



# III CARRERA SOLIDARIA CEM HIPATIA-FUHEM

*Corremos por la luna*



El pasado 12 de mayo, realizamos la III Edición de la Carrera Solidaria de la CEM HIPATIA, en colaboración con el AMPA del Centro y con la AAVV del barrio de La Luna.

Esta carrera ya se ha consolidado como actividad educativa y social. En esta tercera edición nos hemos centrado en crear espacios para los vecinos y vecinas del barrio, abriendo de esta manera el colegio a un lugar en constante evolución y expansión.

## LA CARRERA



Dos vueltas por este recorrido alrededor del colegio y en torno a una parte de nuestro barrio para aquellos corredores y corredoras mayores de 16 años. 4,5 KM

Entre los 12 y los 15 años, los deportistas hicieron una vuelta.

El resto de carreras se ajustaron a las edades de los distintos participantes.

EDAD	DISTANCIA	HORA	RECORRIDO
5º a 6 de primaria	1.200 metros	11:15 h.	Una vuelta al colegio, utilizando la acera del último tramo desde la salida del carril de emergencia del colegio hasta la entrada en el carril de acceso al mismo.
3º a 4º de primaria	600 metros	11:45 h.	Una vuelta desde la salida (parking) utilizando la acera y carril bici de la avda 8 de Marzo y entrada por el carril de acceso al centro
1º a 2º primaria	300 metros	12:00 h.	Desde el carril bici de la avda 8 de Marzo a la altura del parking del colegio, entrada por el carril de acceso y llegada al parking
5 años	100 metros	12:15 h.	El recorrido será por el carril de acceso al centro
4 años	100 metros	12:30 h.	El recorrido será por el carril de acceso al centro
3 años	40 metros	12:45 h.	El recorrido será por el carril de acceso al centro
Paseo 0 a 3 años	40 metros	13:00 h.	El recorrido será por el carril de acceso al centro

## **PARTICIPANTES**

Un año más, casi 500 personas pasamos un día deportivo, lúdico y social, cubriendo todas las categorías que han conformado la III CARRERA.

Este número se duplico con la presencia de padres, madres y familiares de los participantes que animaron cada una de las pruebas



## ACCIONES SOCIALES

**DECÁLOGO DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES.** Nuestro alumnado de Secundaria especialmente sensibilizado con el cambio climático, que se denominan ECOLEGAS, ha elaborado un dossier de buenas prácticas medioambientales que formaron parte del KIT CORREDOR.

### DECÁLOGO PARA REDUCIR LA HUELLA ECOLÓGICA

1. Camina, utiliza la bicicleta y el transporte público en lugar del coche particular. Si no puedes prescindir del vehículo privado, mantenlo en buen estado para que consuma y contamine lo menos posible y compártelo con otras personas.
2. Apaga las luces cuando no sean necesarias. Apaga el *stand-by* y desenchufa todos los aparatos que no se estén utilizando, como cargadores, cepillos eléctricos, etc.
3. Utiliza bombillas y electrodomésticos de bajo consumo (A++). Aísla bien la casa y en invierno, cierra puertas y ventanas. En verano, ventila la casa por las noches, evita el aire acondicionado y usa el ventilador.
4. Reduce el consumo de agua: Dúchate en lugar de bañarte, cierra el grifo mientras te enjabonas o te lavas los dientes. Recoge el agua de lluvia y de la ducha hasta que sale caliente, se puede utilizar para regar las plantas o para fregar el suelo... Arregla las fugas: un grifo que gotea gasta 30 litros diarios.
5. No utilices el desagüe ni el inodoro como papelera, ni derrames productos contaminantes o aceite usado en las tuberías. Utiliza los contenedores específicos del Ayuntamiento. Evita las toallitas húmedas y nunca las tires por el inodoro.
6. Compra sólo lo que realmente necesites, no te dejes confundir por la publicidad o las modas. Cuantos menos objetos compres, menos residuos generarás, ahorrarás dinero y CO<sub>2</sub> a la atmósfera.
7. Compra productos locales, de temporada y lleva tu propia bolsa a la compra. ¡Producir cada bolsa de plástico equivale a la energía consumida por una televisión encendida durante media hora!
8. Evita los productos con demasiado embalaje, muy especialmente los plásticos y el corcho blanco. Compra a granel.
9. No utilices productos de un solo uso como servilletas y pañuelos de papel, platos, vasos, maquinillas de afeitar, pajitas, etc. Reutiliza todo lo que sea posible.
10. Separa y deposita cada residuo en su contenedor y nunca tires a la basura productos tóxicos, llévalos a un Punto Limpio para su correcto tratamiento.



