El cambio empieza en tu tramo de costa

CAMINA POR EL TRAMO ELEGIDO DE COSTA DURANTE LA BAJAMAR.
TEN LOS OJOS ABIERTOS Y COMPLETA LA ENCUESTA.

1. Antes de salir de casa:

1.1. Comprueba la marea. Planea estar en la costa durante la bajamar.
1.2. Prepara el material antes de salir:
- Encuesta (versión impresa o digital).
- Algo para apuntar: bolígrafo o lápiz.
- Ropa y botas adecuadas para caminar por tu tramo.
- Teléfono y/o cámara.
- Bolsa de basura (nunca está de más poner nuestro granito de arena para ayudar a mantener nuestra costa limpia).
- Kit de análisis para la toma de muestras de las aguas dulces (efluentes): termómetro, tiras pH, tiras nitratos y recipiente para tomar la muestra.

2. Saliendo a muestrear:

2.1. Zigzaguea por la orilla abarcando todo el ancho del intermareal.
2.2. Toma fotografías de aquellos aspectos del tramo que te parezcan interesantes.
2.3. Si localizas regatos o fuentes de agua, usa el kit de muestreo para analizarlos.
2.4. Si ves basura, recógela. Si es voluminosa o un gran vertido, anota el lugar y comunícanoslo.
2.5. Sé aventurero y curioso, explora. Pero recuerda, ¡deja todo tal y como estaba!
2.6. Completa al máximo posible el formulario mientras estés en el tramo (recuerda 1 tramo = 500 metros = 1 encuesta).
2.7. Aprovecha para buscar algas, plantas y animales. Usa las fichas de identificación que te proporcionamos y anota aquellas que encuentres.

3. De regreso en casa:

3.1. Termina de completar la encuesta en aquellos apartados donde tomaste notas aparte y descarga las
f fotografías. Mándanos máximo cinco fotografías, elige las más representativas.
3.2. Revisa el cuestionario para no dejar cabos sueltos y envíanoslo. Si tienes alguna duda contacta con el equipo coordinador.

Marca si corresponde:

☐ NO quiero que mis datos se incluyan en el Informe Final de la Campaña ni en otras publicaciones.
☐ NO quiero recibir noticias relativas al programa.

¡Muchas gracias por colaborar en la vigilancia del estado del litoral!

15 AÑOS CONTIGO
CENTINELAS
COASTWATCH CANTABRIA
CAMPAÑA DE VOLUNTARIADO EUROPEO

Datos del Centinela y su tramo

Codificación del área de trabajo

País: ESPAÑA Provincia: CANTABRIA Bloque: ..... Tramo: .....

Localización del tramo .....

Fecha de inspección .....

Información sobre los Centinelas

Nombre y apellidos del responsable del grupo: .....

D.N.I. ..... Edad .....

Teléfono de contacto ..... Email .....

Datos de acompañantes

Nombre y Apellidos Edad

....

....

....

Si vienes en representación de una entidad escribe:

Nombre de la entidad .....

y nº total de participantes mayores ..... y menores de 18 años .....

¿Qué tal conoces la zona?

☐ Bien ☐ Regular ☐ Mal

¿Sabes si la zona tiene alguna figura de protección?

☐ Sí ☐ No ☐ No lo sé

¿Cuál? Marca más de una si fuese necesario:

☐ Parque Nacional

☐ Parque Natural

☐ RAMSAR

☐ Lugar de Importancia Comunitaria (LIC)

☐ Zona de Especial Protección Para las Aves (ZEPA)

☐ Zona de Especial Conservación (ZEC)

Enlaces de interés para conocer mejor tu tramo:

¿Cómo es el acceso al área?

☐ Muy Accesible, zona urbanizada con acceso a acceso para personas con movilidad reducida.

☐ Accesible, zona periurbana con aparcamiento próximo, puedes llegar con facilidad mediante vehículo.

