



**Programa de Parches:  
Para Siempre Ecológico de  
Girl Scouts de la Costa  
Central de California**

## Programa de Parches: Para Siempre Ecológico de Girl Scouts de la Costa Central de California



- En este Programa de Parches: Para Siempre Ecológico, ¡las niñas aprenderán cómo usar los recursos y ayudarán a hacer el mundo mucho mejor!
- Para completar este parche, las niñas pueden completar tantas actividades como deseen, aunque solo se requiere una de cada uno de los pasos.

### Esquema del Programa:

## Sección #1 – Conservación de la Energía

- **Calcula el consumo de energía en el hogar:**
  - Busca la última factura de electricidad de su casa: llámale a la compañía local de electricidad o regístrate en el sitio web de la compañía eléctrica.
  - Utiliza el gráfico (en la última página) para estimar el uso eléctrico: busca los aparatos utilizados en su casa y luego agregue el costo anual.
- **Estudia maneras de ahorrar energía:**
  - Considera diferentes ideas para ahorrar energía
  - Visita uno de los siguientes sitios para obtener más ideas:
    - <http://www.kidsenergyzone.com/>
    - <http://www.alliantenergykids.com/>
  - Decide una o más maneras para ahorrar energía y comprométete a una promesa con un plan para cumplirla.
- **Apágalo:**
  - Haz una actividad en casa que no use energía externa ni combustible durante al menos una hora.

➤ **Toma Acción - Implementa un proyecto para ahorrar energía para su familia:**

- Identifica medidas para ahorrar energía de bajo costo que podrían implementarse en su propia casa. Aboga a tus padres/guardianes para que se hagan los cambios y ayuda a hacer esos cambios.

## Sección #2 – Conservación del Agua

➤ **Vea un video del ciclo del agua:**

- [https://www.youtube.com/watch?v=Wi\\_79tGOhe8](https://www.youtube.com/watch?v=Wi_79tGOhe8) (video en inglés)
- <https://www.youtube.com/watch?v=FIFvGQUGn8g> (video en español, similar al de inglés, pero no tan detallado)

➤ **Cree un modelo de Cuenca Hidrográfica:**

- Generalmente, las cuencas hidrográficas se describen como la tierra que drena el agua de un área como arroyos y ríos. Las cuencas hidrográficas pueden ser grandes o pequeñas, drenando un solo valle o toda la cuenca. En esta actividad, las niñas exploran lo que es una cuenca hidrográfica y cómo funciona.
- **Materiales:** Para esta actividad, las niñas necesitarán varios tamaños de rocas, un lavabo o recipiente de plástico poco profundo (alrededor de 12 x 18 pulgadas y 10 pulgadas de profundidad), papel pesado o una lona de plástico, un marcador permanente, y una regadera o botella de rociar (para simular la lluvia).
- **Procedimiento:** Coloque algunas rocas en el lavabo para construir montañas y valles. Cúbralo con papel pesado o una lona de plástico. Adivina la ruta "agua de lluvia" (de la botella de spray) tomará, donde se estancará y se almacenará. Marque la ruta prevista con un marcador permanente. A continuación, pruebe las predicciones.

➤ **Agua, agua en todas partes:**

- Hay una cantidad finita de agua en la Tierra. Esta actividad demuestra cuánta agua está disponible para diferentes tipos de actividades, y cuán poca agua está disponible para beber.
- Materiales:
  - Jarra de agua de 1 galón
  - Taza de cubos de hielo (opcional)
  - Tazas claras
  - Cucharas

- Procedimiento:
  - 1) Prepare un galón de agua, una taza de tierra y una taza vacía marcada en 1/2 taza.
  - 2) Explique que el galón de agua representa toda el agua de la tierra.
  - 3) Si usa cubitos de hielo, coloque un cubo pequeño en la taza y luego pídale a las niñas que llenen la taza con agua hasta la marca de 1/2 taza. Explique que la taza y medida representa toda el agua fresca de la tierra.
  - 4) Pida a cada chica que saque los cubitos de hielo (o una cucharada de agua) de la taza y vuelva a colocarlos en el galón de agua. Explique que la cucharada de agua representa las capas de hielo polares y los glaciares en el mundo, agua congelada que no está realmente disponible para beber o cultivar alimentos.
  - 5) Vierta toda menos una gota de agua en la tierra. Explique que esto representa el agua que está en el suelo (agua subterránea). Esta agua se puede extraer del suelo para la agricultura y para beber después de que se purifica.
  - 6) Explique que la gota de agua que queda en la taza es toda el agua potable disponible para beber, bañarse, regar el césped, lavar los platos, lavar y cepillar los dientes, etc. – es el agua que sale de la llave en casa.

