



BUENAS PRÁCTICAS PARA LA REDUCCIÓN DE RESIDUOS

**“El mejor residuo es el
que no se produce”**

sogama





EN EL

TRABAJO



EN EL TRABAJO



Imprime **únicamente** las páginas que precisas y por las dos caras.



Utiliza el **papel usado** para borradores.



Devuelve los **cartuchos vacíos** al proveedor para que los rellene.



Lleva tu propia **taza o vaso** de casa.

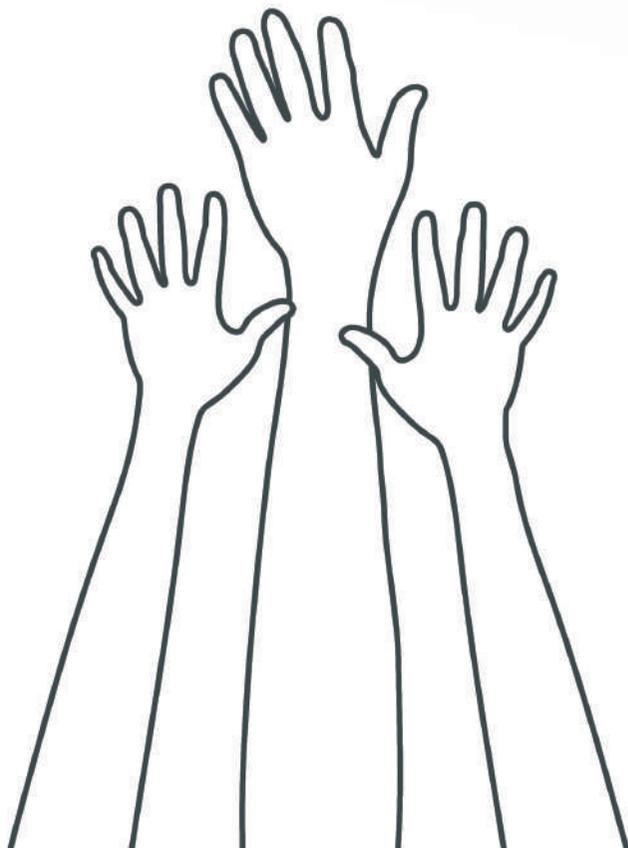


Dona los **equipos electrónicos** a organizaciones que pueden darle una segunda vida. Contribuirás a luchar contra la brecha digital.



Opta por material de oficina **recargable** que pueda durar mucho tiempo.





**EN LA
ESCUELA**

**O CENTRO
EDUCATIVO**



EN LA ESCUELA O CENTRO EDUCATIVO



Antes de lanzarte a comprar material educativo nuevo, comprueba el estado en el que se encuentra el del curso anterior. **Seguro que hay cosas que se pueden reutilizar.**



Si necesariamente tienes que adquirirlo, opta por uno **resistente y de larga duración.**



Aprovecha al máximo el papel. Escribe por **ambos lados.**



Lleva tu tentempié en **un tupper** y la bebida en una cantimplora. Evita el uso de plásticos y papel de aluminio.



EN LA
COMPRA





EN LA COMPRA



Haz una lista de la compra y cíñete a la misma. Evitarás el desperdicio de productos por los que has pagado y ahorrarás dinero.



Apuesta por los productos **locales y de temporada.**



Prioriza los **artículos a granel.** El embalaje representa el 23% del peso de nuestros residuos domésticos y una parte importante del volumen de las bolsas de basura.



Opta por aquellos que lleven **menos envase y embalaje** y evita los desechables de un solo uso.



EN LA COMPRA



Da preferencia a **las bolsas reutilizables**. Las de un solo uso se utilizan durante un promedio de 20 minutos antes de ser desechadas. Asimismo, las de plástico, si no se gestionan correctamente, pueden acabar en el entorno, donde permanecen hasta 400 años.



Elije productos con **etiquetas ecológicas**, ya que garantizan la calidad de los mismos, así como su reducido impacto en el medio ambiente a lo largo de su ciclo de vida.



**EN EL
TIEMPO
DE OCIO**





EN EL TIEMPO DE OCIO



Si vas a preparar una celebración, **calcula lo que precisas** y evita la compra excesiva de comida y elementos de decoración.



Si asistes a una celebración, opta por **obsequios "desmaterializados"**: suscripciones, entradas para el cine o para un concierto, clases de cocina, etc.



Cuando vayas de **picnic**, lleva recipientes herméticos para la comida y cubiertos reutilizables de metal. Olvídate del plástico de usar y tirar.



Usa pilas **recargables**.

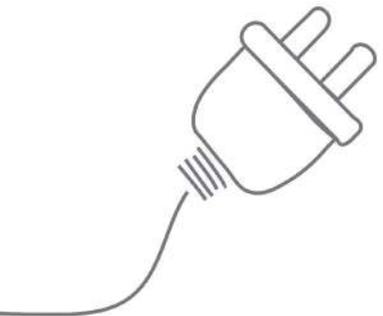


EN EL TIEMPO DE OCIO



¿La jardinería o el cultivo de productos en el huerto son tus hobbies? Valora la posibilidad de hacerte con un **compostador**, o bien fabrica el tuyo propio para depositar en el mismo los restos vegetales y restos de alimentos. Producirás un abono natural de alta calidad y con excelentes propiedades fertilizantes para tu huerto o jardín.





EN CASA



EN CASA



Inclínate por los **productos duraderos**. Por ejemplo, los paños de limpieza, maquinillas de afeitar, etc.



Ajusta las raciones al **número de comensales**.



Cocina **alimentos frescos**. No solo comerás más sano y saludable, sino que ahorrarás una gran cantidad de desperdicios de envase y embalaje.



Aprovecha las sobras para la elaboración de **nuevos menús**.





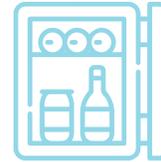
EN CASA



Diferencia entre **fecha de caducidad** y **fecha de consumo preferente**. La primera indica el momento en el que un artículo puede representar una amenaza para la salud. La segunda, el momento en el que puede perder propiedades (textura, sabor, olor), pero no supone riesgo para la salud.



Llena una **jarra con agua** del grifo. Evitarás el consumo de botellas plásticas.



Pon orden en **tu nevera y despensa**. Coloca los artículos perecederos en la parte delantera para verlos mejor y consumirlos en plazo.



Recuerda que las **bombillas** de bajo consumo consumen un 80% menos de electricidad y duran de 6 a 8 veces más.



EN CASA



Reutiliza y repara los **aparatos eléctricos** y electrónicos tanto como te resulte posible y, cuando ya acaben su vida útil, llévalos al punto de recogida autorizado.



Dale una **segunda vida a la ropa** que ya no quieras regalándola a amigos, familiares o bien a asociaciones benéficas.



Recurre a los productos de **aseo personal** sólidos -por ejemplo, jabón en lugar de gel de ducha-. Tiene menos embalaje.



Antes de tirar un objeto, evalúa su posible **reutilización** por ti o por otras personas.

1 Opta por **bolsas reutilizables**

2 Evita el **desperdicio** alimentario

3 Compra **a granel**

4 Opta por productos **recargables**

5 Bebe agua del **grifo**

6 Restringe el uso de la **impresora**

7 Aprovecha el **papel** y utilízalo por ambas caras

8 Empieza a **compostar** la materia orgánica

9 **Dona ropa** que ya no uses

10 **Repara** bienes y electrodomésticos



**10 BUENOS HÁBITOS
PARA REDUCIR
LOS RESIDUOS EN
LA VIDA DIARIA**