☐ Inaccesible, zona natural con acceso únicamente a pie.

☐ Acceso muy difícil o imposible directamente desde tierra

☐ Acceso prohibido

¿Puedes transitar sin obstáculos artificiales (muros, construcciones…) a lo largo de todo tu tramo?

☐ Sí ☐ No

Franja costera cercana

Zona de costa que bordea nuestro tramo. Podemos considerar 500 m. o más tierra adentro, en función de la influencia que creas que tienen las actividades humanas en el tramo.

La zona más cercana al tramo está dedicada a los siguientes usos (marcar un máximo de cinco):

☐ Pasto intensivo.

☐ Huerta, granja o cultivos.

☐ Matorral, monte bajo, pasto.

☐ Bosque, parque.

☐ Dunas.

☐ Marisma, humedal.

☐ Roca, arena u otro sedimento natural.

☐ Zona residencial, pueblo.

☐ Zona de uso exclusivamente turístico.

☐ Vertedero (legal o ilegal).

☐ Zona industrial, estación eléctrica...

☐ Transporte (carreteras, vías de tren, puerto, …).

☐ Zona de construcción.

☐ Otros : .....

Zona de salpicadura

Zona del litoral normalmente emergida y a la que sólo llega la influencia del mar a través de las salpicaduras de las olas.

Indica la anchura de la zona de salpicaduras: (marca más de una si no es homogénea)

☐ Menor de 1 m. ☐ 1-5 m. ☐ 5-50 m. ☐ Mayor de 50 m.

¿Cómo es la zona de salpicaduras? (marca más de una si fuera necesario)

- ☐ Marisma
- ☐ Duna
- ☐ Acantilado
- ☐ Grandes defensas contra la erosión: muros, escolleras....
- ☐ Arena, grava, rocas
- ☐ Otra vegetación/hábitat
- ☐ Roca desnuda o grandes rocas
- ☐ Construcciones (no para control de la erosión)
- ☐ Suaves defensas contra la erosión: bancos de arena, rellenos...
- ☐ Otros: .....

Zona intermareal

Zona de la costa que está sometida a las mareas.
Emerge y se sumerge dos veces al día.

Indica la anchura de la zona intermareal (marca más de una si no es homogénea)

- ☐ Menor de 5 m.
- ☐ 5-50 m.
- ☐ 50-250 m.
- ☐ Mayor de 250 m.

¿Cómo es la zona intermareal? (marca más de una si fuera necesario)

- ☐ Roca expuesta
- ☐ Cantos (>20 cm)
- ☐ Gravas (0.2 a 20 cm)
- ☐ Arena
- ☐ Arcillas, limos, fango
- ☐ Otros:

¿Qué clase de animales, plantas y algas has encontrado en la zona de intermareal?

(marca más de una si fuera necesaria)

- ☐ Algas verdes de cobertura continua
- ☐ Algas verdes filamentosas o laminadas
- ☐ Algas rojas y/o marrones
- ☐ Algas en descomposición
- ☐ Zostera en arribazón (muerta)
- ☐ Zostera fijada al suelo (viva)
- ☐ Otras especies: .....
  .....

¿Has localizado alguna especie nueva en la zona?

- ☐ No
- ☐ Sí. Cuál .....

Efluentes

Observa tu tramo, fíjate dónde hay aportes de agua dulce que vayan desde la tierra hasta la costa, y recoge y analiza muestras de los tres más importantes.

Aportes de aguas dulces (efluentes)

¿Cuántos aportes de agua dulce has encontrado en total?.....

De todos ellos elige tres para recoger y analizar el agua que aportan siguiendo estas instrucciones:

1. ¿Cómo tomar y analizar muestras?

Abre la botella y recoge el líquido del efluente. Agítalo, vacía el recipiente y recarga (esto nos garantiza que se ha quitado cualquier resto contaminado del contenido anterior). Colócate mirando aguas arriba y toma la muestra adelantando la botella lo máximo posible. Usaremos el contenido para tomar las medidas de temperatura, pH y nitratos.

