



SOSTENIBILIDAD

**¿VIVO DE FORMA
RESPONSABLE
Y COMPROMETIDA
CON MI ENTORNO?**

Acciones que emprendemos
dentro del INCMNSZ para
un mundo más sostenible



HUELLA ECOLÓGICA INCMNSZ

Indicador de sostenibilidad que trata de medir el impacto que nuestro modo de vida tiene sobre el entorno.

1

Separamos los residuos: PET, cartón, papel, aluminio, vidrio, tela y orgánicos, entre otros.

2

Reciclamos el papel de archivo muerto. Convenio con CONALITEG (Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos).

3

Campaña permanente de recolección de tapas de plástico.

4

Promovemos el cuidado y no desperdicio del agua.

5

Fomentamos la cultura del ahorro de energía.

6

Protegemos las áreas verdes, su riego es con agua tratada; cuidamos plantas y árboles.

7

Usamos productos de limpieza biodegradables y amigables con el ambiente.



Todas las decisiones que como consumidores tomamos en nuestra vida cotidiana tienen un impacto sobre el planeta.



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

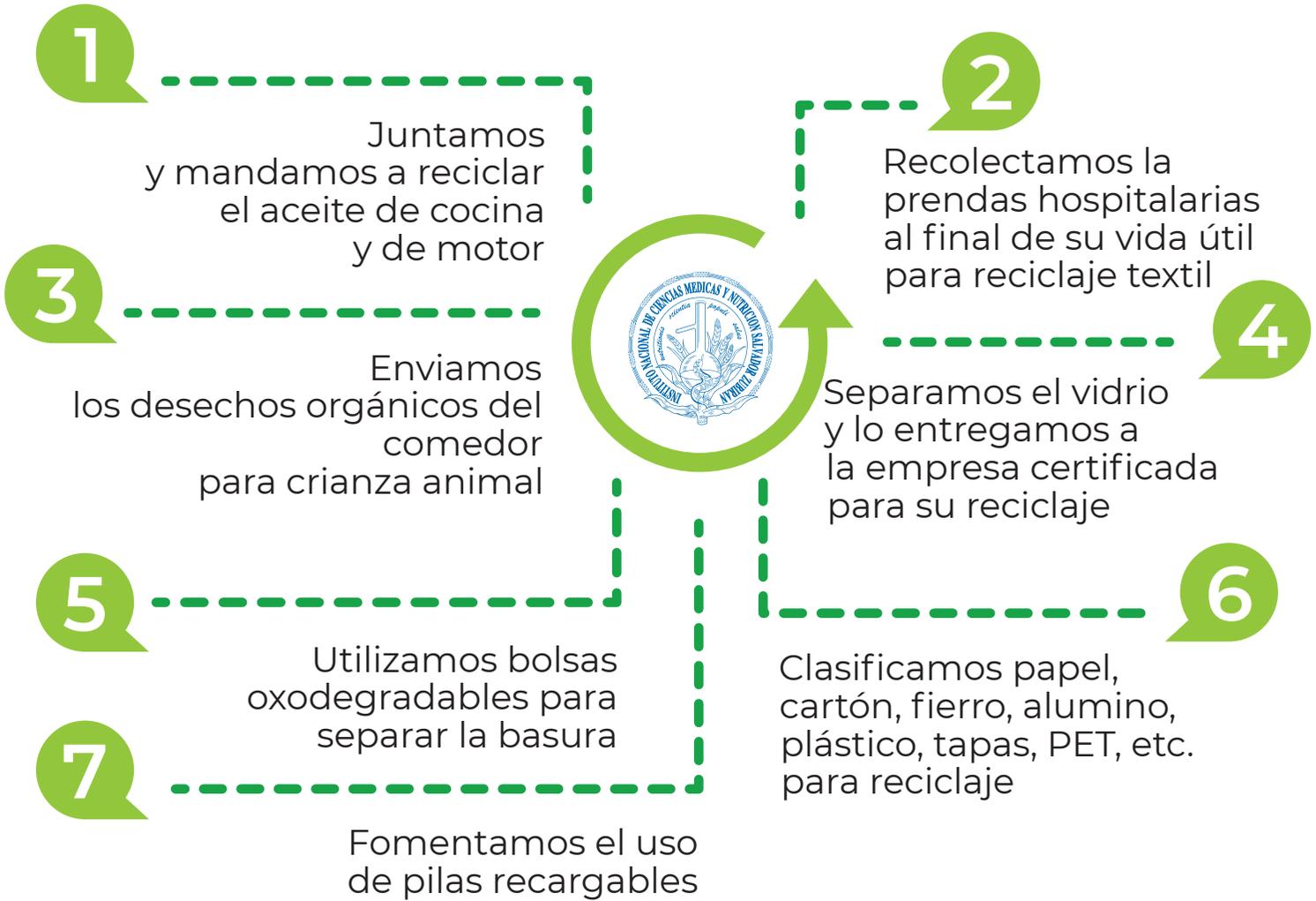
VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE





