

# **Ideas Ecológicas**

## **Para un mundo verde**



*Gracias por la compra de EcoPool 5000*

# Aviso Legal

**Remitirse a los términos y condiciones  
estipulados por la empresa en su página  
web**

**<https://ecosystemfx.com/>**

# Tabla de contenido

**¿Qué es Vida Verde?**

**Mejores elecciones para una vida más ecológica**

**Beneficios de comprar energía verde**

**Los electrodomésticos ecológicos realmente pueden marcar la diferencia**

**Introduciendo a los niños a Living Green**

**Proporcione a sus hijos un estilo de vida ecológico**

**Paso simple para vivir en un mundo más verde**

**Hacer que su hogar sea más verde**

**Vivir verde es tomar decisiones saludables**

**Vivir verde es más fácil de lo que piensas**

**Cómo el reciclaje puede ayudar a nuestro planeta**

**Conduciendo su camino hacia un futuro verde**

**Haz que tu próxima fiesta sea una fiesta ecológica**

**Ser verde en el salón de clases**

**Reciclaje de papel para una vida más ecológica**

**Deducciones de impuestos para vivir verde**

**Uso de bolsas verdes para una vida más verde**

**Bocadillos para llegar a un planeta más verde**

**Beneficios de la vida verde**

# Tabla de contenido

**Ideas más ecológicas para lograr un mundo más ecológico**

**Vida ecológica para reducir su factura de energía**

**Comprar una casa siendo ecológico**

**Vida ecológica dentro de su hogar para ahorrar energía y dinero**

**Enviando a sus hijos a la escuela con útiles ecológicos**

**Consejos de transporte para garantizar una vida más ecológica**

# Capítulo 1

## Qué es la vida verde

Escuchamos mucho acerca de la vida ecológica casi a diario, sin embargo muchas personas no saben de qué se tratan realmente esas palabras tan importantes. Vivir verde, o vivir verde como los hombres lo llaman, es vivir tu vida de una manera ambientalmente responsable y respetuosa con el medio ambiente en un intento por disminuir el impacto ecológico que harás.

Hay una gran variedad de prácticas que todos podemos tomar para conservar nuestros recursos y ayudar a mantener nuestro planeta saludable. Algunos de los más comunes incluyen la sostenibilidad, el reciclaje, las fuentes de energía alternativas, la construcción ecológica, la elección de alimentos orgánicos y varios otros temas ambientales.

Educarse sobre la vida ecológica y su impacto en el medio ambiente es el primer paso para que cada uno haga su parte porque tiene que ser un esfuerzo de grupo. Si todos queremos que nuestros hijos y nietos vivan vidas más saludables, debe comenzar ahora con nosotros y debe continuar. Su biblioteca local, las agencias gubernamentales e Internet son excelentes fuentes de conocimiento e información sobre la vida ecológica y el papel que desempeña en la disminución del calentamiento global y la preservación del planeta.

Las cosas simples pueden marcar una gran diferencia, como usar flores y plantas orgánicas para la decoración en lugar de las flores artificiales que compra en el supermercado. En lugar de usar baterías que deben tirarse a la basura después de algunas semanas, considere baterías verdes recargables. La próxima vez que considere comprar una nueva prenda de vestir, considere reciclar algo que ya posee. ¿Tienes invitaciones preparadas para tu próxima gran fiesta? Si es así, considere hacer sus invitaciones en la computadora y enviarlas por correo electrónico o usar papel reciclado. Estas ideas pueden no parecer mucho, pero harán una gran contribución a la vida ecológica.





# Capítulo 2

## Mejores elecciones para una vida más ecológica

Vivir verde se trata de tomar decisiones inteligentes para nosotros y para sus hogares. No es solo algo que hacemos ocasionalmente, sino una cuestión de actuar y tomar decisiones que nos proporcionen una vida más sostenible y saludable los 365 días del año. También es algo que todos tenemos que hacer. Elegir un estilo de vida ecológico puede implicar la compra de un automóvil híbrido energéticamente eficiente o la construcción de una casa energéticamente eficiente con energía solar y eólica. Sin embargo, no tenemos que ir a estos

extremos para tomar la decisión de vivir más verde. Podemos hacer muchas cosas pequeñas en nuestra vida diaria que ayudarán a mantener nuestro medio ambiente más verde y salvar nuestro planeta.

El invierno es un momento difícil para muchos con el clima frío y las carreteras y aceras heladas. El hielo a menudo se elimina con el uso de una sal. Si bien la sal elimina rápidamente el hielo y facilita las carreteras y los pasillos, rara vez nos damos cuenta del daño que estas sales le están causando a nuestro medio ambiente. Las sales comerciales que compra en su ferretería local tienen químicos como cloruro de calcio, cloruro de sodio, cloruro de potasio o cloruro de magnesio, que son tóxicos para los árboles, las plantas y las vías fluviales.

Cuando la nieve se derrite, la sal se lava en nuestros ríos y lagos. Solo se necesita una cucharadita de esta sal para contaminar permanentemente 5 galones de agua. La mejor manera de eliminar este problema es palear o barrer la nieve antes de que se acumule. Si debe usar descongelantes, elija aquellos que no contengan sal, que sean biodegradables y que tengan un bajo índice de toxicidad. Incluso cuando utilice estos anticongelantes, utilícelos lo menos posible.



# Capítulo 2

## Mejores elecciones para una vida más ecológica

El uso de bombillas fluorescentes compactas es otra forma en que los consumidores pueden contribuir a un estilo de vida más ecológico. Las bombillas fluorescentes compactas no solo ahorran casi 300 libras de dióxido de carbono al año, sino que también utilizan un 60 por ciento menos de energía que las bombillas convencionales. Las bombillas fluorescentes compactas clasificadas como Energy Star son una excelente manera de hacer su parte por el planeta. Al reemplazar solo una bombilla con una CFL, se conservará suficiente energía para iluminar más de 2,5 millones de hogares durante 365 días. También evitará gases de efecto invernadero equivalentes a las emisiones de casi 800.000 automóviles. ¡Imagínese si reemplazara todas las bombillas de su hogar con bombillas Energy Start!

El agua es algo que usamos todos los días y que a menudo damos por sentado. Sin embargo, pocas veces nos detenemos a considerar el verdadero valor del agua o la importancia de conservarla. Las medidas simples que puede tomar dentro de su hogar para conservar el agua incluyen el uso de cabezales de ducha que ahorran agua, inodoros de flujo ultra bajo y grifos y filtros sin goteo.

# Capítulo 3

## Beneficios de comprar energía verde

Constantemente escuchamos o leemos sobre los beneficios de vivir estilos de vida más ecológicos como un intento de ayudar a salvar el planeta. Hay muchas maneras en que nosotros, como individuos, podemos hacer nuestra parte para ahorrar energía y ayudar al medio ambiente, desde simplemente usar materiales reciclables hasta construir casas con energía solar. Si bien muchas personas piensan que alimentar sus hogares con energía verde es un paso importante, en realidad es una de las formas más fáciles de tener un gran impacto en el calentamiento global y el medio ambiente.

La energía verde se genera a partir de la naturaleza en forma de fuentes de energía renovables como el sol, el viento, la energía hidráulica y la geotermia. ¿Por qué debemos seguir pagando miles de dólares cada año en costos de energía entre calefacción, electricidad, agua caliente, etc. cuando la energía verde está esperando? Los beneficios de cambiar a energía verde son fenomenales.

El uso de energía verde reduce, si no elimina, los subproductos de CO2, el dióxido de carbono, el dióxido de azufre y otros contaminantes que resultan de los combustibles fósiles utilizados para generar energía. Este es un gran beneficio para el medio ambiente.

Debido a que nuestros recursos naturales se están agotando más rápido de lo que pueden reponerse, hemos tenido que comprar combustibles fósiles de otros países, lo que representa miles de millones de dólares gastados cada año. En

Solo en 1997, \$ 65 mil millones de dólares fueron a otros países para importar combustibles fósiles aquí. Al usar más recursos de energía renovable aquí mismo en nuestro país, mantenemos el dinero aquí para ayudar a la economía y crear más empleos.



# Capítulo 3

## Beneficios de comprar energía verde

La principal diferencia entre los combustibles fósiles y el sol es que mientras el sol durará para siempre, el petróleo no; por lo tanto, el futuro de nuestros niños depende de que usemos más fuentes de energía renovable. La dependencia de nuestro país del petróleo extranjero ha puesto nuestra libertad en terreno inestable. Cambiar a fuentes de energía renovables disminuirá esa dependencia.

La producción de electricidad generada por el viento ha aumentado un 31 por ciento el año pasado, ya que los proveedores de electricidad y las empresas de servicios públicos satisfacen la demanda de energía más limpia de los clientes. Considere conectarse a esta división de la energía eléctrica que crece rápidamente. No solo disfrutará de un aire más limpio, sino que también ahorrará miles de dólares cada año.