De la misma manera y a través del movimiento social y juvenil conocido como

## #FridaysForFuture

Hemos firmado todos los corredores y corredoras, una gran pancarta para enviársela a la promotora de este movimiento, Greta Thunberg, con la intención de representar a HIPATIA y a Rivas en este necesario movimiento contra el cambio climático



**DISMINUCIÓN DE RESIDUOS ORGÁNICOS. PINTAMOS DE VERDE LA LUNA.** Junto al vial del colegio y en paralelo al carril bici, nos encontramos con un lugar que debería de estar ajardinado. Gracias a la colaboración de RIVAMADRID Y DEL AYUNTAMIENTO DE RIVAS VACIAMADRID, vamos a ajardinar una buena parte del vial eliminando asfalto y creando verde.

Nuestro alumnado de 5º de primaria que trabaja durante este curso en un Proyecto de Aprendizaje Servicio para la eliminación de residuos, ha nombrado estos primeros árboles informando de su nombre y procedencia y continuará haciéndolo con los setos que se plantarán a lo largo de estos meses.

Este alumnado sensibilizado con la eliminación de residuos, sirvió agua (en vasos de metal, reutilizables) a todos los corredores y corredoras.



**UN PASEO POR LA LUNA.** Aprovechando nuestra zona acera techada y gracias a la colaboración del Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid, hemos conseguido crear un lugar de descanso y reflexión.

- Bancos y papeleras, para pasear, sentarnos, hablar, compartir y no ensuciar. Tres espacios concretos en los tres edificios del colegio. Abierto para todas y todos.
- Homenaje a mujeres. Hemos querido reforzar la Avenida 8 de marzo, que ya es un emblema en sí misma, con el reconocimiento a cuatro mujeres importantes en la historia por distintas razones. Nuestro grupo feminista nos facilitó estos cuatro nombres que esperamos en el futuro que puedan sumar otro montón de mujeres.



**PRÁCTICAS DEPORTIVAS. UN ELEMENTO FUNDAMENTAL PARA NUESTRO CUIDADO.** Cerrando el aspecto Ecosocial, abordamos la perspectiva individual a través de facilitar la práctica deportiva. Las instalaciones del colegio permiten la práctica de deportes que por sus particularidades requieren de lugares y elementos específicos. Con esta filosofía, hemos creado un circuito de patinaje en el parking del colegio. Hemos pintado un circuito de habilidades para la práctica del patinaje. Este parking permanece abierto y para uso público todo los fines de semana.



**UNA LUNA MORADA Y ECOLÓGICA** Nuestro proyecto busca transformar y por supuesto sensibilizar. Las camisetas fueron moradas. El color que identifica el movimiento feminista que tanto valor tiene en la perspectiva ECOSOCIAL que abordamos en el proyecto. Y el KIT del corredor y de la corredora lo completamos con una bolsa de tela para usos infinitos abogando por la eliminación del plástico.

**Pequeños gestos,**



**generan grandes cambios.**

## COBERTURA DE MEDIOS

MEDIO	IMPACTO	DISTRIBUCIÓN
Revista y WEB Zarabanda	19. 000 ejemplares mensuales (gratuitos)	Rivas Vaciamadrid
Revista y WEB Este de Madrid	30. 000 ejemplares mensuales (gratuitos)	Rivas Vaciamadrid y Arganda del Rey
Diario de Rivas	2.000 visitas diarias	Medio on - line
Rivas Actual	2.000 visitas diarias	Medio on - line

Tenemos que agradecer enormemente a estos medios locales su interés por el evento y su difusión. Esta difusión hace que nuestra acción tenga más y mejor repercusión. GRACIAS.

## PATROCINIOS Y AGRADECIMIENTOS

### *PATROCINADORES*



### *COLABORACIONES Y AGRADECIMIENTOS*





Un año más, hemos podido llevar a cabo esta actividad que nos permite mostrar nuestro ideario e incidir en nuestro entorno más cercano.

Os esperamos el próximo año para celebrar la IV EDICIÓN. Un año que será muy especial para nosotros, porque la niña HIPATIA cumple 10 AÑOS.

Ciudad  
Educativa  
Municipal

**FUHEM**  
Hipatia

