



Manual básico para fazer compost



**Amigos
da Terra**





O compost é o ciclo da vida

Ficha técnica

Autor
Área de Recursos Naturais
de Amigos da Terra
María Durán e Gustavo Cochón
residuos@amigosdaterra.net

Revisión lingüística
Gabinete de Normalización Lin-
güística do Concello de Ourense

Fotografía
María Durán

Deseño e maquetación
Reviravolta Design

Edita
Amigos da Terra
R/ Bedoya, 5 - 2º B 32004 Ourense
Tfno.: 988 374 318
info@amigosdaterra.net
www.amigosdaterra.net

Dep. Legal:
OU 31-2018

Licenza Creative Commons



Licenza completa:
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

Vostede é libre de:

Compartir — copiar e redistribuír
o material en calquera medio
ou formato

Adaptar — mesturar, transformar
e recrear sobre o material para
calquera propósito, incluso
comercialmente.

O licenciant non pode revogar
estas liberdades mentres vostede
cumpra os termos da licenza.

Nos seguintes termos:

Atribución — Debe dar o recoñe-
cemento apropiado, fornecer un
vínculo á licenza e indicar se se
fixeron cambios. Pode facelo de
calquera maneira razoábel pero
non de maneira que poida suxerir
que o licenciant o apoia a vostede
ou o seu uso.

Todas coñecemos que todo o que nace, morre. A natureza ten deseñado un mecanismo para que os restos dos seres vivos volvan ser fonte de vida, cando este proceso se realiza en presenza de aire e acada altas temperaturas falamos de compostaxe.

Á diferenza da natureza, a nosa sociedade construíu un sistema de consumo lineal baseado na extracción de recursos naturais, fabricación de produtos e xeración de residuos. As consecuencias disto son por todas coñecidas, un esgotamento e encarecemento das materias primas, a produción de inxentes cantidades de residuos, cambio climático e prexudiciais vertedoiros e incineradoras.

Se queremos crear unha sociedade respectuosa co noso contorno temos que imitar a natureza, da que somos parte, para avanzar cara a unha #EconomíaCircular na que todos os residuos sexan tratados coma materias primas, reducindo así o espolio dos nosos tan valiosos recursos naturais. Actualmente a sociedade ten os coñecementos necesarios para poder aprender da sabedoría das sociedades tradicionais que vivían sen residuos e xuntalo cos coñecementos técnicos e biolóxicos para optimizalos e adaptalos á actualidade.

Con estes condicionantes dende o movemento ambientalista levamos anos difundindo a compostaxe coma o mellor sistema de xestión de residuos orgánicos por ser o único capaz de pechar o ciclo da vida. A compostaxe transforma, grazas aos organismos descompoñedores, os restos orgánicos das nosas comidas, xardíns e hortas no compost. Un produto estable, de cheiro agradable e con multitude de propiedades beneficiosas para os solos e plantas como son a fertilización, mellora da estrutura do solo, retención da humidade...

A compostaxe xunto coa Redución e a Reutilización dos residuos, como propoñemos na campaña #Alargasciencia, e a Reciclaxe dos restantes é o mellor camiño cara a unha sociedade circular que camiña cara ao #ResiduoCero.

A
compostaxe
é o mellor
sistema de
xestión de
residuos
orgánicos





Por que facer compostaxe doméstica?

A compostaxe doméstica é un dos mellores exemplos de como mudando pequenos costumes podemos mudar o planeta.

É bo para nós

Compostando nos nosos fogares:

- Non temos que desprazarnos para tirar o lixo.
- Aforramos cartos, pois non precisamos mercar fertilizantes.
- Sentímonos ben ao comprobarmos que obtemos un produto excelente case sen esforzo.

É bo para a nosa horta e xardín

- O compost fertiliza as plantas do mesmo xeito que o pode facer o esterco.
- Achega micro-nutrientes que non se atopan nos fertilizantes convencionais.
- Mellora a estrutura do solo o que favorece o crecemento das plantas.
- Mellora a retención de auga polo que é preciso regar menos.
- Equilibramos o ecosistema da nosa horta e evitamos pragas.

1º Temos o mellor fertilizante para as nosas plantas.

2º Axudamos ao planeta, a terra e a nós.

3º Construimos un mundo máis xusto.

CAMIÑAMOS CARA AO RESIDUO CERO!



