



Maneras sencillas de salvar el planeta

y cómo puedes

ayudar



¡Replantéate el futuro!

Contaminación, sequía, inundaciones, huracanes.
Calentamiento global.

Todo lo que hacemos afecta a nuestro planeta y al medio ambiente: los lugares a los que vamos, lo que comemos, la ropa que usamos... hasta sentarnos a navegar por Internet o a ver la televisión. Replanteándote todo, reutilizando y reciclando material, puedes asegurarte de disponer mañana de los recursos de hoy.

No es difícil, ya que todo cambio, por pequeño que sea, contribuirá a cambiar las cosas. Prueba algunos de estos sencillos consejos. ¡Te sorprenderá lo fácil que es! Haz que se impliquen tus familiares y amigos. Cuanta más gente cambie, más cambiarán las cosas.





¡Apágalo!

El uso de la electricidad tiene un enorme impacto en el planeta: cada vez que enciendes una luz o navegas por Internet, produces contaminación.

- ✓ No dejes las luces encendidas por toda la casa.
- ✓ No dejes el ordenador, la radio o la televisión de tu habitación en standby.
- ✓ Ponte una sudadera en lugar de subir la calefacción. Si cierras las cortinas, protegerás la casa del frío.
- ✓ Utiliza un ventilador en lugar de aire acondicionado para mantener la casa fresca. Si cierras las cortinas durante el día, la habitación se mantendrá más fresca.
- ✓ Cuando hiervas agua, pon sólo la cantidad que necesites en ese momento.



¡Ciérralo!



El agua limpia es fundamental para la vida, pero hay más de mil millones de personas en el mundo que no tienen. Otros mil millones de personas dependen del mar, pero la contaminación está acabando con su comida. No pienses que el agua es un bien eterno.

✓ Bebe agua del grifo en lugar de agua embotellada (si estás seguro de que es potable).

- ✓ De paso, rellena de agua esa botella.
- ✓ Dúchate en lugar de bañarte.
- ✓ Cierra el grifo mientras te lavas los dientes.
- ✓ Ofrécete para fregar: los lavavajillas despilfarran agua.
- ✓ Hay que utilizar la lavadora a carga completa. No la utilices para lavar sólo una camiseta o unos pantalones en concreto.



- ✓ No tires la basura por la calle, en el campo ni en la playa.
- ✓ Tírala en papeleras y contenedores o llévatela a casa. Esto incluye botellas y bolsas de plástico, envoltorios de caramelos y cajas de cartón de comida para llevar.
- ✓ No tires el chicle al suelo: tíralo a una papelera o llévatelo a casa.

¡Llévatelo a casa!

En los océanos del mundo se tira el triple de basura que el peso del pescado capturado cada año. Los objetos de plástico y las colillas son los dos tipos de desecho que con más frecuencia se limpian en las playas.





¡Sé más ecológico!

Utiliza tu poder adquisitivo para cambiar las cosas. Puedes influir en los fabricantes y en los distribuidores.

✓ Comprando artículos de segunda mano en el rastro benéfico de tu zona también ayudarás a otra gente.

✓ Compra productos reciclados. Desde el papel hasta los neumáticos de coche, pasando por las tazas de plástico... todo se puede convertir en algo útil.

✓ No compres artículos con embalaje excesivo e innecesario.





- ✓ Compra productos orgánicos: es la mejor manera de dejar de contaminar el campo y los cursos de agua.
- ✓ Compra todo lo que puedas a productores locales (no sólo contribuirás a ahorrar en transporte; también ayudarás a la economía de tu zona).
- ✓ Evita comprar prendas de ropa que sólo se puedan lavar en seco. Las sustancias químicas que se emplean en la limpieza en seco son perjudiciales para el medio ambiente.
- ✓ Lleva tus propias bolsas al supermercado.



¡Recíclalo!

En todo el mundo hay toneladas de basura que cada año acaban en los vertederos para ser incineradas, provocando enormes problemas de contaminación. Reciclando y reutilizando, se puede contribuir con gran rapidez a suavizar este fenómeno.

- ✓ Colabora en la selección y el reciclaje de vidrio, plástico, metales, papel, cartón y residuos orgánicos en casa. Organiza el reciclaje en tu colegio, instituto o universidad.
- ✓ Comparte las revistas y los libros con tus familiares y amigos.
- ✓ Dona las revistas, los periódicos y los libros que no quieras a un hospital de la zona, a salas de espera de clínicas o a residencias de ancianos, o dáselos a alguna escuela para proyectos artísticos.





- ✓ Intercambia la ropa con tus amigos o dona la ropa que no quieras a un rastro o una comunidad benéfica.
- ✓ Organiza un rastro de barrio.
- ✓ ¿Vas a cambiar de ordenador o de móvil? Dona tus aparatos viejos a organizaciones benéficas.



¡Ponte en marcha!

Si hubiera menos coches circulando, habría menos contaminación. ¿Con qué frecuencia vas al centro en coche en lugar de coger el autobús? ¡La próxima vez, piénsalo antes!

- ✓ Ve a pie o en bicicleta siempre que puedas. ¡Es sano y, además, divertido!
- ✓ Utiliza el transporte público: coge el autobús, el tranvía o el tren si no estás demasiado lejos.
- ✓ Comparte el coche: consigue que un pariente te lleve a ti y a tus amigos al centro.





¡Empieza hoy!

Ahora ya sabes lo sencillo que es reducir tu impacto en el planeta. Asumir la responsabilidad de cara al futuro no tiene por qué ser molesto ni aburrido. No olvides decírselo a tus familiares y amigos.

Recuerda que cada vez que contaminamos la tierra, con el tiempo, contaminamos el mar, y viceversa.

Empezando hoy, puedes cambiar las cosas mañana.

FOMENTAR LA CONCIENCIA, LA PROTECCIÓN, LA PRESERVACIÓN Y LA CONSERVACIÓN DEL MEDIO MARINO MUNDIAL A TRAVÉS DE LA INVESTIGACIÓN Y LA EDUCACIÓN.

Save our Seas Foundation es una organización sin ánimo de lucro con sede en Ginebra, Suiza.

La misión de la Fundación es subrayar los problemas a los que se enfrenta el medio ambiente marino y la necesidad de proteger y salvar las asombrosas criaturas que viven en nuestros océanos. Para llevarla a cabo, financia la investigación sobre el medio ambiente marino y su conservación, además de fomentar la conciencia acerca de la contaminación y la sobreexplotación pesquera de nuestros mares a través de una serie de iniciativas educativas e innovadoras.

Para conocer mejor Save Our Seas Foundation y las maneras en que puede colaborar, visite nuestros sitios web:

www.saveourseas.com

www.sosforteens.com o

www.sosforkids.com

Estos sitios abarcan todos los grupos de edad.

**Mientras haya gente que se implique y actúe,
podemos cambiar las cosas
y lo haremos.**



Texto © SOSF 2006

Asesor medioambiental: Chris Clarke

Escrito, diseñado y producido por Natural: www.naturalassociates.com

Impreso en papel reciclado en Dubai, EAU.