

**RECOMENDACIONES DE COSAS SENCILLAS QUE PUEDES HACER EN TU VIDA COTIDIANA PARA NO CALENTAR LA TIERRA. SON PEQUEÑAS ACCIONES QUE HARÁN UNA GRAN DIFERENCIA.**

- 1 Con tan sólo un vaso de agua puedes lavarte los dientes.**  
No la desperdicies dejando la llave abierta todo el tiempo
- 2 Afina el motor** del coche por lo menos cada seis meses.  
Tu contribución de contaminantes disminuirá considerablemente.
- 3 No tires la botella de agua.**  
Puedes rellenarla con agua purificada varias veces .
- 4 Desecha las baterías y pilas inservibles adecuadamente.**  
Encuentra los contenedores especiales en las calles de tu ciudad o deséchalas aisladas dentro de una botella sellada o un frasco.
- 5 Muévete en bici o a pie.**  
Además de no contaminar, te mantendrás en forma.
- 6 No uses el coche para trayectos cortos.**  
El primer kilómetro contamina dos veces porque el motor está frío.
- 7 Cambia los focos comunes por unos de bajo consumo.**  
Cuestan un poco más pero a la larga ahorran dinero y energía.
- 8 ¡Apágala! No dejes ningún aparato eléctrico encendido.**  
Desconecta los aparatos que no uses, el modo de espera también consume energía.
- 9 Comparte el coche** con otras personas que vayan al mismo lugar o zona que tú.
- 10 Organiza un grupo ecológico con tus amigos**  
para concienciar a la gente a su alrededor de lo que podemos hacer por este planeta.
- 11 Las Azoteas Verdes** son una excelente alternativa para tener plantas aunque no tengas un jardín; le darás un pulmón a tu ciudad.
- 12 Planta un árbol** al menos una vez en tu vida.
- 13 Busca productos biodegradables**  
Garantizan ser libres de químicos, pesticidas y herbicidas.

- 14 No uses cloro. El es un veneno celular fortísimo.**  
Para la desinfección del W.C. y baño, puedes usar vinagre o bicarbonato sódico.
- 15 Elimina de tu vida los desechables.**  
Cambia los vasos y platos de unicel por unos de vidrio, cerámica o melamina. 300 vasos de unicel de un año tardan 100 años en degradarse.
- 16 Imprime en ambos lados del papel.**  
Ahorrarás bastante dinero y el consumo de papel se reducirá En un 50%. Menos papel consumido, menos árboles sacrificados
- 17 Separa los desechos.** Los desechos orgánicos, el aluminio, el papel, el PET deben desecharse en bolsas por separado. ¿Sabías que se considera estos “desechos” re-utilizables sólo se consideran “**basura**” cuando están mezclados?
- 18 Una gota por segundo que se fuga,** llena una cubeta de 30 litros al final del día. Repara de inmediato cualquier fuga en tu casa, en la oficina o la escuela.
- 19 EL Agua no es un recurso renovable.**  
**Beber dos litros de ella al día embellece, desperdiciarla, empobrece.**
- 20 Aprende y enseña** a los demás a depositar la basura siempre en su lugar. **Busca los botes, carga una bolsita en el auto.**  
Una calle llena de basura contamina el aire, el paisaje y tu estado mental.
- 21 Apaga el monitor cuando no uses la computadora**