Comprar energía limpia realmente hará una diferencia financiera en su billetera. Comprar solo un bloque de 100kWh de energía renovable es tan beneficioso como no conducir un automóvil durante 2400 millas. Los proveedores de energía en algunos estados como Colorado ahora están ofreciendo a sus clientes bloques de energía renovable. Pueden comprar lo suficiente para cubrir su factura mensual o elegir comprar solo uno o dos bloques. Aprender más sobre las energías renovables para nuestros hogares es el primer paso hacia un entorno más verde para todos.

# Capítulo 3

## Los electrodomésticos ecológicos realmente pueden marcar la diferencia

Aunque los electrodomésticos y los aparatos electrónicos en nuestro hogar parecen ser algo sin lo que no podemos vivir, rara vez consideramos cuánto nos cuestan en energía y dinero. Desafortunadamente, muchos consumidores buscan el electrodoméstico menos costoso cuando llega el momento de comprar uno. Con el énfasis en la conservación de la energía y el cuidado del planeta, los compradores ahora tienen la opción de comprar electrodomésticos "ecológicos" o de bajo consumo.

Los consumidores son cada vez más conscientes de la importancia de tener electrodomésticos ecológicos en su hogar y de las diferencias que pueden marcar. Al comprar electrodomésticos ecológicos y utilizarlos de manera energéticamente eficiente, podemos ahorrar dinero y nuestro planeta al mismo tiempo. ¡Realmente no hay nada mejor que eso!

Ya sea que esté construyendo, renovando o simplemente necesite electrodomésticos nuevos, es el momento perfecto para crear su hogar ecológico con electrodomésticos ecológicos. Usted, como propietario de los electrodomésticos, no es el único que se beneficia de la compra de electrodomésticos ecológicos y se vuelve consciente del medio ambiente.

Hay muchos tipos de aparatos ecológicos ahora en el mercado hoy. Busque la etiqueta Energy Star y sabrá que está buscando electrodomésticos de bajo consumo. El hogar promedio en Estados Unidos gasta entre \$1,300 y \$1,900 al año en costos de energía. Sin embargo, pueden ahorrar un promedio del 30 por ciento en su costo simplemente cambiando a electrodomésticos con calificación Energy Star. Esto puede sumar muchos dólares en ahorros. Los electrodomésticos que califican para la calificación Energy Star incluyen refrigeradores, estufas, lavavajillas, acondicionadores de aire de ventana, lavadoras, secadoras y deshumidificadores.

Los electrodomésticos Energy Star pueden parecer más caros al momento de la compra, pero los ahorros que experimentan los consumidores en las facturas de agua, alcantarillado y servicios hacen que valga la pena el costo.

# Capítulo 3

## Los electrodomésticos ecológicos realmente pueden marcar la diferencia

Los electrodomésticos Energy Star usan hasta un 50% menos de agua y energía que los electrodomésticos convencionales. Los electrodomésticos deben cumplir ciertos requisitos para obtener la etiqueta Energy Star. Por ejemplo, los refrigeradores deben brindar un ahorro del 20 por ciento, mientras que los lavavajillas deben ahorrar aproximadamente un 41 por ciento.

El programa Energy Star está diseñado para ayudar a los propietarios y consumidores a ahorrar dinero en energía. Los propietarios obtienen un ahorro de \$60 por cada dólar federal gastado en este fabuloso programa. Comprar electrodomésticos Energy Star hace más que ahorrarle dinero en sus costos de energía. Se ofrecen muchos créditos y devoluciones fiscales a los consumidores que realizan mejoras de eficiencia energética, como electrodomésticos ecológicos en su hogar.

Los ahorros de todos los que se cambian a electrodomésticos ecológicos serían fenomenales. De hecho, si solo uno de cada diez hogares cambia a electrodomésticos Energy Star, los gases de efecto invernadero se verían afectados casi como si se plantaran más de 1,7 millones de acres de árboles. Al comprar electrodomésticos ecológicos, no solo está ahorrando su dinero, sino también el medio ambiente.

# Capítulo 4

## Introduciendo a los niños a Living Green

Todos hemos escuchado que vivir de forma ecológica es algo que debe empezarse en casa. Sin embargo, debe iniciarse a una edad muy temprana. Si de repente, a la edad de doce años, les estás lanzando todas estas ideas de "volverse ecológicos" a tus hijos, no sabrán qué les golpeó. Tampoco van a tener el hábito de vivir verde.

Living green se puede iniciar el día de su nacimiento. Pensándolo bien, se puede comenzar incluso antes de que nazcan creando un vivero verde. No, no me refiero a que toda la guardería deba pintarse de verde. Aquí hay algunos consejos excelentes y muy fáciles sobre cómo implementar una vida ecológica en la vida de su hijo desde el primer día en su hogar.

Los pañales de tela no solo son más útiles para el medio ambiente, sino que también son mejores para su hijo. Casi todos los padres usan toallitas húmedas en sus bebés. Elija toallitas que no contengan cloro y que sean biodegradables. Una opción aún mejor es usar una toallita.

Si bien es bueno vestir a su hijo con ropa nueva y elegante, usar ropa de segunda mano ayudará a conservar el material necesario para hacer ropa nueva. Considere las tiendas de segunda mano, eBay o pregunte a sus amigos y familiares por la ropa que ya no usan. A menudo estarán más que felices de hacer el espacio extra en sus hogares.

Al elegir la cuna de su bebé, busque una cuna que luego se pueda convertir en una cama para niños. Si planea pintar los muebles de la cuna o del dormitorio, asegúrese de usar pinturas no tóxicas. Lo mismo ocurre con los juguetes, que deben estar hechos de madera o algodón orgánico. Al elegir ropa de cama, asegúrese de evitar materiales que puedan contener y liberar químicos orgánicos volátiles, también conocidos como COV, en la atmósfera.



# Capítulo 4

## Introduciendo a los niños a Living Green

Si estás renovando la guardería, elige materiales naturales como suelos de bambú, madera maciza, corcho o algodón orgánico. Si planea usar alfombras, elija alfombras de lana. Cualquiera de los muebles suaves para la guardería debe estar hecho de telas naturales y orgánicas. Aunque lo natural es bueno, lo orgánico es aún mejor.

Cuando se trata de limpiar la habitación del bebé o la ropa de su bebé, elija solventes de limpieza que no contengan productos químicos nocivos. Trate de usar tantos productos de base natural como sea posible. Esto incluye suavizantes de telas. Considere colgar su ropa en la cuerda. Pocas cosas harán que su ropa huela y se sienta tan fresca como el sol o el viento de la naturaleza.

Al comenzar la vida de su bebé en una guardería ecológica, no solo está ayudando al planeta, sino que le brinda a su bebé el mejor comienzo posible en la vida.

# Capítulo 5

## Proporcione a sus hijos un estilo de vida ecológico

Constantemente escuchamos acerca de vivir un estilo de vida más ecológico y formas de implementarlo en nuestros hogares y en nuestros hijos. La mejor manera de animar a sus hijos a interesarse por una vida más ecológica es mediante el ejemplo.

No se limite a decirles a sus hijos que deben vivir un estilo de vida ecológico. Déles un ejemplo y explíqueles la importancia para ellos y para todos los que los rodean. Los niños estarán más dispuestos a probar algo nuevo y diferente cuando conozcan las razones detrás de ello. Sin embargo, si vivir verde es algo que han experimentado desde que nacieron, no sabrán de otra manera.

Todos hemos escuchado el dicho sobre las familias que juegan juntas, permanecen juntas. Al menos es mi dicho. Pocas cosas harán más feliz a un niño pequeño que salir a caminar con sus padres o que se le permita ir a andar en bicicleta con sus padres o hermanos. Anime a su hijo a caminar o andar en bicicleta tanto como sea posible a una edad muy temprana en lugar de subirse al automóvil y usar combustible. Si es necesario y posible, considere mostrarles las ventajas de usar el transporte público.

A los niños les encanta ayudar a sus padres, especialmente cuando están haciendo algo con ellos y no por ellos. Pida su ayuda para llevar baldes de desechos de cocina a la pila de compost. Pídeles que te ayuden a clasificar los materiales reciclables. Muchos niños hoy en día ganan una mesada por las tareas que hacen. Considere esta parte de sus tareas. Designe una noche al mes para recorrer el vecindario recogiendo botes y otra basura.

# Capítulo 5

## Proporcione a sus hijos un estilo de vida ecológico

Lleve a sus hijos a los mercados de productores y agricultores donde puedan ver que las frutas y verduras no son algo que solo se puede encontrar en el supermercado. Si tiene el espacio, considere cultivar un jardín para que puedan ver cómo se cultivan los productos. Puede que no les guste desherbar, pero seguro que disfrutarán de los productos frescos. Considere dejar que elijan uno o dos elementos que puedan cultivar solos en su jardín. Les encantará tener su propio proyecto. Inicie una competencia amistosa en la familia sobre quién puede cultivar los productos más saludables.

Enséñele a su hijo la importancia de conservar a una edad temprana. Esto puede incluir limitar la cantidad de juguetes que tienen, así como apagar las luces cuando no se necesitan. Enseñe a sus hijos la importancia de no dejar correr el agua constantemente cuando se lavan los platos o se cepillan los dientes. Los hábitos ecológicos que enseña a sus hijos a una edad temprana son hábitos que se llevarán con ellos en la edad adulta.

