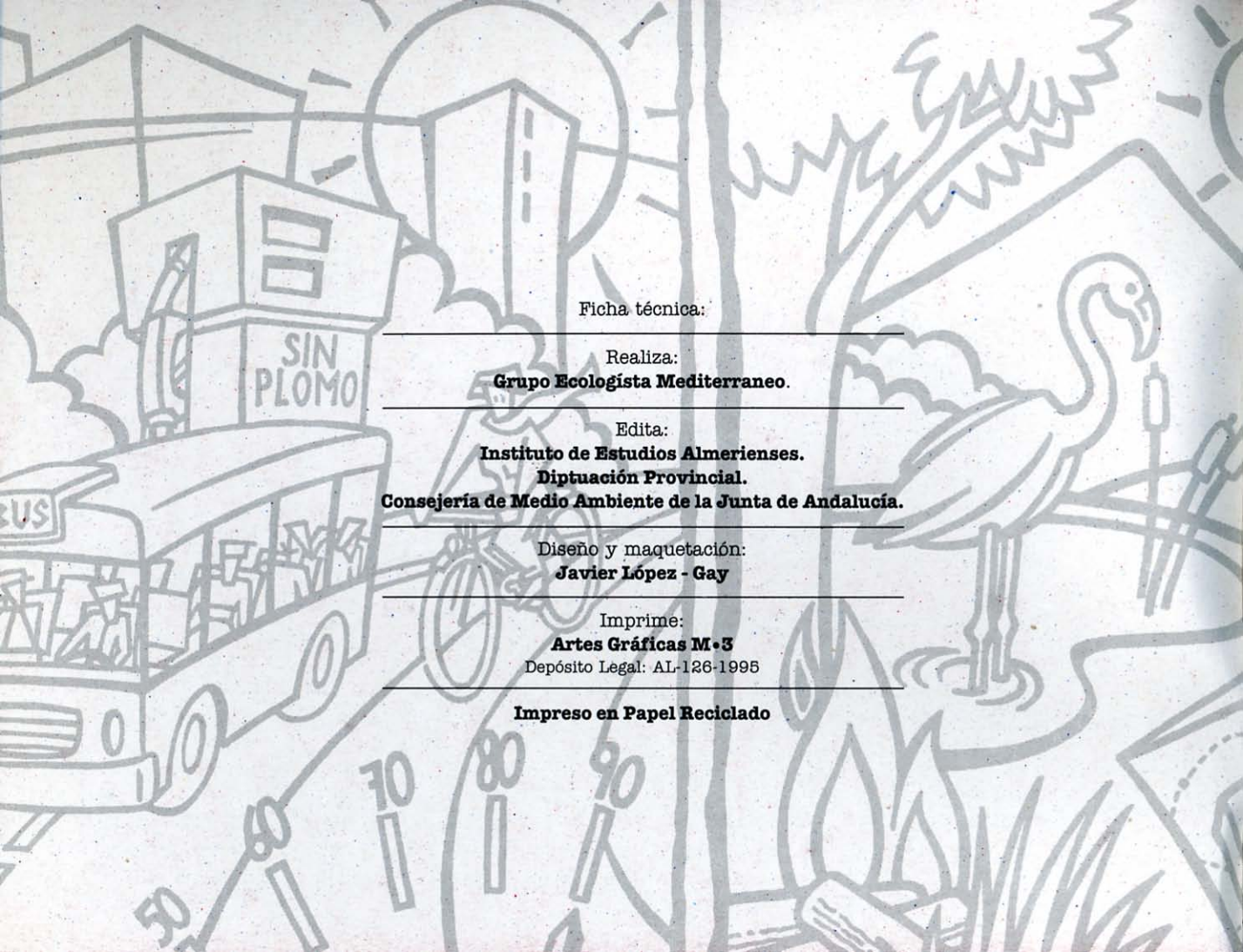


45



*Cosas que los
Almerienses podemos hacer
por el Medio Ambiente*



Ficha técnica:

Realiza:

Grupo Ecologista Mediterraneo.