É bo para o noso contorno

- Reducimos a presenza de contedores nas rúas, fonte de cheiros e insalubridade.
- O transporte de residuos diminúe, polo que se reduce o tráfico de camións.
- Evitamos a construción de empacadoras e plantas de procesamento.
- Diminuimos os gastos dos nosos concellos, polo que eses recursos se poden destinar á sanidade e educación.
- Creamos postos de traballo ao favorecermos a reciclaxe dos demais residuos.

É bo para o planeta

- Axudamos a evitar a existencia de incineradoras e vertedoiros.
- Diminuimos a emisión de gases de efecto invernadoiro e polo tanto loitamos contra o Cambio Climático.
- Evitamos a extracción de recursos non renovables.
- Favorecemos o aumento da materia orgánica dos solos polo que loitamos contra a desertización.
- Pechamos o ciclo da materia orgánica.
- Facilitamos a reciclaxe dos demais residuos.



Preparación do compost

Introdución

O proceso da compostaxe é levado a cabo por múltiples **organismos descompoñedores** que comen, trituren, degradan e dixiren as células e as moléculas que compoñen a materia orgánica. Os principais “operarios” destes labores son as **bacterias e fungos** microscópicos. Tamén actúa un gran número de **pequenos animais**, algúns non moi agradables á vista, pero importantes para levar a cabo a compostaxe. Os máis comúns son as miñocas, os bechos bola, os insectos e as **súas larvas**, e moitos outros non perceptibles a simple vista.

O **noso papel** céntrase en **facerlles a vida fácil a estes organismos proporcionándolles**:

- **Alimento**: os nosos residuos. Para un resultado óptimo teñen que ser variados e equilibrados (ver máis adiante).
- **Aire**: están vivos e precisan respirar. Coa falta de osíxeno a descomposición é por podrencia, interveñen outros organismos, é menos eficiente e produce cheiros.
- **Auga**: se quedan secos os organismos deixan de comer e se hai un exceso de auga afogan e podrecen.

Obviamente, calquera produto químico que botemos no compost afectará a estes seres vivos, parará o proceso e aparecerá no compost final. De ningún xeito se debe botar ao compost insecticidas, desodorizantes, desinfectantes, ácidos ou disolventes.



O composteiro

Tradicionalmente o compost realizouse simplemente amoreando, as chamadas moreas, poza, cañeiro, montóns, esterqueiras, medas, pías, argueiro, lixeira... No entanto, para os residuos domésticos recomendamos usar os contedores chamados “composteiros”. As súas vantaxes son varias:

- Temos o material recollido.
- Melloramos o proceso pois se perde menos auga e fávorecese a subida de temperatura.
- Evitamos a presenza de roedores.

Podemos construír nós mesmas o noso composteiro para o que podemos usar madeira sen tratar (palets), enreixado electrosoldado de 1x1 cm de luz, bloques e ladrillos.... Ten en conta que será interesante regular a entrada de aire e humidade polo que deberá ter tapa para pechalo, cando menos, durante o período chuvioso e no seco. En internet podes atopar moita información, medidas e tutoriais, se non atopas pregúntanos.

Hoxe en día existen moitos modelos comerciais pero debemos fixarnos que sexan de construción resistente e por suposto de plástico reciclado. O modelo que mellor funciona é o tipo “austriaco”, con forma tronco-piramidal, que permite a apertura de todo un lateral (as portiñas son incómodas e atáscanse) e con pequenos buracos de aireación cubrindo a superficie.

En canto ao tamaño, depende de factores como cantos sexamos, canto cociñemos ou se temos moitas outras achegas coma horta ou céspede. Para facérmonos unha idea, unha familia de tamaño medio (4 persoas) que cociñan todos os días na casa, é suficiente un de 400 litros.





Unha vez que temos o noso composteiro escolleremos onde instalalo. O ideal, pero non imprescindible, é que o situemos:

- **Protexido:** para evitarmos grandes cambios de temperatura, humidade... A sombra dunha árbore de folla caduca é un bo sitio, dá sombra no verán e deixa pasar o sol no inverno.
- **Sobre terra:** Evitemos colocalo sobre lousa ou formigón, poden acumularse lixiviados.
- **Preto da cociña!** Esta é a condición máis importante pois ten que ser cómodo, pensemos que imos botar restos orgánicos cada un ou dous días pero que só quitaremos compost unha ou dúas veces ao ano. Non vai cheirar pois, grazas a este manual e ao apoio de Amigos da Terra, seremos uns mestres composteiros.



