



BAS PRÁTICAS AMBIENTAIS



O impacto da orientação no Ambiente tem duas facetas:

- Pode afetar a sua qualidade, através dos resíduos que poderão ser deixados inadvertidamente nas áreas onde se realizam as provas;
- A possibilidade de causar danos sobre a vegetação, o pisoteio e compactação do solo, e a eventual perturbação de espécies de animais onde decorre a prova e sua envolvente.

Sendo a Orientação um desporto na Natureza, é relevante que a sua prática esteja ligada a atitudes conscientes de menor impacto!

Usufria, respeite, valorize!



Siga as pistas...



ANTES DA PROVA

- Saiba mais sobre as características do território de Almeida e fique a saber mais sobre as principais espécies naturais que vai encontrar.
- Guarde as informações da prova no seu dispositivo móvel!
- Partilhe veículos ou, caso seja possível, utilize transportes públicos.
- Leve o seu copo, talheres, papel higiénico!



DURANTE DA PROVA

- Evite as passagens pelos campos agrícolas com cultivo ou preparados para sementeira/plantação.
- Privilegie o uso do seu copo nos abastecimentos.
- Evite desperdícios de água nos abastecimento e nos banhos.
- Mantenha os locais das provas sem resíduos.
- Utilize sempre os ecopontos e faça a separação dos resíduos de forma correta.
- Controle os seus animais de estimação, evitando a interação com a fauna silvestre.
- Evite a utilização de sapatos com bicos metálicos se o terreno apresentar seco e com boas condições de progressão.
- As descargas das autocaravanas devem ser realizadas em locais indicados para o efeito.
- Assegure-se que as cancelas e cercas ficam fechadas à sua passagem.

Sabia que em Almeida domina a vegetação constituída por giesta, freixo, carvalho negral e azinheira? Existem inúmeras espécies a reiniciar o seu ciclo, se as detetar proteja-os, evitando o pisoteio!



APÓS A PROVA

É hora da organização fazer o balanço, fazer a limpeza geral dos terrenos e garantir que a regeneração natural ocorra sem problemas!

Esta condição depende de si!

Colabore e seja ambientalmente responsável!

Respeitar o ambiente é também respeitar a população local e os seus costumes! Interaja e participe nas festividades locais, prove as iguarias típicas e faça as suas compras no comércio local!



BEST ENVIRONMENTAL PRACTICES



The impact of orienteering on the environment has two facets:

- It can affect its quality through the waste that may be inadvertently left in the areas where the events take place.
- There is the possibility of damage to vegetation, soil trampling and compaction, and the potential disturbance of animal species in the event and its surroundings.

Orienteering is a sport in nature, it is relevant that its practice is associated with environmentally conscious behaviors!
Enjoy, respect, value!



Follow the helpful tips



BEFORE THE EVENT!

- Learn more about the characteristics of the Almeida territory and get to know the main species you will encounter.
- Save all information about the event on your mobile phone.
- Prioritize carpooling or, if possible, the use of public transportation.
- Ensure your materials (bringing your cup, toilet paper...).
- Avoid using plastic



Did you know that in Almeida, the vegetation is dominated by broom, ash, Pyrenean Oak, and holm oak? Numerous species are starting their cycle again; if you spot them, protect them, avoiding trampling!



DURING THE EVENT!

- Avoid passing through cultivated or prepared agricultural fields for sowing/planting.
- Prioritize the use of your cup for water supply.
- Avoid wastage and spilling of water at supply points.
- Keep competition areas free of waste.
- Recycling bins on-site and separate waste correctly.
- Supervise your pets, avoiding interaction with wildlife.
- Avoid using shoes with metal spikes if the terrain is dry and in good condition for progression.
- Waste disposal from motorhomes should be done in designated areas.
- Ensure that gates and fences are closed behind you, as it is essential to ensure the safety and well-being of the animals that normally inhabit the areas where the competition takes place.



AFTER THE EVENT

It's time for the organization to take stock, carry out a general cleaning of the grounds, and ensure that natural regeneration occurs smoothly!

This condition depends on you!

Collaborate and be environmentally responsible!!

Respecting the environment also means respecting the local people and their customs! Interact and enjoy of the local festivities, taste the local food and buy in traditional shops!



BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES



El impacto de la orientación en el medio ambiente tiene dos facetas:

- Puede afectar su calidad a través de los residuos que pueden quedar involuntariamente en las áreas donde se realiza este deporte.
- Existe la posibilidad de dañar la vegetación, el pisoteo y la compactación del suelo, y una posible perturbación de especies animales en su entorno.

¡Orientación es un deporte en la naturaleza, es relevante que su práctica esté vinculada a actitudes conscientes de menor impacto ambiental!!
¡disfrútalo, protégelo, atesóralo !



Siga las sugerencias

¿Sabía que en Almeida predomina la vegetación compuesta por retama, fresno, roble marojo y la encina? Hay numerosas especies reiniciando su ciclo, si las detectas, protéjalas evitando su pisoteo.



ANTES DEL EVENTO

- Conozca más sobre las características del territorio de Almeida y obtenga información sobre las principales especies que encontrará.
- Guarde toda la información en su dispositivo.
- En su desplazamiento hacia el evento, debe dar prioridad al uso compartido de vehículos o, si es posible, al uso del transporte público.
- Destacamos la importancia de asegurar algunos materiales, (su propio vaso, papel higiénico, preferiblemente de material reciclado).



DURANTE EL EVENTO

- Evitar los campos agrícolas con cultivos o preparados para siembra/plantación.
- Utilizar el vaso al repostar líquidos.
- Evitar el desperdicio de agua en los puntos de suministro y baños.
- Mantener limpios los lugares de competición.
- Utilizar los contenedores preparados en el lugar y separar los residuos de manera adecuada.
- Controlar a sus mascotas, evitando la interacción con la fauna silvestre.
- Evitar el uso de zapatos con puntas metálicas si el terreno está seco y en buenas condiciones.
- Realizar las descargas de las autocaravanas en lugares designados para ello.
- Asegurarse de que las puertas y cercas queden cerradas tras su paso.

DESPUÉS DEL EVENTO

Es hora de que la organización haga un balance, realice la limpieza general de los terrenos y asegure que la regeneración natural ocurra sin problemas.
 ¡Esta condición depende de usted!

¡Sea responsable con el medio ambiente!

Respetar el medio ambiente también significa respetar a la población local y sus costumbres. Interactúe y disfrute de las fiestas locales, pruebe la gastronomía local y compre en las tiendas tradicionales.