



Hablemos del *mar*

# Hablemos del *mar*

Una historia para conocer, amar y preservar el mar



con la colaboración de:



## CRÉDITOS

Edición: Fundación Mar  
Texto: Miquel Ventura Monsó  
Fotografías: Miquel Ventura Monsó  
Diseño: Jordi Quintana Coll

“Hablemos del mar” forma parte del Proyecto Acciones para la Producción Limpia en el Sector Náutico realizado por la Fundación Mar entre 2008 y 2009 y que ha recibido el apoyo y colaboración del CAR/PL, Centro de Actividad Regional para la Producción más Limpia.

© 2009 Fundación Mar  
© de las imágenes, Natural Advice S.L.

Fundación Mar  
Centre d'Estudis del Mar de Begur  
Mas d'en Pinc s/n - 17255 Begur  
[www.fundaciomar.org](http://www.fundaciomar.org)

Centro de Actividad Regional para la Producción Limpia (CAR/PL)  
Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA)  
Plan de Acción para el Mediterráneo (PAM)  
Centro Regional para el Convenio de Estocolmo.  
Calle Doctor Roux, 80 - 08017 Barcelona (España)  
[www.cprac.org](http://www.cprac.org)

AGRADECIMIENTOS:  
Associació Nereo, Marc Ventura, Miquel Ventura.



Conocer es amar,  
solo protegemos aquello que realmente amamos



Esta historia puede ayudarnos a descubrir algo tan importante como nuestra dependencia vital del mar.

Nuestro futuro pasa ineludiblemente por su conservación y su infinita revelación.



Había una vez dos hermanos que pasaban los veranos en Maret, un bonito y pequeño pueblecito de la costa noroccidental del Mediterráneo.

Marc, el hermano mayor, era avisado y curioso; Miquelet, el pequeño, era más travieso y sagaz.

Los dos eran inquietos y les gustaba mucho ir a jugar a la playa con la arena y buscar los preciados tesoros que el mar traía cada día.

Al anochecer, cuando volvían a casa, cogían el sendero costero de regreso a Maret y aprovechaban para visitar a su buen amigo Joan, un humilde y sabio pescador conocedor del mundo del mar y de su gente.

Juan era un viejo pescador que vivía en cala Blanca en la costa más inaccesible del pequeño pueblo de Maret. Tímido y solitario, tenía una gran debilidad que a menudo le hacía sufrir: amaba el mar como nadie y le afectaban de manera especial todas las agresiones que el hombre hacía a la naturaleza.

Juan era tan buena persona que cuando pescaba un pez pequeño le pedía perdón y lo devolvía al mar, al que le llamaba “la gran alfombra azul”. Es por eso que las gentes de Maret le conocían como “el bueno de Joan”.

Cuando Joan salía a pescar para ganarse el pan, siempre daba gracias por poder vivir sobre aquel inmenso mar de azules cambiantes que le nutría de alimento, belleza y conocimiento.

Siempre decía que para ser feliz en este mundo únicamente era necesario observar como el sol se casa con el mar así que empieza el día, disfrutar con devoción y respeto de los tesoros que la mar te da para vivir y escuchar el rumor de las olas al anochecer cuando te duermes.

— Nada como el mar! — exclamaba a menudo.

En sus escapadas de aventura a la playa, Marc y Miquelet siempre aprendían cosas nuevas, sobre todo cuando Joan les hablaba desde su vieja y cómoda barraca marinera. Los niños



le hacían compañía y le daban vida.

Aquellos también eran días inolvidables para los dos niños, días que forjaron sus recuerdos y esculpieron con suavidad, y sin que se dieran cuenta, su manera de ver e interpretar el mundo.

Joan les esperaba casi todas las tardes en su barraca, con el pan con chocolate preparados y sentado en su columpio incansable y frágil, les explicaba sus interesantes historias de cuando fue marinero por todo el Mediterráneo.