# Capítulo 6

## Paso simple para vivir en un mundo más verde

Escuchar y leer sobre la necesidad de que seamos ecológicos no es nada nuevo. Ha existido desde hace varios años; sin embargo, para muchos sigue siendo una práctica bastante desconocida y poco común. Mucha gente tiene la creencia equivocada de que los pocos cambios que podrían hacer en sus vidas no podrían marcar la diferencia. Si tan solo se dieran cuenta de que diez personas, cada una haciendo pequeñas contribuciones a una forma de vida más ecológica, tendrían un gran impacto en nuestro medio ambiente.

Cada año, miles de millones de dólares estadounidenses van a otros países por los combustibles fósiles que necesitamos aquí para el transporte y nuestros hogares. Estamos agotando lentamente nuestros recursos a un ritmo que no se pueden reponer. Conservar energía en nuestros hogares es una forma muy sencilla de ayudar a este problema. Apagar las luces cuando ya no estás en una habitación ahorrará electricidad de la misma manera que desenchufas los electrodomésticos que no están en uso.

Si va a ausentarse de su casa por más de una hora, baje el termostato. Al tomar estas decisiones ecológicas simples pero inteligentes en su vida diaria, nuestros hijos y nietos tendrán un mañana mucho más verde y saludable. En los meses de primavera y verano, deja de usar la secadora y cuelga la ropa en el tendedero. Ahorrará dinero, olerán frescos y ayudará al planeta a conservar energía y recursos.

Recuerdo haber escuchado hace muchos años que dejar la televisión o la radio encendida todo el tiempo marcaba una diferencia tan pequeña que ni siquiera valía la pena darse cuenta. Sin embargo, eso fue cuando los costos de los servicios públicos eran una fracción de lo que son hoy y no estábamos en peligro por no tener los recursos naturales. Las cosas han cambiado a través de los años y no para mejor. Sin embargo, nosotros, como grupo, podemos mejorar las cosas una vez más.



# Capítulo 6

## Paso simple para vivir en un mundo más verde

No tiene que salir corriendo y comprar un nuevo automóvil híbrido o construir una nueva casa con energía solar para marcar la diferencia. Pruebe los sencillos pasos que he mencionado anteriormente y vea la diferencia en sus facturas de servicios públicos el próximo mes. ¿No todos quieren facturas de servicios públicos más bajas? ¡La cantidad que ahorra en sus facturas de servicios públicos en un año puede pagar fácilmente unas vacaciones fantásticas para la familia!

No es necesario vivir en el campo para cultivar y disfrutar vegetales orgánicos frescos. Incluso si vives en la ciudad, puedes hacer un pequeño jardín y cultivar tus propios productos. Las verduras frescas no solo son más saludables y saben mejor, sino que también ayudarán a ahorrar recursos. Si no puede cultivar los suyos propios, considere comprar sus productos orgánicos en el mercado local de productores o agricultores.

# Capítulo 7

## Haciendo su hogar más verde

Decidir hacer el cambio a una vida ecológica puede ser la mejor decisión que pueda tomar para usted y su familia. Probablemente haya escuchado todo sobre la importancia de usar productos naturales, orgánicos o ecológicos, pero es posible que no esté seguro de lo que eso implica. Los productos que encajan en esta categoría son menos tóxicos y menos derrochadores que los productos convencionales, son amigables con el medio ambiente y seguros para su hogar, su familia y todo el medio ambiente. ¿Suena complicado? En realidad, es más fácil de lo que piensa hacer que su hogar sea ecológico.

Como se suele decir, Roma no se construyó en un día, y no cambiará su estilo de vida y su hogar de la noche a la mañana, pero puede hacer cambios simples que marcan una gran diferencia. Ya sea que elija volverse vegano, orgánico, comprar electrodomésticos nuevos de bajo consumo o simplemente concentrarse

al usar menos energía, estarás haciendo un gran cambio en tu vida y en la vida de quienes te rodean.

Limpieza ocupa una gran parte de todos los días, por lo que el tipo de limpiadores que está utilizando es muy importante. Al elegir limpiadores, verifique si son biodegradables, no tóxicos, contienen destilados de petróleo y si el empaque es reciclable. Un limpiador doméstico simple y saludable que puede hacer usted mismo es un litro de agua tibia y dos cucharaditas de vinagre blanco.

### Lecho

Pasamos alrededor de un tercio de nuestra vida en la cama, así que asegúrese de usar ropa de cama que sea segura y ecológica, como almohadas y colchones hechos de productos naturales orgánicos. Las sábanas hechas de fibras 100 por ciento orgánicas te ayudarán a respirar mejor por la noche y no irritarán tu piel. Además de ser mejores para el medio ambiente, no contienen productos químicos nocivos. Para juegos de dormitorio, seleccione productos de madera dura natural.

# Capítulo 7

## Haciendo su hogar más verde

### Ropa

¿Sabía que cada año se utilizan más de 80 millones de libras de productos químicos en el cultivo de algodón convencional? Este proceso es altamente tóxico y dañino y contamina el aire, el agua, el suelo y nuestra vida silvestre. Las mejores elecciones que puedes hacer en ropa son aquellas hechas con materiales orgánicos naturales como cáñamo, algodón orgánico y materiales reutilizados. El cáñamo no solo es extremadamente suave sino muy duradero. Me doy cuenta de que no quieres ni puedes permitirte comprar un guardarropa completamente nuevo, pero hacer cambios graduales en la ropa ecológica puede marcar una gran diferencia.

### Encendiendo

¿Alguna vez te has parado a considerar cuántas horas al día están encendidas las luces de tu casa? Estoy seguro de que a menudo se ha preguntado por qué su factura de electricidad es tan alta. Considere reverdecer sus luces cambiando a luces solares, tragaluces, bombillas fluorescentes compactas de bajo costo y otras fuentes naturales de luz. Mantenga las cortinas abiertas el mayor tiempo posible para aprovechar las horas del día.

# Capítulo 8

## Vivir verde es tomar decisiones saludables

Cuando escuchamos la frase living green, cada uno de nosotros tiene diferentes imágenes y opiniones de lo que eso implica. La razón es que hay muchas maneras en que todos podemos vivir de forma ecológica en nuestra vida diaria. En realidad, vivir de forma ecológica se trata de tomar decisiones saludables y respetuosas con la Tierra que sean buenas para su salud y para el medio ambiente. Las elecciones saludables e inteligentes que hacemos hoy no solo nos ayudarán a nosotros, sino que también ayudarán a nuestros hijos, nietos y generaciones venideras.

Cuando hablamos de vida ecológica, con frecuencia vienen a la mente tres palabras: reducir, reutilizar y reciclar. Podemos reducir de muchas maneras, empezando por reducir la cantidad de energía que consumimos y reduciendo la cantidad de alimentos y productos cotidianos que desperdiciamos. Reutilizar implica usar cosas que se pueden reutilizar en lugar de tirarlas a la basura y comprar algo nuevo.

Dondequiera que miremos, parece que vemos gente comprando y bebiendo agua embotellada. Considere reutilizar la botella o invertir en una botella de agua de acero inoxidable ecológica. Son ligeros y extremadamente duraderos. Si tiene buena agua potable en su grifo, úsela. En lugar de empacar el almuerzo de su hijo en bolsas desechables de plástico o papel, use recipientes reutilizables. No solo son más saludables, sino también más rentables.

Reciclar es probablemente lo más importante que podemos hacer para vivir una vida más ecológica. Tantas cosas hoy en día se pueden reciclar. Cuando saque la basura, tómese el tiempo para clasificarla en grupos de materiales reciclables como papel, plástico, etc. Si tiene que usar baterías, use baterías recargables como una forma de mantener los materiales peligrosos fuera de los vertederos. Cuando compre bombillas, utilice bombillas fluorescentes compactas. Si bien pueden parecer más costosos en el momento de la compra, utilizan alrededor del 25 por ciento de la energía de las bombillas convencionales y duran 13 veces más.



# Capítulo 8

## Vivir verde es tomar decisiones saludables

La calefacción y la electricidad son dos formas de energía que se usan y abusan más que cualquier otra cosa. Puede conservar varias formas en ambas fuentes de energía. Cuando vaya a la cama, baje la calefacción un par de grados, lo que ahorrará más combustible de lo que imagina. Además, baja la temperatura al menos 10 grados si vas a estar fuera todo el día. ¿Por qué calentar una casa vacía?

Apague las luces en las habitaciones que no se estén utilizando. Cuando te vayas a la cama por la noche, todas las luces deben estar apagadas. Para las luces exteriores, considere las luces con sensor de movimiento que solo se encienden cuando hay movimiento cerca y se apagan cuando el movimiento está fuera de rango. Los electrodomésticos y aparatos electrónicos que no estén en uso deben ser desenchufados. Continúan usando energía cuando están enchufados, ya sea que estén encendidos o no.