Edita:

**Instituto de Estudios Almerienses.
Diptuación Provincial.
Consejería de Medio Ambiente de la Junta de Andalucía.**

Diseño y maquetación:

Javier López - Gay

Imprime:

Artes Gráficas M•3
Depósito Legal: AL-126-1995

Impreso en Papel Reciclado

45

*Cosas que los
Almerienses podemos hacer
por el Medio Ambiente*

GUIA
ESPACIOS
PROTEGIDOS



GRUPO ECOLOGISTA MEDITERRÁNEO



INSTITUTO DE ESTUDIOS ALMERIENSES
DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE ALMERÍA



JUNTA DE ANDALUCÍA

DELEGACIÓN PROVINCIAL DE LA CONSEJERÍA DE MEDIO
AMBIENTE DE LA JUNTA DE ANDALUCÍA

The background is a solid reddish-brown color. It features several faint, white line-art illustrations of various objects and people. In the top left, there is a person walking. In the top right, a person is riding a bicycle. In the center, there is a large, stylized fish. In the bottom left, there is a bus with the word 'BUS' on its front. In the bottom right, there is a stack of books or papers. In the bottom center, there is a glowing lightbulb. The large number '445' is the central focus of the image.

445

Cosas

Con la pretensión de ir más allá de los tradicionales consejos cívicos (no tirar papeles al suelo, depositar la basura en los contenedores a la hora correcta o recoger las "cacas" de su perro), hemos elaborado esta guía de propuestas y recomendaciones para que los almerienses sepamos actuar de forma más responsable y solidaria con nuestro entorno y asumamos que multitud de actuaciones de nuestra vida cotidiana (apagar la luz, cerrar el grifo o tomar el autobús) tienen una gran incidencia en la conservación del medio ambiente.

que los Almerienses podemos hacer por el Medio Ambiente

Aunque las sugerencias que planteamos están basadas en acciones sencillas e inspiradas en el sentido común, es normal que para la mayoría de los ciudadanos supongan algún esfuerzo extra o incomodidad añadida al tener que modificar ciertos hábitos muy arraigados, aunque poco "ecológicos", y es precisamente a estos ciudadanos a los que principalmente nos dirigimos, porque si conseguimos aunar "pequeñas" aportaciones individuales en favor del medio ambiente, lograremos mejorar nuestra calidad de vida y asegurar un futuro para las próximas generaciones.

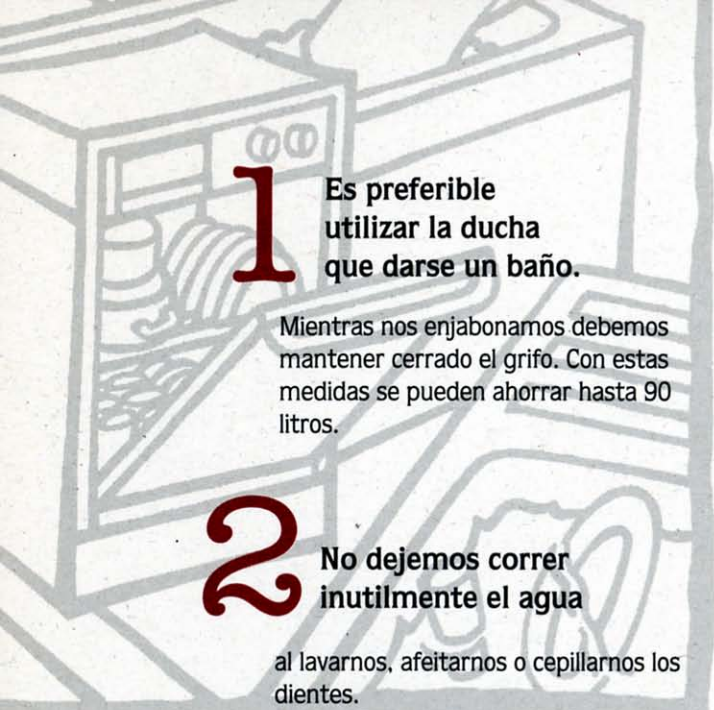
Para Ahorrar **A** *gua*





Nuestra Provincia se abastece principalmente de aguas subterráneas que sufren una grave sobreexplotación, hipotecando el desarrollo social y económico de Almería. Paradójicamente, a pesar de nuestra histórica escasez de precipitaciones y de la sequía actual, los almerienses consumimos más agua que ciudadanos de otras provincias con mayores recursos.