El tiempo se detenía cuando los tres pasaban aquellos ratos tan entrañables, dulces y apasionados en la barraca. Marc y Miquelet no dejaban de preguntar las cosas más inverosímiles al pobre Joan, quien respondía con amabilidad y paciencia. Aquellos momentos dejaron huella en los recuerdos de Joan y le llenaron de cariño hacia aquellos dos niños que despertaban a la vida. En uno de esos días de correrías marineras, Marc

y Miquelet llegaron a la barraca, en donde encontraron al bueno de Joan con ojos de tristeza.

— ¿Qué te pasa buen Joan? — preguntó Marc de repente.

Joan, en silencio, se quedó mirando al horizonte que daba señales de mar de fondo y tempestad.

Miquelet, un poco temeroso y detrás de su hermano, no se atrevía a decir nada por miedo a ser indiscreto, pero su curiosidad pudo más que él:

— ¿Qué le pasa buen Joan, le podemos ayudar? — preguntó.

Con la mirada perdida, Joan contestó:

— La mar ahora vive el tiempo de los hombres y ya nunca volverá a ser lo que había sido... la inmensa, bella y pulcra alfombra azul se nos pierde.



Marc y Miquelet se acercaron a Joan y le hicieron sentarse en el poyo. Mirándole con cara de preocupación, Marc dijo:

— Buen Joan, tú siempre has estado contento y esperanzado con el futuro del mar. Recuerda que nos dices siempre “¡Nada como el mar! ¿Qué ha pasado? ¿Por qué este cambio?”

El bueno de Joan miró a aquellos dos chiquillos con devoción y les dijo con voz serena:

— Hoy os explicaré una historia que os hará entender el porqué estoy dolido.

Joan tomó aliento y empezó su apasionante relato...

— Ahora hace ya muchos años que veo que el mar siente malestar. Cada vez está más sucio y pobre, ya no refleja con alegría la luz del sol ni de la luna cuando está llena. Esto como ya sabéis siempre me ha hecho sufrir, la mar es mi vida, la amo y no soy nada sin ella.

Un buen día estaba barqueando por la zona de Ses Negres y encontré a un grupo de jóvenes que estaban con Florian, el pescador. Me dijeron que estaban estudiando la costa para proponer la creación de una pequeña reserva marina, una zona protegida donde la gente pudiera aprender a conocer la mar y a amarla.

En aquel momento me quedé un poco sorprendido al ver la iniciativa de aquellos jóvenes intrépidos y decididos que franqueaban la alfombra azul para recoger muestras y conocer de cerca aquel lugar. Me dijeron: “queremos demostrar a la gente del pueblo y a todo el mundo que el mar es capaz de revivir si lo ayudamos. ¡Te necesitamos también a ti!”.

En aquel momento no me atreví a decir nada por timidez, pero en el fondo de mi corazón sentía que aquello era una gran idea y que era necesario defenderla; así que les animé: “Suerte, fuerza y hasta pronto”, les dije



Durante la noche siguiente, por mi mente rondaba la idea sobre la protección de aquel espacio marino tan dañado por el hombre y dudaba sobre si algún día recuperaría su esplendor perdido y sobre todo si el hombre, con su fuerte arrogancia lo permitiría.

El tiempo fue pasando y a aquella gente seguía adelante con su proyecto de recuperar una pequeña parte de la costa. Ses Negres se convirtió en una semilla y un ejemplo de futuro.

Aquel espacio marino fue cogiendo fuerza día tras día: los peces iban reapareciendo, así como el coral, incluso los cuernos marinos se reproducían allí. La gente empezaba a aceptar que aquello era un bien para todos, y seguro para las futuras generaciones como vosotros.

— ¡Sigue! ¡Sigue! — exclamaban Marc y Miquet que bien embobados no dejaban que el bueno de Joan parara ni un momento.

Joan siguió con su historia.

— Poco a poco empecé a recuperar la esperanza mientras que mi tristeza se iba disipando. Creía de verdad que la experiencia de Ses Negres podía extenderse a otros lugares donde la mar también está enferma.



Cuando iba y volvía de pescar, siempre intentaba pararme un ratito por la zona marina protegida. Mi barquita se paraba en aguas claras y me dejaba cautivar por las escuelas de peces que pastaban sobre los arrecifes furiosos o por las zambullidas relampagueantes de los cormoranes empenachados pescando pequeños pecillos despistados. No había ningún lugar mejor que Ses Negres para disfrutar del entorno y de la vida marina.

