

Un día sostenible

Te damos **10** sencillos trucos para ser sostenible en el día a día.
Verás que cuidar el medio ambiente es más fácil de lo que parece.



En la cocina, no olvides cerrar bien la puerta del frigorífico, descongelar los alimentos antes de cocinarlos y aprovechar el calor residual para acabar la cocción.



Muévete en transporte público o comparte coche, siempre que sea posible. Y si las distancias no son largas, usa la bicicleta o camina, mucho más saludable.



En el trabajo, utiliza el aire acondicionado lo menos posible, aprovecha la luz natural e imprime solo lo imprescindible.



Si vas a comer al parque asegúrate de dejar el lugar como lo encontraste.



Separa y recicla:
a. Contenedor azul: papel y cartón.
b. Contenedor verde: vidrio.
c. Contenedor amarillo: envases



Dona ropa, libros, juguetes y otras cosas que ya no utilices.



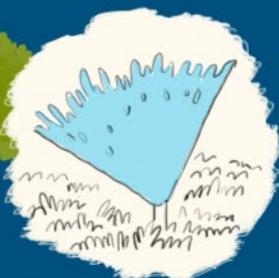
Haz la compra con tu cesta, carrito o bolsa de tela, reutiliza las bolsas de plástico y elige productos sin embalaje innecesario.



Limpia regularmente el filtro de la lavadora y plancha primero la ropa que necesita menos temperatura.



Elige bombillas de baja potencia e instala detectores de presencia para ahorrar en luz.



Riega el jardín por goteo o por aspersión y elige especies que necesiten poca agua.