Por último, come siempre sano. Hacer elecciones de alimentos saludables es una excelente manera no solo de vivir de manera ecológica sino también de vivir de manera saludable. Elija alimentos orgánicos naturales y sepa siempre lo que está comiendo.

# Capítulo 9

## Vivir verde es más fácil de lo que piensas

Todos hemos oído hablar de la vida ecológica y todos sabemos de qué se trata la vida ecológica. Al menos, la mayoría de nosotros creemos que sabemos de qué se trata. De lo que realmente se trata es de tomar decisiones inteligentes y respetuosas con el medio ambiente en la forma en que vivimos nuestras vidas.

Todos hemos escuchado los métodos tradicionales de vida ecológica, desde apagar las luces y bajar los termostatos hasta comprar autos híbridos y construir casas ecológicas. Creemos que podemos o no podemos hacerlo o ya estamos implementando estas prácticas ecológicas en nuestras vidas. Muchos de nosotros vivimos de esta manera porque nos gusta ahorrar dinero incluso sin pensar en hacerlo por nuestro planeta.

Otros, por otro lado, pueden pensar que están viviendo de forma ecológica lo mejor que pueden, pero no están tomando decisiones inteligentes. En otras palabras, sus corazones están en los lugares correctos, pero sus cabezas están mal informadas o han sido engañadas. Lo crea o no, hay algunas cosas que se deben y no se deben hacer con respecto a las formas efectivas de ayudar a la tierra y vivir de forma ecológica.

Desde que comenzamos a usar las computadoras, ha habido un debate sobre si apagar la computadora o dejarla encendida cuando no la estás usando. No vas a ahorrar mucho si lo apagas cuando lo volverás a usar en 15 minutos. De hecho, es posible que estés haciendo más daño. Sin embargo, apagarlo por la noche marcará una gran diferencia en el consumo de energía y en la vida.

de su monitor. Los protectores de pantalla, a diferencia de la creencia popular, no ahorran energía. Si no va a usar su computadora durante aproximadamente 15 minutos, póngala en modo de suspensión.

# Capítulo 9

## Vivir verde es más fácil de lo que piensas

Cambiar las bombillas de su hogar de bombillas convencionales a bombillas fluorescentes compactas Energy Star es una gran ayuda para el medio ambiente y también será una ayuda para su bolsillo. Estas fantásticas bombillas duran mucho tiempo y realmente reducirán su factura de electricidad. Sin embargo, espere hasta que sus bombillas actuales se quemen por completo antes de reemplazarlas. Estará desperdiciando dinero y energía reemplazando bombillas perfectamente buenas. Haga esta transición una bombilla a la vez y realmente marcará la diferencia.

¿Ha estado pensando en comprar un SUV híbrido para reducir la contaminación y ahorrar combustible? Los SUV todavía consumen mucha gasolina y no son muy económicos. Si se toma en serio el ahorro de energía y combustible, es posible que desee considerar un automóvil más pequeño que no sea un híbrido. Casi tendría más sentido que un SUV híbrido.

Sí, vivir verde puede significar cultivar plantas y árboles verdes en su patio trasero. Sin embargo, a menos que esté realmente entusiasmado con la idea, omita el césped grande. Si bien puede verse bonito, requerirá mucho cuidado, incluido cortar el césped (se usa más gasolina y aceite), herbicidas, pesticidas y mucho riego durante los períodos secos. Si está cultivando un jardín, guarde el agua de lluvia. Es una forma de vida ecológica y hará maravillas con sus plantas.

# Capítulo 9

## Cómo el reciclaje puede ayudar a nuestro planeta

Escuchamos mucho sobre la amenaza del calentamiento global y las formas en que podemos ayudar a salvar nuestro planeta. Sin embargo, muchas personas tienen la impresión de que "salvar el planeta" es algo mucho más allá del ámbito de lo que pueden hacer por sí mismos. Poco se dan cuenta de que algo tan simple como el reciclaje puede proporcionar un enorme beneficio para el planeta.

Muchos creen que con la amenaza de algo tan serio como el calentamiento global pendiendo sobre nuestras cabezas, algo tan simple como el reciclaje no puede marcar la diferencia. Imagínese si cada individuo desarrollara una política de reciclaje, reducción y reutilización, qué impacto tan poderoso tendría en el planeta en su conjunto. ¿Qué es exactamente el reciclaje y cómo puede ayudar?

Aunque el reciclaje es un término del que acabamos de empezar a escuchar más en la última década, está lejos de ser nuevo ya que los romanos y los griegos lo implementaron como parte de su vida diaria. Sin siquiera ponerle una etiqueta, estaban reciclando. Una vez que descubrieron que el vidrio se podía usar una y otra vez, aprendieron a rehacerlo. Los edredones, las cortinas y la ropa se recuperaron y se convirtieron en artículos nuevos. El despilfarro se consideraba una tontería y si algo pudiera salvarse y rehacerse en otra cosa, sucedería.

El final de la Segunda Guerra Mundial trajo consigo una economía basada en la conveniencia y artículos desechables. Si bien estas disposiciones nos facilitaron la vida, contribuyeron a que se llenaran los vertederos. Ahora; sin embargo, la necesidad de conservar y reciclar está aquí. Desafortunadamente, todavía queda mucho por aprender sobre el reciclaje. Se trata de mucho más que triturar y guardar nuestras latas de aluminio o traer nuestras botellas para cobrar el dinero del depósito.



# Capítulo 9

## Cómo el reciclaje puede ayudar a nuestro planeta

Por ejemplo, muchas personas no se dan cuenta de que los plásticos se pueden reciclar. Muchas de las bolsas de compras reutilizables y los calcetines para caminar que usamos hoy en día fueron de plástico en algún momento. artículos hechos de papel,

el aluminio e incluso el vidrio se pueden usar una y otra vez antes de que termine su vida útil. El reciclaje no solo nos ahorra dinero a todos, sino que también ahorra energía y ahorra nuestros recursos, que se están agotando.

La idea de guardar nuestros artículos de papel y plástico para reciclarlos suena bastante fácil. Sin embargo, hay muchas otras formas en que podemos reciclar para salvar nuestro planeta. Cuando esté en el mercado de nuevos electrodomésticos, no los tire a la basura. Infórmese sobre cualquier programa de reciclaje que pueda tener en su área.

Las escuelas y muchas organizaciones benéficas tienen un programa en el que recolectan computadoras viejas, reproductores de DVD y televisores y los envían a lugares donde pueden restaurarse. Nuestra salud ambiental depende de que mantengamos los vertederos libres de productos electrónicos. En realidad, hay pocas cosas que no se pueden reciclar. Como grupo, todos podemos hacer nuestra parte para ayudar a nuestro planeta al encontrar programas de reciclaje en nuestra área.

# Capítulo 10

## Conduciendo su camino hacia un futuro verde

Los avances en la tecnología nos han traído muchos productos "verdes" nuevos, pero las cosas que más están apareciendo en las noticias son los nuevos autos híbridos energéticamente eficientes. Si bien los autos híbridos pueden ser más caros al momento de la compra, lo que disuade a muchos consumidores, los ahorros que experimentará en el consumo de combustible pueden hacer que decida que vale la pena el costo. Combine eso con la bonificación que brindan al medio ambiente y verá por qué tantos propietarios de automóviles eligen híbridos.

Un automóvil híbrido es aquel que utiliza un tipo más de combustible, siendo los más comunes el uso de gasolina y electricidad. La electricidad en el automóvil es suministrada por un sistema de batería muy sofisticado, aunque la mayoría de los híbridos funcionan principalmente con gasolina. La batería se carga con el motor de gasolina o gasolina y, a su vez, impulsa parte del movimiento del automóvil para brindarle una mejor economía de combustible.

Con la Ley de Estímulo del presidente Obama, los autos híbridos y eléctricos se están volviendo más populares. El gobierno se ha comprometido con miles de millones de dólares para ayudar a desarrollar estos autos eléctricos e híbridos para ayudar con el cambio climático y la economía de combustible con la fluctuación del precio del petróleo.

El tipo más común de automóvil híbrido, conocido como híbrido paralelo, obtiene su potencia de transmisión del motor de combustión interna y del motor eléctrico. Algunos híbridos completos pueden funcionar solo con gasolina, solo con batería o una combinación de ambos, aunque solo funcionan por un tiempo limitado solo con la batería.

# Capítulo 10

## Conduciendo su camino hacia un futuro verde

El Toyota Prius es un híbrido completo de este tipo, mientras que el Honda Insight es un ejemplo de un híbrido en serie. Este es un automóvil donde la parte eléctrica del motor complementa el motor de gasolina, brindándole una excelente economía de combustible. En el híbrido Honda Civic, la parte de gasolina del automóvil le da energía al generador, que suministra la electricidad necesaria para hacer funcionar el motor.

Híbridos enchufables son otro automóvil energéticamente eficiente utilizado por los consumidores que desean ser ecológicos y ahorrar dinero al mismo tiempo. Los enchufa para cargarlos como lo haría con un aparato que funciona con baterías. Esto permite al conductor utilizar el coche en modo batería durante más tiempo. Una de las razones por las que los híbridos enchufables son tan populares es porque no solo son limpios sino que también se vuelven

más limpio con el tiempo. La razón es que las centrales eléctricas, que proporcionan la electricidad, se vuelven más ecológicas y limpias cada año.