En aquel momento, Marc interrumpió a Joan con una pregunta que le tenía ensimismado desde hacía rato:

— ¿Por qué el hombre no entiende que el mar está enfermo y se tiene que cuidar? Yo si tuviera a mi tortuga enferma la cuidaría hasta que se pusiera completamente bien. Y después la trataría muy bien para que no se volviera a poner enferma. ¿Verdad que sí, hermanito?

— Sí, sí — asintió Miquelet — Yo lo haría con todos mis periquitos y también con todos los animales del mar.

Joan, emocionado y contenido, siguió su relato.

El hombre es arrogante e irracional por ignorancia y desconocimiento. La inteligencia del hombre lo ha hecho poderoso delante del mar y la naturaleza. Como ya no depende de ella directamente y se ha distanciado, el corazón ya no la siente de la misma manera, el desconocimiento se apodera del vínculo y se deja de amar aquello que te da vida.

El silencio se apoderó del momento. Débilmente se oía de fondo el romper suave de las olas en la cala y el grito de las gaviotas que salían a volar asustadas. La historia del bueno de Joan, no se había acabado todavía.

— Lo que el hombre no sabe — continuó — es que necesita de manera vital estar en contacto con los elementos de la naturaleza: el aire, el agua, el sol, la playa, los sonidos, los olores... Todo eso también forma parte del hombre y de su naturaleza.



Marc y Miquelet le miraron con cara de no entender del todo lo que estaba intentando decirles.

— Lo que quiero explicaros es que el hombre no puede existir sin la mar, pues venimos de ella y para seguir viviendo necesitamos que esté bien: limpia, sana y llena de vida.

Poca gente va al mar pensando que tendrá que hacer alguna cosa para devolver o tan siquiera para agradecer a aquello que nos da. Solamente pensamos en disfrutar de ella, sin tener en cuenta si somos consecuentes y respetuosos con lo que hacemos.

El pescador pesca sin sembrar, los grandes mercantes y navegantes se deslizan por su lomo sin pensar lo que dejan atrás y con la esperanza de que el mar les deje llegar a buen puerto, la gente va a la playa como si fuera parte del patio de su casa, y así mil situaciones más. ¡Cuánta ingratitud hacia el mar!

Hoy estoy triste porque he sabido que Ses Negres ya no es cuidada. Ahora todo el mundo puede hacer lo que quiere, nadie la defiende, nadie se queja y las autoridades miran hacia otro lado. He perdido otra vez la esperanza en el hombre y en el uso que hace del mar. A estas horas, ya no sé si volveré a recuperarla nunca más.

Los dos jovencitos se quedaron totalmente desconcertados y no sabían que responder. Pensaban “pobre Joan... y pobres de nosotros también”.



Caía la tarde y el cielo rojizo era el aviso de que Marc y Miquet tenían que ir marchándose. Su madre se preocupaba mucho si llegaban algo tarde. Sin tener ganas de dejar a Joan, Marc, consciente del estado de su buen amigo le dijo:

— Buen Joan, tenemos que marcharnos. Madre ya debe estar preocupada. Solamente queremos decirte que tanto Miquet como yo haremos alguna cosa para devolver la esperanza a las costas de Maret y hablaremos con nuestro padre para que encuentre una solución.

Los tres se abrazaron y se dieron un adiós sentido, de aquellos que se dan cuando no se sabe si será una despedida para siempre.

Los niños sabían que sus vacaciones se habían terminado, había llegado el final del verano y tenían que volver a la ciudad con sus padres.

Por azares de la vida, Marc y Miquet no volvieron a veranear al pueblo de Maret.

No fue hasta muchos años más tarde cuando los dos volvieron a Maret. Al llegar al pueblo, lo primero que hicieron de manera impetuosa y con gran ilusión, fue dirigirse hasta Cala Blanca en busca del bueno de Joan, el pescador.

Desgraciadamente él ya no estaba, el mar se lo había llevado un hermoso atardecer de otoño. Desde entonces, por el pueblo de Maret, corre la leyenda de que cuando pasas por Cala Blanca al atardecer, se puede ver la figura del Bueno de Joan barqueando sobre su viejo falucho, mar adentro.

