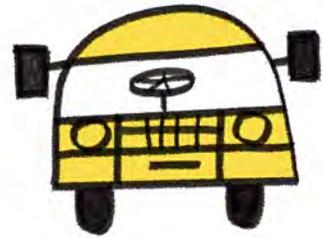


Esta es



la guía

para salvar



el

planeta.



Comenzando con
Lincoln y El Condado
de Lancaster.

¡Abróchense los cinturones de seguridad! Tenemos algunos datos importantes por delante.

Cada día, casi 122,000 residentes de Lincoln

viajan solos al trabajo conduciendo su vehículo personal, ya sea un automóvil, camioneta o furgoneta. ¡Lincoln cuenta con múltiples opciones de transporte que te brindan la oportunidad perfecta para poner en marcha tus motores internos y moverte de otras maneras!

¿Como puede el transporte afectarte a ti y a tu medio ambiente?

Tus hábitos de desplazamiento afectan directamente a tu salud física y ambiental. Pasar más tiempo en tu vehículo significa menos tiempo siendo activo, y también implica que nuestras calles estén más congestionadas. Nuestro comportamiento actual sobre el transporte contribuye al aumento de las emisiones de gases de efecto invernadero. Además, pregúntate ¿cuándo fue la última vez que estar atrapado en el tráfico te hizo feliz?



De acuerdo con los números.

78%

de los residentes de Lincoln, conducen al trabajo solos*

18 mins.

es el tiempo promedio para llegar al trabajo en Lincoln.

El promedio nacional es de 27 minutos.*

22%

de los trabajadores de Lincoln, utiliza el transporte compartido, el transporte público, la bicicleta o camina para desplazarse al trabajo.

¿Por qué debería importarte?

\$2,000-\$3,000

costos anuales promedio de combustible para un automóvil, camioneta o furgoneta.

65%

de adultos en Lincoln-Lancaster que tienen sobrepeso u obesidad.

45%

de adultos en Lincoln-Lancaster no cumplen con las recomendaciones de actividad física aeróbica.

¿Listo para un respiro de aire fresco? ¡Aquí tienes cómo puedes ayudar!

La comunidad puede seguir mejorando su calidad de vida a través de los esfuerzos en transporte activo y transporte público. La Ciudad de Lincoln ofrece varios de estos servicios. Las opciones de transporte activo fomentan a los miembros de la comunidad, como usted, a alejarse del uso de vehículos personales y hacia la caminata, el ciclismo y otras formas de viaje no motorizado. Participar en el transporte activo también es una de las formas más eficientes de incorporar actividad física en su rutina diaria. ¡Movámonos!

*American Community Survey (ACS) 2021 5-Year Estimates. See survey data [here](#).



Si esta es la primera vez que aprendes sobre opciones de transporte alternativos, te ayudaremos a familiarizarte.

Los servicios de transporte activo de Lincoln incluyen:

Programa de Compartir Bicicletas de Lincoln (BikeLNK)

BikeLNK es el programa de bicicletas compartidas de Lincoln. Ofrece a los residentes y visitantes la oportunidad de alquilar una bicicleta o una bicicleta eléctrica con asistencia de pedaleo (e-bike).

Programa de Compartir Patinetas Eléctricas de Lincoln (ScooterLNK)

El programa ScooterLNK proporciona patinetas eléctricas confiables, seguras y accesibles a los residentes y visitantes de Lincoln en las áreas del centro y cercanas al centro.

Programa de Rutas Seguras a la Escuela de Lincoln (LSRS)

El objetivo del LSRS es mejorar la seguridad de los estudiantes y peatones, y proporcionar un entorno consistente para los conductores cuando se acercan a una escuela. Este esfuerzo ayuda a fomentar a los estudiantes a caminar y andar en bicicleta hacia y desde la escuela.



Facilidades de Senderos y Carriles para Bicicletas en las Calles

Con más de 134 millas de senderos de superficie dura y grava triturada, puedes llegar a casi cualquier lugar utilizando los impresionantes senderos y facilidades para bicicletas en las calles de Lincoln. Son hermosos.



