

# BIODIVERSIDAD RESPONSABILIDAD DE TODOS: Buenas prácticas para un consumo responsable en el hogar

Recomendaciones fáciles de recordar y que puedes llevar a cabo diariamente sin que esto signifique un gran cambio en tus hábitos, pero sí en el planeta. No olvides compartirlas con amigos, familiares y vecinos.

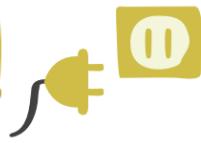
## Ahorro energético

La iluminación representa un 20% del consumo energético en el hogar.

- **Utiliza la luz solar** tanto como te sea posible.
- **Apaga todas las luces** que no necesites.
- Cámbiate a **bombillos ahorradores**.

El refrigerador consume cerca del 30% de la energía del hogar.

- **No guardes alimentos calientes** en el refrigerador, pues consumirá más energía para enfriarlos.
- **Evita abrir la puerta múltiples** veces durante la preparación de los alimentos, trata de obtener todo lo que necesitas de una vez, así evitarás que el frío se escape.



Desconecta todos los aparatos electrónicos cuando salgas de viaje, aunque sea corto.

Desconecta los aparatos eléctricos que no estés utilizando, éstos consumen un 40% de la energía en el hogar aunque no se estén utilizando.

- Televisores, equipos de sonido, cargadores de celular, tableta o computadora.
- Microondas, coffee maker, olla arrocera, licuadora, lavadora, secadora, etc.

Si utilizas el **aire acondicionado**, asegúrate que todas las ventanas y puertas estén cerradas.

Toma duchas cortas de 5 minutos, ahorrarás 100 litros en cada ducha.

Lava las frutas y verduras en un recipiente con agua y no bajo el grifo y con el agua corriendo.

Revisa constantemente las tuberías para detectar y reparar posibles fugas de agua.

En verano riega las plantas por las noches. Ésto hará el riego más eficiente evitando la evaporación del agua.

Prefiere los productos biodegradables, principalmente para limpieza y aseo personal.

Aplica las 5 R's:

- Rechazar,
- Reducir,
- Reutilizar,
- Restaurar,
- Reciclar.

Rechaza todo tipo de plásticos, usa tus propias bolsas de tela y botella para agua.

Composta tus desechos orgánicos.

## Ahorro del agua

Lava la ropa una vez por semana, usa cargas completas de la lavadora y evita el segundo enjuague.

Cierra la llave cuando te laves los dientes, ahorrarás 12 litros por minuto.

## Otras prácticas responsables

Compra tus alimentos a granel o lleva tus propios recipientes para evitar embalajes plásticos.

Pónte la meta de al menos un día a la semana utilizar transporte público, bicicleta, caminar o Carpool para viajar al trabajo.

# BIODIVERSIDAD RESPONSABILIDAD DE TODOS: Buenas prácticas para un consumo responsable en el trabajo

Recomendaciones fáciles de recordar y que puede llevar a cabo mediante un programa de revisión mensual o semestral. No olvide compartirlas con sus compañeros de trabajo.

## Instalaciones - AGUA

Recomendaciones fáciles de recordar y que puedes llevar a cabo mediante un programa de revisión mensual o semestral. No olvides compartirlas con tus compañeros de trabajo.

- Mantenga un plan de revisión de fugas de agua y cambie las tuberías en mal estado.
- Utilice servicios sanitarios ahorradores de agua.
- Instale un sistema de cosecha de agua de lluvia para su uso en sanitarios, jardines, lavado de equipos, etc.
- Utilice dispositivos aireadores en los lavamanos.
- Riegue los jardines por las noches, así evitará que se evapore el agua más rápidamente.
- Rotule los lavamanos, pilas y fregaderos para recordar el cierre de la llave mientras no se está utilizando.
- Incentive a sus colaboradores al ahorro constante de agua.



