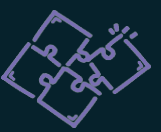
DecidoSer

Huella Verde

Prácticas Ambientales







DecidoSer

PROGRAMA DE
HABILIDADES
PARA EL CAMBIO SOCIAL

DecidoSer Huella Verde

Primera Edición

Formato: Carta 28x21
centímetros

EDICIÓN
FAVLA

©FUNDACIÓN ACDI/VOCA
LA
www.acdivoca.org.co
https://favla.org/es
Carrera 10 No. 80-66 Bogotá
D.C., Colombia

Jimena Niño Cáceres
Directora País ACDI/VOCA

Carolina Blackburn
Directora Ejecutiva
Fundación ACDI/VOCA LA

Esta profundización ha sido
posible gracias a las
contribuciones del equipo de
trabajo de FAVLA y
ACDI/VOCA, especialmente al
trabajo realizado
por Gisella De Andreis, Jogis
Arias, Luisa Fernanda
Díaz y Maryi Adriana Serrano

Tabla de Contenido

P.5 **Introducción**

P.6 **Conceptos Claves**

P.10 **Prácticas Ambientales**

P.10 Huerta y Granja Familiar

P.13 Comedero para Aves Silvestres

P.15 Mercado de Pulgas

P.17 Maratón de Reciclaje

P.21 Cama para Gallinas

P.23 Filtro Casero de Agua

P.25 Menor Consumo de Agua Potable

P.27 Compost Casero

P.29 Papel Reciclado

P.32 Conectando con la Naturaleza

Introducción

DecidoSer, Programa de Habilidades para el Cambio Social, está compuesto por 29 guías para la toma de decisiones de cambio y siete herramientas de profundización (DecidoSer Campeón/a, DecidoSer Juntanza, DecidoSer Familia, DecidoSer Poderosa, DecidoSer Sin Límites, DecidoSer Líder) que contribuyen a que las personas se reconozcan como agentes de cambio y contribución prosocial.

Es una herramienta personalizable y modular que se adapta a las necesidades de los contextos y grupos poblacionales con los cuales se implementa y consta de un kit físico de fácil portabilidad y ubicación en http://decidoser.acdivoca.org.co/. DecidoSer le apunta a cambios de comportamiento personales que se reflejan en las familias, comunidades, organizaciones y empresas, para la consecución de resultados que buscan impactar positivamente a las personas y sus entornos convivenciales.

Con el fin de lograr profundizar en los factores que promueven los procesos de Desarrollo Sostenible de las sociedades y comunidades con énfasis en cuidado ambiental, surge DecidoSer Huella Verde, con el propósito de hacer consciencia de la relación sistémica con el medio ambiente, reconociendo los impactos de la vida humana, tomando acciones para frenar y/o ralentizar los daños que atentan con la existencia misma de la vida en la Tierra.

Como se ha vivenciado en los encuentros, DecidoSer Huella Verde se estructura desde el abordaje de cuatro componentes: 1) Biodiversidad y Territorio, 2) Economía Circular, 3) Reforestación y Cuidado Hídrico y 4) Liderazgo Ambiental para la Resiliencia al Cambio Climático. A partir de ellos se ofrecen herramientas y prácticas en favor de cambios de comportamiento personales y comunitarios para el desarrollo sostenible, la economía circular y la protección de la biodiversidad y la vida.

DecidoSer Huella Verde entiende la relación indisoluble entre ser humano y el lugar donde se habita, reconociendo la dependencia sistémica que, impacta positiva o negativamente en el medio ambiente según se decida actuar. Saber e identificar la propia responsabilidad en los daños causados a la atmósfera, en la contaminación de las fuentes hídricas, en la tala y la deforestación de bosques y selvas, en la acumulación de desechos y basuras, para después tomar acción es lo que propone como metodología para el cambio social.

Por esto, en la presente Guía hay prácticas ambientales que contribuyen directamente a la protección del ambiente, *fáciles de realizar* en el hogar, el barrio, la comunidad, la organización y la empresa, con resultados tangibles. Así que **sólo se requiere la decisión de ponerlas en práctica y Decidir Ser Huella Verde.**

Conceptos Claves

Biodiversidad

"La biodiversidad es el tejido vivo de nuestro planeta. Es la base del bienestar humano en el presente y en el futuro, y su rápido declive amenaza a la naturaleza y a las personas por igual" (Unesco, 2019)

Recursos Naturales

Son todos los elementos materiales necesarios para satisfacer las necesidades y requerimientos de alimentación, vestido, vivienda, energía y demás productos para la humanidad actual y las futuras generaciones, que se obtienen del planeta "como el agua superficial o subterránea y los océanos, los minerales (plata, fierro, carbón mineral), los energéticos (petróleo y carbón mineral), las rocas (arcillas para cerámica, fosfatos, arena de cuarzo, caliza, agregados pétreos), además de los recursos bióticos que son objeto de explotación: el ganado, los peces, y los bosques" (Gestión de Recursos Naturales, 2016)