Además, su gestión, calidad y el aumento de tarifas está suponiendo un creciente foco de conflictos que desvían la atención del problema real: el agua es un bien escaso y, como tal, habrá que empezar a pagar su justo precio. Esto es lo que podemos hacer para no derrocharla:



1

Es preferible utilizar la ducha que darse un baño.

Mientras nos enjabonamos debemos mantener cerrado el grifo. Con estas medidas se pueden ahorrar hasta 90 litros.

2

No dejemos correr inutilmente el agua

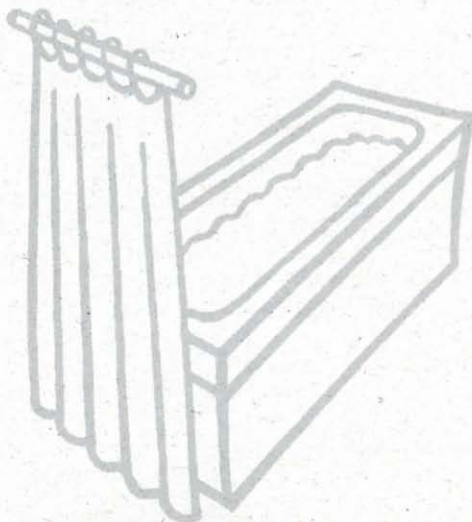
al lavarnos, afeitarnos o cepillarnos los dientes.

Al fregar los platos procura llenar el fregadero, tapar y cerrar el grifo. Se ahorran hasta 50 litros en cada fregado. Una forma eficaz de ahorro consiste en introducir una botella llena en la cisterna para subir el nivel o instalar difusores en los grifos.

3

Revise los grifos que goteen y cisternas que pierdan agua.

Si va a cambiar griferías o sanitarios, infórmese sobre los nuevos modelos que incorporan mecanismos de bajo consumo, regulación de la temperatura del agua, presión, WC selectivos...



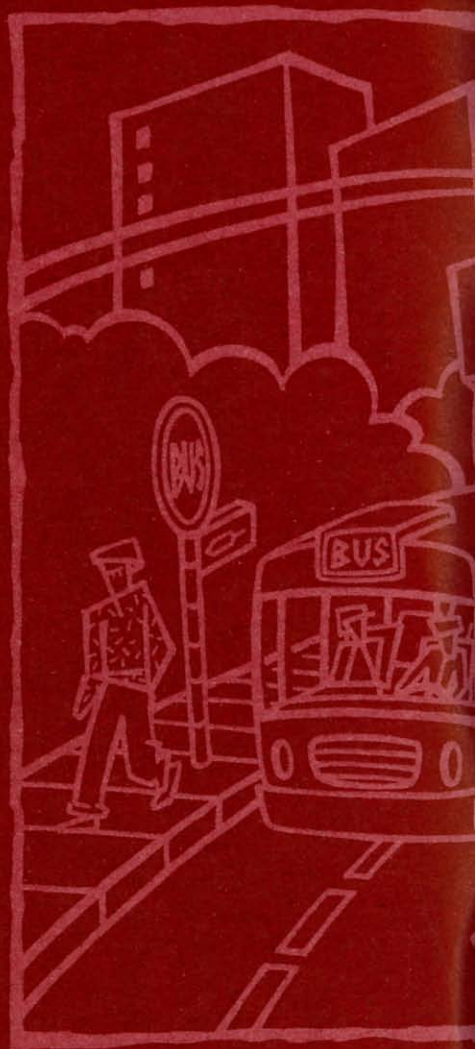
4 Evitemos arrojar al retrete o fregadero objetos o sustancias no apropiados:

colillas, aceites, barnices, pinturas etc., que dificultan la depuración del agua. Es preferible echarlos en un recipiente y tirarlos a la basura. Asimismo, utiliza detergentes no agresivos de los que existen en el mercado y no abuses de la lejía ya que rompe el equilibrio bacteriano del agua.