Marc y Miquel, llenos de nostalgia por las entrañables tardes de verano que habían pasado al lado de su buen amigo Joan, caminaron en dirección a la barraca del viejo pescador. Los dos iban comentando como la sabiduría innata de Joan y todo lo que habían aprendido de él, les había ayudado a amar el mar.

— Cuanta razón tenía el Bueno de Joan cuando nos decía aquello de “conocer es amar, y tan solo protegeremos aquello que amamos” — dijo Marc al llegar a la barraca.



La casita de Joan seguía allí, solitaria, despintada y llena de hierbajos. Las puertas cerradas con llave, resguardaban los pequeños tesoros que el viejo lobo de mar había recogido durante su vida. Los dos se quedaron en silencio contemplando la barraca y deseando poder entrar en ella de nuevo. De repente, Miquel recordó que Joan escondía la llave bajo la maceta de hinojo marino y se dirigió allí como un relámpago. Sorprendido, comprobó que la llave todavía estaba bajo aquel trozo de frágil barro, después de tantos años.

— ¡Por los bigotes de un pez gato! No me lo puedo creer, Marc. ¡Tengo la llave! — gritó eufórico Miquel.

Los dos, un poco nerviosos, se encaminaron hacia la puerta oriental de la barraca y pusieron la llave en la cerradura. Dos vueltas hacia la derecha y la vieja, despintada y pequeña puerta se abrió perezosamente, chirriando y sacudiéndose para enseñar los tesoros olvidados del buen Joan.

Marc y Miquel quedaron boquiabiertos contemplando la humilde estancia del pescador. La misma barraca y todos los

objetos que contenía parecían ahora inmensamente más pequeños. El olor penetrante a hollín viejo y humedad era intenso.

Una escuálida mesa de delgadas patas, una cama pequeña de madera de pino blanco, unos fogones antiguos de leña y butano, una imagen descolorida de Mahatma Gandhi, un espejo roto, dos grandes caparzones de cuerno sobre la estrecha y ennegrecida chimenea, una cáscara entera de nácar colgada de la pared y una pequeña librería con algunas revistas deshojadas del National Geographic, libros sin lomo sobre peces, algas y otros animales marinos, una biblia de piel de cordero y algunos folletos de barcos de pesca y de viajes al Cabo Norte y a Ses Illes.

Todo, absolutamente todo, parecía más pequeño. Incluso ahora, cuando se imaginaban al bueno de Joan, le veían más menudo. Los dos hermanos se quedaron en silencio, el escenario les recordaba los momentos con un buen amigo, que ya no estaba.



De repente, Marc vio que un trozo de papel se movía con el viento sobre la mesa. Se acercó y leyó en él: "A mis queridos amigos Marc i Miquel".

— ¡Miquel! ¡Miquel! ¡Una carta para nosotros! Joan antes de marcharse nos dejó alguna cosa escrita — exclamó Marc acercándose a su hermano.

Sin dudarlo ni un instante, los dos hermanos salieron de la barraca y sentados sobre el tronco de un árbol que algún día trajo el mar, abrieron la carta que Joan les había dejado:

*Queridos amigos:*

*No sé cuando abriréis esta carta, pero cuando lo hagáis yo ya no estaré aquí. No quiero que estéis tristes, puesto que yo he vuelto allí donde he querido estar siempre, bajo la alfombra azul, con mis amigos los delfines, los peces y todas aquellas criaturas marinas que siempre me han hecho feliz.*

*Ahora ya no sois unos niños y seguro que os habéis convertido en gentes de provecho, responsables y consecuentes con todo aquello que aprendimos juntos. Vuestra esencia de hombrecitos valientes me hacía sentir bien.*

*Siempre recordaré con ternura cuando Miquelet se enfadaba porque era pequeñito y decía "soy pequeño pero valiente" y cuando tú, Marc, con tu serenidad me cogías la mano y me dabas esperanza.*

*Por eso os dejo mi última voluntad que sé que cumpliréis con compromiso y devoción, con valentía y esperanza*