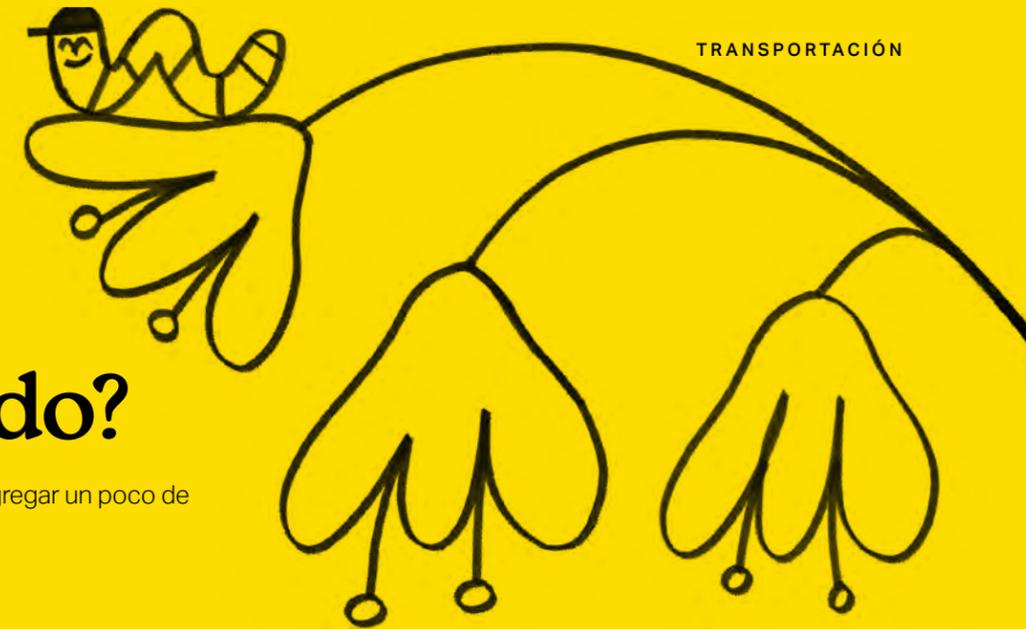
Conozca el Sistema de Transporte Público de Lincoln: StarTran

Si estás cansado de los costos asociados con un viaje largo, o si eres sensible a las fluctuaciones salvajes del clima de Nebraska, intenta utilizar el sistema de transporte público. Utilizar el transporte público es una de las formas más directas de reducir la congestión en nuestras calles y ayudar a reducir las emisiones de gases de efecto invernadero.

StarTran ofrece rutas de autobús fijas y servicios de transporte en todo Lincoln. También están disponibles el servicios de viajes compartidos On Demand como Uber y Lyft. La misión de StarTran es brindar servicios de tránsito seguros, convenientes, confiables y accesibles para la comunidad, y hacen un trabajo espectacular. Las ruedas del autobús hacen que esta ciudad se mueva.

Para aumentar tu impacto ambiental, puedes complementar tu viaje en autobús con otros modos de transporte activo. Entonces, la próxima vez que un amigo te invite a tomar un café en el centro de Lincoln, considera seguir los siguientes pasos:

1. Camina hasta la parada de autobús y viaja al centro.
2. Utiliza BikeLNK o ScooterLNK para llegar desde la parada de autobús a la cafetería local. ¡Y díles a tus amigos que hagan lo mismo!



¿Ya te hemos convencido?

Si no, hay aún más beneficios al agregar un poco de actividad a su desplazamiento.

PARA SU SALUD

Reduce tu riesgo

de enfermedad crónica

Reduce tus costos médicos

con el tiempo

Mejora tu estado de animo

y aumenta tu energía

PARA EL MEDIO AMBIENTE

Reduce la emisión

de CO₂ (dióxido de carbono)

Reduzca costos anuales de combustible

por \$450-\$650 cuando reemplaza viajes en vehículo de una milla o menos

Contribución directamente

a la meta del Plan Climático de Lincoln, de crear un sistema de transporte eficiente y descarbonizado

Lo entendemos. ¡La vida puede volverse ocupada!

Puede haber circunstancias en las que necesite conducir su vehículo personal. Para seguir moviéndose de manera segura y eficiente en las calles de Lincoln, asegúrese de visitar el sitio web de la ciudad de Lincoln para obtener información sobre seguridad vial, infraestructura y semáforos, proyectos de construcción de calles y operaciones de mantenimiento. Vaya a lincoln.ne.gov (Buscar: Traffic Engineering). Mientras tanto, los beneficios son claros: ¡hazte un favor y sigue adelante!