Económica Circular

Modelo que intenta imitar los ciclos naturales. En la naturaleza, los organismos, los recursos y los materiales son parte de un ciclo sin fin, y no se producen desechos porque todo se transforma y fluye para realizar diferentes funciones. Por ejemplo, una especie desperdicia nutrientes en otra, e incluso cuando un organismo muere, se descompone y proporciona diferentes nutrientes al ecosistema, lo que permite que crezca nueva vida. La economía circular trata de diseñar y crear productos de forma que puedan ser reutilizados, reparados o reciclados, y cuando esto no es posible, trata de reciclar los materiales que lo componen para que puedan ser utilizados en la producción de nuevos productos. De esta forma, se evita la explotación de los recursos limitados de la tierra y la generación de una gran cantidad de residuos. (WWF, 2022)

Liderazgo Ambiental

Es la forma como puede una persona o colectivo social, ser capaz de influir

en otros de manera positiva, para lograr un cambio social en beneficio de la protección de los ecosistemas. Para que una persona sea líder o lideresa ambiental, debe ocuparse del bienestar, protección, uso y aprovechamiento de la naturaleza de manera sostenible, sumado a trabajar por el cumplimiento de los derechos del entorno y el mejoramiento de éste (MinAmbiente, 2017).

Cambio Climático

Se refiere a un cambio de clima atribuido directa o indirectamente a la actividad humana, que altera la composición de la atmósfera mundial y que se suma a la variedad natural del clima observada durante períodos de tiempo comparables (ONU, 1992).

Ecopedagogía

"Pedagogía apta para estos tiempos de reconstrucción paradigmática, apta para una cultura de sostenibilidad y paz... Ha estado creciendo gradualmente, beneficiándose de la cantidad de insumos que se han originado en décadas recientes, principalmente dentro del movimiento ecológico. Está basado en un paradigma filosófico que surge de la educación y que ofrece un conjunto de conocimientos y valores interdependientes. Entre éstos, nos gustaría mencionar los siguientes: educar para pensar en forma global; educar los sentimientos; enseñar sobre la identidad de la Tierra como esencial para la condición humana; moldear la conciencia planetaria; educar para el entendimiento y educar para la simplicidad, el cuidado y la paz" (Angela Antunes y Moacir Gadotti, s.f.).

Estrategia educativa para promover acciones didácticas de consciencia ambiental, equidad y justicia social, incentivando un sentido de responsabilidad compartida hacia uno mismo, la otredad y el planeta.

Buenas Prácticas Ambientales

Conjunto de prácticas cotidianas que tienen como objetivo central, reducir el impacto negativo de los procesos productivos en el medio ambiente, gracias a la implementación de medidas sencillas y beneficiosas que aumentan el compromiso y los resultados de mejora ambiental.

Huella Ecológica

Surge como un indicador de sostenibilidad que mide el impacto del estilo de vida de la humanidad sobre el entorno y el medio ambiente. En este sentido, "las decisiones que como consumidores tomamos en nuestra vida cotidiana tienen un impacto sobre el planeta. Ese impacto ambiental se expresa como la cantidad de terreno biológicamente productivo que se necesita por persona

para producir los recursos necesarios para mantener su estilo de vida" (Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico España, 2022).

Biodegradable

Productos o sustancias que pueden degradarse o descomponerse en sus elementos químicos, bajo la influencia de factores biológicos y condiciones ambientales naturales (Echazu, 2022).

Puntos Limpios

Son instalaciones destinadas a recibir ciertos tipos de residuos previamente seleccionados que, por su gran volumen o peligrosidad, no es conveniente sean eliminados con el resto de las basuras domésticas (Echazu, 2022). Se realiza una tarea similar a los contenedores de reciclaje, pero cuando se trata de sitios de limpieza, se maneja cualquier tipo de desecho, desde baterías, aceite de cocina, muebles, electrodomésticos y desechos técnicos. (Arriols, 2019)

Responsabilidad Ambiental

Es un conjunto de acciones que pretenden mayor productividad de recursos, eficiencia ecológica, producción más limpia, gobernanza organizacional, sistemas de gestión de ciclos de vida y diseño de negocios que contemplan el cuidado del medio ambiente (Echazu, 2022). La experiencia demuestra que las empresas con prácticas amigables con el medio ambiente son más competitivas en los mercados internacionales a mediano y largo plazo, ya que el cumplimiento de las disposiciones normativas en esta materia promueve la innovación y modernización de procesos y productos promoviendo un uso más limpio. Además, las empresas competitivas internacionalmente pueden invertir mejor en tecnologías nuevas, más eficientes y limpias (Comisión de las Comunidades Europeas, 2002).

Compostable

Significa que puede ser degradado por organismos vivos que producen dióxido de carbono, agua, compuestos inorgánicos y biomasa durante un período controlado. Teniendo esto en cuenta, se resalta que los materiales biodegradables no siempre son compostable, pero un material compostable siempre es biodegradable (Echazu, 2022). Esto logra que en menos de seis meses bajo las condiciones adecuadas se integren de nuevo al medio ambiente.