*Bajo mi cama de madera encontraréis un baúl con cosas personales que han formado parte de mi y que ahora me gustaría que se integren también en vuestras vidas, cuatro cosillas, pero con gran valor sentimental que yo quería y que me permitirán estar allí donde vosotros estéis.*

*Entre ellas encontraréis un manuscrito al que he ido dando forma durante mis largos ratos de inmensa y gratificante soledad con mi amigo el mar y que ha sido posible gracias a vuestra fuente de inspiración.*

*Este manuscrito es en esencia un decálogo para la conservación del medio marino que creé con la idea de que se convirtiera en una base sólida para dinamizar iniciativas humanas nuevas y mayores para la mejora y conservación del mar*

*Os agradecería que bajo vuestro criterio y nueva forma de ver y entender el mundo, enseñéis a conocer y amar el mar, tal como he hecho yo.*

*Con esto, seréis una semilla más que puede dar paso a un futuro con más esperanza para mi Gran Azul y el amor que le he profesado siempre.*

*¡Nada hay como el mar!*

*Os he tenido siempre en mi pensamiento y en mi corazón.*

*Firmado, Joan el pescador*

*Un día soleado de primavera*



Marc y Miquel, con lágrimas en los ojos, se miraron mutuamente sin saber que decirse. Después de un largo silencio, Marc dijo:

— Bien, Miquel, ya sabes lo que nos toca.

— Sí, Marc, creo que tenemos que hacer todo lo posible por difundir el mensaje de Joan y que tal como él dijo, sirva de semilla para que el hombre reflexione, tome otro rumbo y haga las paces con la naturaleza

Hoy Marc y Miquel son hombres jóvenes comprometidos con el reto de mejorar un mundo globalizado y cambiante

Marc es biólogo marino y trabaja para una Fundación en proyectos de mejora y conservación del medio marino y también en la divulgación de los contenidos del manuscrito que el buen Joan les dejó.

Miquel es arquitecto bioclimático y trabaja por todo el mundo en proyectos de construcción de casas dignas y sostenibles para la gente con pocos recursos.

Tanto Marc como Miquel son amantes del mar, expertos navegantes y llevan siempre con ellos el recuerdo y el conocimiento que Joan el pescador les dio.

Hoy el manuscrito de Joan se ha traducido a más de 50 idiomas y es fundamento de reflexión colectiva para la gente que vive el mar para conseguir preservar este singular tesoro para las futuras generaciones.

Del manuscrito inicial destacamos dos contenidos esenciales que son: el Decálogo de Conservación del Medio Marino y la guía de buenas prácticas dirigida a navegantes, amantes y usuarios del mar.



## Decálogo de Conservación del Medio Marino, extraído del manuscrito de Joan el pescador

Los puntos que forman este decálogo de conservación del medio marino son el resultado de la visión clara, sencilla y sabia de un hombre que ha vivido de la mar y para la mar.

Es también el manifiesto de su voluntad de conservar el tesoro máspreciado de su vida, la mar, y de compartirlo para siempre con nosotros.

El decálogo es la esencia de conocimiento necesario a partir del cual se pueden dinamizar acciones personales y colectivas de mejora y conservación de este legado natural de valor infinito.

## 1. VALOR

Es esencial dar valor al mar, a sus activos, recursos y producciones en base a los beneficios que genera su capital natural para el conjunto del sistema vivo del planeta y para la humanidad.

## 2. EDUCACIÓN

Es imprescindible fomentar la cultura del mar en toda la sociedad y en especial entre las nuevas generaciones para que sean educadas con valores ecológicos y éticos sobre una visión de corresponsabilidad social individual y colectiva.

## 3. INVESTIGACIÓN

Es necesario promover el estudio del mar para alimentar el conocimiento humano y la sabiduría con la finalidad de mejorar la gestión y conservación de este legado.

## 4. EMPRESA

El medio marino es el activo más importante de las empresas que directa o indirectamente utilizan el mar como escenario final de sus productos o servicios. Invertir en su mejora y conservación es entrar en la excelencia que consolida la empresa del futuro y mejora el bienestar de las futuras generaciones.