5 Utilice únicamente la lavadora y el lavavajillas cuando estén llenos.



Al Usar el Transporte





En el contexto actual, resulta difícil plantear que nuestra sociedad renuncie al automóvil, pero podemos utilizar este medio de forma más racional de lo que habitualmente lo hacemos, ya que los automóviles son uno de los factores que más contaminación y molestias producen a los ciudadanos (ruidos, atascos, humos, ocupación de aceras...).

Podemos contribuir a reducir la contaminación que origina el transporte rodado siguiendo estos consejos:



6 Si tiene que recorrer distancias pequeñas, camine.

Es más saludable y nada contaminante. Si utiliza la bicicleta, hágalo con mucha precaución, ya que al no existir «carriles bici» existe un grave riesgo de atropello.

7 Use preferentemente el transporte colectivo.

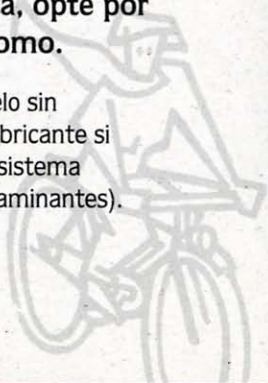
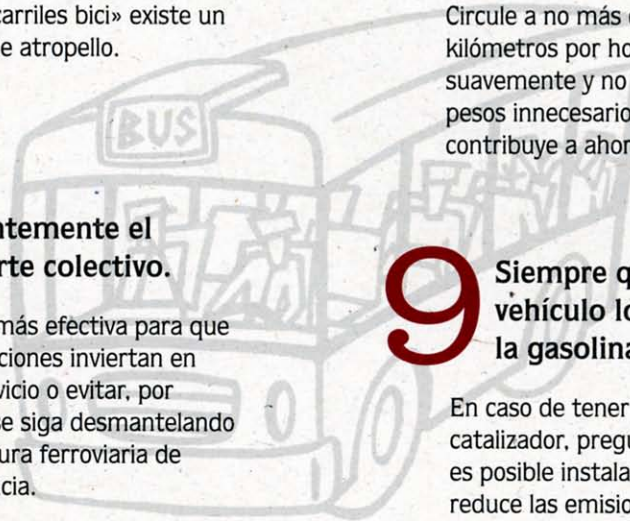
Es la manera más efectiva para que las administraciones inviertan en mejorar el servicio o evitar, por ejemplo, que se siga desmantelando la infraestructura ferroviaria de nuestra provincia.

8 Utilice mejor su automóvil.

Procure compartir coche con compañeros de trabajo, vecinos, amigos...
Circule a no más de 90 o 100 kilómetros por hora, conduzca suavemente y no cargue el coche con pesos innecesarios. Todo ello contribuye a ahorrar combustible.