Instalación e outros utensilios

Debaixo do composteiro é interesante poñer unha malla metálica de 1 cm de luz que evita a entrada de ratos.

Os **materiais leñosos** deberán ser **cortados** en pezas duns de 5 cm (tamaño pinza da roupa). Para iso son precisas unhas tesoiras podadoras ou unha machadiña, aínda que o ideal é unha **trituradora vexetal**. No mercado existen moitos modelos e prezos que se adaptan a todas as necesidades producen triturado de 2 a 5 cm, pero antes de mercar estuda se che sae máis económico alugala ou mercala entre varias persoas: veciñanza ou amizades.



Tamén sería axeitado dispor dunha ferramenta para mover e airear o material. Coma remexedor podemos usar unha forca pero o máis cómodo son os berbequís deseñados para este traballo (ver foto), denominados aireadores ou remexedores, ou a máis tradicional gancha ou cambo (ferramenta tradicional con forma de gancho para sacar palla das palleiras).

Por último, se o resultado que queres é o compost fino, será interesante dispoñer dunha **peneira** para separar a parte perfectamente compostada dos fragmentos leñosos, aquelas partes sen descompoñer, aínda presentes. Estas podemos tamén construílas nós ou utilizar unha simple caixa de froita.

Os ingredientes que botamos no composteiro clasificámoslos en dous tipos: húmidos e estruturantes.

Materiais húmidos: ricos en auga e substancias nutritivas como o nitróxeno (restos de froitas e verduras, restos de comida, céspede e poda fresca, cascas de ovo, plumas, carne, peixe etc.).

Materiais estruturantes: Están compostos basicamente de celulosa, crean estrutura e son fonte de carbono (pólas, follas secas, labras, palla, céspede murcho, cartón, serraduras, estrume, etc.).

Sempre deberemos botar
**1 parte de seco
por cada 2 de húmido.**

Materiais para compostar

Para obter un bo compost é importante achegar de xeito equilibrado materiais húmidos de descomposición rápida e secos cunha descomposición máis lenta. Canto máis triturados estean, máis rápido obteremos o compost.

Materiais húmidos

- Restos de comida
- Restos da sega do céspede
- Carne
- Peixe
- Follas frescas
- Esterco e leitos de animais domésticos non carnívoros
- Herba fresca e céspede
- Anacos de froitas e verduras
- Bolsas de té e pouso de café
- Restos de plantas
- Flores vellas e plantas de macetas
- Limpezas de sebes tenras
- Produtos que conteñan graxas ou derivados do leite (aos poucos)

Os ingredientes



Estruturante

- Pólas podadas e trituradas (moi bo)
- Vides cortadas a 4cm (moi bo)
- Palla seca
- Follas de outono
- Estrume
- Broza de sebes duras
- Serraduras e labras de madeira non tratada
- Ósos de froitos (melocotón, aguacate, olivas...)
- Panos de mesa e de cociña de papel (non van ao contedor azul)

Outros ingredientes:

- Cascas de ovo
- Las e fíos naturais
- Pelos e plumas
- Froitos secos
- Ósos de carne
- Cascas de mariscos
- Cinza de madeira espaxar en pouca cantidade no composteiro ou mesturar co compost xa feito en boa cantidade

Estruturante de emerxencia

- Cartón*
- Cartóns de ovos
- Bolsas e envases de papel*
- Xornais*



OLLO, NON UTILIZAR

- Deposicións de cans e gatos
- Cueiros
- Revistas ilustradas*
- Restos de varrer e aspiradora**
- Filtros de cigarros
- Tecidos sintéticos
- Materiais non orgánicos (plásticos, vidros, metais, gomas...)

* As tintas de cores poden conter metais pesados tóxicos. Debemos evitar que cheguen ao noso compost. O mellor sitio para o papel e o cartón é o contedor de reciclaxe.

** No estudo do ano 2003 de Greenpeace "Consumiendo Química" demostrouse a presenza de substancias tóxicas e persistentes que se acumulan no pó doméstico.



Enchendo o composteiro

En primeiro lugar é recomendable unha cama con algo de ramallada cortada en anacos de 4-8 cm; favorece que circule o aire, incluso cando está cheo o composteiro. Con 10-20 cm de espesor é suficiente. Tamén poderíamos colocar o composteiro enriba dun palé.