## 5. TECNOLOGÍA

Es preciso incorporar las nuevas tecnologías en las empresas para conseguir un óptimo desarrollo técnico e industrial que integren el uso eficiente del consumo de recursos y la gestión de residuos en el marco de la sostenibilidad ambiental y el respeto por el mar.

Es básico favorecer la transmisión de recursos e información con los países en desarrollo para mejorar, desde una visión global y ecosistémica, la conservación del mar y garantizar su uso perdurable.

## SOLIDARIDAD 6.

Es necesario establecer acciones de recuperación y mejora de los recursos pesqueros desde una visión ecosistémica y potenciar el sector de la pesca artesanal para garantizar su permanencia en un mercado en el que se valora la calidad del producto y unos sistemas de extracción de los recursos naturales más eficientes y sostenibles.

## GESTIÓN 7.

Promover el debate político a nivel local, regional e internacional para instaurar una legislación eficiente que nos permita, de manera responsable, democrática y equitativa, regular la gestión del mar y garantizar su conservación.

## LEGISLACIÓN 8.

Dar apoyo a las entidades locales y a las ONGs del territorio litoral y marino para potenciar sus redes de colaboración, así como aportar información y recursos para la mejora y conservación del mar a escala local y regional.

## COOPERACIÓN 9.

Activar el principio de responsabilidad personal y colectiva ante el uso y gestión del medio marino para reducir el impacto ambiental de nuestra presencia o actitud.

## RESPONSABILIDAD 10.



## Guía de buenas prácticas ambientales para navegantes y usuarios del mar

Dentro del manuscrito de Joan el pescador, había una parte dedicada al buen uso y gestión del mar. Por su contenido en buenas prácticas ambientales dedicamos, a todos los navegantes y usuarios del mar, este compendio de consejos y directrices que nos ayudará a ser más respetuosos con el mar y a promover su mejora y conservación.



## 1. Cuando estamos en puerto o nos encontramos en zonas de fondeo

Nuestras **embarcaciones** permanecen normalmente **amarradas** en el puerto o bien fondeadas en **campos de boyas**. Aunque no lo queramos, el solo hecho de flotar la embarcación ya genera un **impacto**, pues de manera pasiva la embarcación elimina sustancias químicas al agua de manera lenta y permanente, restos de pintura disuelta, pequeñas gotas de aceite y gasolina, ruido, erosión del fondo por las cadenas, etc.

El **puerto** es una instalación necesaria para la actividad náutica o profesional, pero como equipo se tiene que gestionar de manera correcta y sostenible. Por lo tanto, como usuarios y clientes del puerto tenemos que exigir que la instalación náutica tenga unos mínimos de calidad ambiental en sus servicios y que cumplan la normativa ambiental aplicable.

Lo mismo ocurre con los campos de fondeo en calas y playas. Si queremos un mar limpio y sano para disfrutarlo, tenemos que exigir que el fondeo de las boyas sea **ecológico** y con un mínimo impacto ambiental sobre las comunidades del fondo marino donde está situado. También habrá que exigir que haya los servicios náuticos necesarios, con las medidas de seguridad adecuadas y con el mínimo riesgo de accidente para la gente y el medio ambiente.

### I. Controles de las aguas de sentina

Verter de manera accidental o voluntaria aguas de sentina al puerto o a la cala de fondeo tiene un impacto ambiental muy importante por la contaminación del agua de mar por los derivados del petróleo y los productos químicos y los olores desagradables. Un litro de hidrocarburos puede llegar a contaminar 10.000 litros de agua y afectar a la cadena alimenticia de que formamos parte.

### II. Gestión de los residuos generados a bordo

La vida a bordo de un barco genera residuos de todo tipo: papel, plásticos, aceites, detergentes, pilas, materia orgánica, etc. La mala gestión de estos desechos contamina el medio ambiente, lo ensucia y se dañan recursos naturales de gran valor. El reciclaje es esencial para ser más sostenibles; nuestra contribución es básica.

### III. Fondeo en campos de boyas

Muchos pueblos y ciudades litorales no tienen puerto e instalan campos de boyas temporales en calas y playas para proporcionar servicio de amarre. Esta actividad históricamente no se ha hecho de manera coherente y ecológica, y por lo tanto, la mayoría de los fondos litorales ricos en hábitats y especies frágiles o protegidas están en franca regresión o incluso han desaparecido.