9 Siempre que su vehículo lo admita, opte por la gasolina sin plomo.

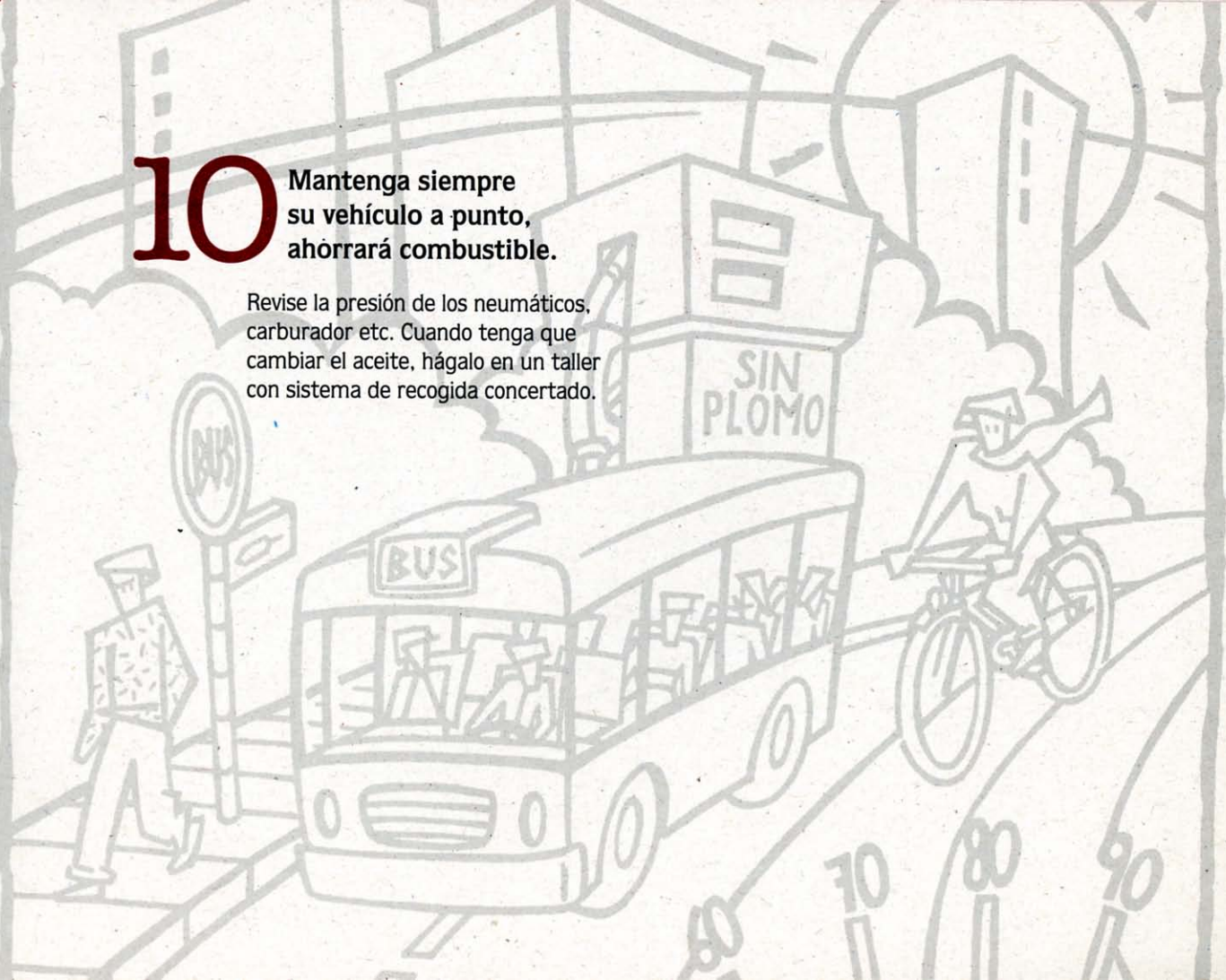
En caso de tener un modelo sin catalizador, pregunte al fabricante si es posible instalarlo (este sistema reduce las emisiones contaminantes).



10

Mantenga siempre su vehículo a punto, ahorrará combustible.

Revise la presión de los neumáticos, carburador etc. Cuando tenga que cambiar el aceite, hágalo en un taller con sistema de recogida concertado.



Para Ahorrar **E** *nergía*





La producción de energía eléctrica mediante la combustión de carbón y petróleo en centrales térmicas como la de Carboneras, está provocando consecuencias sobre el medio ambiente que no nos detenemos a pensar: lluvias ácidas, efecto invernadero, mareas negras etc.

La alternativa de la energía nuclear también presenta grandes inconvenientes: contaminación y residuos radioactivos. Desafortunadamente no existe una apuesta decidida por las energías renovables como la solar o la eólica, que tantas posibilidades tendrían en nuestra provincia. Intenta seguir las siguientes propuestas:

11

Aproveche el sol.

En una provincia como Almería, con el mayor número de horas de sol anuales de toda Europa, abra cortinas y visillos y aproveche la luz solar hasta el límite.

