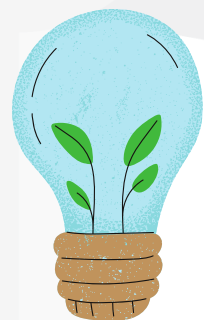


# O USO SOSTIBILE DA ENERXÍA

## BOAS PRÁCTICAS ENERXÉTICAS

Como parte dunha boa utilización da enerxía nos fogares, é conveniente seguir unha serie de prácticas que axuden a diminuír a cantidade de enerxía consumida e a promover o aforro enerxético.



Emprega **lámpadas de baixo consumo** e fluorescentes.

Utiliza **lucos equipadas con temporizadores** que se apaguen de forma automática ao saír da habitación.

**Apaga o lume 3 minutos antes** de acabar a coción para aproveitar a calor residual.



## A ENERXÍA

Calquera enerxía, independentemente do seu tipo, ben sexa procedente de fontes renovables ou de combustibles fósiles, **provén da natureza.**



Un **uso sostible da enerxía** e dos recursos contribúe á **redución** de emisións **de gases de efecto invernadoiro e do coidado do medio ambiente** e permite o melloramento da produtividade da zona, da inclusión social, e do benestar xeral.

**Configura a temperatura do frigorífico** no intervalo de 3 ° C a 7 ° C. (Por cada grao que se baixa a temperatura hai ata un 5% máis de consumo)



## O IMPACTO DA ENERXÍA

A produción de enerxía xera efectos que poden dar lugar a **GRAVES AFECCIÓNS MEDIOAMBIENTAS**, como por exemplo o quencemento global.

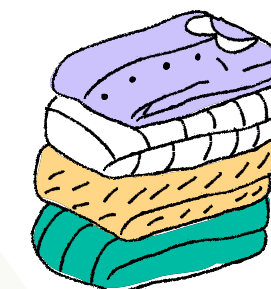


Ir en **bicicleta** é un medio de transporte rápido que che axuda a non contaminar, facer deporte, e a reducir o estrés acumulado tras unha longa xornada laboral.



Hoxe en día na gran maioría de cidades e pobos adoita haber unha rede de **transporte público** moi boa

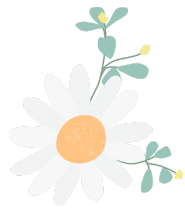
**Agrupa a roupa** segundo o tipo de tecido para así utilizar ciclos adecuados a cada grupo de pezas semellantes.



## A AUGA É O MEDIO NO QUE SE DESENVOLVE A VIDA



- O noso corpo está formado por máis dun **70% de auga**, o que indica o grado de importancia deste elemento.



- As plantas necesitan auga para facer a fotosíntese, os animais a necesitan para hidratarse, e o resto de organismos necesitan para realizar as súas funcións vitais.



- A auga axuda a **regular a temperatura** e os climas que hai no planeta, é **sumidoiro de CO2**, e fonte de osíxeno para o medio.

## A PEGADA HÍDRICA

Indicador que **mide o consumo de auga** de case calquera cousa, desde a fabricación duns pantalóns ata o consumo total dun país, pasando por unha colleita ou polas actividades anuais dunha compañía.



## O ESTRÉS HÍDRICO



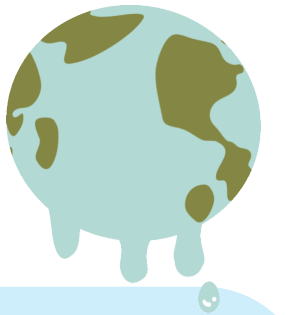
Falamos de estrés hídrico cando a demanda de auga é superior á cantidade dispoñible durante un período determinado ou cando o seu uso está restrinxido pola súa baixa calidade.

## A ESCASEZA DE AUGA

Segundo a ONU, no **ano 2050** unha cuarta parte da poboación mundial vivirá en países con **falta crónica de auga limpa**.



# O USO SOSTIBLE DA AUGA



**Cepilla os dentes coa billa pechada.** Podes utilizar un vaso para enxugarte os dentes e logo aclarar o cepillo. Conseguirás aforrar uns 20 litros)



Na ducha **pecha a billa mentres te enxaboas.** Aforrarás 12 litros de auga aproximadamente cada minuto.



Non esquezas **revisar o estado das billas da casa.** Unha billa que gotea perde uns 30 litros ao día.



**Para lavar froitas e verduras é mellor utilizar un bol con auga.** Despois poderás utilizala para regar as plantas.

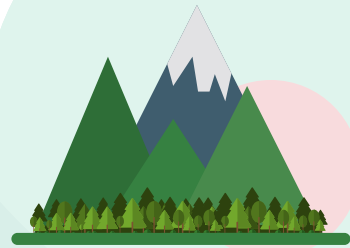


Se tes xardín, **planta vexetación autóctona** e instala un sistema de rega automatizada por goteo, é a maneira de lograr un maior aforro de auga.



**Cociñar ao vapor** (ou con microondas), non só é máis san, senón que tamén gasta menos.

## O SOLO:



O solo, como soporte físico e fonte de elementos nutritivos, constitúe un **elemento fundamental** para o correcto crecemento e a boa produción de calquera especie vexetal.

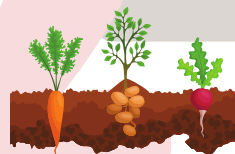
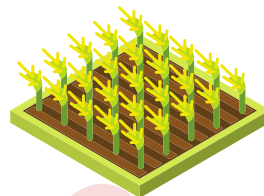
## A XESTIÓN ADECUADA DO SOLO

É un factor esencial na **agricultura sostible** e tamén proporciona unha valiosa panca para regular o clima e salvagardar os servizos dos ecosistemas e a biodiversidade.



## A PROBLEMÁTICA DO SOLO

O solo é de vital importancia porque está implicado no **ciclo da auga** e nos ciclos dos elementos, e nel teñen lugar boa parte das transformacións de enerxía e materia en todos os ecosistemas. Dado que a súa **rexeneración** é moi **lenta**, o solo debe ser considerado como un **recurso non renovable** e cada vez máis escaso, debido a que está sometido a constantes procesos de **degradación e destrución**. A **contaminación** do solo é unha ameaza global especialmente grave en rexións como Europa, Eurasia, Asia e o norte de África.



## BOAS PRACTICAS PARA A XESTIÓN SOSTIBLE DO SOLO

**Practicar O mínimo laboreo:** Consiste en intervir o menos posible no solo no momento do cultivo, de forma que non se interfiran os procesos naturais que nel se producen.

**Abonos verdes e cobertura do solo:** Incorporar plantas sementadas ou biomasa vexetal non descomposta para mellorar a fertilidade e calidade do solo e manter o campo de cultivo cuberto de materia orgánica verde ou seca (viva ou morta).

**Pastoreo controlado e rotación do gando** dentro do terreo, para evitar que o solo se compacte (sobre todo en época de chuvias), para deixar repousar o solo e mellorar o rebrote de prados.

**Rotación de cultivos** co obxectivo desenvolver sistemas de produción diversificados que aseguren a sustentabilidade do solo, promovendo cultivos alternados ano tras ano para manter a fertilidade do solo e reducir os procesos de degradación do solo pola erosión.

**Diversificación funcional:** A diversificación funcional é o proceso polo cal o número de especies que forman parte do agroecosistema e cumpren unha función dentro del. Neste proceso hai tres tipos diferentes de diversificación, a saber: temporal, espacial e xenética.

# O USO SOSTIBLE DO SOLO