➤ **Toma Acción – Aprenda a abogar por la cuenca hidrográfica local:**

- Investigue lo que hay que hacer para apoyar la cuenca hidrográfica local. Considere la posibilidad de producir un llamado público sobre la escorrentía del desagüe pluvial o la importancia de preservar los humedales locales. ¿En qué otras formas pueden tomar acción las niñas?

## **Sección 3 – Reducción de residuos**

➤ **Hacer una promesa para reducir el desperdicio de alimentos:**

- En promedio, los estadounidenses desperdician alrededor del 20% de los alimentos que compran. Eso suma a alrededor de 48 millones de toneladas de alimentos cada año. Haz una lista de ideas sobre maneras de reducir el desperdicio de alimentos y haz una promesa de intentar una o más de las ideas.

➤ **Haz una bolsa de almuerzo reutilizable con una camiseta vieja:**

- Corta las mangas y el cuello de una camiseta pequeña. Cose una costura doble a través de la parte inferior para formar una bolsa. Para una versión "sin costura", utilice una banda elástica fuerte o una liga de pelo gruesa para recoger y sellar la

parte inferior de la camisa. Use la bolsa para llevar un almuerzo "sin desperdicios" a la escuela. Un almuerzo "sin desperdicios" es uno donde nada termina en la basura. Llene la bolsa con un almuerzo almacenado en recipientes reutilizables, incluya una bolsa de hielo reutilizable, una botella de agua reutilizable, servilleta de tela y utensilios - tráigalos a casa y lávelos y reutilícelos.

➤ **Aprenda acerca de los bancos de alimentos y aprenda cómo la organización está ayudando a la comunidad a reducir el desperdicio de alimentos.**

- Muchos bancos de alimentos aceptan donaciones de productos de panadería de un día, productos no perecederos y frutas y verduras frescas que no se han echado a perder, pero no cumplen con los estándares de calidad de la tienda. Algunos incluso aceptan productos de jardín o patrocinan programas de "rebusca", donde los voluntarios recogen frutas y verduras que fueron saltadas durante el proceso de cosecha. Descubra cómo las niñas pueden ayudar a alentar las donaciones al banco de alimentos.
- Conozca los bancos de alimentos aquí:
  - Vídeo: <https://www.slofoodbank.org/our-mission/>
  - Más información: <https://www.slofoodbank.org/food-distribution/>

➤ **Aprenda acerca de la recolección:**

- "Rebuscar" es el proceso de volver a través de un campo comercial para recoger las frutas y verduras no levantadas por el equipo mecanizado.
- Más información aquí: <https://www.slofoodbank.org/food-rescue/>

➤ **Toma Acción - Construir un jardín de lasaña:**

- La jardinería lasaña es un método de jardinería orgánica sin excavación y de siembra directa que da como resultado un suelo rico y esponjoso con muy poco trabajo del jardinero. El nombre "jardín de lasañas" no tiene nada que ver con lo que vas a crecer en este jardín. Se refiere al método de construcción del jardín, que es, esencialmente, la adición de capas de materiales orgánicos que se "cocinarán" con el tiempo, lo que resulta en un suelo rico y esponjoso que ayudará a sus plantas a prosperar. También conocido como "compostaje de hojas", la jardinería de lasaña es ideal para el medio ambiente, porque estás usando los residuos de tu patio y cocina y esencialmente compostaje en su lugar para hacer un nuevo jardín.
- Para obtener más información sobre el reciclaje de materiales orgánicos: <https://www.calrecycle.ca.gov/nav/organics>
- **Materiales necesarios:**