12

Apague luces y aparatos eléctricos cuando no los utilice.

Son muy pocos los que necesitan un funcionamiento continuo.

13

Existen lavadora y lavavajillas que economizan electricidad, agua y detergente. Infórmese.

En ambos casos, salvo que el contenido esté muy sucio, emplee programas en agua fría o baja temperatura.

14

Aisle su casa.

Ahorrrá calefacción en invierno y gastos de refrigeración en verano, además de librarse de las molestias del ruido (doble acristalamiento, burletes en puertas y ventanas, persianas, cortinas, etc.) Si usa sistema de calefacción, la temperatura de la casa no debe superar los 20 grados, y 16 por la noche. Regule la temperatura con termostatos.

15

Utilice preferentemente ventiladores de techo. Si opta por el aire acondicionado, úselo correctamente.

Los ventiladores de techo ahorran más del 90 por 100 de energía. Si tiene un aparato de aire acondicionado regúlelo en torno a los 25 grados. Recuerde que diferencias de temperatura con el exterior superiores a los 12 grados no son saludables. Instale toldos y persianas para impedir las radiaciones directas del sol.

16

Opte por el gas.

Para obtener agua caliente y cocinar utilice el gas, es más económico y ecológico.

Si tiene cocina eléctrica, apague la placa o el horno antes de terminar la cocción.



18

Evite pérdidas de energía en el frigorífico.

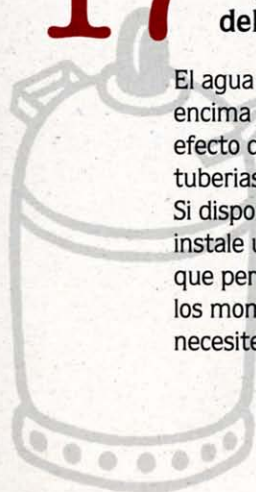
Debe ser descongelado cuando sea necesario porque la capa de hielo aumenta el consumo un 30 por 100. Verifique que cierra bien, no lo abra inutilmente y no introduzca alimentos calientes. Debe estar alejado de focos de calor (sol, horno, calefacción....).

17

Regule la temperatura del agua.

El agua excesivamente caliente, por encima de los 60 grados, provoca un efecto de corrosión y obstrucción en las tuberías.

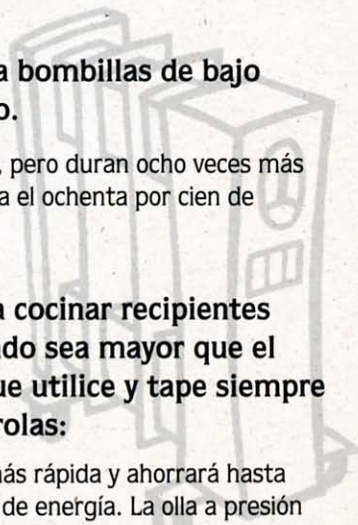
Si dispone de calentador eléctrico, instale un pequeño reloj programador que permite conectar el termo sólo para los momentos del día en los que necesite agua caliente.



19

Adquiera bombillas de bajo consumo.

Son más caras, pero duran ocho veces más y ahorran hasta el ochenta por cien de energía.



20

Use para cocinar recipientes cuyo fondo sea mayor que el fuego que utilice y tape siempre las cacerolas:

la cocción es más rápida y ahorrará hasta un 20 por 100 de energía. La olla a presión es el mejor sistema por su rapidez.

Como **C**onsumidores y Usuarios





La actual sociedad de consumo tiene una incidencia ambiental tremendamente negativa debido a la utilización ilimitada de recursos y a la generación masiva de residuos, que, a la vez, favorece el subdesarrollo de amplias zonas del planeta. Con pequeños gestos cotidianos, como los que siguen, podemos reducir la sobreexplotación de las materias primas.



21

Compremos las cosas que realmente necesitamos

sin dejarnos arrastrar por el "bombardeo" de la publicidad, proliferación de comercios "todo a veinte duros" o modas impuestas.

22

En alimentación es preferible consumir productos generados en el propio entorno.