Cando estean colocados os materiais **pode ser útil** agregarmos no composteiro un pouco de compost xa feito ou **esterco** de animais de granxas (polos, coenllos, ovelas, cabras, cabalos, vacas), para así **acelerarmos o proceso de descomposición**.

Evitar os excrementos de cans e gatos e demais animais carnívoros. Son compostables pero poden transmitir enfermidades polo que o compost resultante non se podería usar para horta.



Unha vez montado o composteiro é o momento de comezar a enchelo.

O **papel** que incorporemos **non debe ser satinado nin de revistas ilustradas** xa que ten elementos tóxicos nas súas tintas. Pódense **utilizar xornais e papel e cartón de emballar, sen tintas de cor, que sempre deberán ser triturados en pequenos anacos**. O seu uso débese restrinxir ao papel e cartón sucio, que non poida ir ao contedor ou ao seu uso como estruturante de emerxencia. Debemos ter **coidado cos engadidos de céspede fresco**. Debido ao seu alto contido en auga compáctanse rapidamente, podrecen e provocan malos cheiros. Para evitarmos isto **botarémolo ben mesturado con material estruturante para que poida circular o aire**. Outra solución pode ser a de **deixalo murchar previamente estendéndoo no chan e así poder usalo como estruturante**.

Operacións a realizar

Almacenar restos orgánicos axeitados durante uns días antes de comezar a compostar. Favorecemos unha rápida subida de temperatura. O ideal é introducir inicialmente unha masa de polo menos 50 cm. de materiais secos e húmidos mesturados para poñer en marcha o proceso.

1. Incorporar regularmente en capas o material nunha proporción 1 parte de seco por cada 2 de húmidos. Primeiro remexemos as achegas dos últimos 2 meses (cada 1-2 semanas é suficiente). Despois botamos o material húmido que cubriremos **sempre** con seco, así evitamos a proliferación de moscas e mosquitos.

2. Vixiar o estado da pía

• **Humidade:** Para comprobar o estado de humidade podemos coller un puñado de material e apertalo. O nivel óptimo de humidade é cando nos humedece a man pero non escorre auga (non máis de 1-2 gotas) nin se esfarela ao abrir a man (queda unha “croqueta”):

• **Seco:** Os organismos precisan auga para vivir pero co calor tende a secar a masa, parándose o proceso. Vixiar especialmente as esquinas do composteiro, se secan remexer. Se a pía continua seca regarase, preferentemente cunha choiva miúda evitando a formación de lama.

• **Moita auga:** Por falta de material seco pode haber humidade excesiva, para evitalo engadiremos material seco e remexeremos. Tamén se poden facer buracos fondos cunha barra ou un pau.

• **Aireación:** Os descompoñedores precisan aire para vivir polo que se o material forma unha pasta morrerán e parase o proceso podendo aparecer cheiros. Para evitalo hai que remexer e engadir estruturante aínda que, se non é necesario, evitar mesturar todas as capas da mesma pois tardaremos máis en poder sacar compost xa feito.

• **Temperatura:** Se o proceso se desenvolve ben observaremos como a pía colle temperatura. Se non dispoñemos dun termómetro podemos asegurarnos de que se está a producir calor se ao levantar a tapa observamos condensación ou, máis directamente, chantando un ferro e tras un intre sacalo e comprobar se está quente.



3. Nuns 4 ou 5 meses dende o inicio das operacións, poderase comezar a extraer compost xa elaborado da parte inferior da pía a través da porta ou levantando o composteiro.

Pódese aproveitar para voltear a pía e mesturar as capas que vaian a quedar.

Cunha peneira pódese **separar** os elementos aínda non compostados. Convén deixar **repousar o compost** unha vez peneirado nun **lugar** sombreado e a cuberto para asegurarnos que xa non aumenta de temperatura, é dicir, que está ben feito.

Fases e tipos de compost

A duración deste proceso é variable dependendo do tipo de ingredientes que usemos, o seu triturado, as condicións ambientais, os coidados...

Fase 1ª. Descomposición e degradación

Aínda que os procesos de descomposición poidan ser en **presenza de osíxeno (aerobios)** ou **sen osíxeno (anaerobios)**, a **compostaxe doméstica utiliza o aerobio**, dado que entre outras cousas a descomposición sen osíxeno produce malos cheiros, é máis lenta e pérdense nutrientes.