Si bien los automóviles híbridos aún son muy nuevos para muchos consumidores, se cree y espera que cuando los consumidores vean lo económicos y limpios que son para el medio ambiente, se convertirán en el automóvil de su elección.

# Capítulo 10

## Haz que tu próxima fiesta sea una fiesta ecológica

Parece que cada vez que damos la vuelta hay algún tipo de fiesta a la vuelta de la esquina. Ya sea un aniversario, un cumpleaños, una despedida de soltera o unas vacaciones, siempre parece haber una fiesta a punto de celebrarse. Ha estado haciendo todo lo posible para mantener un estilo de vida respetuoso con el medio ambiente, así que ¿por qué no implementar este aspecto en su próxima fiesta? Hay varias formas en las que puedes tener una fiesta verde que no solo será espectacular como siempre, sino que también mostrará tu amor por el planeta a los demás.

Las invitaciones son siempre la primera parte de cualquier fiesta. Una vez que haya determinado a cuántos invitados invitará, diríjase a la imprenta local o a su computadora e impresora. Reducir las invitaciones que imprimes puede ser un gran comienzo para tu fiesta ecológica. Casi todos hoy en día tienen y usan su correo electrónico regularmente. Con los muchos procesadores de texto y programas de tarjetas disponibles, puede hacer atractivas invitaciones y enviarlas por correo electrónico.

Si, por alguna razón, prefiere enviar invitaciones impresas, utilizando papel reciclado postconsumo. Si está enviando invitaciones formales, como para una boda, elimine las hojas adicionales que a menudo se encuentran en las invitaciones de boda comerciales. Es un desperdicio de papel y los destinatarios simplemente los tiran a la basura.

Prefiero recibir una invitación por correo electrónico, donde luego se coloca en una carpeta especial para familiares o amigos. En cualquier momento, puedo ir a verlo para verificar la fecha y la hora. Casi todos los programas de correo electrónico tienen calendarios con recordatorios para que no te olvides de la fiesta. Las invitaciones que he recibido por correo tienden a perderse en mi casa a veces.



# Capítulo 10

## Haz que tu próxima fiesta sea una fiesta ecológica

La comida suele ser lo siguiente en la agenda de tu fiesta. Independientemente de si tu fiesta es en tu casa o en un restaurante u hotel, elige comida orgánica local. Si bien no todas las empresas de catering usan alimentos orgánicos, muchas de ellas usarán los ingredientes orgánicos que usted les dé, especialmente si quieren su negocio. No solo hará su parte por el medio ambiente, sino que también brindará a sus invitados una comida deliciosa.

La mayoría de las fiestas tienen decoraciones de algún tipo. En lugar de comprar invitaciones artificiales, use invitaciones naturales como las de jardín o macetas. También puede optar por darles a sus invitados uno para que se lo lleven a casa. Si realmente quieres usar flores frescas, colócalas en la pila de abono después de la fiesta. Las velas son decoraciones muy populares hoy en día y muchas tiendas venden velas hechas con sustancias que son ecológicas.

Considere dar y pedir regalos ecológicos. Hay muchas opciones disponibles, incluidas entradas para el teatro, tarjetas de regalo para restaurantes que ofrecen cocina local, obras de arte y más. Si está utilizando un registro de regalos, busque artículos verdes.

# Capítulo 11

## Ser verde en el aula

**Volverse verde es algo que debería tener lugar en cada parte de nuestras vidas. Debería ser parte de nuestra rutina diaria, algo que hacemos sin pensarlo dos veces. Debe comenzar en casa con su familia. Los niños que crecen en un hogar respetuoso con el medio ambiente se convierten en adultos preocupados por salvar el planeta para cada generación por venir. Una vez que los niños lleguen a la edad escolar, sus hábitos los llevarán al salón de clases, donde los principios de "salvar el planeta" deben continuar.**

**Hay varias formas en que los maestros no solo pueden alentar a los estudiantes a ser ecológicos, sino que también pueden hacerlo divertido. Un programa de reciclaje dentro del salón de clases tendrá a todos los estudiantes participando en el programa. No tiene que ser nada extraordinario o complicado. Los maestros pueden configurar diferentes cajas o contenedores de compost para la basura y los materiales reciclables en el aula.**

**Por ejemplo, puede tener un contenedor de compost verde para los desechos de alimentos, una caja azul para papel reciclable y bolsas transparentes para cajas de jugo y artículos similares que puedan tener los estudiantes. Además de los beneficios obvios de un programa de reciclaje (ayudar al medio ambiente), esto también les da a los estudiantes una mejor comprensión de cuánta basura están ayudando a mantener fuera de nuestros vertederos.**

**La plantación y la jardinería es algo que los niños han disfrutado desde el principio de los tiempos. Si la escuela está ubicada en una propiedad con espacio suficiente para plantar árboles, esta es una excelente manera de enseñar a los niños la importancia de mantener los árboles y otras plantas en crecimiento. Muchas empresas de paisajismo y jardinería donarán árboles a las escuelas que participan en un programa de reciclaje.**

# Capítulo 11

## Ser verde en el aula

Otra forma de animar a los niños a plantar árboles es haciéndoles plantar un árbol pequeño para sus padres para el Día de la Madre o del Padre. Saber que están ayudando al planeta además de hacer un regalo para sus padres es una excelente manera de motivar, alentar y emocionar a los niños. Los ayuntamientos suelen ofrecer árboles jóvenes a las escuelas a un precio muy bajo.

La mejor parte de cualquier día escolar es siempre el tiempo que se pasa al aire libre. Los maestros pueden poner sus iniciales en la naturaleza y combinarlo con una limpieza del vecindario. Mientras están al aire libre disfrutando del aire fresco y el sol, también pueden llenar bolsas de reciclaje y basura con la basura que ven tirada en las calles, aceras y caminos.

La forma más efectiva en que los maestros pueden fomentar el interés en el reciclaje y la conservación de la energía es manteniendo debates abiertos en el aula sobre el calentamiento global, el reciclaje y la condición del planeta y el medio ambiente para las generaciones futuras y para nosotros. Anime a los estudiantes a hacer preguntas libremente.

**Reciclaje de papel para una vida más ecológica**

Con todas las cosas que escuchamos en las noticias o en los periódicos y revistas sobre el reciclaje para una vida más ecológica, muchos se preguntan cuán importante es reciclar el papel. La mayoría de las personas están más dispuestas a poner algo en práctica cuando saben por qué lo hacen. Después de todo, todos queremos hacer nuestra parte para salvar nuestro planeta, pero ¿cómo ayudamos exactamente a nuestros vertederos al reciclar papel? Esta es una pregunta que se hacen muchas personas.

# Capítulo 11

## Ser verde en el aula

La forma más segura de que se desarrollen los desechos en cualquier situación es cuando tenemos una gran cantidad de ellos. Este es definitivamente el caso con el papel. En los últimos 20 años, el consumo de papel se ha duplicado en los Estados Unidos. Cada vez que aumenta el consumo de algo, también lo hace la cantidad de residuos, como es el caso del papel. De hecho, el papel constituye alrededor de un tercio de nuestros residuos domésticos. Piénsalo una vez.

Los periódicos, las bolsas de papel, el correo viejo, las revistas son todos papeles que se tiran a la basura. Los periódicos por sí solos ocupan el 14 por ciento del espacio en los vertederos. Entonces, por lo tanto, eliminar o al menos reducir la velocidad a la que el papel llega a nuestros vertederos reducirá la velocidad a la que se llenan los vertederos.

El papel en descomposición en los vertederos también es perjudicial para nosotros. Cuando el papel se descompone en los vertederos, se libera gas metano. Este gas de efecto invernadero, que contribuye al calentamiento global, tiene 20 veces la potencia del dióxido de carbono. Una vez más, eliminar la cantidad de papel que llega a los vertederos mediante el reciclaje puede ayudar al medio ambiente frente al calentamiento global.

Ahorrar energía es otra forma en que podemos salvar el planeta y vivir de manera más ecológica por más tiempo. Se necesita mucha más energía para hacer papel con materiales vírgenes (del 28 al 70 por ciento) que para reciclar papel. Por un lado, cuando el papel se recicla, rara vez es necesario volver a blanquearlo, lo que significa que hay menos productos químicos nocivos en el aire y la atmósfera. Cuando necesitan blanquearlo, usan oxígeno en lugar de cloro.



# Capítulo 11

## Ser verde en el aula

¿Alguna vez has escuchado a la gente decir que reciclan papel para salvar los árboles? Esto es en realidad un concepto erróneo. Hoy en día, la mayor parte del papel proviene de árboles que se cultivan específicamente para papel o de suministros de madera sostenible. Tan pronto como se cosechan los árboles, se plantan otros nuevos para reemplazarlos. Las partes del árbol que muchas industrias no pueden utilizar también suelen utilizarse en la fabricación de papel. Sin embargo, se necesita usar una cierta cantidad de madera virgen para hacer papel, por lo que siempre necesitaremos árboles si queremos papel. Por eso es tan importante no solo conservar nuestro uso de papel, sino también reciclarlo y continuar comprando papel reciclado.

