basura, son residuos peligrosos</p>	
<p>No tires aceite por el desagüe, es un residuo muy contaminante</p>	<p>No tires toallitas por el WC a pesar de que esté permitido en sus indicaciones</p>		<p>Alarga la vida de la ropa, dándole una segunda vida (↓ consumo de agua, mat. primas)</p>

## Acciones ambientales que hay que tener en cuenta a la hora de salir a la CALLE:

- ✓ Lleva tus **propios envases** al supermercado o en las comidas para llevar
- ✓ Lleva tu **propia bolsa de tela o papel**
- ✓ Compra **productos locales o nacionales**
- ✓ Compra **productos con poco o ningún envoltorio**
- ✓ Lleva tu propia **botella de vidrio**, evitarás mucho plástico y ahorrarás dinero
- ✓ **Sensibiliza** a tu círculo más cercano



5

### Cinco pasos para una actitud ambiental (Regla de las 5 erres):

R

1. **Rechaza** aquello que no necesites (folletos, envoltorios, bolsas...)
2. **Reduce** en la medida de lo posible
3. **Reutiliza** dándole una segunda vida útil
4. **Recicla** de forma selectiva
5. **Reemplaza** los productos agresivos para el medio ambiente

“NO HAY QUE USAR MÁS  
SINO MEJOR”