HUELLA ECOLÓGICA INCMNSZ

Acciones que emprendemos dentro del INCMNSZ para un mundo más sostenible



Todas las decisiones que como consumidores tomamos en nuestra vida cotidiana tienen un impacto sobre el planeta.



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

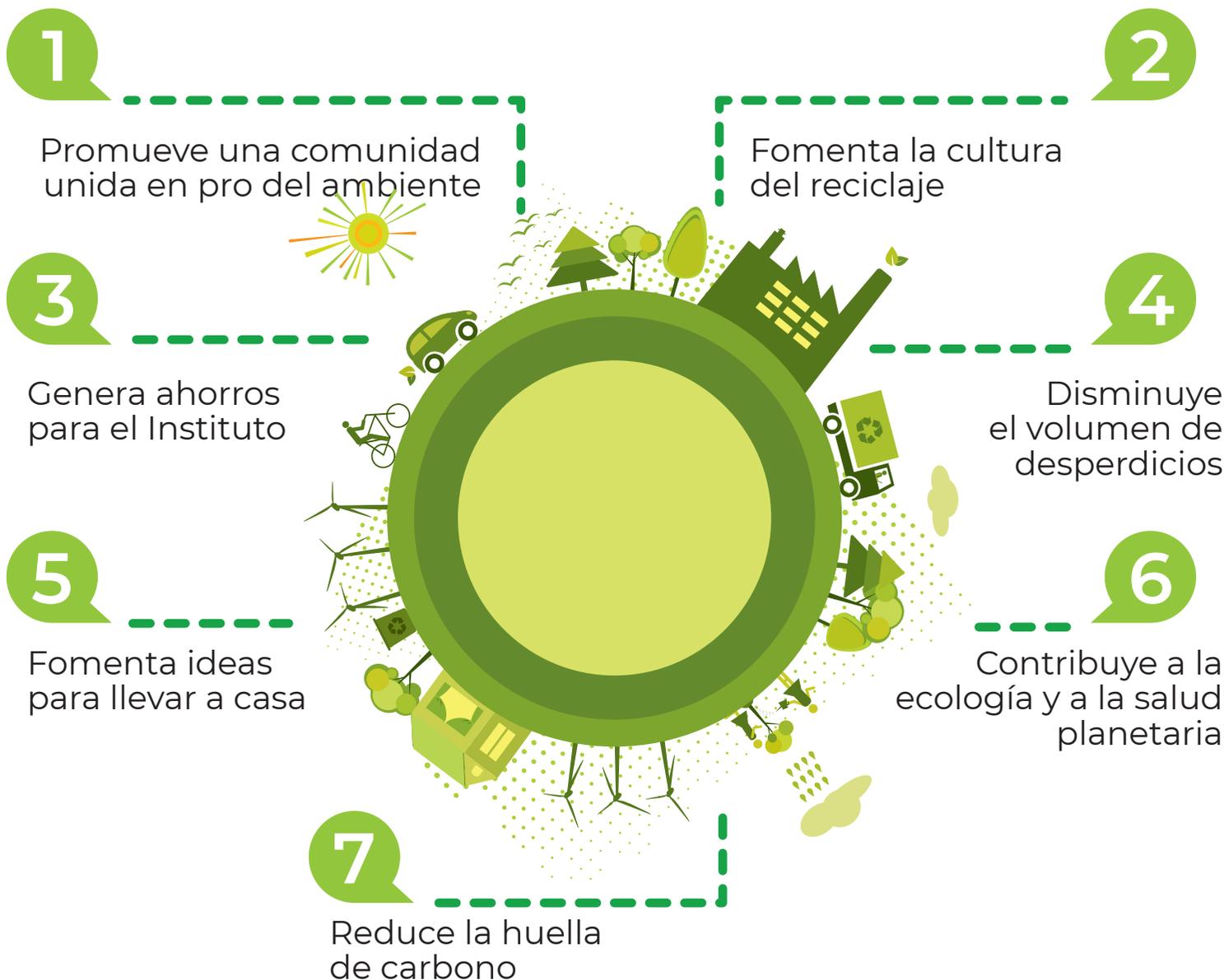
VIDA SALUDABLE Y SOSTENIBLE





HUELLA ECOLÓGICA INCMNSZ

Beneficios



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

**VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE**



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD

Estar en armonía con nuestro entorno, es actuar de forma responsable y comprometida.