El ciclo del agua

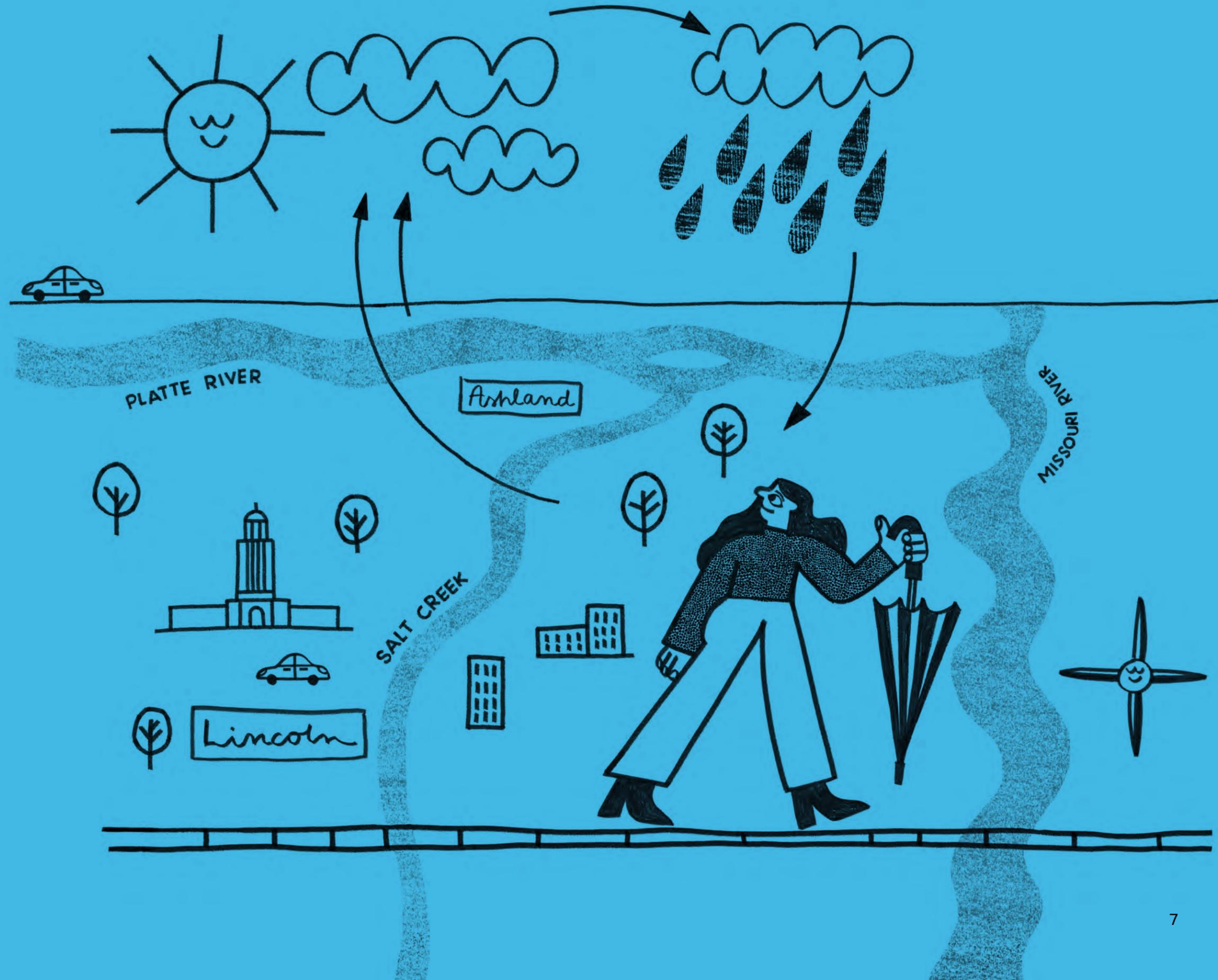
El ciclo del agua es el movimiento continuo del agua en la Tierra. El agua se evapora, se forman nubes que crean precipitaciones que caen de regreso a la Tierra. Después de que cae la precipitación, el agua queda empapada en el suelo o se convierte en corriente superficial que llena arroyos y lagos. El ciclo del agua se repite una y otra vez. Nunca termina. El agua que penetra en el suelo es muy importante porque recarga lentamente las aguas subterráneas, los acuíferos, los arroyos y corrientes. El agua se filtra mediante procesos naturales, lo que proporciona una fuente de agua más limpia y saludable para nuestro medio ambiente.