O proceso **aerobio** con moito osíxeno supón o traballo de infinidade de bacterias, fungos e invertebrados que, ao multiplicárense ocasionan **calor**. A temperatura pode chegar ata máis de **70° C**, variando segundo os materiais utilizados e diminuíndo na medida en que a actividade dos microorganismos se modera.

Esta subida de temperatura acaba con calquera organismo patóxeno presente e fai que as sementes nos residuos se esterilicen. De todos os xeitos, ao non poder asegurar a suficiente subida de temperatura na compostaxe doméstica é preciso evitar posibles contaminantes coma excrementos de carnívoros (cans e gatos).

Tanto o aumento como a diminución da temperatura son fenómenos normais. Se a **humidade e a mestura de materiais** é a adecuada o proceso de descomposición e degradación levarase a cabo correctamente e aos **tres ou catro meses** xa comezaremos a ter na parte inferior da pía, o que designamos como **compost fresco**. Hai que ter en conta que se durante o proceso houbo algún problema pode demorarse uns meses máis.

Este compost fresco podería ser utilizado pero con moderación pois aínda é moi forte para moitas aplicacións coma alcoves. Pódese utilizar, por exemplo, para plantas que soportan moi ben a materia orgánica fresca coma patatas ou millo.

As indicacións de tempo son orientativas.

Fase 2ª. Maduración

Ao cabo duns **seis ou sete meses** xa atopamos na parte inferior do composteiro compost practicamente maduro, convertido en humus, aínda que haberá algúns materiais pouco transformados (pólas, palla...) que podemos separar cunha peneira.

Durante a **maduración**, o compost está normalmente frío ou morno (non máis de 20-30°C) e nel multiplícanse **insectos, miñocas** e outros **pequenos animais** que se nutren dos microorganismos, restos vexetais e diversos invertebrados, contribuindo así á formación do **humus ou compost maduro**.

Coa peneira separaremos os materiais aínda leñosos que volverán ao composteiro para comezar un novo ciclo. O **compost maduro** terá un **cheiro agradable**, a terra de monte, e un aspecto grumoso de **cor marrón**. As miñocas, as larvas e os demais invertebrados terminarán abandonando completamente este compost maduro por ausencia de alimento.

Este compost admite todos os usos, incluídos os sensibles coma macetas, alcoves e horta en xeral.





Para cada problema unha solución

Posibles incidencias e solucións

Problema	Posible causa	Solucións
Non se descompón, a temperatura da materia non sobe pero ten a humidade suficiente.	Hai demasiado aire ou falta Nitróxeno	Engadir máis cantidade de material ata chegar ás 2/3 partes do composteiro, se é aberto protexelo temporalmente cun plástico.
Demasiada humidade, aspecto pastoso.	Exceso de rega. Pode que haxa aporte da chuvia. Falta de estruturante.	Remover a materia e facerlle ocos cun pau ou barra. Mesturar materia seca. Se non se resolve, sacar todo o material e volver introduci-lo mesturando materia seca.
Moi seco, non diminúe o volume.	Sequidade no ambiente. Demasiados materiais secos.	Regar uniformemente pouco a pouco Engadir materia húmida (mellor de rápida descomposición) e remexer.
O composteiro foi abandonado temporalmente.	Abandono temporal do composteiro.	Remexer para airear e comprobar a humidade. Regar se é preciso..
Cheiro a podre.	Falta de Osíxeno. Exceso de humidade. Proceso anaerobio.	Remover. Agregar material seco.
Larvas aneladas.	Presencia de mosca soldado.	Non é un problema pois fan moi bo compost e só viven no composteiro.

Problema	Posible causa	Solucións
Cheiro a amoníaco.	Achega excesiva de material rico en nitróxeno (céspede, restos de comida). Exceso de humidade. Proceso anaerobio.	Remover. Mesturar con material seco. Se é preciso, sacar e voltear.
Moito mosquito.	Restos de comida sen cubrir.	Cubrir os restos de comida con material seco, en último caso con terra.
Larvas brancas.	Moita humidade.	Controlar a humidade. Remover e engadir materia seca.
Presenza de moitas formigas.	Pode existir un formigueiro no composteiro. Sequidade da materia.	Remexer, voltear e engadir auga. Engadir material húmido.
Presenza de roedores (non confundir cos furafollas)	Falta de remexido.	Remexer. Colocar reixa na parte inferior. Cubrir a parte superior con materia seca.
Presenza de caracois ou babosas.	Humidade no composteiro.	Remover a materia e facerlle ocos cun pau ou barra. Mesturar materia seca. Senón se resolve, sacar e voltear a materia.



