

# Eco-CONSEJOS

## PARA VACACIONES



## Antes de viajar

### PLANIFICAR EL VIAJE:

- Intenta encontrar alojamientos que utilicen energía solar, que cuenten con acceso en transporte público, comida ecológica, reciclaje de residuos y no estén ubicados en zonas de sobrecarga hotelera.
- Reduce al mínimo el uso del papel, cambia los folletos turísticos o los mapas por su formato en pdf.
- También puedes hacer lo mismo con las reservas de alojamiento, los seguros de viajes y los billetes de transporte; hay infinidad de aplicaciones para guardar esta información digital o las notas.

### HACER LA MALETA:

- Viaja con el equipaje imprescindible, a mayor peso de equipaje, mayor gasto en combustible. Esta regla se

cumple en cualquier tipo de vehículo, así que intenta minimizar todo lo posible.

- Opta por champús o geles ecológicos, que no contaminan el agua.
- Evita comprar los productos de 'formato viaje', emplean mucho embalaje para muy poco uso, puedes utilizar botes o contenedores rellenables que te servirán para muchos viajes.

### CERRAR LA CASA:

- Antes de irte de vacaciones desenchufa todos los dispositivos electrónicos.

## Durante el viaje

### ESCOGER EL TRANSPORTE:

- Evita los viajes cortos en avión. Los vuelos tienen una gran huella ecológica, puedes usar el tren o el bus en su lugar.
- Una forma de contaminar menos en la carretera es reducir la velocidad de nuestro vehículo para gastar menos gasolina.
- Comparte el viaje para reducir el impacto ambiental, es más divertido, compartes gastos y con la misma gasolina, viajan más personas.
- Viaja a primera hora de la mañana o a última de la tarde si vas en coche. A esas horas el calor no es tan intenso y te evitarás tener que conectar el aire acondicionado, ahorrando gasolina en tu trayecto.

# Eco-CONSEJOS

## PARA VACACIONES



## EN el destino

### EN EL ALOJAMIENTO:

- Cuida el agua, no la derroches. Cierra el grifo mientras te cepillas los dientes o te laves las manos.
- Puedes reutilizar toallas y ropa de cama para limitar el uso de detergentes.
- Separa tus residuos igual que haces en tu casa, no abandones tus buenos hábitos por irte de viaje.

### COME ALIMENTOS LOCALES:

- Intenta consumir alimentos de temporada y locales, que no hayan recorrido largas distancias para llegar hasta ti, además estarás apoyando económicamente a los productores locales.

### TRANSPORTE LOCAL:

- Para moverte de forma saludable, no contaminante y barata, puedes utilizar la bicicleta (puedes alquilar una) o ir a pie. Si las distancias a recorrer son muy largas utiliza el transporte público. Así se reducirá el humo que emite el coche, el tráfico, y además los niveles de ruido.

### PLAYA:

- Las duchas de la playa son sólo para quitarse el salitre. Jamás te duches en ellas con jabones o champús, que van directos a la arena.
- Escoge protectores solares naturales, de composición biodegradable. Se calcula que cada año hay entre 4.000 y 6.000 toneladas de protector solar que se desliza de la piel al mar, contaminando las aguas.

### EXCURSIONES:

- No dejes nada en el campo o la playa, si has podido llevarlo puedes traerlo hasta encontrar un contenedor. No dejes ningún residuo (bolsas, papel de aluminio, botes de bebidas, botellas plásticas).

### COMIDA Y BEBIDA:

- Intenta escoger alimentos poco contaminantes (frutas, bocadillos caseros, frutos secos, etc.).
- Intenta que todos los utensilios para transportar la comida y para comer sean reutilizables: tarteras, cubiertos, los vasos de los niños, la bolsa.
- Utiliza cantimploras o termos de acero inoxidable, son mucho más ecológicos que las botellas de plástico y las latas.
- Recoge todo. Siempre debemos dejar el lugar como lo hemos encontrado, o incluso mejor.

### FUMADORES:

- No dejes colillas en la naturaleza. Además del peligro de incendio, las colillas están hechas con acetato de celulosa, un material que tarda entre uno y diez años en descomponerse. También hay que considerar las consecuencias medioambientales ya que están impregnadas de sustancias altamente contaminantes (nicotina, alquitrán y amoníaco entre otras) que pueden llegar a las aguas subterráneas, ríos y mares.

¡felices vacaciones!