Tienen la ventaja de ser más frescos, requieren menos envoltura y potencian la economía de la Provincia (por ejemplo, embutidos de Hijate o de los Vélez, setas de Alicún, naranjas del Andarax o Almanzora, patatas de Níjar y un largo etcétera).

23

Adquiera productos de alimentación biológicos.

Cuanto mayor sea la demanda más se potenciará este tipo de producciones. Con ello mejoraría la calidad de los alimentos, se evitaría el empobrecimiento de los suelos, la contaminación por plaguicidas y se beneficiaría nuestra salud.

24

Cuando compre productos elaborados, observe su composición.

Elija siempre los que no contengan o, al menos, los que menos aditivos lleven.

25 Vaya a la compra con carrito o bolsa de tela.

Procure evitar las bolsas de plástico que ofrecen en los comercios o reutilícelas en posteriores compras.

26 Evite los envases innecesarios o superfluos.

Muestre una constructiva oposición a la proliferación de productos frescos (embutidos, quesos, vegetales, etc) ya envasados en bandejas de poliestireno expandido (coloquialmente «corcho blanco»). Esta tendencia destruye puestos de trabajo, contamina y genera más residuos.

27

No consuma inmaduros.

Lo que le ofrecen como «chanquete» en pescaderías, restaurantes o bares son realmente inmaduros de sardina, jurel, salmónete, boquerón y otras especies que, al no llegar a su estado adulto, no pueden reproducirse, por tanto su pesca y consumo supone un grave riesgo para la supervivencia de la especie.

Al ser ilegales carecen de control sanitario y se deterioran rápidamente; para conservarlos, se utilizan sustancias dañinas para la salud, como el formol, el ácido bórico e incluso la orina. Si se lo ofrecen, rechácelo.

28

Elija los envases de vidrio frente a los de plástico o de aluminio (latas de bebida).

La fabricación de éstos últimos entraña un fuerte consumo de energía y una considerable contaminación. Prefiera los cartones de bebida grandes (un litro o litro y medio) a los «minis».

29 Procure no adquirir aparatos que funcionen únicamente con pilas

(juguetes, calculadoras...), ya que las sustancias que contienen, principalmente las denominadas "pilas botón" (mercurio, cadmio...), son muy peligrosas y pueden volver a nosotros al filtrarse a través de la tierra y llegar a las aguas subterráneas que luego consumimos. Existen en el mercado "pilas verdes", de bajo contenido en sustancias tóxicas.

30 No compre muebles o adornos hechos con maderas tropicales

(caoba, teca, ébano...), una de las causas de la deforestación de selvas como la Amazónica, principal pulmón de oxígeno de la tierra.

31 Evite adquirir productos elaborados con especies salvajes.

Marfiles, corales, plumas exóticas o pieles de animales, ya que se pone en peligro la supervivencia de valiosas especies.

32 Elija cosméticos que no hayan sido testados o probados en animales.

Existen en el mercado cada vez más productos (cremas, lociones de belleza...) que cumplen este requisito y lo reflejan en su publicidad.

33 Utilice los contenedores de vidrio y papel.

Si en tu barrio o municipio no existen contenedores, exige al Ayuntamiento que los instale.

34

No arroje nunca las pilas a la basura, sobre todo las denominadas "botón".

Devuélvalas al establecimiento donde las adquirió o aproveche alguna de las campañas de recogida de pilas que organizan entidades públicas o privadas para depositarlas en los pequeños contenedores dispuestos para este fin.

36

Reutilice el papel ya usado y adquiera papel reciclado

Para escribir por la otra cara, para hacer cuadernos de notas, para que dibujen los niños... Existe en el mercado una amplia oferta: sobre, papel para fotocopias e impresoras, cuadernos,... de buena calidad y precios competitivos.

35

Antes de desechar muebles, electrodomésticos o enseres, infórmese

Existen algunas asociaciones o cooperativas que los recogen gratuitamente para su arreglo y posterior venta.

37

Evite los productos de usar y tirar,

como menaje (vasos, cubiertos, papel cocina...), cámaras fotográficas...