Usos do compost

Compost fresco

Aplicacións	Método	Propiedades
Acolchado en horta	Esparexer en capas de 5 cm o redor da planta. Non usar en alcouves pois pode inhibir a xerminación das sementes	Protexe dos cambios de temperatura e da sequidade. Mellora o solo e controla o crecemento de malas herbas.
Fertilizante cultivos resistentes	Utilizar do mesmo xeito que o esterco.	Achega nitróxeno e outros nutrientes, mellora a estrutura do solo.



Compost maduro

Aplicacións	Método	Propiedades
Horta e xardín	Mesturar cos primeiros 15 cm do solo (0.5-4 kg por m²)	Aporta nutrientes asimilables para as plantas, equilibra a estrutura do solo.
Alcouve	Mesturar a partes iguais con terra negra, sementar e cubrir con compost.	
Maceta	Mesturar compost e terra vexetal a partes iguais.	
Céspedede	Estender unha fina capa de 2 cm na superficie en primavera ou principios de outono para a renovación do céspede. Botar unha capa de 5 cm para sementar.	Aporta de nutrientes asimilables, crea un substrato óptimo para o enraizamento.
Árbores	No transplante: mesturar a partes iguais o compost e a terra negra, achegar o substrato resultante as raíces e pisar para evitar ocos. Fertilizante: unha capa duns 3 cm ao redor do tronco nun diámetro semellante a copa ou follaxe.	
“Té” de compost	Meter compost nun saco e introducirlo en auga durante a noite.	Líquido fertilizante (fertirrigación).





Máis información sobre compostaxe

Amigos da Terra

988 374 318 / 671 865 839

residuos@amigosdaterra.net

Revitaliza. Plan Compost - Deputación de Pontevedra

<https://www.depo.es/plan-compost-revitaliza>

Usos del compost

<https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2016/04/usosdelcompost.pdf>

Rede estatal de entidades pola Compostaxe doméstica e comunitaria:

www.compostaenred.org

Manual de compostaje del agricultor FAO

<http://www.fao.org/3/a-i3388s.pdf>

El compostaje. Fundación Terra

http://www.fundaciontierra.es/sites/default/files/web_antiga/es/data/pa29e.pdf

Lombrices trabajando. Fundación Terra

<http://www.fundaciontierra.es/es/publicaciones/perspectiva-ambiental/perspectiva-ambiental-41-lombrices-trabajando-2007>

Recogida selectiva: La puerta al compostaje

https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2017/02/recogida_selectiva_para_compostaje.pdf

Las ventajas del compostaje, ampliación

https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2015/12/Informe_compost_2015_.pdf

Separación selectiva de la materia orgánica

https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2017/02/recogida_selectiva_para_compostaje.pdf

Compostaje: Estudios de caso

https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2016/01/Casos_compostaje_huella_de_carbono.pdf

El compostaje receta para reducir la huella de carbono

https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2016/01/compostaje_reducir_huella_carbono_estatal.pdf



Onde vai o lixo?

Cando compostamos a materia orgánica a maioría do que vai para o lixo é para o contedor amarelo. Se tes dúbidas pregunta no teu concello.

Amarelo

Bricks de leite e zumes
Envases de plástico / Latas de conservas
Poliexpán / Envoltorios
Caixas de plástico (de madeira tamén)
Tapas e tapóns
Envoltorio de chacinería con plástico

Azul

Papel e cartón
(non botar papel de cociña ou panos de papel, van compostar)

Iglú verde

Botellas de vidro / Botes de vidro
(nunca botar lámpadas, espellos, cristal de fiestras...)