## COMO ACTUAR

1. Evitar la generación de aguas de sentina. Para conseguirlo es fundamental tener un buen mantenimiento de la embarcación y/o confiar en talleres náuticos que sean profesionales y tengan algún sistema de gestión de calidad como el dQb ó la ISO 14001.

2. Comprobar que el sistema de vaciado del agua de sentina funcione correctamente a través de sistemas eficientes y cerrados que garanticen una buena gestión del agua contaminada.

3. NO vaciar nunca el agua sucia de sentina en mar abierto.

1. Garantizar una buena gestión de los residuos llevándolos a los puntos de recogida selectiva del puerto, al punto verde más cercano de la ciudad o pueblo, o si es necesario a nuestra casa.

2. Hacer una compra verde e inteligente antes de subir a bordo. Para generar menos residuos, lo mejor es evitarlos, minimizando envoltorios, envases, papeles y cartón.

3. Llevar recipientes reutilizables adecuados para cada función, botellas de agua de plástico, cajas de plástico hermético para los alimentos, bolsas de tejido resistentes para la fruta y alimentos y disponer de bolsas o cajas para poder devolver los residuos básicos (papel, plástico, envases...).

4. NO tirar nunca residuos de clase alguna en mar abierto.

ver páginas 36 y 37

## 2. Cuando navegamos



**Navegar** es uno de los placeres mayores que nos ofrece la mar, sobre todo si lo haces a vela y el viento te impulsa en la dirección deseada. Hay muchas maneras de navegar, unas más ecológicas que otras, pero siempre representa una experiencia positiva para recordar en nuestras vidas.

El **navegante** tiene que ser sobre todo respetuoso y responsable ante el medio marino que le acoge. Su presencia, actitud o comportamiento en el entorno marino y en el uso de la nave es importante para que esta actividad sea sostenible y ambientalmente perdurable. Durante la navegación hay contaminación del agua de mar de tipo químico y físico, y además el frecuentar zonas ecológicamente sensibles puede producir efectos nocivos para las especies y hábitats marinos más sensibles.

### I. Cuando navegamos y fondeemos

Aparte del control y gestión ecológica de las aguas de sentina y de los residuos generados a bordo, según el manuscrito del bueno de Joan, entresacamos también otras acciones específicas para valorar y aprender.

## COMO ACTUAR

1. Navegar con respeto por la vida acuática. Un exceso de velocidad aumenta el consumo, genera más ruido dentro y fuera del mar y contamina más.

2. Tener una embarcación eficiente y bien diseñada para evitar estos impactos y utilizarla con responsabilidad.

3. Substituir el motor viejo de nuestras naves por unos más eficientes y ecológicos y que tengan un nivel bajo de decibelios y de humos.

4. Navegar a vela el máximo tiempo posible durante nuestra singladura: gozaremos más de la mar, seremos más sostenibles y nuestro tiempo a bordo será inolvidable.

5. NO tirar nunca comida al mar, ya que contribuye a transformar un entorno que se tiene que mantener lo más natural posible. El efecto de ver comida flotando no es agradable, estropea el paisaje y cambia el comportamiento de los animales.

