

**Simples Prácticas**

**Cotidianas**

**Amigables con el Ambiente**



*En pro de una mejor calidad de vida comunitaria*

**I Edición**

*San Gerardo de Rivas*

*Pérez Zeledón Costa Rica*

*Tierra de las Aguas Eternas*



#### Ficha Técnica

Simple Prácticas Cotidianas Amigables con el Ambiente. I Edición.  
San Gerardo de Rivas; Pérez Zeledón Costa Rica. Hotel de Montaña El Pelicano. 2010.

10 pag.

Autor. Rolando Zúñiga S.

Editor. Omar Elizondo M.

Más info.

[www.hotelpelicano.net](http://www.hotelpelicano.net)

[info@hotelpelicano.net](mailto:info@hotelpelicano.net)

Tel. (506) 2742 – 5050

### Dedicado a



#### Rafael "Macho" Elizondo Badilla.

Macho Elizondo a sido el pilar fundamental del surgimiento de esta empresa familiar; fué gracias a su creatividad como escultor en la madera que propicio la continua llegada de visitantes a la propiedad; en compañía de su incondicional esposa doña Elsa Martínez formaron y educaron una familia ejemplar de los cuales están orgullosos de cada uno de sus miembros.

Rafael Elizondo antes de que la palabra sostenibilidad empezara a oírse en la comunidad ya era consciente del cuidado y necesidad de proteger el recurso natural; gracias a este pensamiento es que la finca cuenta con un área de bosque nativo; años atrás se elaboro un sistema de canales o drenajes de contención distribuidos en toda a finca; además es importante señalar que en la finca no se utiliza químicos desde hace ya más de 15 años; con estas bases es que ya la empresa cuenta con áreas de regeneración natural y un programa de reforestación entre otras actividades que reforzaran la conciencia y compromiso ambiental que todos debemos de tener.

## **El por qué de este documento?**

El tema de sostenibilidad es muy nuevo entre los pobladores de zonas rurales por lo que como empresa sostenible hemos visto la necesidad de realizar este documento con información básica sobre prácticas amigables con el ambiente que son fáciles de aplicar en la vida diaria de una persona o empresa.

En esta primera edición en la que recopilamos 70 consejos de cómo vivir en armonía con el ambiente; que pretende orientar acciones en pro de una mejor calidad de vida de la población de nuestra comunidad, el país y el planeta.

La sostenibilidad abarca aspectos tanto económicos, comunales como naturales en la medida en que exista un equilibrio en estos tres aspectos lograremos contar con un modelo sostenible que nos ayudara a ahorrar, generar y proteger.

Esperamos este documento sea el primero de muchos, en los que se puedan basar la comunidad en general para consultar dudas o simplemente recibir recomendaciones de cómo vivir de manera amigable con el ambiente.

Hotel de Montaña El Pelicano con su programa de sostenibilidad busca crear conciencia ambiental en nuestros colaboradores, proveedores, socios y comunidad por lo que no dudamos en colaborar con cualquier acción seria y formal en pro del ambiente, la cultura y de una mejor calidad de vida de la comunidad.

## **Entorno Físico - Biológico.**

### **Relación de la empresa o hogar con el medio que la rodea.**

1. No se tener ni fomentar la tenencia de animales silvestres en cautiverio; no extraiga ningún recurso natural de las áreas protegidas.
2. Cuando camines por los senderos no se salga de estos ya que altera el ecosistema.
3. La arquitectura y forma de la construcción siguen un mismo estilo en el que se busca una integración con el entorno fomentando minimizar el impacto visual de las instalaciones con la naturaleza.
4. Se posee un jardín en donde predominaran las especies nativas de la zona y del país; conociendo los nombres y características de la mayoría de estas plantas y árboles que rodean las instalaciones.
5. Se buscan soluciones a base de elementos naturales para el combate de plagas en las plantas ornamentales y alimenticias además se fomenta uso de abonos orgánicos.
6. Se participa activamente en algún programa de reforestación a la vez de que se busca difundir la cultura de sembrar un árbol.
7. Para la confección de rótulos, bancas y otros; predominan los materiales duraderos y que no dañan el ambiente; se recomienda la madera en especial si se aprovecha de los árboles caídos.
8. En el diseño de las áreas verdes se integran elementos decorativos ya sea culturales, herramientas de trabajo y/o artefactos que representen la idea de sostenibilidad de la empresa u/o hogar.
9. Se cuenta con un debido sistema de manejo de aguas para que no caigan de manera directa en el ambiente; el uso de drenajes es recomendado.
10. Se colabora y participa con el Comité Bandera Azul en programas de clasificación de basura y trabajo comunitario.