Contaminación Ambiental

Es la presencia de componentes nocivos químicos, físicos o biológicos en el medio ambiente que generen un perjuicio para todos los tipos de vida en la Tierra. Varias de las contaminaciones más recurrentes están relacionadas con: "Tala excesiva de árboles, emisiones y vertidos industriales a la atmósfera y a la hidrósfera, extracción, procesamiento y refinamiento de combustibles fósiles (petróleo, carbón y gas natural), producción de energía con combustibles fósiles y otras fuentes no renovables, uso excesivo de automóviles y otros medios de transporte impulsados por gasolina o diésel, uso indiscriminado de plásticos y otros materiales derivados del petróleo y liberación de plásticos y objetos no biodegradables en espacios naturales" (Cuidemos el Planeta, 2018).

Economía Verde

"Aquella economía que resulta en un mejor bienestar humano y equidad social, reduciendo significativamente los riesgos ambientales y las escaseces ecológicas". En su expresión más simple, una Economía Verde puede ser considerada como una que es baja en carbono, eficiente en recursos y socialmente inclusiva" (ONU Programa para el Medio Ambiente, s.f.). Esta economía fue reconocida en la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Sostenible (Rio+20) como una herramienta capaz de lograr un desarrollo sostenible, social, económico y ambiental (ONU Programa para el Medio Ambiente, s.f.).

BORRADOR

Prácticas Ambientales

Práctica No. 1

HUERTA Y GRANJA FAMILIAR

Componente Biodiversidad y Territorio

Actividad para contexto urbano y rural

Tipo de actividad: familiar

Materiales:
Semillas endémicas. Residuos de botellas plásticas. Residuo de madera o troncos

Objetivo:
Aprender a cultivar alimentos en pequeños espacios de la casa como balcón, terraza, jardín o patio.

Descripción de la actividad:

1. Identificar el tipo de suelo del área a trabajar, dado que si se reconoce esto será más fácil el proceso de crecimiento de las plántulas. Se presentan dos formas sencillas de conocer el tipo de suelo:

Forma 1	Forma 2
Sacar una muestra de suelo que se quiera examinar en un recipiente.	Utilizar un recipiente o frasco.
Humedezca la tierra (pero sin empapar).	Introducir la muestra del suelo en el frasco y añada agua hasta superar la mitad del frasco.
Dejar reposar por al menos quince (15) minutos.	La relación de cantidad agua-suelo no es tan influyente. Una medida puede ser dos (2) partes de agua por uno (1) de suelo. Tapar el recipiente, agitar con fuerza y dejar reposar un rato la mezcla.

Según los resultados obtenidos la muestra estará formada por un componente u otro, o una mezcla de varios. • Apretar y soltar la muestra, y si mantiene la forma después de apretarla es que lleva arcilla. Cuanto más moldeable y suave sea la muestra mayor contenido en **arcilla**. • Si se quedan restos sobre la palma de la mano e incluso mancha, es que existe una granulometría comprendida entre la arcilla y la arena, y puede ser un tipo de suelo **limoso.** • Si la muestra se desmenuza totalmente y cae entre los dedos el suelo alberga sobre todo contenido en **arena**.	Según los resultados obtenidos la muestra estará formada por un componente u otro, o una mezcla de varios. • El material orgánico flota. Si hay materiales flotando es que el suelo es deficiente en materia orgánica y se debe añadir compost. • Las partículas de arena se podrán observar en el fondo del recipiente. Un contenido elevado declara un **tipo de suelo arenoso.** • Las partículas más pequeñas (limo o arcillas) se mantienen en la parte de arriba, justo debajo de la materia orgánica flotante. Un gran contenido de estos compuestos en detrimento de un fondo del tarro arenoso declara un suelo **arcilloso** o **limoso.**

Las condiciones del terreno deben ser fértil, porosa, bien ventilada, capaz de retener agua y buenos nutrientes. En caso de no tener estas características, es necesario reforzar con la implementación de algún tipo de compostaje.

2. Luego es importante elegir el lugar para el sembrado.
3. Dependiendo el tipo de huerta, Se escoge la semilla a plantar. Si es pequeña es recomendable sembrar en recipientes o macetas, por ejemplo, las hortalizas de alto rendimiento como guisantes, espinacas, tomates, pimientos, maracuyá, cilantro, brócoli, repollo, coliflor.

   En cambio, si es de mayor tamaño, se recomienda el método de siembra directa al suelo para semillas grandes y fáciles de manipular como arveja, maíz, granos, ahuyama, patilla, melón o especies que no se adaptan al trasplante como la zanahoria, perejil, espinaca, etc.

4. Si la huerta es pequeña, luego de seleccionar los recipientes o materiales para construir, ésta debe tener un buen drenaje. Se recomienda realizar agujeritos en la base de los plásticos o maderas, para que escurra el agua excedente.

5. La rotación de cultivos implica, como su nombre lo dice, rotar diferentes familias de plantas con las necesidades nutricionales en el mismo suelo durante diferentes períodos. Con el fin de, mantener el suelo fértil y libre de enfermedades y plagas, que se suman a beneficios, como el cultivo de vegetales maduros. (frijoles, ajo, papas, cebollas, remolachas, zanahorias, repollo y brócoli, coliflor y maíz), en el mismo lugar que otras verduras de crecimiento rápido (lechuga, espinaca, col rizada, cebollas verdes y guisantes).