# Capítulo 12

## Deducciones de impuestos para vivir verde

Todos hemos escuchado las muchas razones importantes para vivir de forma ecológica. Nuestro planeta está en peligro por la amenaza del calentamiento global. Nuestros recursos naturales se están agotando lentamente debido a que se utilizan a un ritmo más rápido de lo que pueden reponerse. Las emisiones de gases nocivos provenientes de los millones de automóviles que circulan hoy en día están acabando lentamente con la atmósfera. Demasiados años de despilfarro de energía y productos han pasado factura al medio ambiente.

Todos hemos escuchado suficientes razones para comenzar a implementar una vida ecológica en nuestro estilo de vida. Si estas razones no son suficientes, ¿qué hay de los créditos fiscales que el gobierno está dando por vivir verde? A todos nos gusta obtener créditos y exenciones fiscales, y ¿qué mejor manera que hacer algo que sea bueno para nosotros y para el medio ambiente? Estos son solo algunos de los créditos fiscales o exenciones que puede obtener al hacer algunos cambios ecológicos en su vida.

### Conducir puede ganarle crédito

Conducir su automóvil todos los días puede consumir mucho combustible, especialmente si viaja una gran distancia. Cuanto más viaje, más emisiones de gases nocivos saldrán de su escape también. Buenas noticias para los propietarios de automóviles que compran automóviles híbridos, ya que son elegibles para créditos fiscales de energía.

Los propietarios que compran vehículos enchufables también obtienen una exención fiscal en forma de créditos. Aunque el crédito por los híbridos está disminuyendo, los autos eléctricos están aumentando. ¿Qué podría ser mejor que obtener un mejor millaje de gasolina más crédito del gobierno?

# Capítulo 13

## Ahorros en el Hogar

A pesar de lo que pueda creer, no es necesario que se apresure a instalar un nuevo sistema solar en su hogar para ser elegible para los créditos fiscales por eficiencia energética. Las actualizaciones simples dentro de su hogar harán eso, siempre que esté actualizando a un nuevo modelo de eficiencia energética, como una unidad de aire acondicionado, un sistema de calefacción, un calentador de agua, electrodomésticos, etc. El crédito se basa en el 30 por ciento del costo del artículo. hasta \$1,500 cada dos años.

Accesorios; sin embargo, no son la única forma en que puede obtener estos créditos fiscales. Otras mejoras incluyen techo calificado con tragaluces o partes que reflejan el sol, burletes y aislamiento que pueden calificarlo para estos créditos.

Tómese el tiempo adicional para consultar su oficina de crédito fiscal local para obtener información detallada. Algunas áreas ofrecen créditos para impresoras, escáneres, computadoras e incluso televisores que ahorran energía. Los ventiladores de techo que ahorran energía también les darán a los residentes de ciertos estados un crédito fiscal, además de cambiar a bombillas fluorescentes que ahorran energía.

Si está planeando hacer algunas mejoras en el próximo año, puede ser beneficioso comprobar qué productos le proporcionarán algo de dinero extra en su bolsillo. Cuida el medio ambiente y ahorra dinero. Es una situación en la que todos ganan.

### Uso de bolsas verdes para una vida más ecológica

En todo EE. UU., escuchamos sobre la importancia de reducir el uso de bolsas de papel y plástico debido a su efecto negativo en el medio ambiente. Los particulares y las empresas eligen bolsas de la compra respetuosas con el medio ambiente.

# Capítulo 13

## Ahorros en el Hogar

Las bolsas verdes, también conocidas como bolsas ecológicas, no son solo una bolsa de compras de color verde, sino un estilo específico de bolsa diseñado para ayudarlo a proteger a su familia y la tierra. ¿Qué tienen de especial las nuevas bolsas verdes que se venden en todas partes?

-Las bolsas verdes pueden contener hasta 22 libras más que las bolsas de compras de plástico. Las

- bolsas verdes son 100 por ciento reciclables, lo que las hace extremadamente ecológicas. Las bolsas

- verdes durarán hasta dos años o más, más del doble que las bolsas de plástico. Las bolsas verdes tienen

- asas cómodas para llevar con las manos o al hombro. Las bolsas verdes son un producto derivado del

- petróleo.

- Las bolsas verdes, que se ofrecen en muchos colores elegantes, son lavables. Las

- bolsas verdes cumplen con las regulaciones de la FDA.

- Las bolsas verdes están hechas con tintes que no destiñen y no son dañinos. Las bolsas

- verdes son muy duraderas.

-Las bolsas verdes no contienen materiales tóxicos que puedan ser dañinos o alergénicos para la piel.



# Capítulo 14

## Bocadillos para llegar a un planeta más verde

La mayoría de nosotros tomamos un refrigerio todos los días, pero ¿cuántos de nosotros estamos realmente ayudando al planeta cuando lo hacemos? Las personas que compran y comen SunChips están haciendo su parte para ayudar al planeta casi tanto como lo han hecho los fabricantes de SunChips. Además de brindar a los consumidores un producto saludable, también ofrecen un empaque que es ecológico.

Todos soñamos con un mundo que tenga menos desechos, pero pocas empresas toman tales medidas para hacer algo al respecto como SunChips. Al crear una bolsa hecha de plantas, lograron hacer una bolsa totalmente compostable. Cuando la bolsa de SunChips está vacía (no toma mucho tiempo porque son tan deliciosas), la bolsa se puede tirar en una pila o contenedor de compost activo y caliente, donde la Madre Naturaleza comienza a trabajar. En aproximadamente 14 semanas, la bolsa SunChips promedio de 10 onzas se descompone por completo.

Si ha probado su nuevo empaque ecológico, puede notar que son un poco más ruidosos que sus bolsas anteriores. Esta diferencia en el sonido se debe a que el material está basado en plantas. Los consumidores no tardan mucho en acostumbrarse al sonido, especialmente cuando se dan cuenta del impacto positivo que están teniendo en el medio ambiente.

SunChips realizó pruebas largas y detalladas en interiores y exteriores para desarrollar esta exclusiva bolsa verde. Sus pruebas se realizaron para garantizar su resistencia, durabilidad y, sobre todo, su compostabilidad. El resultado fue una bolsa increíble que es totalmente reciclable y compostable. ¿Ha ayudado esto a sus ventas? Solo puedo imaginar cuántos consumidores más están comprando SunChips hoy y disfrutando de los refrigerios en su camino hacia un planeta más verde.

# Capítulo 15

## Ideas más ecológicas para lograr un mundo más ecológico

Si bien escuchamos tanto hoy en día acerca de vivir de manera ecológica para ayudar a nuestro planeta y vivir una vida más saludable y con mayor eficiencia energética, rara vez nos detenemos a pensar en las pequeñas cosas que podemos hacer para ayudar a la causa. Mientras que algunos pueden estar practicando una vida ecológica con el único propósito de ayudar al planeta, otros pueden hacerlo para ahorrar dinero. Todavía hay otros que viven de forma ecológica porque sienten que les proporciona a ellos y a su familia un estilo de vida más saludable.

Vivir verde puede ayudar a todas esas causas. Si bien un método de vida ecológica puede parecer que no tiene un efecto general en el planeta, proporcionará una vida más saludable o puede ahorrar dinero. Vivir verde es un ciclo completo que implica tomar muchas decisiones inteligentes y respetuosas con el medio ambiente todos los días.

Por ejemplo, ¿sabía que si uno de cada 10 hogares usara electrodomésticos de bajo consumo, equivaldría a plantar 1,7 millones de acres de árboles?

Una vida ecológica como esta es ahorrar dinero en el hogar y ayudar al planeta. Si está ayudando al planeta, nos está proporcionando una vida más saludable. Todo funciona en conjunto y beneficia a todos.

Con el alto costo de la remodelación del hogar, muchos propietarios eligen darles a sus hogares o habitaciones un lavado de cara rápido con una nueva capa de pintura. Elija pintura que sea baja o cero VOC, de lo contrario, puede estar usando pinturas con metales tóxicos y solventes que causarán contaminación y smog.

Si está plantando árboles o plantas para embellecer su patio delantero o trasero, considere obtener plantas nativas. Tienen varios beneficios, incluida su fácil adaptabilidad al medio ambiente, requieren menos atención, requieren menos agua y también apoyará a los animales nativos.

# Capítulo 15

## Ideas más ecológicas para lograr un mundo más ecológico

Si tiene lavavajillas, asegúrese de usar jabón ecológico. ¿Enjuagas tus platos antes de ponerlos en el lavavajillas? Si es así, no solo está perdiendo el tiempo, sino también el agua. Los lavavajillas tienen calentadores en su interior que hierven el agua para esterilizar los platos. Si necesita enjuagar sus platos para que el lavavajillas los limpie, puede ser el momento de adquirir un nuevo lavavajillas de bajo consumo.