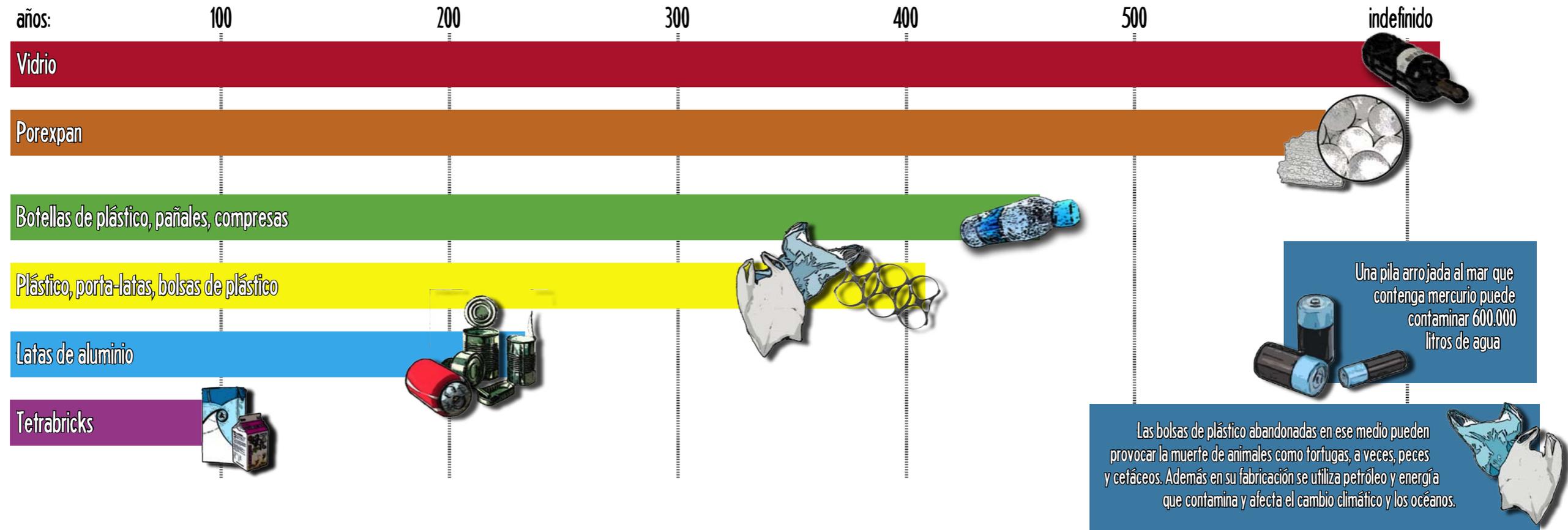
6. Evitar navegar por zonas ecológicamente sensibles, por eso será necesario que nos informemos por donde navegamos y si la zona está declarada como zona sensible al paso de cetáceos, tortugas u otros pelágicos.

7. Fondear con respeto por la vida del entorno donde estamos. Normalmente el amante de la mar, cuando navega, busca lugares vírgenes y tranquilos que normalmente son los más bonitos y frágiles. Hay que valorar el impacto ambiental sobre el entorno derivado de nuestra presencia o actitud

8. Si vamos a fondear en zonas sensibles y está lleno de gente, tenemos que ser responsables y marcharnos a otra zona con menos presión.

9. Pescar de forma responsable, únicamente en zonas permitidas y nunca en zonas protegidas, sensibles o que soporten una gran presión extractiva. Para poder pescar primero tenemos que sembrar.

### Cuadro cronológico del tiempo que tardan los residuos que tiramos al mar en degradarse



## ▼ Recursos

Nacions Unides  
[www.un.org](http://www.un.org)

Unió Internacional per a la Conservació de la Natura  
[www.uicn.org](http://www.uicn.org)

Associació Nereo  
[www.nereo.org](http://www.nereo.org)

SILMAR: Xarxa de Seguiment Ibèric del Litoral Marí  
[www.silmar.org](http://www.silmar.org)

Fundació Mar  
[www.fundaciomar.org](http://www.fundaciomar.org)

Centre d'Activitats Regionals per a la Producció Neta  
[www.cprac.org](http://www.cprac.org)

Grup de Treball de Custòdia Marina  
[www.custodiamarinaxct.org](http://www.custodiamarinaxct.org)

Ministeri de Medi Ambient i Medi Rural i Marí  
[www.marm.es](http://www.marm.es)

Departament de Medi Ambient i Habitatge  
[mediambient.gencat.net](http://mediambient.gencat.net)

Programa MAB (Man And Biosphere)  
[www.unesco.org](http://www.unesco.org)

Pla d'Acció per a la Mediterrània  
[www.unepmap.org](http://www.unepmap.org)





fundació**mar**

► con la colaboración de ◀



Centro de Actividad Regional  
para la Producción Limpia



Generalitat de Catalunya  
Gobierno de Cataluña  
**Departamento de Medio Ambiente  
y Vivienda**