Práctica No. 2

COMEDERO PARA AVES SILVESTRES

Componente Biodiversidad y Territorio

Actividad para contexto urbano y rural

Tipo de actividad: familiar

Materiales:
Una botella plástica de 1.5-2 litros con tapa. Hilo de Nylon. Tijeras. Cuchillo o clavo grande. Una cuchara de madera.

Objetivo:
Crear e instalar comederos reciclados para proporcionar alimento adicional para aves silvestres urbanas y rurales ayudando a su supervivencia y expansión.

Descripción de la actividad:

1. Hacer un agujero en el fondo de cada uno de los lados de la botella con el clavo grande o las tijeras. Se recomienda calentar el clavo o punta de la tijera para hacer el hueco al plástico.
2. Realizar un segundo agujero un poco más grande y abajo justo adelante del primer hueco realizado. Es importante que los huecos permitan una inclinación como la de referencia de la imagen.



Tomada de: https://www.amarilloverdeyazul.com/wp-content/uploads/2015/01/comedero_botella1.jpg

3. Introducir la cuchara de madera en la botella mientras se pasa por los dos agujeros. Para evitar que las aves se lastimen, es necesario quitar los bordes afilados de plástico del exterior.

BORRADOR

4. Realizar una perforación en la tapa de la botella por donde se pasará y anudará el hilo Nylon que permitirá colgar el recipiente
5. Posteriormente, se debe rellenar el recipiente con alpiste... ¡y se puede colgar!
6. Es posible identificar una gran variedad de modelos de comederos de aves utilizando la imaginación y consultando más modelos en internet.
7. Es necesario tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- En épocas del año secas, la demanda de alimento para las aves es mayor, no se debe mantener el comedero activo. Afecta negativamente la reproducción de algunas especies (que están más pendientes de comer). El mismo solo se debe colocar en la temporada de lluvias o de extrema sequía.
- El comedero debe estar al aire libre, en contexto urbano éste debe ser ubicado lejos de cualquier vidrio o ventana, para evitar que las aves se golpeen.
- No es recomendable colocarlos en áreas donde depredadores como los gatos puedan esconderse y comerse las aves.
- No colocar alimentos ni restos de comida humana, sólo semillas.

Práctica No. 3

MERCADO DE PULGAS

Componente Económica Circular

Actividad para contexto urbano y rural

Tipo de actividad: comunitaria

Materiales:
Cosas varias para el mercado de pulgas que aporten los miembros de la comunidad.

Objetivo:
Impulsar prácticas de economía circular en el entorno comunitario, mediante la instalación de un mercado de pulgas que permita dar nuevos usos a los recursos, gracias a la permuta e intercambio y generar algunos ingresos por la venta de estos.

Descripción de la actividad:

1. Coordine la instalación de un mercado de pulgas comunitario, donde se puedan vender a bajos precios o intercambiar cosas para darles un nuevo uso, rediseño y reutilización y así poner en práctica algunas de las 7 R de la sustentabilidad.
2. Es importante identificar la pertinencia, la fecha para realizarlo y la viabilidad de convertirlo en una actividad periódica comunitaria.
3. Una vez establecido el acuerdo de realizarlo, cada persona participante debe identificar aquellas cosas usadas, pero en buen estado, para colocar en el mercado de pulgas.

   Se pueden ofrecer adornos decorativos, ropa, zapatos, utensilios de cocina, cuadros, muebles, empaques y demás cosas que no tengan un uso en las casas y que se consideren que, por su estado, otra persona puede rediseñarlo, reciclarlo, reutilizarlo y darle un nuevo uso.
4. Es importante definir la fecha para el primer ejercicio, de preferencia un día y hora de conveniencia para la mayoría de las personas.
5. Hay que establecer el lugar para llevarlo a cabo, puede ser el salón de la JAC, un parque de la vecindad, la cancha de una de las instituciones

BORRADOR

educativas del sector, por mencionar algunos ejemplos. De requerirse, se debe hacer la gestión para el préstamo del lugar si es necesario.

6. Es importante seleccionar responsables para realizar la publicidad y difusión de la actividad, para que la misma pueda ser conocida y aprovechada por otros miembros de la comunidad.

7. Para lo cual, se podrán crear piezas gráficas para compartir por WhatsApp o en redes sociales de uso de la comunidad, o cuñas para transmitir por perifoneo en el barrio y el diseño de un mensaje de transferencia de voz a voz, que también sensibilice sobre los temas de cuidado ambiental.

8. Durante el día del mercado de pulgas, cada persona debe llevar una mesa para ubicar las diferentes cosas que se estarán vendiendo o permutando, para que las mismas sean expuestas.
   Se puede acompañar la actividad con música, una olla comunitaria, actividades lúdicas para los niños y niñas donde personas de la comunidad las lideren y así el día sea de diversión, unión comunitaria y consciencia ecológica para todas las personas que participen.