Si el agua de su lavadora se está drenando afuera, considere colocar un balde allí y recogerla. Funcionará muy bien en el jardín para matar las malas hierbas, siempre que esté usando detergente y jabón ecológicos.

Cuanto menos papel usemos en nuestra vida diaria, más árboles podremos salvar. El papel reciclado posconsumo (también es libre de árboles) se usa en todo tipo de productos de papel, incluido el papel higiénico,

tarjetas de felicitación y papel de copia diario. ¿Sabía que puede ahorrar 52 libras de desechos sólidos, 584 libras de madera y el agua necesaria para 50 duchas de ocho minutos usando solo una caja de este papel reciclado posconsumo?

# Capítulo 16

## Vida ecológica para reducir su factura de energía

A todos nos han dicho la importancia de una vida ecológica para ayudar al medio ambiente y salvar al planeta de la amenaza del calentamiento global. Sin embargo, lo maravilloso de vivir verde es que no solo estamos salvando el planeta, sino que podemos ahorrar dinero al hacerlo. ¡A ninguno de nosotros nos gusta abrir nuestras facturas de servicios públicos solo para descubrir que es más alta que el mes anterior y que los meses de invierno aún están por llegar!

La conclusión es cuando estás ahorrando energía; está ahorrando recursos, lo que le ahorrará dinero. Ahorrar dinero en su factura de electricidad puede ser más fácil de lo que piensa. Incluso si cree que ha estado haciendo todo lo posible para reducir sus facturas, estará dispuesto a aceptar que todavía hay pequeñas cosas que puede haber pasado por alto.

En el proceso de buscar formas de reducir la factura, probablemente te encuentres con muchas cosas que tus padres te dijeron cuando eras pequeño. ¡Realmente sabían de lo que estaban hablando! Estos son algunos consejos excelentes sobre las formas en que una vida ecológica lo ayudará a reducir el uso y los costos de energía.

- Las bombillas realmente marcarán la diferencia. Cambie de bombillas incandescentes convencionales a bombillas fluorescentes compactas de bajo consumo. Por ejemplo, usar un LED de 6 vatios en lugar de una bombilla tradicional de 60 vatios puede ahorrarle \$280 durante la vida útil de la bombilla. Imagínese si reemplazara todas sus bombillas por otras de bajo consumo.
- Baja tu termostato. Dado que el 50 por ciento de los costos de energía de nuestra casa provienen de la calefacción y el aire acondicionado, puede ahorrar \$180 al año al bajar la temperatura dos grados. En climas fríos, se puede ahorrar entre un 3 y un 5 por ciento de energía por cada grado por debajo de los 68 grados.



# Capítulo 16

## Vida ecológica para reducir su factura de energía

**-Vigila tu consumo de agua. Puede reducir su consumo de agua a la mitad usando un**

**aireador en todos sus grifos. También puede ahorrar más de 4 galones de agua cepillándose los dientes sin que corra el agua.**

**- Deshazte de ese viejo refrigerador en el garaje o en el sótano y puede ahorrar hasta \$150 al año en costos de energía. Si realmente necesita un segundo refrigerador, compre un electrodoméstico Energy Star.**

**- Use compost en su jardín en lugar de fertilizante comercial. En lugar de tirar todos los desechos, comience su propia pila de compost. Ahorrará dinero y sus productos le agradecerán el esfuerzo.**

**- Elige suelo de bambú en lugar de los pisos de madera dura, ya que el bambú tarda mucho menos en madurar que las maderas duras utilizadas en pisos, y el bambú es más económico**

# Capítulo 17

## Comprar una casa siendo ecológico

A pesar de lo difícil que ha sido el mercado de la vivienda últimamente, muchas personas todavía están buscando casas para comprar. Ya sea que compre una casa por primera vez o ya lo haya hecho antes, es importante recordar que esta será una de las compras y decisiones más importantes que tomará en su vida. También es una gran oportunidad para poner en juego su deseo de un estilo de vida más ecológico prestando especial atención al tamaño, el estilo y la ubicación de su hogar.

Pida ayuda a los agentes inmobiliarios para encontrar una casa con buen rendimiento energético. Con el aumento de la conciencia ecológica junto con los altos costos de energía, los agentes inmobiliarios están acostumbrados a que los consumidores pregunten sobre casas más ecológicas y los problemas ambientales que rodean a estas casas.

Contrate a un profesional para que realice una auditoría energética en cualquier casa que esté considerando comprar. Una auditoría le dirá qué tan eficiente es el hogar y cualquier actualización que pueda necesitar para ser más eficiente. Puede verificar ciertas cosas usted mismo, como el sistema de calefacción y refrigeración, el estado de las ventanas y puertas y el aislamiento, pero un auditor puede brindarle datos que son más importantes.

Realmente se trata de la ubicación cuando se trata de comprar una casa. Tenga en cuenta su lugar de trabajo. Si bien le encanta la vida en el campo, ¿tendrá que gastar mucho tiempo y dinero para viajar todos los días?

Si bien a todos nos encanta la idea de tener una casa grande, no siempre nos gusta calentarla y enfriarla, así que piense en pequeño cuando busque casas. Implementa arreglos de muebles tan únicos y consejos de decoración para aprovechar al máximo el espacio que tienes. Cuanto más espacio tenga, más tendrá que calentar y enfriar.

# Capítulo 17

## Comprar una casa siendo ecológico

Mire la casa con mucho cuidado. Si bien algunos cambios ecológicos serán relativamente fáciles y económicos, otros no lo serán. Por ejemplo, no es demasiado difícil ni costoso aplicar una nueva capa de pintura con bajo VOC, que decora su hogar. Sin embargo, quitar la alfombra de una habitación tras otra y restaurar los pisos de madera debajo puede ser más de lo que le gustaría hacer.

Si está buscando casas antiguas y ya está planeando renovaciones ecológicas, busque casas que requieran la mayor renovación en la cocina y el baño, que son las dos habitaciones donde obtendrá el mayor beneficio de su inversión en términos de renovación. dólares

Consulta la posibilidad de generar tu propia energía en tu potencial nuevo hogar. Si bien es posible que no sea algo que pueda pagar en este momento, será beneficioso en el futuro saber que es posible. Consulte con los funcionarios de su estado sobre los reembolsos que se ofrecen para hogares con eficiencia energética y uso de energía renovable.

Ya sea que le gusten los árboles o no, los árboles son buenos para dar sombra en el verano y para permitir que la luz y el calor naturales entren en su hogar en el invierno. También brindan un hogar para las aves, que son excelentes para el jardín orgánico que planeas cultivar. Mientras revisa el jardín, asegúrese de que haya suficiente espacio para cultivar un jardín y construir su pila de compost.

# Capítulo 18

## Vida ecológica dentro de su hogar para ahorrar energía y dinero

La vida ecológica no tiene por qué significar construir una nueva casa con energía solar o comprar un nuevo automóvil híbrido. Si bien estas dos medidas le ahorrarían mucho más a lo largo de los años y ayudarían al medio ambiente, hay pequeños pasos que puede tomar dentro de su hogar para ayudar a ahorrar energía y dinero. Después de todo, la vida ecológica debe comenzar en su hogar y debe involucrar a toda la familia.

Usamos y desperdiciamos mucha energía en nuestros hogares. ¿Alguna vez te has preguntado dónde se utiliza toda la energía en nuestros hogares? Saber a dónde va su energía puede hacer que sea más fácil disminuir la cantidad de energía que usted y su familia usan cada día. Aquí hay un desglose simple del uso de energía en un hogar promedio.

-34 por ciento: luces y electrodomésticos 34 por

- ciento: calefacción de espacios
- 13 por ciento: calentamiento de agua
- 11 por ciento: aire acondicionado eléctrico
- 8 por ciento: refrigerador

No necesita comprar productos de limpieza domésticos caros que pueden estar llenos de toxinas. Hay elementos que probablemente tenga en su hogar que funcionarán igual de bien y le brindarán a su familia un entorno más saludable. Una mezcla de media taza de bórax con una taza de jugo de limón fresco funciona muy bien como limpiador de baños.



# Capítulo 18

## Vida ecológica dentro de su hogar para ahorrar energía y dinero

El vinagre parece ser un gran limpiador para el hogar. Ya sea que se trate de alfombras, espejos, ventanas o desagües obstruidos, el vinagre parece tener muchos propósitos. El vinagre puro funciona muy bien en las manchas de mascotas en su alfombra, mientras que una mezcla igual de vinagre y agua hará que sus ventanas y espejos brillen. El vinagre también funciona bien cuando se mezcla con el suavizante de telas.

Aquí hay algunos consejos simples sobre cómo puede ahorrar energía en su hogar.

-Utilice bombillas fluorescentes en lugar de bombillas convencionales. Asegúrese

- de que su hogar esté bien aislado, así como su calentador de agua.

-Baje el termostato por la noche y cuando no esté. Utilice un termostato programable.

-Reemplace el filtro de su horno una vez al mes en el invierno.