*Costa Rica representa tan solo un 0.03% del territorio mundial pero es en este pedacito de tierra en que se estima la existencia de un 3.9% del total de todos los seres vivos del planeta; por lo que es gracias a esto que nuestro país se le conoce a nivel mundial por su gran diversidad biológica.*

**Protejamos con orgullo esta realidad.**

## **Ahorro Energía**

### ***Medidas y recomendaciones para no gastar innecesariamente la energía.***

1. No introducimos ningún elemento caliente en el refrigerador; ya que el refri va a consumir mayor energía para lograr que este se enfríe.
2. No apaguemos las cámaras de refrescos y cerveza por las noches ni ningún otro congelador o refrigerador, ya que lo que se ahorra es menor que el gasto energético del congelador para lograr la temperatura habitual de trabajo.
3. Nuestros refrigeradores se encuentran lejos de algún aparato generador de calor; lo que permite una mejor temperatura de enfriamiento a menor gasto de energía.
4. Se da mantenimiento de limpieza y control periódicos a todos los aparatos eléctricos del hogar y/o empresarial, esto para impedir que gasten más energía por tener algún tipo de obstrucción o escape de energía.
5. Desconectamos los aparatos eléctricos que no están en uso, ya que siempre aunque no estén en uso gastan energía; igual con los cargadores de teléfono y/o baterías.
6. Colocamos rótulos en apagadores y para recordar a los usuarios a economizar energía.
7. En las áreas de mayor uso se optimiza al máximo la luz natural; por lo que se debe priorizar en ventanas amplias y/o tragaluces o patios de luz.
8. El equipo de computo y televisor públicos se encienden solo cuando se van a utilizar o bien durante los días que su uso es muy solicitado.
9. Se planifica el uso a mediano plazo de energía alternativa que colabore con bajar el gasto por consumo energético; se recomienda Biodigestores y/o paneles solares.
10. Debemos de buscar un cambio paulatino en la instalación de bombillos ahorradores y/o foto sensores que permitirán una ahorro considerable de energía.

*“La inversión inicial en aparatos eléctricos ahorradores de energía es alta, por eso se recomienda hacer el cambio de forma paulatina los resultados se verán a corto tiempo en la disminución del monto del recibo eléctrico.”*

***Por mes compra uno o dos bombillos ahorradores***

## **Ahorro Agua**

1. Dar mantenimiento periódico a las tuberías, llaves de paso, grifos para eliminar las fugas de agua.
2. Colocar pesos en los tanques de inodoro; de esta manera será menor el volumen de agua necesario para limpiar el inodoro, para esto se pueden colocar botellas desechables llenas de arena.
3. Clasificar la ropa antes de introducirla a la lavadora; de esta forma se optimizará el uso de la lavadora así como los requerimientos de agua y de detergente para cada tipo de vestimenta.
4. Usar balde para lavar el carro; o en el peor de los casos de utilizar manguera coloque en la salida de esta una llave de cierre tipo "pistola"; que le permita controlar y regular la salida de agua.
5. A los pobladores de nacientes se les recomienda mantener siempre verdes los alrededores de este tesoro natural; es importante rescatar que aunque contemos con una naciente de agua propia no quiere decir que tengamos licencia para desperdiciar; recordemos que el agua es un recurso agotable.
6. Aprovechar el agua de lluvia ya sea en baldes o estañones o bien tanques y darle un uso rápido para que no se preste para criadero de moscos y otras parásitos.
7. No verter por ningún motivo ningún contaminante ni desecho en ningún río, naciente o arroyo; se debe de denunciar toda acción ilícita que atente contra la integridad de las aguas que con orgullo conservamos.
8. Si posee zonas verdes que requieren de riego, deje estas labores para el final de la tarde o para la noche para evitar el desperdicio por evaporación; a la vez de que se recomienda un riego por medios de dispersión o goteo.
9. Lleve un control de consumo del agua; aunque su suministro de agua sea propio instale un medidor o bien lleve algún tipo de registro del consumo mensual de agua; estos datos le darán información importante.
10. Reutilice el agua de la lavadora para la limpieza de otras áreas como pisos, cocheras y/o paredes.