En nuestra comunidad, las aguas pluviales y las aguas residuales tratadas se descargan en Salt Creek, Salt Creek desemboca en el río Platte.

El agua de Lincoln proviene de pozos a lo largo del río Platte, cerca de Ashland.

El agua del río Platte eventualmente se conectará con el río Missouri que viaja hasta el Golfo de México.

El agua es un recurso natural precioso que debemos cuidar porque recorre los ciclos del agua una y otra vez. Aprenda cómo puede ser un buen administrador del agua. Familiarícese con las tres principales infraestructuras hídricas de Lincoln: Agua, Aguas Residuales y Aguas Pluviales.



Conozca su H₂O (Agua)

El Agua de Lincoln: Conéctate al Grifo

¿Por qué beber agua embotellada cuando puedes obtenerla directamente del grifo?

La fuente de agua de Lincoln es agua subterránea que es naturalmente de alta calidad. Proviene de pozos a lo largo del río Platte, cerca de Ashland. El agua subterránea es tratada y cumple con todos los requisitos federales establecidos por la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos, así como con los requisitos establecidos por el Departamento de Medio Ambiente y Energía de Nebraska. Ve servirte un vaso de agua del grifo y toma un trago. Refrescante ¿verdad?

Para obtener más información sobre la calidad del agua en Lincoln, visite lincoln.ne.gov/WaterQualityReport.

Aguas residuales: Somos el número 1 en el cuidado del número 2

En Lincoln, cuando se descarga el inodoro, te duchas o se lavan los platos, esas aguas residuales van a la Instalación de Recuperación de Recursos Hídricos de Theresa Street de Lincoln o a la Instalación de Recuperación de Recursos Hídricos del Noreste de Lincoln, dependiendo de dónde viva.

Las aguas residuales fluyen a través de más de 1000 millas de tubería y 16 estaciones de bombeo que mantienen el flujo de agua residuales hacia las instalaciones de tratamiento.

Cuando los objetos que no se deben tirar se tiran al inodoro, pueden causar muchos problemas a usted y a las instalaciones. Los problemas pueden incluir inodoros y tuberías obstruidas, fregaderos y duchas que no drenan correctamente, acumulaciones de aguas residuales y más. ¡Nadie quiere lidiar con eso!

Aguas Pluviales: Lo que sube, debe bajar con la corriente

¿Sabías que la mayor fuente de contaminación del agua hoy en día es el escurrimiento de aguas pluviales? El escurrimiento de agua pluviales ocurre cuando la lluvia o la nieve derretida fluyen desde entradas de vehículos, el césped, las calles y recogen fertilizantes, aceite, pesticidas, suciedad, bacterias y otros contaminantes en su camino hacia nuestros desagües de aguas pluviales. Los drenajes de aguas pluviales conducen a nuestros arroyos y ríos y transportarán los contaminantes que recogen en el camino. Las aguas pluviales no pasan por un proceso de tratamiento como lo hacen las aguas residuales.

Necesitamos tú ayuda para mantener limpio el escurrimiento de aguas pluviales recogiendo los desechos de tus mascotas, reduciendo el uso excesivo de fertilizantes y limpiando las fugas de aceite. Recuerda, solo debe haber lluvia en el desagüe. Nuestro ciclo se completa en un círculo; ¡todo está conectado!

potente gas de efecto invernadero llamado metano. Los digestores anaeróbicos funcionan para capturar el metano que luego se limpia y se vende para crear gas natural renovable que puede usarse para crear combustible de calidad para vehículos.

¡Menos mal que ya están instalados los digestores anaeróbicos!

¿“Agua” que estás esperando?

El buen uso del agua es una buena idea por muchas razones. A gran escala global, protege nuestro medio ambiente y preserva este precioso recurso natural.

Conserva agua

Siembre pensando en el agua; si necesita regar al aire libre, ¡haga que cada gota cuente! Conozca las necesidades de su plan..