Al **L** *impiar*





Ser limpios y curiosos está muy bien, pero no hay que caer en la obsesión de adquirir productos de limpieza para cada cosa (para los platos, para la encimera, para el suelo, para el fregadero, para el horno, para el WC, etc.).

La mayoría no son estrictamente necesarios y sus efectos son nocivos para el medio ambiente. Sin llegar a limitarte al agua, el estropajo y el jabón, ten en cuenta estas recomendaciones:

38 Evite principalmente los productos de limpieza más perjudiciales

como limpiahornos, desatascadores, ceras líquidas y, sobre todo, los que se presenten en forma de aerosoles. Sustitúyalos por algo tan simple y eficaz como agua, jabón, vinagre y bicarbonato, o por preparados comerciales que tienen como base productos naturales.

39 Decídase por los productos concentrados,

detergentes, suavizantes a los que se agrega agua. Son más fáciles de transportar y generan menos residuos.

40 Utilice detergentes que no contengan fosfatos

y, en todo caso, siempre en su medida justa, sin abusar de la cantidad.



En tu Tiempo **L** *ibre*





Almería tiene un medio natural especialmente frágil y fácilmente erosionable, que se va degradando a pasos acelerados por factores naturales, pero, sobre todo, por la actuación humana. Para que cuando lleguen los fines de semana o vacaciones la naturaleza no "tiemble", sigue estas pautas:

41 En tus visitas al campo o la playa evita acciones como:

maltratar la vegetación; ahuyentar la fauna; arrojar desperdicios; recolección indiscriminada de plantas, nidos, fósiles, minerales, etc.; contaminación de aguas de acequias, riachuelos, fuentes o manantiales; cambiar el aceite o lavar el coche; tirar escombros o practicar «rallies» con los vehículos.

42 Respeta la propiedad y los cultivos

Bancales, cortijos, pozos, aljibes y huertos no están ahí para que se arrasen. Cumplen una función de mantenimiento, equilibrio y conservación del medio rural y son la base o complemento de economías familiares.

43 Extrema las precauciones para evitar incendios forestales.

Con las actuales condiciones de sequía, el riesgo de incendios forestales es extremado.

Bajo ningún concepto enciendas fuegos, arrojes colillas o vidrios (que pueden hacer un efecto de lupa). Volvamos a la costumbre de llevar la comida hecha al campo (tortilla de patatas, filetes empanados, ensaladas, bocadillos...), o conozcamos la rica gastronomía de nuestros pueblos (gurullos, choto en ajillo, patatas a lo pobre, migas, fritá...). Si detecta algún incendio, avise inmediatamente a la guardería forestal o Guardia Civil.



44

Cuando visites espacios naturales protegidos,

observa escrupulosamente la normativa, señalizaciones e indicaciones de los guardas.

45

Asóciese, participe, colabore y eduque.

En asociaciones de vecinos, consumidores, ecologistas, de ayuda a los países subdesarrollados.... Cuanto más organizada esté la sociedad, más capacidad de influencia tendrá sobre los responsables políticos a la hora de intentar resolver los problemas medioambientales.

Haga una labor de educación ambiental entre sus hijos, familiares, amigos y compañeros.

REALIZACIÓN



GRUPO ECOLOGISTA MEDITERRÁNEO

Sede: Capitán García Andújar, 2 1º izq. (Avda. Vilchés) Almería
Correspondencia: Apartado de correos 540 04080 Almería
Teléfono y fax: (950) 24.33.38

PATROCINA



INSTITUTO DE ESTUDIOS ALMERIENSES DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE ALMERÍA

Departamento de Ecología y Medio Ambiente
Navarro Rodrigo, 17 04071 Almería
Teléfono: (950) 21.12.16 • Fax: (950) 26.97.85



JUNTA DE ANDALUCÍA DELEGACIÓN PROVINCIAL DE LA CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE DE LA JUNTA DE ANDALUCÍA

Centro Residencial Oliveros, Bl. singular, 2ª planta 04071 Almería
Teléfono: (950) 27.70.12 • Fax: (950) 23.08.98