

OUTUBRO SAUDABLE 2020

Oficina de Medio Ambiente – Vicerreitoría de Infraestruturas e Sustentabilidade



- **1 outubro, 17:30h.:** Eliminación de flora invasora no Monte da Fraga.

Facer exercicio ao aire libre mentres se leva a cabo unha acción ambiental para a conservación da biodiversidade autóctona, implicando á sociedade na recuperación de un espazo.

Formulario de inscrición: <https://bit.ly/3iJIeOG>

- **8 outubro, 18:00h.:** Roteiro en bici Campus-Cidade

Ruta guiada pola Asociación Mobi-liza, con paradas explicativas entre o Campus de Elviña e a Praza da Palloza seguindo o mellor itinerario para as persoas ciclo-usuarias. Para participar na actividade deberás levar a túa propia bicicleta.

Formulario de inscrición: <https://bit.ly/360fVrN>

- **Ata o 16 de outubro:** Reto 30 días en bici

As persoas participantes van acumulando quilómetros sustentábeis: camiñar, bicicleta, patinete eléctrico ou transporte público, desincentivando deste modo o uso do coche individual, e coa posibilidade de gañar premios cando se supera o reto.

Instrucións para a inscrición: <https://bit.ly/2EHUkcs>

- **24 outubro, 10:30h.:** Plogging polo Monte da Fraga

O *plogging* é unha nova iniciativa de sustentabilidade nacida en Suecia que combina a práctica de deportes como o *running* co coidado do medio ambiente na recollida de lixo en espazos naturais.

Formulario de inscrición: publicarase a semana anterior á actividade na páxina web do G.N. Hábitat: <https://gnhabitat.org/>

SAUDABLE E SUSTENTABLE

Ademais, podes comprobar como os teus **hábitos de mobilidade e de consumo** afectan ao medio ambiente. Animámoste a facer o cálculo coas aplicacións en Emagic, desenvoltas pola OMA e Cartolab da UDC:

Esta ferramenta **calcula a pegada ecolóxica de distintos hábitos do día a día**, mediante enquisas vinculadas entre si, referidas a residuos, enerxía, mobilidade, etc.

- **Pegada ecolóxica da Mobilidade e transporte** [PARTICIPAR](#)
- **Pegada ecolóxica dos Hábitos de consumo e xeración de residuos** [PARTICIPAR](#)

Mais info e contacto:

oma2@udc.gal | 981.167.000 Ext. 5626