La muestra no debe conener agua salada.

2. Los nitratos

Son nutrientes, que hacen que las plantas crezcan. Pero al igual que no es bueno que una persona coma en exceso tampoco es bueno un exceso de nutrientes en las masas de agua. Introduce la tira reactiva y anota el número que se corresponda según el color comparativo.

3. El pH

Es una medida de cómo de ácido o básico es un efluente. Un pH alejado del rango neutro aporta información sobre el posible origen del vertido.

Tipo de aporte de agua dulce (marcar con una x)

Efluente 1	Efluente 2	Efluente 3	
			Arroyo (río pequeño)
			Filtraciones y manantiales (agua que se filtra a través del suelo)
			Tubería pequeña
			Tubería grande

Tamaño del aporte (marcar con una x):

Efluente 1	Efluente 2	Efluente 3	
			Pequeño (discontinuo, goteo)
			Mediano (continuo, poco caudal)
			Grande (continuo, mucho caudal)

Aspectos de interés (marcar en caso afirmativo)

Efluente 1	Efluente 2	Efluente 3	
			¿Hay señales de vida animal en al agua?
			¿Y vegetal?
			Algas filamentosas
			Huele mal
			Tiene color y/o espuma
			Hay peces u otros animales muertos cerca del aporte
			Hay basura y residuos junto al aporte
			Es un vertido de aguas residuales de casas o edificios próximos
			Hay restos de aceites y/o combustibles
			Presencia de especies invasoras

Una vez que introduzcas las tiras reactivas en la muestra de agua, y esperes al cambio de color, compárala con el documento anexo que te entregamos.
Anota sus valores en las casillas reservadas para el pH y la concentración de nitratos.

			Concentración de nitratos
			Acidez (pH)
			Temperatura (ºC)

Indica cualquier otra información de interés relativa a los efluentes encontrados (p.e. ubicación,…).

.....

.....

Frecuencia de contaminación por vertidos de aguas residuales o fecales

- ☐ Nunca
- ☐ Habitual
- ☐ Ocasional
- ☐ Estacional

Residuos

Los residuos son desechos producidos por la actividad humana.
¡Cuidado, no todos los restos que llegan a nuestras costas lo son!

Marca con una x los residuos y restos de contaminación que encuentres.

Residuos voluminosos

- ☐ Materiales de construcción: escombros, vigas, hormigón, escolleras,..
- ☐ Grandes objetos metálicos: vehículos, maquinas, electrodomésticos...
- ☐ Mobiliario doméstico
- ☐ Desperdicios domésticos en bolsas o montones
- ☐ Restos de naufragios, barcas abandonadas, etc.
- ☐ Neumáticos
- ☐ Residuos procedentes de la acuicultura
- ☐ Otros: .....

Otros residuos o contaminantes

- ☐ Utensilios de pesca. ¿Cuáles?:
  - ☐ Trampas
  - ☐ Anzuelos
  - ☐ Redes
  - ☐ Restos de acuicultura
- ☐ Cuerdas y cordeles
- ☐ Contenedores de plástico duro (cubos)
- ☐ Espuma de poliestireno
- ☐ Residuos sanitarios (tiritas, mascarillas, etc.)
- ☐ Contenedores de residuos peligrosos
- ☐ Otros residuos plásticos (ninguno de los de arriba)
- ☐ Petróleos o aceites
- ☐ Textiles (ropa o calzado)
- ☐ Madera trabajada, cartón o papel
- ☐ Restos de comida

☐ Excrementos (animales domésticos o humanos)

☐ Cristales (bombillas, etc.)

☐ Aerosoles y botes metálicos (espray, pinturas)

☐ Otro(s):.....

