

## ¿Qué es la compasión?



El principio de la compasión es tratar a las demás personas cómo te gustaría que te trataran, implica ayudar al crecimiento de otros sin juzgarlos y respetando su dignidad. Nos invita a mirar más allá de los intereses personales, para trabajar en conjunto buscando empatía, justicia, equidad y respeto.

## Compasivos con el planeta



Ser compasivos con el cuidado del medio ambiente es velar por nuestra comunidad, nuestro hogar y por todas las personas que habitamos el planeta. Esto es procurar el bienestar de todos y el futuro de nuestros hijos.

La conservación del medio ambiente permitirá el aprovechamiento responsable de los recursos, el cuidado de la salud y el bienestar de todos, así como la prevención de crisis y la preservación de la flora y la fauna.




EN COLABORACIÓN CON


FUNDACIÓN  
NÚCLEO  
FAMILIAR

FUNDACIÓN  
ESENCIA  
FAMILIAR

FORTALECEMOS MATRIMONIOS  
Y FAMILIAS EN MÉXICO A TRAVÉS  
DE CONTENIDO POSITIVO

**Cuando la familia está bien,  
la sociedad también lo está.**

 Núcleo Familiar México

 @nucleofamiliarmx

 [www.nucleofamiliar.org](http://www.nucleofamiliar.org)

ILUSTRACIONES POR FREEPIK

EJEMPLAR GRATUITO

# DICE DON SALPICÓN

## Compasión con nuestro medio ambiente



# TIPS Y HÁBITOS MEDIOAMBIENTALES



## No desperdicies agua:

Baños cortos, recicla agua para las plantas, cierra el grifo cuando te cepilles los dientes, lavadoras con cargas grandes de ropa y ajusta el nivel de este bien vital.



## Separa y recicla la basura:

Así contribuyes a que se ahorren recursos renovables y energía.



## Apaga las luces:

En el hogar, en el área de trabajo y en cualquier momento, evita dejar focos prendidos sin razón. Y tampoco dejes aparatos enchufados.



## Respeta las calles, colonias y lugares públicos:

No tires basura, sé empático con las áreas compartidas y fomenta su cuidado.



## Aprovecha la luz natural:

Reducir el consumo de luz eléctrica es un paso más a dar todos los días.



## Reduce tu consumo de plástico y papel:

En casa y en la oficina mejor opta por materiales reciclados y biodegradables, no imprimas innecesariamente y utiliza el vidrio para rellenar como contenedor.



## Participa, apoya y ayuda:

Si tu empresa tiene programas de conciencia ambiental, forma parte de ellos o propón ideas para hacer planes de este tipo con tu familia y tus compañeros.



## Infórmate y cambia tus hábitos:

Hay muchas maneras de poner un granito de arena y cada vez hay más información de cómo cambiar los malos hábitos para transformarlos en un mejor estilo de vida.

CO<sub>2</sub>

## Contribuye a disminuir las emisiones de CO<sub>2</sub>:

Para evitar el calentamiento global, hay que reducir los gases de efecto invernadero.

*El cuidado del planeta es tarea de todos y cada uno puede hacer la diferencia con acciones diarias*



## TU HUELLA DE CARBONO

La huella de carbono es el volumen total de gases de efecto invernadero (GEI) producido por personas, empresas y servicios.



Entra aquí para calcular tu huella de carbono

## De Volón Pimpón

Antes de que te vayas, te dejo el consejo del día...

Así como Tenchita y yo, hagan planes con sus familias para cuidar su comunidad y el planeta.

Para cualquier tip, ya sabes dónde encontrar a este paletero enamorado de su esposa Tenchita y de la vida. ¡Hasta la próxima!

## SER RESPONSABLES Y CONSCIENTES

En cualquiera que sea el entorno, es posible hacer ese pequeño cambio para tener buenos hábitos en favor del cuidado medioambiental.

Recuerda que todo suma, poner el ejemplo y pasar la voz para tener esa visión y cultura sostenible es parte de ello.

Como empresa, tenemos la responsabilidad de brindar educación medioambiental al capital humano y esta formación comienza a nivel interno y se refleja a nivel externo.