- Asegúrese de que el serpentín de su refrigerador esté limpio para que tenga que trabajar menos para mantenerse fresco.

Asegúrese de que la junta también esté limpia.

- Cuando lave la ropa, asegúrese de tener una carga completa y use agua tibia para lavar y fría para enjuagar. Cuando sea posible, cuelgue la ropa afuera para que se seque.

-Cuando cocine, ponga tapas en las ollas y apague el horno 15 minutos antes.

-Descongele su comida antes de cocinarla.

- Deje que los platos en el lavavajillas se sequen al aire.

- Recoge agua de lluvia para regar tus plantas.

# Capítulo 19

## Enviar a sus hijos a la escuela con suministros ecológicos

Hoy estamos escuchando acerca de la importancia de vivir un estilo de vida verde cada vez más. Con la amenaza del calentamiento global pendiendo sobre nuestras cabezas, es más importante que nunca que todos intentemos hacer nuestra parte para ayudar a que nuestro planeta se mantenga saludable y verde. Tenemos muchas maneras de contribuir, incluida la reducción de la cantidad de energía que usamos, el reciclaje de nuestros desechos y el uso exclusivo de productos reciclables, solo por nombrar algunos.

Si bien nos hemos esforzado mucho en educar a nuestros hijos sobre la importancia de vivir de manera ecológica, no siempre tenemos control sobre lo que hacen cuando están fuera de nuestra vista, como en la escuela. Es posible que no tengas mucho control sobre lo que sucede en la escuela, pero al enviarlos a la escuela con útiles ecológicos, los estás animando a ellos y a otros a continuar con tu práctica.

Haga el mismo compromiso de enviar a su hijo a la escuela con suministros ecológicos que usa en su hogar. Esto puede incluir sus útiles escolares, así como los artículos para el almuerzo y la merienda que les proporciona cuando se van todos los días.

Las calculadoras son utilizadas por estudiantes de casi todas las edades, por lo que es mejor que les consigas un modelo que funcione con energía solar en lugar de uno que continúe usando baterías. Las baterías son extremadamente malas en los vertederos y para el medio ambiente en general. Evite usar cualquier producto que use baterías a menos que sea inevitable.

Parece que no hay fin a la cantidad de cuadernos y papel que van a usar en un año escolar. Tienda donde venden papel reciclado post consumo. Con el gran interés que todos parecemos tener en los productos ecológicos, debería poder encontrar este tipo de papel en la mayoría de las tiendas que venden útiles escolares. Los marcadores, crayones y pegamento deben ser todos no tóxicos y lo más naturales posible.

# Capítulo 19

## Enviar a sus hijos a la escuela con suministros ecológicos

Hay más en el día escolar que solo el tiempo que están trabajando. No querrás olvidarte de la hora del almuerzo y la merienda. Si bien es importante brindarles refrigerios que sean saludables, naturales u orgánicos, también se debe tener cuidado con los recipientes que usa para enviarlos. Reemplace las bolsas de papel para el almuerzo o las bolsas de plástico desechables con recipientes reutilizables. Muchos de ellos mantendrán el sabor de la comida mejor por más tiempo.

Las botellas de agua de plástico pueden ser convenientes y livianas, pero también pueden contaminar los líquidos con productos químicos con el tiempo. Considere invertir en recipientes de bebidas de acero inoxidable aptos para niños. Una buena selección de refrigerios incluye frutas y verduras frescas, panecillos caseros y galletas hechas con recetas bajas en grasas y salsas bajas en grasas. SunChips es una excelente opción de refrigerio porque son saludables, están hechos con energía solar y están empacados en bolsas ecológicas compostables.

**Consejos de transporte para garantizar una vida más ecológica**

El transporte es una gran parte de nuestras vidas. Siempre parece que vamos a alguna parte. Estamos conduciendo a la escuela, al trabajo, visitando amigos o conduciendo a algún lugar con fines de entretenimiento. Independientemente de cuál sea nuestro objetivo, generalmente estamos conduciendo hacia allí. Simplemente damos por sentado que vamos a conducir a nuestro destino. ¿Alguna vez ha considerado caminar o andar en bicicleta si es una distancia corta? ¿Alguna vez se te ha pasado por la cabeza la idea de tomar el transporte público de vez en cuando? También se sorprenderá de la cantidad de beneficios que ofrece el uso compartido del automóvil.

# Capítulo 19

## Enviar a sus hijos a la escuela con suministros ecológicos

En un estudio reciente realizado por el Instituto Goddard de Estudios Espaciales de la NASA, el transporte por carretera se identificó como la mayor fuente global que contribuye al calentamiento global. Los automóviles, camiones y autobuses son todos los principales contribuyentes, ya que liberan gases de efecto invernadero y contaminantes que promueven el calentamiento y, al mismo tiempo, no emiten suficientes aerosoles para contrarrestarlo. Cuantos más vehículos circulen por las carreteras, peor será el problema del calentamiento global.

Si bien ciertos tipos de transporte no se pueden evitar, todos podemos colaborar para hacer nuestra parte para disminuir este problema. A menudo, los pasos simples son todo lo que se necesita porque muchos pasos simples se suman para obtener grandes resultados. Si todos nos detuviéramos a calcular las millas que conducimos en una semana, o incluso en un mes, y descubriéramos cuánto estamos contaminando el aire, ¡nos sorprenderíamos!

Muchas personas no entienden cómo el uso del transporte público puede ayudar con el problema del calentamiento global cuando los autobuses emiten los mismos gases nocivos y contaminantes que nuestros automóviles. Los autobuses van a estar en las carreteras y caminos de todos modos. Si diez personas toman el autobús para ir al trabajo en lugar de conducir sus automóviles, hay diez automóviles menos en la carretera. ¿Qué escenario va a ser más dañino para la atmósfera: un autobús y diez autos o solo un autobús? Es un paso simple que puede tener mucho sentido y una gran diferencia en nuestro mundo.



# Capítulo 19

## Enviar a sus hijos a la escuela con suministros ecológicos

Se eliminarían aproximadamente 500 libras de emisiones de dióxido de carbono cada año si se eliminaran 10 millas de manejo por semana. Al compartir el automóvil solo dos días a la semana, reducirá la cantidad de emisiones de dióxido de carbono cada año en 1,590. Como puede ver, no tenemos que hacer grandes cambios en nuestro estilo de vida para poder marcar la diferencia en el mundo en el que vivimos. Aquí hay algunos pasos muy simples que todos podemos tomar para disminuir la cantidad de calentamiento global que contribuye. del transporte en las carreteras y caminos:

Carpool para trabajar con amigos o familiares. Considere tomar el transporte público una o dos veces por semana. Camine o ande en bicicleta en viajes de menos de 2 millas

Invierte en un auto eficiente en energía o híbrido.

### Beneficios de la vida verde

Las personas de todo el mundo se están comprometiendo a ahorrar energía de cualquier manera posible, reducir los desechos y proporcionar un medio ambiente más saludable. Están haciendo esto viviendo verde. Living green es un concepto que implica crear hogares ecológicos, que son hogares con electrodomésticos y fuentes de energía eficientes.

Los propietarios de viviendas no son los únicos que se benefician de una vida ecológica. Las comunidades, las familias y el mundo en general están cosechando los beneficios de los consumidores que son fiscalmente responsables y conscientes del medio ambiente. Cuantas más casas ecológicas veamos, menos desechos veremos en los vertederos y menos pagaremos todos en costos de energía. El uso de agua se puede reducir hasta en un 50 por ciento y el uso de energía hasta en un 60 por ciento menos con la construcción de una casa ecológica. Hay muchos beneficios de vivir verde.

# Capítulo 20

## Beneficios de la salud y ambientales

### Beneficios de la salud

Las casas ecológicas pueden eliminar los problemas de salud causados por el aire de mala calidad que a menudo se encuentra en las casas antiguas mediante el uso de materiales orgánicos no volátiles y no tóxicos. Muchas personas que anteriormente sufrían de problemas respiratorios descubrieron que su respiración era mucho mejor cuando comenzaron a vivir de forma ecológica. Cuando los materiales para el hogar están hechos con ingredientes naturales, también se desarrollará menos moho en el hogar. La respiración también es mucho más fácil porque los sistemas de ventilación natural reemplazan el aire viciado del interior con aire fresco y limpio del exterior.

### Beneficios ambientales

Ya hemos oído hablar de las pequeñas facturas de energía que experimentará debido a un menor uso de energía, así como de los muchos beneficios para la salud de tener un hogar ecológico. Lo que no mencionamos, que es probablemente una de las razones más importantes para vivir de forma ecológica, es el beneficio para nuestro medio ambiente. Cuando utilizamos fuentes de energía alternativas o naturales como el viento, el sol, la biomasa y la energía geotérmica, se reduce nuestra dependencia de los combustibles fósiles y otras fuentes de energía convencionales. Ya no tendremos que enviar miles de millones de dólares a otros países en busca de combustibles fósiles porque nuestro propio suministro se agote. Realmente no hay una buena razón para NO vivir de forma ecológica en todas las formas posibles.