Contabiliza los tipo de envases y otros residuos:

Envases de bebidas	Unidades	Otros residuos	Unidades
Botellas de plástico		Tapones	
Latas		Toallitas	
Botellas de vidrio		Bolsas de plástico	
Tetra-briks o similar		Otros:	

Microplásticos

Son casi invisibles, pero están ahí, solo tienes que fijarte. Pese a su tamaño, los microplásticos son una amenaza para nuestros mares

¿Has encontrado algún microrresiduo (< 0,5cm)?

☐ Sí. ¿Cuales?

- ☐ Fibras
- ☐ Fragmentos
- ☐ Pellets

☐ No

Indica la zona donde se localiza la principal concentración de residuos

☐ Zona salpicadura

☐ Línea de marea alta

☐ Zona intermareal

☐ Mar

¿Cómo se encontraban los residuos?

☐ Los residuos estaban acumulados

☐ Los residuos están esparcidos de forma más o menos uniforme

¿Has localizado algún vertedero incontrolado?

☐ Sí. Indica localización y/o coordenadas: .....

☐ No

¿Ha sido limpiado el tramo en la semana anterior a la inspección?

☐ Sí ☐ No ☐ No lo sé

Plásticos de un solo uso (SUP, Single Use Plastics)

Este apartado está relacionado con la Directiva (UE) 2019/904, que prohíbe determinados productos de plástico de un solo uso desde julio de 2021.
Tu colaboración es importante: nos ayuda a detectar estos plásticos en nuestro litoral y a valorar si la normativa ambiental es útil y se cumple.

Indica y cuenta los residuos de plásticos de un solo uso que hayas localizado en el tramo:

	Bastoncillos de plástico
	Cubiertos de plástico (tenedores, cuchillos, cucharas, palillos)
	Platos de plástico de un solo uso, incluidos platos de papel con película plástica
	Pajitas de plástico
	Palillos de plástico para mezclar bebidas (café para llevar)
	Soportes o varillas plásticas para globos
	Envases para comida de poliestireno (envases tipo hamburguesa) destinados al consumo inmediato
	Envases para bebidas (vasos de café) de poliestireno
	Otros envases para bebidas (ej. vasos de café de mezcla de plásticos)
	Tapas de plástico para envases de bebida (café, batidos)

Cambios en la costa

Queremos detectar los riesgos o amenazas que está sufriendo nuestra costa.
Con tu ayuda tal vez podamos llevar a cabo actuaciones para su conservación.

Si estás familiarizado con el tramo, responde a la siguiente pregunta:

¿Ha cambiado la configuración de la zona últimamente debido a los temporales?

☐ No ☐ Si. ¿Qué cambios? .....

¿Sabes si hay evidencias de alguna intervención o amenaza que afecte al tramo?

☐ Erosión

☐ Inundaciones

☐ Extracción de gravas, piedras o arena

- ☐ Construcción
- ☐ Vertedero de basura
- ☐ Contaminación de las aguas
- ☐ Vertidos fecales
- ☐ Aceite, petróleo
- ☐ Contaminación industrial
- ☐ Contaminación agrícola/ganadera
- ☐ Abuso de actividades recreativas o deportivas
- ☐ Acuicultura
- ☐ Especies Invasoras
- ☐ Pérdida de Biodiversidad
- ☐ Otros: .....

Planes y proyectos en el tramo

¿Sabes si hay algún plan o proyecto en ejecución o previsto para actuar en el tramo y que le afecte positiva o negativamente?. En caso afirmativo, coméntalo.

- ☐ No lo sé
- ☐ No
- ☐ Sí. Cuál .....

.....

Especies invasoras

Introducidas por la acción humana fuera de su área de distribución natural, donde consiguen establecerse y dispersarse, perjudicando a otras especies autóctonas.

Observa atentamente a tu alrededor, es el momento de usar las fichas de identificación ¿Has conseguido ver alguna especie invasora?:

- ☐ Sí
- ☐ No

¿Qué especies?