*"El 70% de nuestro planeta está compuesto por agua,  
pero sólo el 3% es dulce, y sólo un 1% está disponible para el consumo humano".*

***Cuida el agua. No la desperdicies.***

## **Consumo de Productos**

1. Se deben de elegir productos materiales y proveedores con certificación ambiental o que en su proceso practiquen alguna buena práctica ambiental considerable que no sean dañinos ni para el ambiente ni para la salud de la gente..
2. Recomendamos elegir frutas y productos de temporada optimo si estos son orgánicos y/o certificados; además recomendable que sean productores locales.
3. Evitar los elementos no recargables ya que generarían más producción de residuos.
4. Adquirir productos de envases retornables; de lo contrario adquirir productos que tengan envases grandes que sirvan para otro fin específico ya sea como depósito o macetero.
5. Evitar la compra de aerosoles que contengan clorofluorcarbo – nados (CFCs) ya que dañan el medio ambiente en especial a la capa de ozono. Así como no utilizar pinturas que contengan plomo, ni productos en aerosol que contengan cloro-fluoro-carbonos (CSC).
6. Adquirir herramientas y utensilios de cocina de alta durabilidad.
7. Se debe de evitar el uso de vajillas; servilleteros, azucareras y otras de plástico; además las vajillas y utensilios viejos se pueden donar a algún necesitado.
8. No fomentamos el uso de ventiladores eléctricos; le damos prioridad a ventanas con cedazo o bien cielo rasos ventilados.
9. Utilice detergentes con PH neutro; esto ayudará a minimizar su impacto en la naturaleza; para saber de esto revise el empaque del detergente.
10. Compre siempre la cantidad necesaria de suministros ya que de lo contrario ocuparían espacio innecesario y aumentan la posibilidad de caducidad lo que generaría mayor cantidad de residuos.

*“Un principio de la sostenibilidad es el minimizar el consumo de productos innecesarios, dañinos al ambiente y que por su presentación genere una cantidad mayor de residuos contaminantes”.*

***Fíjese en la etiqueta de los productos que adquiera;  
de esta manera sabrás mas sobre lo que compras.***

## ***Manejo de Residuos y materiales contaminantes***

1. Para las impresiones usar en la medida de lo posible papel reciclado además de usar la impresora en modo de calidad baja; imprima por ambos lado de la hoja y reutilice las hojas en la medida que se le sea posible hacerlo. Recuerde de imprimir solo si es necesario.
2. Clasificar debidamente los desechos para que sean fácilmente trabajados por el Comité Bandera Azul de la comunidad o bien algún otro grupo que cumpla esta función.
3. Conocer, aplicar e informar sobre el código de conducta que implica las tres R's: Reciclar, Reducir y Reutilizar.
4. Contar con un sistema de manejo de residuos orgánicos; ejemplo Lombricompost.
5. Fomentemos el hábito del uso de la bolsa de tela durante las compras o mandados.
6. No vierta el aceite vegetal en el desagüe del fregadero, si es poca la cantidad límpielo con un papel y deposítelo en el contenedor de la basura si es gran cantidad guárdelo en un tarro sin uso y busque alguna empresa o sitio para su debido tratamiento.
7. Utilizar productos que cuenten con cualidades para ser reciclados posteriormente.
8. Contar con un área o bodega para el almacenamiento de desechos minimizando la posibilidad de que este al alcance de personas y animales.
9. Utilice y fomente el uso pilas recargables. Si tiene que usar pilas botón, que sean de litio, zinc-aire u óxido de plata, ya que no contienen, o contienen muy poco mercurio. Es recomendable que las empresas cuenten con cargadores para los clientes.
10. Participar y fomentar campañas y actividades de limpieza y saneamiento en la comunidad.