- Pecera reutilizada, acuario, jarro grande u otro recipiente transparente (nota: para jardines de modelos individuales, use frascos vacíos de mayonesa o crema de cacahuete)
- Arena, grava y mantillo
- Residuos ecológicos de cocina - recortes de frutas y verduras, corazones de manzana, bolsas de té usadas, residuos de café, etc. (pedir a cada niña que traiga un recipiente de residuos de cocina de casa)
- Residuos de patio - recortes de hierba, hojas caídas, etc. (pedir a cada chica que traiga algunos desechos del patio de casa)
- Periódico
- Césped/sod (opcional)
- Gusanos (opcional)
- Plantas de plántulas (más tarde)

○ **Procedimiento:**

1. Coloque una capa de grava, arena y mantillo en la parte inferior de su recipiente transparente.
2. Si alguien que conoces está instalando césped, pide una pieza para colocar en capas en la parte superior de la base (o pregúntale a la guardería local si hay un desguace que están dispuestos a donar).
3. Coloque tres capas de periódico sobre la capa base (justo encima del césped si lo está utilizando).
4. Capas alternas de residuos de patio y cocina hasta que el contenedor esté 75% lleno.
5. Añadir una capa de mantillo.
6. Terminar con un mantillo de recortes de hierba o hojas trituradas y secas.
7. Humedezca completamente el jardín y continúe regándolo cuando se seque (no demasiado mojado – sólo húmedo está bien).
8. Si está usando gusanos, revuelva dos o tres en la parte superior del jardín. Se cavarán a través del suelo. (Puede comprar gusanos en la tienda del jardín o a veces encontrarlos en la acera después de regar el césped.)
9. En unas semanas, notará que la materia orgánica se descompondrá. Los gusanos aceleran el proceso. Si incluyes una capa de sod, también se descompondrá. Un jardín de lasaña es una buena manera de convertir una sección de césped en un jardín de flores o verduras.

10. Una vez que el material orgánico se ha descompuesto al menos parcialmente, puede añadir plantas. (Nota: si hace un contenedor más grande como grupo

**Cuando complete los requisitos rellene esta forma:**

<https://www.cognitofrms.com/GirlScoutsOfCaliforniasCentralCoast2/GSCCCProgramaDeParchesParaSiempreEcológicoEnCasa>

**Enlace de compras**

[https://girlscoutscce.doubleknot.com/orgstore/store/store\\_viewitem.asp?idProduct=44516&promo](https://girlscoutscce.doubleknot.com/orgstore/store/store_viewitem.asp?idProduct=44516&promo)

# Electrical Usage Calculator

Appliance	Approx. Appliance Wattage	Average Monthly Use - Hours	Average Monthly Kilowatt Use	Multiply by Local Rate	Annual Energy Cost
Air Conditioner - Central (2.5 TONS)	3500	300	1050		
Air Conditioner - room (9,000 BTU)	1050	350	367.5		
Blender	390	20	7.8		
Christmas Lights	250	60	15		
Clothes Dryer	5000	30	150		
Clothes Washer	500	30	15		
Coffee Maker	900	10	9		
Computer - CPU and Monitor	6.5	720	4.68		
Computer - Wireless Router	7	720	5.04		
Crock Pot	200	64	12.8		
Dishwasher	1800	30	54		
Fan (Portable)	115	200	23		
Food Freezer	350	400	140		
Furnace Fan Motor - (Intermittent)	350	160	56		
Hair Dryer (Portable)	1800	6	10.8		
Lawn Mower	1500	16	24		
Light Bulb - Compact Fluorescent 13W (60W Equiv)	13	120	1.56		
Light Bulb - Fluorescent (2 Tubes 4ft.)	96	120	11.52		
Light Bulb - Incandescent	60	120	7.2		
Oven - Microwave	1500	5	7.5		
Oven - Toaster	1500	2	3		
Oven/Stove - Electric	5000	100	500		
Refrigerator	500	275	137.5		
Stereo/CD	360	30	10.8		
Swimming Pool Filter Motor - 1.5 HP	2100	600	1260		
Swimming Pool Heater	5000	600	3000		
Television - Cable/Sattelite or DVR Box	33	720	23.76		
Television - CRT 32"	200	120	24		
Television - LCD 32"	125	120	15		
Television - Plasma 42"	301	120	36.12		
Vacuum Cleaner- Portable	800	4	3.2		
Video game - Nintendo Wii	19	720	13.68		
Video game - PlayStation 3	197	720	141.84		
Video game - Xbox 360 Elite	203	720	146.16		
Water Heater - typical family of 4	4500	85	382.5		