- ☐ Plumero (*Cortaderia selloana*)
- ☐ Grama americana (*Stenotaphrum secundatum*)
- ☐ Uña de gato (*Carpobrotus edulis*)
- ☐ Onagra (*Oenothera sp.*)
- ☐ Amor de hombre (*Tradescantia fluminensis*)
- ☐ Azahar chino (*Pittosporum tobira*)
- ☐ Caléndula sudafricana (*Arctotheca calendula*)
- ☐ Alga asiática (*Rugulopteryx okamurae)*
- ☐ Otras: .....

¿Has localizado algún punto en tu tramo con acumulación de especies invasoras?

☐ No ☐ Sí, ¿qué especie? .....

Indica la zona donde se localiza la principal concentración de especies invasoras

☐ Franja costera cercana ☐ Zona salpicadura

☐ Línea de marea alta ☐ Zona intermareal

Varamientos

La aparición de especies de fauna muerta en las costas (en especial, cetáceos) es cada día más alarmante, no sólo por la pérdida de biodiversidad marina sino como indicador de que algo no va bien en los océanos.

En tu salida de hoy ¿Has encontrado algún cetáceo varado?

☐ Sí ☐ No

Y a lo largo del año ¿Te has encontrado o has tenido conocimiento del varamiento de algún cetáceo?

☐ Sí ☐ No

En caso afirmativo,

¿Sabes la especie? .....

¿Cuándo se produjo el varamiento? .....

¿Cómo te enteraste? .....

.....

.....

.....

.....

¿Actuamos en el tramo?

Vamos a valorar el estado de nuestro tramo. Si se te ocurre alguna actuación que pudiera mejorarlo, es el momento de que nos la propongas.

¿Qué es lo que menos te ha gustado de tu tramo?

- ☐ Residuos y basuras encontradas
- ☐ Flora invasora
- ☐ Degradación de ecosistemas y pérdida de biodiversidad
- ☐ Construcciones limítrofes
- ☐ Inaccesibilidad
- ☐ Otro:.....

¿Y lo que más?

- ☐ Entorno poco alterado
- ☐ Belleza del paisaje
- ☐ Placer emocional
- ☐ Biodiversidad
- ☐ Geología
- ☐ Otro: .....

¿Qué tipo de actuaciones o soluciones considerarías interesante llevar a cabo en el tramo para mejorar su estado?

- ☐ Mejora en los accesos y limitación del tráfico rodado
- ☐ Recuperación y acciones de conservación de sistemas dunares
- ☐ Control de marisqueo furtivo
- ☐ Limpieza colectiva de residuos
- ☐ Eliminación de flora invasora
- ☐ Otros: .....

¿Algún aspecto que destacar del tramo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Evaluación

¡Enhorabuena! Has cumplimentado la encuesta. Ahora tan sólo necesitamos una última cosa de tí y tu grupo. Queremos conocer vuestra impresión acerca del programa centinelas. Muchas gracias por vuestro esfuerzo y dedicación.

¿Cómo conociste el programa?

☐ Internet y/o RRSS ☐ Charla

☐ Amig@/familiar ☐ Medios de comunicación

☐ He participado previamente ☐ Otros, ¿cuáles?.....

¿Cuál es tu grado de satisfacción?

☐ Alto ☐ Regular ☐ Bajo

¿Repetirás el año que viene?

☐ Sí ☐ No

☐ No lo sé ¿Por qué razón? .....

¿Qué mejorarías en el programa?

☐ Formación ☐ Informe

☐ Asistencia a los Centinelas ☐ Visibilidad pública

☐ Materiales ☐ Otros .....

¿Qué es lo que más te ha gustado de participar en Centinelas?

¿Y lo que menos?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15 AÑOS CONTIGO

CENTINELAS

COASTWATCH CANTABRIA

CAMPAÑA DE VOLUNTARIADO EUROPEO

Biodiversidad

Con la ayuda de las fichas de identificación, señala los diferentes ecosistemas presentes en tu zona, e indica las especies que encuentras o que sabes que están presentes.