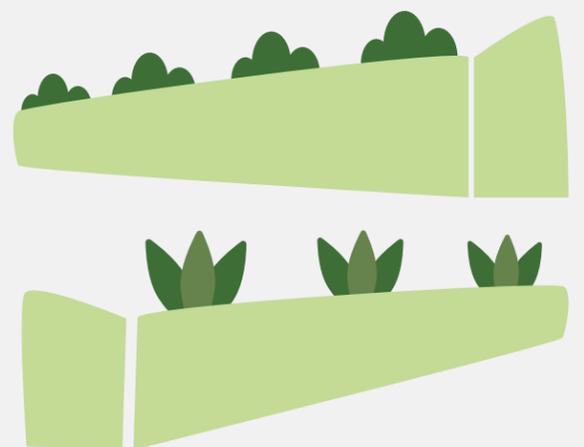
## Instalaciones - ENERGÍA

- Asegúrese que todas las instalaciones cuentan con iluminación natural y ventilación adecuada. Esto evitará el uso innecesario de iluminación natural y aires acondicionados.
- Cambia las luminarias por lámparas con luz led o bombillos ahorradores. Éstas no calientan y tienen una vida útil mucho más larga.
- No deposite a la basura las luminarias quemadas, recólcetelas y llévelas a un centro de acopio para que les den una disposición final adecuada.
- Aproveche los techos de parqueos e infraestructura para la instalación de paneles solares (infórmese sobre el financiamiento especial para empresas en su localidad).
- Rotule los apagadores de las oficinas para recordar que se apaguen las luces cada vez que se sale de la oficina.



## Instalaciones - ENTORNO

- Incorpore plantas y jardines en oficinas y espacios comunes, ayudan a la purificación del aire y mejoran hasta un 15 % la productividad del personal.
- Considere instalar jardines verticales para las paredes que reciben sol directo, ayudará a regular la temperatura y por lo tanto un ahorro en el uso de aires acondicionados.
- Utilice plantas nativas y que sirvan de alimento a aves e insectos polinizadores, estará ayudando a mejorar la biodiversidad local.
- Utilice calcomanías antichoque en los ventanales, evitará la muerte de muchas aves.
- Optimice la iluminación de exteriores para que no altere la fauna nocturna y sea eficiente para los peatones y vehículos.



# BIODIVERSIDAD RESPONSABILIDAD DE TODOS: Buenas prácticas para un consumo responsable en el trabajo

Recomendaciones fáciles de recordar y que puede llevar a cabo mediante un programa de revisión mensual o semestral. No olvide compartirlas con sus compañeros de trabajo.

## PROVEEDURÍA Y COMPRAS

- Adquiera únicamente productos registrados y autorizados, constatar que estén autorizados por los proveedores nacionales e internacionales y que cumplan con estándares ambientales.
- Compre productos de limpieza que sean biodegradables.
- Aplique y fomente la iniciativa km0: compra de productos locales.
- Compre papel reciclado con certificación FSC y de preferencia sin procesos de blanqueamiento.
- No compre más cantidad de insumos de los que puede utilizar antes de su fecha de caducidad.
- Coloque dispensadores de agua y motive al personal a llevar su propia botella reutilizable.
- Si tiene una refinería o comedor con venta de alimentos, evite la venta de refrescos y alimentos envasados en plástico y/o estereofón, si es del todo posible aplique la “cero tolerancia al plástico”.



## ALMACENAMIENTO Y BODEGAS

- Asegúrate que tengan iluminación natural y al menos un 20% de ventilación, preferiblemente natural.
- Los pisos deben tener un desnivel de un 1% hacia el sistema de detección de derrames.
- Asegúrate que exista un sistema de tratamiento para las aguas que se utilizan en el lavado de implementos y maquinaria agrícola.
- Revisa que siempre se realice el triple lavado a los envases de productos químicos antes de ser desechados.



## AGRICULTURA INTELIGENTE

- Planifica acciones y reorienta los sistemas agrícolas para un aumento sostenible en la productividad, adaptación y resiliencia ante el cambio climático y reducción de los gases de efecto invernadero.
- Procura modernizar los equipos informáticos y de laboratorio y procesamiento de manera que sean más eficientes.
- Programa capacitación constante tanto para los productores como al personal administrativo con respecto a buenas prácticas agrícolas, manejo de suelos, cosecha de agua, manejo adecuado de residuos sólidos, ahorro energético, etc.
- Asegúrate de la correcta aplicación de plaguicidas y el manejo adecuado de las aguas servidas.
- Asegúrate que en las plantaciones se respeten las áreas de protección de ríos y quebradas, la protección del recurso hídrico asegurará que dispongas de este recurso por más tiempo.