*“Un 80% del total de los desechos que producimos son reciclables o reutilizables”.*

***¡Clasifica los residuos en tu escuela y en tu hogar!***



## **Labor Social**

1. Participar y colaborar con los programas ambientales de la comunidad; llámese bandera azul Ecológica, Bandera Blanca, Programas de reforestación, Capacitaciones y otros que buscan integrar la conservación a la cotidianidad de la comunidad.
2. Fomentar la visita a otros atractivos turísticos de la comunidad sin generar ni dar información falsa o confusa; para esto se recomienda un espacio para la colocación de información básica de otros atractivos y servicios.
3. Participar activamente en las reuniones y/o asambleas que convoque los grupos organizados de la comunidad ya que se debe de ser conscientes de que ellos velan por el desarrollo comunal y es importante la participación de todos los miembros y/a afiliados en las decisiones a tomar.
4. Se debe de fomentar una conservación e información debida de nuestras tradiciones y costumbres para que se pueda difundir entre los interesados ya sea locales, nacionales y extranjeros.
5. Se denuncia ante el organismo respectivo todo tipo de acto delictivo que amenace la integridad de la comunidad o del ambiente; sin importar que el delito lo cometa un poblador o un visitante.
6. Se dará prioridad a los servicios y productos locales además de fomentar el surgimiento de pequeños microempresarios que colaboren con una sana economía local.
7. Presentar ideas, proyectos o sugerencias de trabajo ante los grupos comunales respectivos; recordando que sus ideas son grandes aportes para que un grupo de trabajo tenga una visión más amplia de las necesidades e inquietudes de la población.
8. Participar en las actividades comunales que se realizan tradicionalmente en la localidad, como lo pueden ser turnos, fiestas de la iglesia, Asociación de Desarrollo o la escuela; ya que estas a parte de la generación de recursos para estos grupos promocionan aspectos culturales de nuestra comunidad.
9. Dar prioridad a la contratación de personal de la comunidad y alrededores.
10. En la medida de lo posible se impulsara las creaciones de los artistas, escultores y artesanos locales.

*“Una comunidad debe de ser vista como una unidad.”*

## ***Trato al visitante***

1. Para el turista le es interesante lo que es cotidiano para usted.
2. Contar con información en español e inglés; en esta debe de aparecer el nombre de la comunidad, contacto, como llegar, servicios, tours y su duración, teléfonos y toda la información básica que el visitante pueda solicitar tanto del proyecto como de los demás atractivos de la comunidad.
3. El visitante agrádesese esos pequeños detalles, que lo hacen sentir único.
4. Al visitante se le debe de integrar a las actividades de manera que les sea atractiva y segura, despertando una experiencia única y enriquecedora sin dejar de lado lo divertida que puede llegar a ser.
5. Las áreas que visite el turista deben de ser seguras y las que no lo sean deben de especificarse su peligro; las aceras se pueden ir ampliando para que sean aptas para personas con limitaciones físicas
6. Se debe de conocer si alguno de los visitantes tiene dieta especiales y/o son alérgicos esto previniendo una mala experiencia del turista.
7. La primera impresión genera en muchos casos la decisión definitiva; por lo que contar con una fachada llamativa, que rescate elementos autóctonas y con información en inglés y español generara mayor interés de ser visitada que otra que pase inadvertida.
8. La calidad en el servicio es imprescindible, en la medida en que el visitante viva una buena experiencia va ha aumentar la promoción y fama del lugar, es importante mencionar que un factor del Turismo Rural es que debe de ser educativo; el turista también quiere aprender.
9. Se debe de contar con un reglamento de comportamiento tanto para los colaboradores (empleados) como para los visitantes, este último debe de estar en un sitio visible para el turista y estar al igual que toda la información en inglés y español.
10. Levante un registro de visitantes esto le dará información básica importante sobre la operación de su empresa. En este registro pueden aparecer campos como: Nombre, Identificación, País, Contacto; y que servicios solicito durante su visita al proyecto.

*Una experiencia autentica y rural por si solo es enriquecedora, educativa, única y divertida.*

***Conservemos nuestra cultura.***