

## ACCIONES PARA UN MUNDO

# #SinContaminaciónPorPlásticos



### LIMPIA UNA PLAYA

Si vives cerca de la costa, únete a las **jornadas de limpieza de playas** en tu área. O lleva a tu familia a dar un paseo por la playa e inicia tu propia limpieza.



### LIMPIA UN RÍO

Los ríos son vías directas de transporte de los desechos plásticos hacia los océanos. **¡Únete a una limpieza de ríos o toma la iniciativa de organizar una!** El río se verá mejor y beneficiará a su ecosistema y a los océanos.



### COMPRA SOSTENIBLE

La próxima vez que salga de compras, **elige alimentos sin envases de plástico, lleva una bolsa reutilizable, compra productos locales y rellena los recipientes que ya tienes** para reducir tus desechos de plástico y el impacto en el medio ambiente.



### Practica una filosofía de DESECHOS CERO

Invierte en **productos sostenibles y respetuosos con los océanos**: tazas de café, botellas de agua y envolturas de alimentos, todos reutilizables. Considera comprar alternativas sostenibles a las necesidades diarias: como cepillos de dientes de bambú, barras de champú y copas menstruales. Esto te ayudará a ahorrar dinero y salvar los océanos.



### VIAJA SOSTENIBLE

**Durante las vacaciones, trata de controlar tu consumo de plásticos de un solo uso.** Rechaza las botellitas desechables de los hoteles, llévate tu propia botella reutilizable para beber y utiliza cremas solares seguras para los arrecifes, que no tengan microplásticos.



### SÉ AGENTE DE CAMBIO

**Pide a los supermercados, restaurantes y proveedores locales** que se abstengan de utilizar envases de plástico, que rechacen los cubiertos y pajitas plásticos, y explícales por qué. Presiona a tus autoridades locales para que mejoren la manera en que gestionan los desechos.



### VÍSTETE SOSTENIBLE

La industria de la moda produce el 20% de las aguas residuales mundiales y el 10% de las emisiones mundiales de carbono. Esta cantidad de contaminación sobrepasa la de todos los vuelos internacionales y el transporte marítimo combinados. El 'fast-fashion' ya pasó de moda. **Procura comprar líneas de ropa sostenibles, prendas de segunda mano (vintage) y, sobre todo, repara tu ropa en lugar de desecharla.**



### Elige productos de cuidado personal LIBRES DE PLÁSTICO

Los productos de cuidado personal son una fuente importante de microplásticos, los cuales arrojan a los océanos desde los desagües de tu baño. **Busca alternativas sin plástico** a tus limpiezas faciales, crema de día, maquillaje, desodorante, champú y demás productos diarios.