- * Invierta en plantas tolerantes a la sequía... ¡se necesita un riego mínimo!
- * Apague los rociadores automáticos y utilícelos sólo cuando su césped lo necesite.
- * Regar menos y más profundamente hasta las raíces antes del amanecer.
- * ¡El agua de lluvia cuenta! Evite regar cuando se pronostique lluvia o si hace viento para prevenir la evaporación.
- * Utilice mantillo en lugar de piedras para ayudar a retener la humedad alrededor de su jardín.

¿Qué le dijo el fregadero a los grifos de agua? Eres un verdadero goteo.

- * Verifique si hay goteos y fugas alrededor de los grifos, inodoros y rociadores.
- * Evite un ciclo de rociadores automáticos y ahorre alrededor de \$15 por ciclo en su factura de agua para un césped de tamaño promedio.

Prevenir los problemas en los desagües

Tire los artículos correctos para evitar costosas reparaciones en el hogar, obstrucciones en las tuberías principales de agua y desgaste innecesario del equipo.

Que puedes descargar por el inodoro:

- * Papel higiénico

Que no se puede descargar por el inodoro:

- * Trapos
- * Toallitas desechables o que se pueden tirar al inodoro
- * Productos de higiene femenina
- * Plásticos
- * Basura

Desagües de lavamanos y ducha

Que se puede descargar por el desagüe:

- * Agua

¿Que no se puede?

- * Grasa, aceites y manteca
- * Residuos peligrosos
- * Pinturas
- * Medicamentos

Agua Saludable = Hogar Saludable

La clave para tener agua más limpia y saludable es capturar la lluvia donde cae. ¿Qué puedes hacer para mantener limpios nuestros arroyos y lagos?

1. ¡Recoge la basura! De lo contrario, tu basura puede convertirse en la basura del océano. De hecho, el 80% de la contaminación en nuestros océanos se originó en la tierra.
2. Recoge los desechos de mascotas. Lo que queda en tierra termina en nuestras aguas.
3. Plante un jardín de lluvia. Esta es una manera hermosa y rentable de reducir la escorrentía de agua de su propiedad y ayudar a filtrar los contaminantes en la escorrentía. No sólo eso, sino que proporcionan alimento y refugio a mariposas, pájaros y otros animales salvajes.

¿Sabías?

Ambas instalaciones de recuperación de recursos hídricos de Lincoln tienen digestores anaeróbicos que ayudan al medio ambiente. Al igual que tu estómago, los digestores anaeróbicos contienen bacterias naturales que descomponen la materia orgánica. Durante este proceso se produce un

Vigilé sus desperdicios



“No existe tal cosa como ‘fuera.’ Cuando tiras algo fuera, debe ir algún lado.”

- Annie Leonard

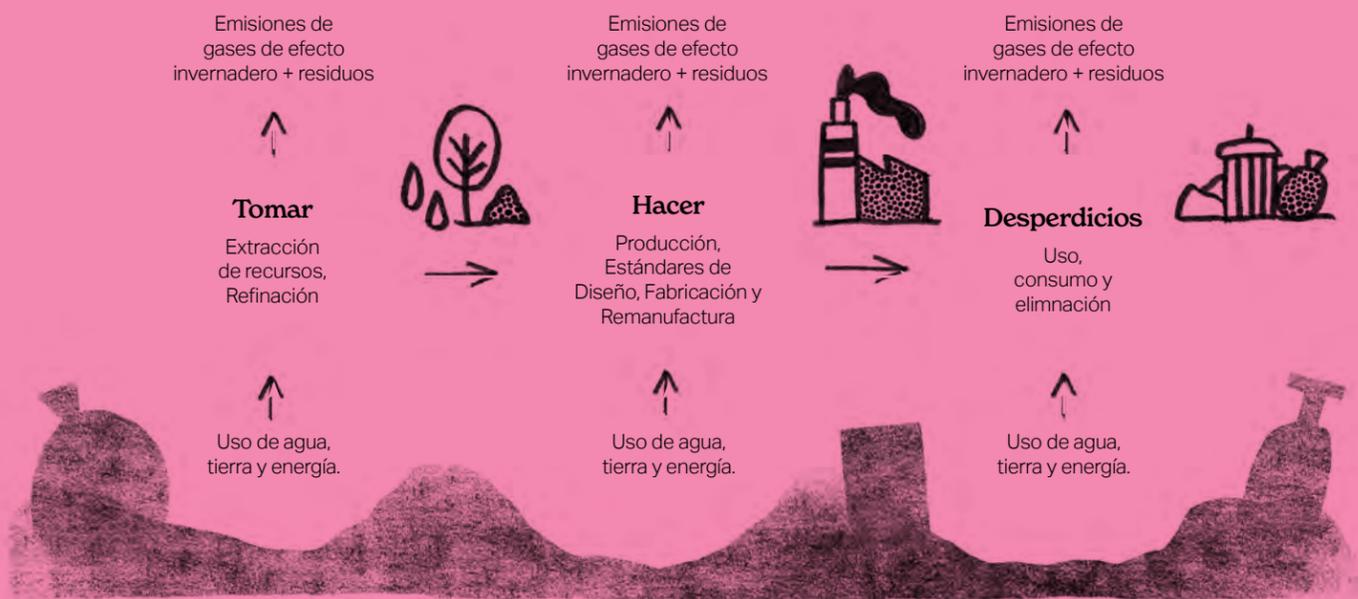
La gestión sostenible de materiales comienza antes de llegar al contenedor de basura, reciclaje o abono. Comienza cuando eliges qué comprar y qué no comprar.