Práctica No. 4

MARATON DE RECICLAJE

Componente Económica Circular

Actividad para contexto urbano y rural

Tipo de actividad: familiar y comunitaria

Materiales:
Botellas de plástico (limpias). Frasco de vidrio. Papel reciclado (periódicos, sobres, papel de regalo, tarjetas, revistas). Cartón reciclado. Aluminio reciclado como latas y empaque de alimentos. Bisturí o tijeras. Cuerda o nylon. Pegamento blanco para madera. Pincel. Vela. Arena o piedras pequeñas. Pita o soga delgada. Cinta de enmascarar. Grapadora.

Objetivo:
Generar competencias para realizar el reaprovechamiento de residuos sólidos colocando en práctica las 7 R de la economía circular e incentivando la generación e ingresos económicos gracias a la economía verde.

Descripción de la actividad:

1. A continuación, se comparten varias ideas prácticas para el reutilizamiento de residuos sólidos, como estrategia para darles nuevos usos en múltiples contextos.

Goteo solar con botellas de plástico



Tomadas de: https://t1.ev.ltmcdn.com/es/posts/1/0/5/riego_solar_que_es_y_como_hacerlo_2501_orig.jpg
https://ecoinventos.com/wp-content/uploads/2012/08/plan-kondenskompressor.jpg
https://www.ecojardinmagico.com/como-hacer-riego-solar-por-goteo-con-botellas-de-plastico-muy-facilmente/

BORRADOR

- Para esta idea se requieren dos botellas de plástico. La botella exterior ha de ser la más grande y se debe cortar por la base.
- En el interior se coloca la botella pequeña, que se corta por la mitad, usando la parte de la base. Esta botella más pequeña se pone sobre la tierra llena de agua, tapándola se coloca encima la botella grande, que puede ser de cinco (5) litros.
- La posición entre ambas botellas tiene que permitir que al abrir la tapa de la botella grande se vea el agua de la pequeña interior.
- Las botellas en la disposición explicada anteriormente se colocan junto a la planta que se quiere reciba el goteo solar.
- Es recomendable colocar alrededor del sistema hojas secas o paja para mantener la humedad del suelo y conseguir que el sistema de destilación solar sea aún más eficiente.

Porta velas de **vidrio reciclado**





Tomadas de:https://comunidad.leroymerlin.es/t5/image/serverpage/image-id/14311i39530DB9DE5D9675?v=v2
https://i.pinimg.com/originals/fb/6b/3d/fb6b3dd9b996efdbc24ca559c3a78e6f.jpg
https://casa-web.com.ar/wp-content/uploads/2011/07/portavela-reciclado-con-frqascos.jpg

- Reutilizar botellas de vidrio de diferentes usos, sirven para hacer unos prácticos porta velas.
- En algunos casos como las botellas de vino pueden ser cortadas en el fondo y servir para cubrir la vela, como se observa en la imagen de referencia.
- En otros casos, frascos donde vienen alimentos pueden ser usados llenándolos en el fondo con arena, gravilla o pequeñas piedras para que sostengan la vela en su interior.
- Se pueden decorar por fuera con materiales también reciclado que se tengan en el hogar.

Cesta de **papel reciclado**



Tomado de: https://i.pinimg.com/originals/b8/23/04/b823048b85c0e7ec920b994c44a452a1.jpg
http://decoracion2.com/imagenes/2010/09/papelera_periodicos.jpg
http://antoylola.com/wp-content/uploads/2013/01/0.jpg

- Recortar el pliegue de una sección del periódico para separar cada una de las páginas individualmente.
- Doblar cada página a lo largo de su longitud; luego, en cuartos; y finalmente, en octavos. Las tiras resultantes deben tener 56 cm por 3.8 cm.
- Una vez se tengan las tiras listas, se comienza a entretejerlas como está en la imagen:



Tomado de: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSMUsTK72M5Lxoi-ay7Qur5X54MJoX_xL3idaE4QIi13CPpTykAeB-m8CMT7FNcEonNQ_g&usqp=CAU

- Continuar tejiendo las tiras según el tamaño final que se elija para tu canasta, si es necesario puede asegurar las juntas con un poco de cinta de enmascarar.
- Una vez se tenga la base lista, se debe armar los lados. Para esto, solo se deben doblar las tiras en 90 grados y sujetar con cinta de ser necesario.

- De esta manera se irá dando forma a la canasta y la misma podrá ser del tamaño que se desea hace.
- Es importante que el tejido quede templado sin que se rompa el papel, para que la misma tenga robustes.
- Si así se desea se puede pitar la canasta del color de preferencia, o de acuerdo con su tamaño realizarla con diferentes tipos de papel reciclados.

Práctica No. 5

CAMA PARA GALLINAS

Componente Económica Circular

Actividad para contexto rural

Tipo de actividad: familiar u organizacional

Materiales:
Llantas de vehículo liviano. Segueta. Clavos de acero de 3": Relleno (aserrín, tela, paja). Martillo

Objetivo:
Diseñar un hábitat confortable para las gallinas con materiales reciclables, logrando reutilizar y rediseñar llantas de vehículos que ya no se encuentran en uso.