Intermareal rocoso ¿Encuentras alguna de las siguientes algas entre las rocas?

- ☐ *Lichina pygmaea*
- ☐ *Codium tomentosum*
- ☐ *Lithophyllum incrustans*
- ☐ *Leathesia difformis*
- ☐ *Verrucaria maura*
- ☐ Lechuga de mar (*Ulva sp.*)
- ☐ *Corallina elongata*
- ☐ *Cystoseira tamariscifolia*
- ☐ *Enteromorpha sp.*
- ☐ Caloca, Oca (*Gelidium sp.*)
- ☐ *Bifurcaria bifurcata*
- ☐ Otras:

¿Encuentras alguno de los siguientes animales entre las rocas?

- ☐ Lapa (*Patella sp.*)
- ☐ Erizo de mar (*Paracentrotus lividus)*
- ☐ Estrella de mar (*Marthasterias glacialis*)
- ☐ Tomate de mar (*Actinia equina)*
- ☐ Ortiga de mar (*Anemonia sulcata*)
- ☐ Babosa de mar (*Hypselodoris cantabrica*)
- ☐ Cangrejo ermitaño (*Clibanarius erythropus)*
- ☐ Bellota de mar (*Chthamalus montagui)*
- ☐ Pepino de mar (*Holothuria forskalii)*
- ☐ Estrella de capitán (*Asterina gibbosa*)
- ☐ Fresa de mar (*Actinia fragacea*)
- ☐ Santiaguín (*Scyllarus arctus*)
- ☐ Liebre de mar (A*plysia fasciata*)
- ☐ Esquila (*Palaemon sp.*)
- ☐ Otras: .....

Arenales ¿Encuentras alguna de las siguientes especies o restos sobre la arena de la playa?

- ☐ Anatifa (*Lepas anatifera*)
- ☐ Pluma de cachón (*Sepia officinalis*)
- ☐ Medusa velero (V*elella velella*)
- ☐ Bolsas de sirena (*Scyliorhinus sp./Raja sp.*)
- ☐ Erizo de corazón (*Echinocardium cordatum*)
- ☐ Porreto (*Zostera noltii*)

Conchas ¿Encuentras alguna de las siguientes especies sobre la arena de la playa?

- ☐ Oreja de mar (Haliotis tuberculata)
- ☐ Peonza y opérculo (Astraea rugosa)
- ☐ Caracol aguja (Bittium reticulatum)
- ☐ Colmillo de elefante (*Antalis sp.*)
- ☐ Caracola maga (Gibbula magus)
- ☐ Cornetilla (Ocinebra erinaceus)
- ☐ Bruja (Nassarius reticulatus)
- ☐ Almejón de sangre (*Callista chione*)

Apartado Optativo

- ☐ Ostra de perro (*Anomia ephippium*)
- ☐ Tellina (*Tellina tenuis*)
- ☐ Berigüeto *(Cerastoderma edule*)
- ☐ Berberecho espinoso (*Acanthocardia aculeata*)
- ☐ Morguera (*Solen marginatus*)
- ☐ Chirla (*Chamelea gallina*)
- ☐ Coquina (*Donax vittatus*)
- ☐ Berberecho verrugoso (*Acanthocardia tuberculata*)
- ☐ Pie de burro (*Venus verrucosa*)
- ☐ Escupiña (*Chlamys varia*)
- ☐ Otras: .....

Dunas ¿Encuentras alguno de los siguientes animales o plantas en las dunas?