Actualmente, se producen muchos residuos durante nuestras actividades cotidianas. La investigación de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) muestra que la persona promedio produce más de 5 libras de desechos al día. Aproximadamente la misma cantidad que cada persona que vive en Lancaster.

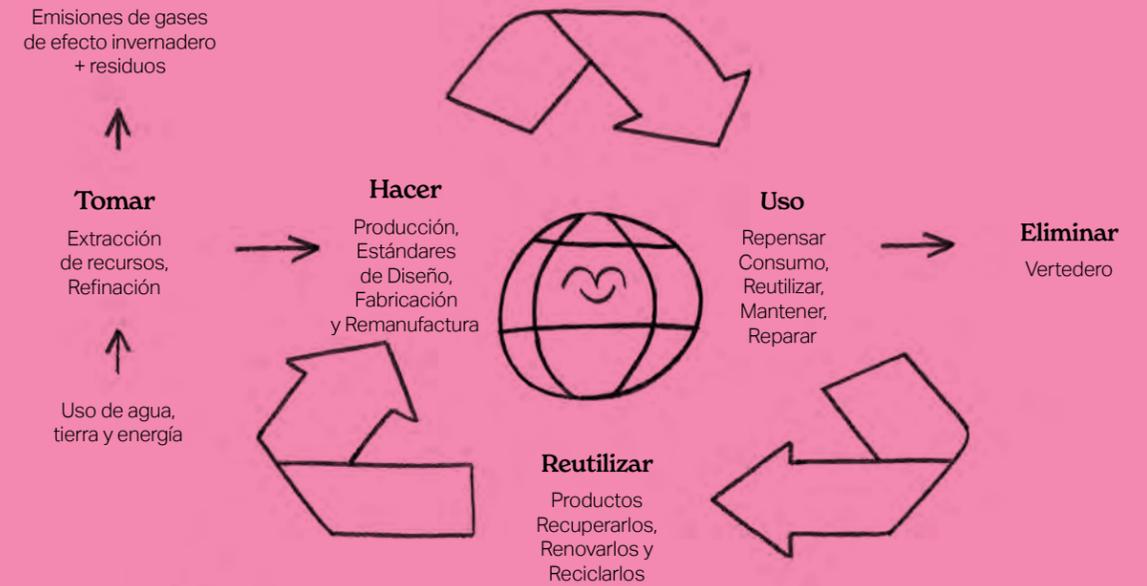
Los seres humanos están atrapados en una economía lineal (ver gráfico a continuación) y vivir en una economía lineal no es sostenible. Estamos utilizando más recursos naturales de los que nuestro planeta puede reponer, y esto perjudica a nuestro medio ambiente. Por ejemplo, talar árboles para obtener papel daña el aire y el agua. La fertilización excesiva daña el suelo y el agua. Subsidiar la producción de petróleo aumenta el uso de plástico nuevo en lugar de usar plástico reciclado.

Para proteger nuestro medio ambiente y las generaciones futuras, necesitamos una economía circular. Las economías circulares toman materiales usados y los convierten en algo nuevo. Este sistema se reutiliza, reparaciones, remanufactura, reacondiciona y recicla materiales usados, lo que los mantiene fuera del vertedero.