Descripción de la actividad:

1. Ubicar el sitio donde se colgarán los nidos. Trazar la distancia entre un nido y el otro, se recomienda que al menos tenga 20 centímetros de distancia.
2. Cortar las llantas por la mitad, de una llanta se obtienen 2 nidos.



Tomada de: https://i.ytimg.com/vi/bA1Mzkb4d9Y/maxresdefault.jpg

BORRADOR

3. Sujetar la mitad de la llanta a la pared donde quedará ubicado el nido con martillo y clavo. Es importante verificar que esté bien sujetada. Mantener la distancia sugerida.
4. Colocar el relleno en el fondo la llanta cortada.

Práctica No. 6

FILTRO CASERO DE AGUA

Componente Reforestación y Cuidado Hídrico

Actividad para contexto rural

Material:
Recipiente de plástico transparente (se recomienda una botella grande). Algodón natural o poli fill (material que se utiliza para rellenar los cojines). Carbón activado en polvo (se consigue en las ferreterías). Grava. Arena fina y arena gruesa, si se utiliza grava en lugar de carbón activado. Colador plástico. Recipiente hondo de plástico.

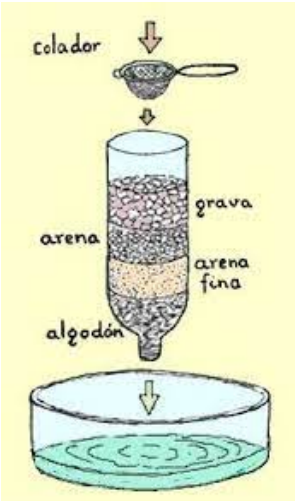
Objetivo:
Potabilizar para obtener agua apta para consumo humano de forma rápida y segura de fuentes como la lluvia o de otro tipo de fuentes hídricas.

Descripción de la actividad:

1. Cortar el recipiente de plástico transparente por la parte superior, creando una tapa que se pueda abrir y cerrar. Luego ubique la boca de la botella con su tapa hacia abajo.
2. Rellenar el interior de la botella con capas de algodón o polifill en el fondo. Luego se debe colocar el carbón activado en la parte superior.

   Si el carbón se sustituye por arena y grava, éstas se deben colocar en el siguiente orden: de abajo hacia arriba (algodón, arena fina, arena gruesa y grava).

BORRADOR



Tomada de: https://i.pinimg.com/736x/81/7a/ba/817aba115fc623b9a8d4f5382b43af2d--agua-natural-kid-science.jpg

3. Colocar un recipiente hondo de plástico sobre una superficie plana.
4. Ubicar el filtro casero con la abertura original (o boca) hacia abajo y la tapa puesta. En la parte superior de la botella, previamente cortada, se debe colocar el colador.
5. Una vez se cuente con el sistema elaborado, se comienza a derramar el agua a ser filtrada por el colador y permitiendo que la misma comience a traspasar las distintas capas de carbón activado y algodón.
6. Luego, se cierra la tapa superior cortada y se deja reposar el agua por lo menos 15 minutos. Es importante tener presente que el filtro debe permanecer en posición vertical.
7. Al finalizar el tiempo requerido, se abre la boca de la botella en la parte inferior y se permite que el agua ya filtrada se deposite en el recipiente hondo de plástico o cristal. El agua ya está lista para consumir.
8. Tenga presente que cada 4 ó 5 meses se deben cambiar las piedras, carbón y algodón para mantener la funcionalidad del filtro.

Práctica No. 7

MENOR CONSUMO DE AGUA POTABLE

Componente Reforestación y Cuidado Hídrico

Actividad para contexto: urbano

Material:
Botella plástica de agua de 500 ml con tapa.

Objetivo:
Impulsar cambios de comportamiento en el hogar, respecto al uso racional del agua potable.

Descripción de la actividad:

1. Realizar una relación mensual de la reducción del consumo de agua potable en el hogar. Para eso se debe identificar los cm^3 consumidos los 2 últimos meses, para lo cual se debe verificar el consumo en la factura de servicio público.

2. Establezca estrategias en casa de cumplimiento para todos para reducir el consumo de agua potable, se sugieren las siguientes acciones.

- Cerrar la llave de la ducha del agua al enjabonarse
- Recolectar el agua en un balde mientras el agua llega a la temperatura ideal para la ducha, usándola para bajar la cisterna, regar plantas o lavar ropa
- Lavar la loza con una fuerza del agua moderada para evitar el desperdicio
- Cerrar la llave del agua al cepillarse los dientes y abrirla con una fuerza del agua moderada
- En época de lluvia y si se tiene patio o jardín recoger aguas lluvias para usarla para lavar ropa o bajar la cisterna
- Riegue las plantas de noche, mantendrán más tiempo la humedad y se requiere menos consumo de agua
- Verifique y arregle las fugas de agua que pueda haber en las llaves y tuberías
- Colocar una botella plástica llena de agua en el tanque de agua de la cisterna del baño, dado que reducirá el consumo de agua cada vez que esta se utilice. Según la imagen de referencia

BORRADOR



Tomada de: https://wpdicta-ha-staticfiles-media-v1.s3.amazonaws.com/wp-content/uploads/2019/05/01144348/agua-2.jpg

3. Mensualmente, se debe verificar y registrar el consumo de agua en la factura o recibo de este servicio, siendo importante identificar si las prácticas realizadas constantemente reducen los cm3 consumidos, esto no solo traerá beneficios en el ahorro de agua potable, sino ahorro a los gastos mensuales del hogar.