1

Revalora con ideas e imagina cómo proteger el ecosistema y tener una mejor calidad de vida

3

Reduce el consumo de productos desechables y de un solo uso

5

Repara, pinta, pega, ajusta, remienda, restaura, sella...

7

Reeduca, promueve y toma acciones para ser parte del cambio ambiental

2

Rechaza lo que no necesites y evita el desperdicio

4

Reutiliza todo lo que puedas y dale una nueva vida

6

Recicla, separa y clasifica los residuos de forma independiente



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ®

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD

Huella ecológica es un indicador que mide el impacto que generamos sobre el planeta

- 1 Gasolina**
Prefiere caminar, usar bicicleta, transporte público o compartir tu auto
- 2 Agua**
Reduce el consumo, utiliza equipos ahorradores y revisa las instalaciones
- 3 Electricidad**
Usa electrodomésticos y focos de bajo consumo
- 4 Gas**
Programa el mantenimiento de estufa, horno, calentador y secadora
- 5 Residuos orgánicos**
(Restos de vegetales y animales)
Evita el desperdicio
- 6 Residuos inorgánicos**
(Envolturas, envases, empaques, ropa, botellas, bolsas, cajas y cartón) Reduce, reutiliza o recicla
- 7 Basura**
(Desperdicios o desechos)
Separa lo que no puede ser reutilizado



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD

Beneficios de una vida sostenible

-  1 Promueve la transformación de materiales
-  2 Mejora el entorno
-  3 Impulsa las energías limpias
-  4 Ayuda a reducir el consumo de recursos
-  5 Disminuye los residuos generados
-  6 Induce buenas prácticas ambientales
-  7 Preserva los bienes naturales



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD

¡CAMBIA!



1 Reduce el desperdicio de comida y de agua

Elige alimentos locales y de temporada

2

3 Opta por un modelo de traslado de bajo consumo de carbono

Prefiere productos sostenibles o amigables con el medio ambiente

4

5 Recicla adecuadamente y evita los plásticos de un solo uso

Reusa materiales y objetos en vez de comprar nuevos

6

7 Comparte tus experiencias de sostenibilidad



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD ¡SÍGUELE!

1 Aprovecha los materiales existentes para evitar extracción de nuevos recursos

Conoce las verduras y frutas disponibles por temporada

3 Cuando puedas, camina, evita transportes que contaminen

Rechaza materiales que no son amigables con el medio ambiente (plástico, unisel, etc)

5 Identifica materiales que puedes reusar

Busca alternativas para bolsas, envases y demás productos de un solo uso

7 Conoce, únete y promueve ideas sostenibles



¡DE TI DEPENDE!



INCMNSZ

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD ¡ME CUIDO!

1 **Promuevo** una vida sostenible

Reduzco el volumen de residuos que genero

2

3 **Rechazo** lo que no necesito

Reutilizo frascos, botes, cajas y demás contenedores

4

5 **Reuso** prendas de vestir

Reparo, remiendo, restaura y renuevo

6

7 **Impulso** el uso de energías limpias



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD SOY CONSTANTE

- 1 Realizo un consumo ecológicamente responsable
- 2 Opto por la movilidad sostenible
- 3 Elimino el uso de plásticos desechables
- 4 Evito aerosoles
- 5 Imprimo lo necesario y busco hacerlo en papel reciclado
- 6 Favorezco el uso de reciclables
- 7 Compro electrodomésticos ecológicos



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



SOSTENIBILIDAD FESTEJA SANAMENTE

1 Elige arreglos navideños que puedas reutilizar

Haz una lista de lo que realmente necesitas y evita compras innecesarias

3 Prefiere comprar nochebuenas en maceta

Si usas platos y vasos desechables, que sean biodegradables o compostables

5 Lleva botellas, pilas, cartón y demás materiales a los centros de reciclaje

Usa productos amigables con el medio ambiente

7 Fomenta acciones para mejorar tu entorno



INCMNSZ

¡DE TI DEPENDE!

PROGRAMA INCMNSZ

**VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE**



PARA VIVIR MEJOR