Una Economía Circular es mucho más que reciclar. Es una parte viable de la solución al cambio climático. A diferencia de la economía lineal, la economía circular maximiza la forma en que se utilizan los materiales y promueve productos mejor diseñados para lograr un desperdicio mínimo al final del ciclo de vida de un producto. Esto reduce la demanda de recursos naturales y el espacio que se necesita para su eliminación.



Una economía circular



**¿Porque son tan amigables con el medio ambiente los piratas?
Ellos siempre siguen las tres “arrrrrrrs.”
¿Está usted listo para ayudar?**

Antes de realizar una compra, piense en los materiales que componen el producto y cómo se obtuvieron.

- * ¿Dónde será desechado el producto?
- * ¿Se puede comprar un artículo similar que ya haya sido reparado, usado en buen estado, remanufacturado o reacondicionado?
- * ¿Los artículos que compras utilizan material reciclado?

Esto es gestión de materiales sustentables y buen cuidado del medioambiente, lo cual es fundamental para una vida saludable. Para ser parte de una economía circular, las personas necesitan saber dónde llevar los materiales para que no se conviertan en desechos y puedan volver a convertirse en recursos. Pase la página para saber dónde llevar los materiales usados.

¿En qué contenedor va?

Para saber dónde llevar los materiales para que no se conviertan en residuos, utilice nuestra excelente herramienta de búsqueda en línea, ¿En qué contenedor va? al que puede acceder en lincoln.ne.gov/recycle. Este recurso ayudará a determinar dónde pueden ir los materiales cuando estén listos para ser desechados.

Puede llamar a la línea directa de reciclaje al 402-441-8215 para hacer preguntas adicionales sobre reciclaje o agregar su empresa a nuestro directorio "¿En qué contenedor va?"



Estos artículos son los que se buscan con frecuencia en nuestra aplicación "¿En qué contenedor va?". Con su ayuda, podemos reducir lo que termina en el vertedero.



Desechos de jardín



Ropa



Muebles en buena condición



Electrodomésticos



Electrónicos



**Bolsa de plástico/
Envoltura de plástico**



Diferentes artículos de plástico



Cartón



Batería desechable



Vidrio



Aire Acondicionado



Latas de aluminio

PREGUNTAS FRECUENTES:

¿Desecho de aceite de motor?

Más de 90 lugares aceptan aceite usado en Lincoln. Intente llamar a una tienda de repuestos para automóviles para ver si aceptan aceite.

¿Demasiados neumáticos?

Llame a las tiendas de neumáticos. Pregunte si aceptan llantas usadas para desecharlo y su precio.

¿Pintura latex?

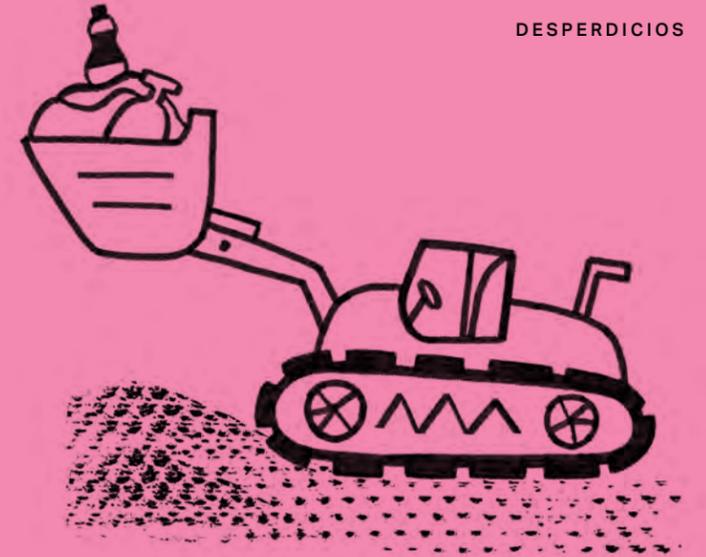
En realidad, no es peligroso. Sécalo hasta que quede semisólido con arena para gatos o endurecedor de pintura. Una vez seco, retire la tapa y colóquelo en su cubo de basura.

¿Dónde desecharlo?

