

El decálogo para un consumo responsable

1. Agua

No desperdicies ni una gota de agua: 10 gotas por minuto pueden llegar a ser 2.000 litros al año. Arregla los grifos, mantenlos cerrados, dúchate en vez de bañarte, utiliza el baño con moderación, llena por completo el lavavajillas o la lavadora antes de ponerlos en marcha, y utiliza sólo la cantidad de detergente necesaria.

2. Alimentos

Compra alimentos de origen y de temporada. Así ahorrarás dinero y energía debidos al transporte, y tendrás la posibilidad de consumir alimentos de calidad. Evita el uso del papel de aluminio, y reutiliza los envases antes de echarlos.

3. Compras

Piensa en los productos que necesitas antes de ir al establecimiento: compra productos, no envoltorios, lee el prospecto antes de comprar el producto, y evita comprar productos de un sólo uso. Actúa solidariamente a la hora de realizar la compra, reflexiona sobre el origen y el tiempo de vida de los productos.

4. Residuos

Reduce, reutiliza y recicla. ¡El mejor residuo es el que no se genera! A poder ser, reutiliza los imprescindibles, y si no se puede, recicla (antes de depositar los residuos, sepáralos).

5. Movilidad

Utiliza tu motor: ¡muévete andando o en bicicleta! Si no, utiliza el transporte público, y si no tienes otro remedio que utilizar tu coche, no vayas sólo/a, comparte el coche y mantenlo en buenas condiciones para que no contamine. Compra coches que consumen menos, y conduce con moderación (de manera eficiente).

6. Hogar

Aísla bien el hogar (con cristalera doble, con cortinas, persianas etc.) y airéalo sólo cuando sea necesario: 10 minutos son suficientes para airear toda la casa. No subas el termostato a más de 20°C, y asegúrate que el termo del agua caliente no supera los 60°C. El aire acondicionado no es necesario ni saludable. No compres muebles fabricados con maderas tropicales.

7. Energía

Utiliza los aparatos eléctricos sólo cuando sean necesarios, y si no, apágalos (evita la posición "stand by"). No malgastes energía en la cocina, y utiliza bombillas de bajo consumo. Evita el uso de las pilas, a poder ser, utiliza la electricidad: la energía de las pilas es 450 más cara, y su desecho es muy contaminante. A poder ser, utiliza energías renovables.

8. Tiempo libre

Disfruta del tiempo libre sin consumir: utiliza los espacios verdes de tu entorno.

9. Vacaciones

Recuerda que los aviones son los medios de transporte que más contaminan la atmósfera. Escoge viajes que respeten los derechos humanos y el medioambiente, y allá donde vayas, respeta el modo de vida de los oriundos, consume en la medida de los habitantes del lugar y evita la acumulación de residuos.

10. Biodiversidad

Cultiva plantas autóctonas, ahorrarás agua y energía, y no dejes libre en la naturaleza especies foráneas (ni plantas ni animales). Respetas las especies de flora y fauna protegidas.