

# El cuidado y la salud de los niños

HOJA DE INFORMACIÓN PARA PADRES



## Sostenimiento del medio ambiente

**'Reducir, reutilizar, reciclar, rehabilitar, y repensar'**. Como encargados del cuidado de niños que les dan ejemplo de las prácticas de sostenimiento del medio ambiente, quizás podamos agregar otra 'R' más – **rehusar**.

**Reducir:** • Consumo de agua • Consumo de energía • Desperdicio de recursos, incluidos los alimentos

**Reutilizar:** Reutilizar materiales y productos donde sea posible. Algunas veces un producto se puede reutilizar para otro propósito, por ejemplo el papel periódico se puede utilizar como protector de la tierra en el jardín. Los materiales de empaquetado se pueden reutilizar en juegos.

**Reciclar:** Reciclar vidrio, plásticos y productos de papel a través de los servicios de reciclaje de su localidad. El reciclaje también incluye regalar cosas que ya no se necesitan o utilizan.

**Rehabilitar:** Rehabilitar en vez de desechar. Se puede involucrar a los niños en algunas actividades básicas de rehabilitación y así obtener valiosa práctica y capacidad en resolución de problemas a la vez que se aprende que las cosas no se convierten automáticamente en basura al romperse o dañarse.

**Repensar:** Es necesario repensar en las actividades que utilizan exceso de energía o desperdician recursos. ¿Hay alguna manera que sea mejor para el medio ambiente? ¿Verdaderamente necesitamos esto? ¿Qué valor de contribución tiene?

**Rechazar:** Rechace empaquetaduras no necesarias y artículos de un solo uso cuando haya productos disponibles que se puedan reutilizar. También podemos rechazar ser partícipes de un ciclo interminable de consumo de nuevos artículos y resistir la presión de la publicidad comercial.

### Pasos fáciles para empezar la práctica y ejemplo de sostenimiento del medio ambiente.

- Reemplazar las ampollas o bombillas de luz ordinarias con aquellas de larga duración y de mayor eficiencia.
- Usar artículos de limpieza 'verdes', en vez de utilizar químicos tóxicos.
- Beber agua corriente en vez de comprar botellas de agua de un solo uso que podrían haber sido transportadas largas distancias.
- El papel higiénico de papel reciclado sin lejía puede salvar árboles y reducir el uso de químicos nocivos.
- Minimizar el uso de plásticos, incluyendo las bolsas y envoltorios de plástico.
- Reducir el desperdicio de comidas sirviendo porciones más pequeñas y ofreciendo segundas porciones solamente si han comido lo ya servido.
- Establezca un sistema de compostaje para los desperdicios de comidas (productos de procedencia no animal) y materiales de jardín.
- Minimizar el uso de secadores de ropa eléctricos.
- Vestirse apropiadamente para el tiempo, por ejemplo con ropa abrigada en los días fríos en vez de automáticamente usar el calentador o aire acondicionado.

Los niños tienen creatividad y pueden disfrutar de estar activamente involucrados en estas actividades, igualmente pueden contribuir con sus propias ideas creativas sobre el mundo natural y el sostenimiento del medio ambiente.

*Esta Hoja Informativa para Padres de Familia se encuentra disponible en diversos idiomas de la comunidad y se puede bajar de la página de Early Childhood Connections en la red electrónica [www.ecconnections.com.au](http://www.ecconnections.com.au)*

UNA INICIATIVA DE



ROYAL CHILDREN'S HOSPITAL

CON EL RESPALDO DE UN SUBSIDIO DE



CON EL RESPALDO DEL CONSEJO NACIONAL DE ACREDITACIÓN DE CUIDADO INFANTIL



CON EL RESPALDO DE



Australian Government  
Department of Families,  
Community Services and  
Indigenous Affairs