- ☐ Oruga de las lechetreznas (*Hyles euphorbiae*)
- ☐ Escarabajo tigre de las dunas (*Cicindela hybrida*)
- ☐ Oruga de mar (*Cakile maritima*)
- ☐ Lechetrezna de las dunas (*Euphorbia paralias*)
- ☐ Campanilla de duna (*Calystegia soldanella*)
- ☐ Caracola (*Theba pisana*)
- ☐ Lagarto verdinegro (*Lacerta schreiberi*)
- ☐ Cardo marítimo (*Eryngium maritimum*)
- ☐ Nardo marino (*Pancratium maritimum*)
- ☐ Barrón (*Ammophila arenaria*)
- ☐ Otras: .....

Acantilados marinos ¿Encuentras alguno de los siguientes animales o plantas en los acantilados?

- ☐ Cormorán moñudo (*Phalacrocorax aristotelis*)
- ☐ Colirrojo tizón (*Phoenicurus ochruros*)
- ☐ Escarabajo sangrador (*Timarcha maritima*)
- ☐ Zanahoria silvestre (*Daucus carota gummifer*)
- ☐ Festuca (*Festuca rubra pruinosa)*
- ☐ Gaviota patiamarilla (*Larus michahellis*)
- ☐ Cochinilla de cantil (*Ligia oceanica*)
- ☐ Hinojo marino (*Chrithmum maritimum*)
- ☐ Llantén marino (*Plantago maritima*)
- ☐ Armeria (*Armeria maritima*)
- ☐ Otras: .....

Matorrales costeros ¿Encuentras alguno de los siguientes animales o plantas en los matorrales?

- ☐ Carábido (*Carabus lineatus*)
- ☐ Avispa papelera (*Polistes dominula*)
- ☐ Tarabilla común (*Saxicola torquata*)
- ☐ Escajo o tojo (*Ulex europaeus*)
- ☐ Brezo cantábrico (*Daboecia cantabrica*)
- ☐ Carrasquilla azul (*Lithodora diffusa*)
- ☐ Araña tigre (*Argiope bruenichi*)
- ☐ Caracola de tierra (*Cepaea nemor*alis)
- ☐ Barda o zarzamora (*Rubus ulmifolius*)
- ☐ Aulaga (*Genista hispanica occidentalis*)
- ☐ Brezo común (*Erica vagans*)
- ☐ Otras: .....

Reto COASTWATCH

¡Te proponemos participar en un nuevo reto Coastwatch para conocer mejor el estado de nuestras costas!

Esta iniciativa forma parte del proyecto europeo Coastwatch y te invita a comprobar si la zona que has recorrido cumple los criterios de Buen Estado Ambiental (BEA) en relación con la presencia de residuos marinos.

Cómo participar

Dentro de tu tramo de inspección, elige un punto de inicio y recorre 100 metros en línea recta **recogiendo y contando los macrorresiduos** que encuentres. ¡Los microplásticos no cuentan! Solo los residuos mayores de 0,5 cm.

Si antes de llegar a los 100 metros ya has encontrado 20 residuos, detén el recorrido e indica a cuántos metros del inicio has encontrado el residuo número 20.

- Si antes de llegar a los 100 metros has encontrado 20 residuos, la zona presenta una **elevada acumulación de basura.** Detén el recorrido e indica a cuántos metros del inicio has encontrado el residuo número 20.
  ¿A cuántos metros del inicio estaba el residuo nº 20?: _____ m.



- Si recorres los 100 metros sin llegar a 20 residuos, ¡enhorabuena! Esta zona cumple el criterio de **Buen Estado Ambiental (BEA)**.



Y ahora viene la parte más divertida:

¿Te animas a formar un dibujo con los residuos que hayas encontrado?

Envíanos una foto de tu reto a ***info@centinelascantabria.com***
o compártela a través del grupo de WhatsApp.

Tu participación nos ayudará a afinar las políticas y medidas ambientales frente a la contaminación por residuos marinos.

15 AÑOS CONTIGO

CENTINELAS
COASTWATCH CANTABRIA
CAMPAÑA DE VOLUNTARIADO EUROPEO