Outros

Lámpadas ("bombillas") hai contedores nas ferraxerías e supermercados
Aceite de cociñar => contedores especiais
Aparellos electrónicos => onde mercas o novo ou no Punto Limpo
Medicamentos => nas farmacias

Punto limpo ou teléfono de recollida

Mobles
Espellos
Restos de pinturas e produtos químicos
Vasos ou vaixela rota
CD

Resto (contedor verde)

Cueiros e hixiene (bastoncillos, compresas...)
Cabichas de tabaco
Chupetes e biberóns





ALARGASCENCIA

Usa Alargascencia Axúdanos a completalo



Un dos problemas que nos enfrentamos para mudar é a obsolescencia programada, as artimañas da industria para que cada vez desbotemos os produtos antes e merquemos novos. Para loitar contra isto en Amigos da Terra creamos a campaña #Alargascencia.

Na web www.alargascencia.org atoparás un directorio de empresas onde reparar, alugar, trocar ou prestar. Levamos anos escoitando sobre as 3R, por orde: reducir, reutilizar e reciclar, pero, a pesar de seguir ese orde de importancia, só se soe facer fincapé na última delas.

Para afondar nas máis importantes “R”, reducir e reutilizar, dende Amigos da Terra propoñemos pequenos xestos na nosa vida cotiá:

- Reducir o consumo excesivo: debemos preguntarnos se o que imos a mercar o precisamos de verdade, se non podemos pedilo prestado ou alugalo.
- Reducir o sobre-embalaxe: mercar os produtos a granel ou que teñan menos embalaxe, rexeitando sempre aqueles en paquetes individuais.
- Recomprar: ao mercar produtos de segunda man estamos evitando que se convertan en residuos e evitando o consumo de materias primas, enerxía e auga para fabricar produtos novos.
- Rexeitar produtos aínda que sexan gratis.
- Reparar: coa baixada de prezos (e de calidade) esquecémonos de que moitas das cousas se poden reparar: calzado, electrodomésticos, ferramentas...

Tamén pedimos que se baixe o IVE destes produtos do 21% ao 10%, por que estes establecementos merecen un 10!
<https://vamosaporel10.org/se-merecen-un-10-gal/>

Tamén estamos a facer campaña para que as administracións favorezan a reutilización de envases implantando Sistemas de Depósito, Devolución e Retorno (SDDR):
<http://www.retorna.org/gl/>

Todas estas accións permitirannos avanzar cara unha sociedade #ResiduoCero na que os ciclos de materia e enerxía sexan pechados. Podes ler máis sobre este movemento global en:
<https://www.tierra.org/residuo-cero-reduccion-reutilizacion-y-reciclaje/>
<https://zerowasteurope.eu/> (inglés)
<http://zwia.org/> (inglés)



Quen somos

Amigos da Terra é unha asociación ecoloxista coa misión de fomentar o cambio local e global cara unha sociedade respectuosa co medio ambiente, xusta e solidaria. Destaca polo traballo desenvolvido na construción dunha cidadanía social e ambientalmente comprometida, no marco dunha activa participación na federación de Amigos da Terra Internacional, con máis dun millón de socios en 76 países dos cinco continentes.

As nosas áreas de traballo compóñense de distintas campañas e proxectos que, grazas á difusión de información, a educación ambiental e á presión política e á implicación dos Grupos Locais, contribúen a avanzar cara a unha sociedade máis sostible.

Traballamos para lograr a redución de residuos e do sobreconsumo de recursos naturais, unha agricultura e alimentación baseadas na soberanía alimentaria e libres de transxénicos, frear o cambio climático e ofrecer alternativas socioeconómicas respectuosas co medio ambiente aquí e, a través da cooperación internacional, en Centro América. Levamos dende o ano 2000 (2005 en Galicia) impulsando programas de compostaxe doméstica, insistindo nas súas vantaxes económicas e ambientais.

Necesitamos xente como ti, que crea que outro mundo é posible. Imos seguir loitando para dar solución a moitos dos problemas sociais e ambientais que viven as nosas sociedades. Co teu apoio lograremos máis, ti feixesa posible este labor que levamos a cabo cando nos axudas loitas connosco!

Únete!!



**Amigos
da Terra**

**Faite
soci@!**



**Amigos
da Terra**

**Anímate a facer o mellor fertilizante do mundo,
do xeito mais fácil.
É bo para o planeta, para a terra e para ti.**

Chámanos ao 988 374 318 | info@amigosdaterra.net | www.amigosdaterra.net

Estamos en:

Ourense

R/ Bedoya, 5 - 2º B 32004 Ourense
988 374 318

Vigo

R/ Velázquez Moreno, 9 - 2º 36202 Vigo
986 229 089

