

ARIZONA SCIENCE CENTER'S EIGHT SUSTAINABILITY TIPS

Sustainability is defined as the quality of not being harmful to the environment or depleting natural resources, thereby supporting long-term ecological balance. In simpler terms, we need to maintain the world we live in before we run out of resources. **Why is this important?** Well, because using more resources than can be replenished is going to leave humans and ecosystems lacking necessities in the future if we are not using them wisely. To take individual action, here are eight simple things YOU can do to help conserve resources and help our planet!



SWITCH FROM PLASTIC TO REUSABLE WATER BOTTLES

Plastic waste is often ingested by marine wildlife, which causes ecological disruption. Plastic cannot fully decompose in the environment and can remain there for up to thousands of years.



REDUCE MEAT CONSUMPTION/ EAT LOWER ON THE FOOD CHAIN

Annual meat consumption is predicted to more than double from what it was at the turn of the century by 2050. For every pound of beef produced, at least 2,000 gallons of water are required. Thus, reducing beef consumption to 50g per day could reduce agricultural greenhouse gas (GHG) emissions by 22%.



ADD MORE VEGETATION TO YOUR RESIDENCY

Vegetation regulates the flow of the biogeochemical cycles (nitrogen, carbon, phosphorus and hydrologic) which helps our ecosystems remain intact. It also maintains more water in the landscape, and this reduces the need for irrigation/pesticides.



DONATE UNUSED ITEMS/CLOTHES

Reusing items reduces the amount of material needed in order to create new products. Recycling 100 million pounds of clothes has an effect on the environment equivalent to removing 26,000-35,000 cars from the road.



USE A LOWER-FLOW SHOWER HEAD/REDUCE SHOWER TIME

Because less water would need to travel to reach your body with a lower-flow showerhead, water conservation should be actively practiced. Cutting shower time by 1 minute each day could save 500 gallons of water each year.



MAKE YOUR OWN GARDEN

Plants, trees and other autotrophs act as highly effective air purifiers, sequester carbon dioxide and release O₂ for us to breathe. The roots of the plants also stabilize the soil and filter water. Plus, it makes for a fun activity with friends and family!



UTILIZE PUBLIC TRANSPORTATION

Approximately 85% of greenhouse gas emissions from the transportation sector are strictly related to the surface transportation system. A single person who switches from a 20-mile commute by car to existing public transportation can reduce their annual CO₂ emissions by 20 pounds per day!



SWAP YOUR SUNSCREEN

Many sunscreens contain oxybenzone and octinoxate, which are chemicals that contribute to coral bleaching. Coral bleaching occurs when reefs are distressed, so they expel algae and disrupt the ecosystem as a result.

OCHO CONSEJOS PARA LA SOSTENIBILIDAD DE ARIZONA SCIENCE CENTER

La sostenibilidad se define como la cualidad de no ser perjudicial para el medio ambiente ni agotar los recursos naturales, apoyando así el equilibrio ecológico a largo plazo. En términos más sencillos, necesitamos sostener el mundo en el que vivimos antes de que nos quedemos sin recursos. **¿Porque es importante esto?** Bueno, porque usar más recursos de los que se pueden reponer hará que los humanos y los ecosistemas carezcan de necesidades en el futuro si no los usamos sabiamente. Para que puedas poner de tu parte, ¡aquí hay ocho cosas sencillas que TU puedes hacer para ayudar a conservar los recursos y ayudar a nuestro planeta!



CAMBIA LAS BOTELLAS DE PLÁSTICO DE AGUA POR BOTELLAS REUTILIZABLES

Los desechos plásticos a menudo son ingeridos por la vida silvestre marina, lo que provoca una alteración ecológica. El plástico no puede descomponerse por completo en el medio ambiente y puede permanecer por miles de años.



REDUC EL CONSUMO DE CARNE/ COME MÁS BAJO EN LA CADENA ALIMENTARIA

Se prevé que para 2050 el consumo anual de carne será más del doble lo que era desde el cambio de siglo. Por cada libra de carne de res producida, se requieren al menos 2000 galones de agua. Por lo tanto, reducir el consumo de carne de res a 50 g por día podría reducir las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) agrícolas por un 22%.



AÑADE MÁS VEGETACIÓN A TU HOGAR

La vegetación regula el flujo de los ciclos biogeoquímicos (nitrógeno, carbono, fósforo e hidrológico) lo que ayuda a que nuestros ecosistemas se mantengan intactos. También mantiene más agua en el jardín, y esto reduce la necesidad de riego/pesticidas.



DONA ARTÍCULOS/ROPA QUE NO USES

La reutilización de artículos reduce la cantidad de material necesario para crear nuevos productos. Reciclar 100 millones de libras de ropa tiene un efecto sobre el medio ambiente equivalente a quitar 26,000 – 35,000 automóviles de la carretera.



USA DUCHA DE BAJO FLUJO / REDUCE EL TIEMPO DE LA DUCHA

Debido a que menos agua necesitaría viajar para llegar a tu cuerpo con un cabezal de ducha de flujo más bajo, estarías conservando agua. Reducir el tiempo de ducha por 1 minuto cada día podría ahorrar 500 galones de agua cada año.



HAZ TU PROPIO JARDÍN

Las plantas, árboles y otros autótrofos actúan como purificadores de aire altamente efectivos, retienen dióxido de carbono y liberan O₂ para que podamos respirar. Las raíces de las plantas también estabilizan el suelo y filtran el agua. Además, ¡es una actividad divertida que puedes hacer con amigos y familia!



USA EL TRANSPORTE PÚBLICO

Aproximadamente el 85% de las emisiones de gases de efecto invernadero del sector del transporte están estrictamente relacionadas con el sistema de transporte terrestre. Una persona que cambia su viaje de 20 millas en automóvil a transporte público ¡puede reducir sus emisiones anuales de dióxido de carbono por 20 libras al día!



CAMBIA TU PROTECTOR SOLAR

Muchos protectores solares contienen oxibenzona y octinoxato, que son sustancias químicas que contribuyen a la decoloración de los corales. El blanqueamiento de los corales ocurre cuando los arrecifes están en peligro, por lo que expulsan algas y, como resultado, alteran el ecosistema.