HazToGo: Centro de Lincoln para Residuos Peligrosos

Proteja su salud y el medio ambiente gestionando de forma segura los residuos peligrosos de su hogar. Ven a nuestra ubicación de autoservicio sin costo durante todo el año. Visite HazToGo.com para ver los artículos aceptados, horarios extendidos y eventos especiales.

- * 5101 North 48th St., Lincoln, NE 68504
- * 402-441-8021
- * HazToGo.com
- * Abierto los miércoles y el 3er sábado del mes 9:00 am a 1:00 pm



Vertedero

Debe existir un espacio seguro y regulado donde puedan ir los residuos cuando sea necesario eliminarlos. Desviar los residuos a través de una economía circular nos permitirá ser administradores de nuestros recursos, incluido el espacio en nuestro vertedero. Para los artículos que deben terminar en el vertedero, los siguientes lugares son Instalaciones permitidas y reguladas que manejan los residuos del Condado de Lancaster.

North 48th Street Waste Transfer Station & Construction / Demolition Facility

5101 North 48th Street
Lincoln, Nebraska 68504

Este sitio ofrece servicios de eliminación de residuos para los residentes del Condado de Lancaster y eliminación limitada de construcciones y demoliciones. Las opciones de pago incluyen efectivo, cheque y cuentas establecidas.

Instalación de Manejo de Residuos Sólidos en Bluff Road.

6001 Bluff Road

Este sitio proporciona servicios de eliminación de desechos para los transportistas de basura comerciales del Condado de Lancaster. El espacio de carga debe tener más de 60 pies cuadrados. Las opciones de pago incluyen efectivo, crédito, cheque y cuentas establecidas.

En ambas instalaciones, las cargas deben estar cubiertas y aseguradas, y los clientes deben observar los códigos de conducta, seguir los requisitos de materiales y vehículos, y proporcionar los métodos de pago aceptados (cuando corresponda).



¿Qué puedes hacer?

Reciclar bien

- * ¡Contacta a la empresa que se encarga de recoger tu basura para añadir el servicio de reciclaje en la acera! ¡Te ahorrara tiempo!
- * Utiliza un Punto de Recolección de Materiales Reciclables.
- * Conoce los 5 principales artículos que SÍ puedes reciclar:



- * Y LOS 5 ARTÍCULOS PRINCIPALES QUE NO DEBES RECICLAR



Reducir el desperdicio de alimentos

- * El desperdicio de comida en los Estados Unidos produce gases de efecto invernadero equivalentes a los de más de 50 millones de vehículos de pasajeros con motor a gasolina según la EPA.
- * 1/3 de la comida que se produce en los Estados Unidos nunca se consume.
- * Una de las cosas más importantes que puede hacer para reducir tu huella ambiental es dejar de desperdiciar comida. Esto ayudara a:
 - Conservar recursos naturales como agua, tierra y combustible.
 - Ahorrar dinero.
 - Apoyar la justicia social.

“Tierra saludable = Planeta Saludable”

- * Agregar compost a su jardín en lugar de fertilizante sintético ayudará a que su jardín se vea exuberante y hará que los microbios en su suelo sean más felices. ¿Y a quién no le gustan los microbios felices?
- * Aprenda más sobre el compost EarthFuel y otros tipos de compost disponibles en el Condado de Lancaster.

Participar en Acción Cívica

- * ¡Haz que tu vecindario luzca mejor, protege el medio ambiente y recibe dinero por hacerlo! Mantén Hermoso a Lincoln y el Condado de Lancaster (KLLCB) ofrece subvenciones a grupos que realicen recolección de basura. Aplica en línea o llama al 402-442-8035 para obtener más información.
- * Mantén la basura fuera de nuestros cursos de agua. ¡Organiza una limpieza de basura y obtén suministros de KLLCB!
- * Reporta sitios de vertido ilegal para su limpieza llamando al 402-441-8022.



AHHORRATIVO

COMPRAR MENOS



RECICLAR

COMPOST

REUTILIZAR

HAZTOGO

ACCION!



CAMINAR

PATINETA

ENJUAGUE BIEN

AHORRE AGUA

AUTOBUS

BICICLETA

PLANTA INTELIGENTEMENTE

Comunidad más feliz y saludable

**Y sí,
este libro es reciclable.**

IMPRESO EN PAPEL 100% RECICLABLE EN EL GRAN ESTADO DE NEBRASKA

