

ECO-IDEAS ADEGA



Consellos e ideas educativas para pasar na casa a corentena do Covid19



ACTIVIDADE: REDUCIR A CANTIDADE DE RESIDUOS QUE XERAMOS NA NOSA VIVENDA

Aproveitemos este ocasión para descontaminar o mundo, dende ADEGA propoñemos unha serie de ideas para modificar os hábitos no eido dos residuos. Na seguinte ficha hai unha actividade moi sinxela para comezar a reducir.

Aceptas o reto?

Cóntanos os teus trucos para reducir residuos.

Aprendamos en comunidade!! Se tes dúbidas sobre algún residuo, envíanos a pregunta a: residuos@adega.gal

Fase 1. Diagnose

Imos partir de que nas nosas casas xa estamos a facer unha separación dos residuos. Antes de nada imos lembrar que nos concellos **da Manc. Concellos Serra do Barbanza e a área metropolitana da Coruña** a separación é vidro, papel, resto e embalaxes (xunto) e restos orgánicos.

No resto dos concellos galegos a separación é vidro, papel, embalaxes e resto (onde incluímos o orgánico). Se vives nalgún destes concellos, a prioridade é a separación dos residuos orgánicos: Ames, Pontecesures, Rois, Carnota, Noia, Muros, Brión, Lousame, Porto do Son (Barbanza) e A Coruña Abegondo, Arteixo Bergondo, Betanzos, Cambre, Carral, Culleredo e Oleiros.

Vídeo: <https://vimeo.com/8945813>

Resto de concellos galegos: Modelo de SOGAMA.



PRIMEIRO: Iremos observar os diferentes recipientes. Onde temos máis lixo?
Anotamos cal é o máis cheo.

1.

2.

3.

4.

E cal pesa máis?

1.

2.

3.

4.

DAFASFASF

FAFADFADSFAD

FAFADFASFDF



SEGUNDO: Imos levar o lixo a cada colector e comezar de cero. Agora temos todos os caldeiros baleiros e imos contabilizar o lixo que xeramos durante cinco días; Imos anotar o tipo de lixo que xeramos nunha táboa e se podemos prescindir del. O máis sinxelo é tomar notas 3 veces ao día (despois de almorzar, despois de comer e despois de cear).

Exemplo:

Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
1	Almorzo	Monda de laranxa Bolsa- rede da laranxa Paquete de bolachas Brick do leite Coitela de afeitar desbotable	Non Si Si Si si
	Xantar	Restos orgánicos (mondas, osos...) Gardanapos de papel Lata de coca - cola	Non Si si
	cea	Vaso do iogurte Restos orgánicos (mondas, osos...)	Si Non



Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
1	Almorzo		
	Xantar		
	cea		



Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
2	Almorzo		
	Xantar		
	cea		



Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
3	Almorzo		
	Xantar		
	cea		



Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
4	Almorzo		
	Xantar		
	cea		



Día		Tipo de lixo	Pódese evitar?
5	Almorzo		
	Xantar		
	cea		



FASE 2: Reflexión

Pregunta: Cal dos caldeiros foi o primeiro que houbo que levar ao colector?

Busca os cinco residuos que máis se repitan.

Esríbeos e apunta se é posible evitalos e como o farías.

FASE 3: Reducir. Unha vez que temos identificados os diferentes tipos de residuos imos anotar unha serie de consellos para reducilos. Aceptas o reto?

1. Planifica ao ir á compra.

- Leva o carriño, unha ou máis bolsas reutilizábeis e varias friameiras (tappers) para meter a carne e o peixe.
- Fai unha lista da compra.
- Vai mercar co estómago cheo (así non caemos en tentacións).
- Intenta mercar en tendas de barrio ou en mercadiños. Son produtos de proximidade.
- Prioriza as tendas con venta de produtos a granel. Os mercadiños de produtores locais sempre son a mellor opción.



2. Residuos orgánicos:

Son inevitables, os residuos orgánicos non son residuos, pódense transformar en compost (abono) e os devolvemos á terra.

Se tes un xardín ou horta podes poñer un composteiro ou construílo.

- Guía de compostaxe

http://adega.gal/media/documentos/manual__compostaxe.pdf

- Vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=dZGI4bNDUJs&feature=youtu.be>

Se estás nunha vila ou cidade podes solicitar no teu concello que instalen un composteiro comunitario.

http://adega.gal/media/documentos/Coneces_as_posibilidades_da_compostaxe._web.pdf

3. Vidro

É o mellor dos envases, é fácil de reciclar e ademais pódese reutilizar.

4. Papel

O papel é fácil de reciclar pero é importante reducir o seu uso. Na Galiza as plantacións de eucaliptos son para fabricar pasta de papel. As plantacións de eucalipto fan que perdamos biodiversidade e aumentan o risco de incendio forestal.

- Evita usar gardanapos de papel, úsao de tea, podes coller unha camisola vella e facer gardanapos para toda a familia, incluso coserlle o nome ou bordar un debuxo!

- Usa o papel polas dúas caras e imprime só cando sexa necesario.



5. Embalaxes e plásticos

- Evita a sobre-embalaxe de produtos, bolachas, madalenas individuais, pizza. Aproveita este tempo aprendendo a facer biscoitos, bolachas e madalenas para almorzar e tamén a base da pizza.
- Bebe auga da billa, é potable e aforramos moitos envases.
- Reduce a cantidade de refrescos. Ademais de ter moito azucre, que é malo para a saúde, xeran moitos residuos.
- Non uses vaixela de usar e tirar, tampouco nas festas.
- Substitúe os limpadores polo ecolimpo (receita) e o xabrón da lavadora polo xabrón lagarto (dilúe unha pastilla de xabrón lagarto en 4 L de auga quente, garda nunha garrafa e xa está!) .
- En cósmetica evita os microplásticos, tamén podes facer a túa pasta de dentes.

Video:

- Ecolimpo: <https://youtu.be/P9QoXdRhMnA>
- Pasta de dentes: <https://youtu.be/-kddmad-c5I>

FASE 4: Cóntanos como foi a túa experiencia. Envíanos as respostas a residuos@adega.gal. Podes escribirmos ou enviarnos un vídeo.

Envíanos as tuas propostas!

- Conseguiches reducir os residuos?
- Cal foi o residuo máis difícil de desfacerte del? E o máis fácil?

***Se queres saber a túa pegada ecolóxica dos residuos podes cubrir a seguinte enquisa. Aquí tamén atoparas consellos interesantes.**

<https://emapic.es/custom/residuos-udc>