Práctica No. 8

COMPOST CASERO

Componente Reforestación y Cuidado Hídrico

Actividad para contexto rural

Tipo de actividad: comunitaria

Material:
Residuos organizados secos y húmedos. Tijeras. Estibas de madera.

Objetivo:
Aprender a realizar compostaje casero como una práctica bio saludable para la nutrición del suelo fértil y cultivable

Descripción de la actividad:

1. Identificar la zona en la cual se realizará la pila de compostaje, podría adecuar un huacal con estibas de madera como se ve en la imagen a continuación.



Tomada de: https://regionnet.com.ar/wp-content/uploads/2022/03/compost-casero.jpg

2. Se deben separar los residuos orgánicos para lo cual se organizan entre residuos sólidos y residuos húmedos, por ejemplo, ramas y hojas secas y restos de frutas y verduras respectivamente.

Tenga presente qué insumos sirven para realizar compost y cuáles residuos no.



Tomada de: https://www.iberdrola.com/documents/20125/42544/Infografia_Compost_Casero.jpg/061f53e1-d97d-df7f-25e6-f1645b72bae8?t=1631776685203

3. Proceder a hacer una base con los materiales más leñosos y duros, como ramas, palos, esto ayudará a que el compost se mantenga aireado.

4. Añadir una capa de residuos secos previamente triturados con tijera. Posteriormente se añade una capa de residuos húmedos y se comienza a alternar las capas seca-húmeda-seca-húmeda. Se sugiere que las capas húmedas sean un poco más gruesas que las de residuos secos.

5. Posteriormente, se riegan los residuos sin que los mismos se encharquen, labor que se deberá realizar con periodicidad, al igual que revolver el compost.

6. Si durante el proceso de elaboración del compost aparecen malos olores, es posible que se hayan introducido residuos no válidos o la mezcla tenga mucha humedad, para lo cual se deberá sumar residuos secos y revolver.

Un compost bien realizado no produce males olores, ni atrae animales. Sólo es posible ver algunas moscas de la fruta, que hacen parte del proceso mismo.

7. El proceso tarda tiempo y depende de las condiciones climáticas, es posible que inicialmente puedan ser 9 meses, pero posteriormente, el ciclo de elaboración se reducirá a la mitad el tiempo, y será cada vez más fácil controlar el proceso de su elaboración.

Práctica No. 9

PAPEL RECICLADO

Componente Liderazgo Ambiental para la Adaptación al Cambio Climático

Población atendida: urbano y rural

Materiales: 2 marcos de fotografías que sean iguales en tamaño. Una malla o rollo de fibra de vidrio. Un recipiente de plástico en el que encajen los marcos horizontalmente. Una sábana vieja que se pueda cortar. Papel para reutilizar (el de periódico no permitirá obtener un papel reciclado de buena calidad). Una botella tipo espray. Una prensa manual o algo que permita apretar el papel y exprimir el agua. Mortero o una licuadora para triturar el papel. Una esponja. Cinta adhesiva. Clavos. Grapadora. Martillo.

Objetivo:
Aprender a realizar papel reciclado como práctica eco sustentable, que favorezca la generación de ingresos gracias a prácticas de economía verde.

Descripción de la actividad:

1. Colocar uno de los marcos sobre la superficie de trabajo, boca arriba, para cubrirlo con un trozo de malla del mismo tamaño. Es importante que la red cubra todo el marco y esté bien estirada para poder graparla.
Una vez grapada, se debe golpear las grapas con un martillo para fijarlas bien y evitar alambres salientes.

2. Se debe cortar cualquier excedente de malla que sobresalga por los costados del marco y pegar con cinta adhesiva los bordes. El segundo marco, que será la cobertura, quedará libre de malla.

3. Cortar la sábana vieja en trozos de tamaño que permitan cubrir un marco de manera completa.

4. En este punto, se procede a hacer la pulpa de papel, para lo cual se debe sumergir los pedazos de papel durante varias horas en agua, dado que así será más fácil luego triturarlo.

5. Introducir el papel en la licuadora, añadiendo agua y licuar. O se podrá realizar

de manera manual con un mortero. Una vez la mezcle no tenga grumos, la pulpa estará lista.

A la pulpa se le puede incorporar pétalos y hojas naturales para darle mayor colorido y obtener resultados como los mostrados a continuación:



Tomadas de: https://www.hogarmania.com/archivos/202204/como-hacer-papel-reciclado-1280x720x80xX.jpg
https://www.hogarmania.com/archivos/202204/papel-reciclado-pinterest-6-XxXx80.jpg
https://www.pequeocio.com/wp-content/uploads/2015/09/papel-reciclado-3.jpg

6. Verter la pulpa en el recipiente y añadir agua hasta que cubra los dos marcos que previamente se han colocado en el recipiente.

Antes de introducir los marcos, es necesario humedecer con agua uno de los trozos de sábana vieja.



Tomado de: https://culturacolectiva-cultura-colectiva-prod.cdn.arcpublishing.com/resizer/-yx_rghxzwwmR3UKOYLm3TqESc=/1024x768/filters:format(jpg):quality(70)/cloudfront-us-east-1.images.arcpublishing.com/culturacolectiva/B5FW3DW27NHERICSZV3SZT7IVU.jpg

7. Al meter los marcos en el recipiente, se debe introducir primero el molde colocándolo con la cara mallada mirando hacia arriba, y después el cobertor, que debe estar bocabajo.

8. Posteriormente, hay que sacudir los marcos en el recipiente para que la pulpa se distribuya de manera homogénea. Dejar escurrir unos segundos y retira el cobertor.

9. Colocar con cuidado el molde sobre la sábana, con la parte que contiene la pulpa de papel mirando hacia ella. En ese momento, se presiona sobre toda la red con una esponja para retirar parte de la humedad. Posteriormente, hay que levantar el molde y la pulpa de papel debe haberse desprendido para quedar sobre la sábana.

10. Para continuar haciendo más papel reciclado, se debe repetir el proceso colocando un trozo de sabana sobre el papel trabajado antes de apilar más, colocándole una prensa o peso (libros) para eliminar el exceso de agua.

11. Dejar sobre el papel durante varias horas la presa. Una vez se retire, hay que permitir que las sábanas con el papel sequen totalmente. El proceso puede tardar un día. Cuando el papel y la sábana estén bien secos, sepáralos con mucho cuidado y el papel estará listo.

BORRADOR

Práctica No. 10

CONECTANDO CON LAS NATURALEZA

Componente Liderazgo Ambiental para la Resiliencia al Cambio Climático

Actividad para contexto urbano y rural

Tipo de actividad: familiar y/o comunitaria

Materiales:
Ropa cómoda. Zapatos tenis o cómodos para caminatas. Gorra o sombrero. Protector solar. Agua en termos de varios usos. Energizante (bocadillo, panela, chocolate). Fruta de temporada. Empaques para recolectar desechos según distribución adecuada.

Objetivo:
Aumentar la conciencia y la preocupación por la naturaleza y el medio ambiente, liderando prácticas que faciliten la reconexión con la naturaleza y estimulen el reconocimiento de su belleza y cuidado.

Descripción de la actividad:

1. Realizar la práctica de senderismo y caminatas ecológicas con la familia, vecinos o compañeros laborales. Para lo cual se debe establecer un comité organizador de las prácticas ecológicas.
2. El comité tiene la responsabilidad de identificar los lugares naturales para visitar y el cronograma de este. Los miembros del comité deben organizar lo siguiente:

    - Verificar si el sitio a visitar tiene un reglamento que se deba cumplir, para que este sea conocido con anticipación por los participantes.
    - Consultar y gestionar si se requiere algún permiso de la autoridad local o autoridad ambiental
    - Establecer el recorrido a realizar y contar con un mapa del sendero, que debe ser previamente compartido con todas las personas participantes de la actividad, por ejemplo, por WhatsApp. Evite los recorridos extremadamente largos.

- Solicitar a las personas que no llevan plástico de un solo uso a la actividad, y que por el contrario todos deben tener insumos y empaques reutilizables.
- Establecer el día y hora más conveniente para realizar la actividad, seleccionar el punto de encuentro y contar con empaques para recolectar los desechos generados según distribución adecuada.
- Contactar previamente a la autoridad ambiental o a la comunidad local para contar con un guía para el recorrido de ser necesario.
- Informar y solicitar el apoyo a profesionales de salud/rescate como Defensa Civil, Cruz Roja, Puesto de Salud y funcionarios gubernamentales de la secretaria de ambiente o quien haga esta función, para su asistencia el día del evento.
- Inspeccionar el lugar y la ruta para determinar los voluntarios que necesitará, dónde colocar el equipo y posibles problemas.

3. Una vez establecida la fecha, lugar de encuentro y hora del evento se inicia la actividad. Para esto, es importante verificar que las personas participantes cuenten con el mapa del recorrido.
4. El recorrido debe ser guiado e informativo, mostrando las especies de fauna y flora más representativas del área.
5. Es fundamental durante el recorrido hacer Ecopedagogía sobre no arrojar ningún tipo de desecho sólido, acerca del cuidado ambiental y la responsabilidad de todos como parte del ecosistema.

BORRADOR







DecidoSer

Programa para el **cambio social**

FUNDACIÓN ACDI/VOCA LA
TRANSFORMANDO REALIDADES

ACDI VOCA
Ampliando Oportunidades en el Mundo





