

MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES



PROLOGO

Con el fin de conseguir una reducción de los efectos negativos sobre el medio ambiente te informamos de cómo puedes colaborar por preservar nuestro medio ambiente. Gracias por tu colaboración.

ILUMINACIÓN

- Emplear luminarias de bajo consumo, larga duración y máxima eficacia energética (las de carcasa metálica son preferibles a las plásticas y los reflectores mejores que los difusores). Si se usan tubos fluorescentes no apagarlos y encenderlos con frecuencia, ya que el mayor consumo se produce en el encendido.
- Apagar las luces en los cuartos donde no sea necesario o considere instalar temporizadores (timers), células fotoeléctricas o sensores de presencia para reducir la cantidad de tiempo en que las luces estén encendidas.
- Usar iluminación local para tareas específicas en vez de iluminar todo un cuarto.
- Aproveche la luz del día. Utilice los colores más claros que reflejen la luz del día como por ejemplo en paredes.



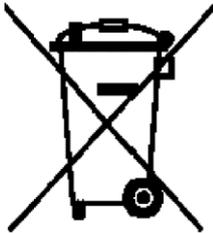
APARATOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS

- Apagar por completo Ordenadores, equipos de radio y demás aparatos eléctricos y electrónicos cuando no se utilicen (Tiempos superiores a 2 horas).
- Apagar la pantalla del ordenador durante periodos cortos de ausencia (inferior a 30 mín).
- Comprar preferiblemente equipos informáticos con etiqueta "Energy Star" en el que transcurrido un tiempo determinado en el que no se utiliza el equipo, pasa a un estado de reposo de menor consumo de energía.



- Ordenadores con carcasas de plástico reciclado, piezas reciclables y fácilmente desmontables,

➤



- Utilizar impresoras que impriman a doble cara y fax que consuman papel normal.
- Utilizar impresoras que no produzcan ozono.
- Desconectar los aparatos eléctricos y electrónicos por la noche y durante los fines de semana.
- Utilizar cartuchos de tóner reciclados y depositar los usados en un contenedor para entregar a un gestor autorizado (en muchas ocasiones se los lleva el suministrador).



- Desconectar los aparatos de calefacción y aire acondicionado cuando no haya nadie en la habitación. Utilizar los de bajo consumo. Emplear el modo económico si lo tiene.
- Utilizar aparatos eléctricos y electrónicos de reducido nivel de ruido.
- Comprar productos que no necesiten baterías o pilas.
- Abrir lo menos posible el frigorífico, elegir el producto antes de abrirlo. Colocarlo en un lugar donde no incidan directamente los rayos solares para reducir su consumo.

USO DE RECURSOS

- Desarrollar prácticas conducentes al ahorro de materiales, energía y agua.
- Priorizar materiales y productos con certificaciones que garanticen la menor incidencia sobre el medio ambiente durante su ciclo de vida.
- Elegir materiales provenientes de recursos renovables, obtenidos o fabricados por medio de procesos que supongan un mínimo empleo de agua y energía, y en lo posible, materiales y productos elaborados con elementos reciclados.
- Evitar materiales con sustancias nocivas.



- Emplear y priorizar utensilios de hierro o acero inoxidable en vez de aluminio, ya que la obtención del aluminio supone un mayor gasto energético.

- Adquirir equipos y utensilios con elementos reciclados.

- Elegir, en la medida de lo posible, materiales y productos ecológicos con certificaciones que garanticen una gestión ambiental adecuada (materiales extraídos con el mínimo impacto negativo, madera y papel procedentes de explotaciones sostenibles, papel no blanqueado con cloro).

- Evitar productos de un solo uso.

- Comprar, en la medida de lo posible, elementos de segunda mano.

- Agotar los materiales de trabajo (lapiceros, blocs de notas, gomas,...)

- Priorizar elementos recargables (pilas, bolígrafos, cartuchos de tinta de impresoras que se puedan recargar).

- Sustituir los rotuladores por lápices de colores sin esmaltar y elegir gomas de borrar sin PVC ni plastificantes.

- Comprar materiales a granel que en tamaños individuales.

RESIDUOS

- Cumplir la normativa ambiental vigente para la actividad actuando de la siguiente manera:



- Separar correctamente los residuos.

 - Presentar por separado o en recipientes especiales los residuos susceptibles de distintos aprovechamientos o que sean objeto de recogidas específicas.

 - Depositar los residuos en los contenedores determinados para ello.
-
- Reutilizar en la medida de lo posible los residuos.



- Seguir las pautas establecidas en el caso de residuos objeto de servicios de recogida especial.
- Reducir los residuos en cantidad y peligrosidad.
- Gestionar los residuos de manera que se facilite su recuperación y se evite el daño ambiental.
- Solicitar a los proveedores que envasen los productos en recipientes fabricados con materiales reciclados, biodegradables y que puedan ser retornables o al menos reutilizables (existen ecoetiquetas).

Algunos ejemplos de ecoetiquetas

Ecoetiqueta Europea; Ángel Azul (Alemania); Cisne Blanco (Países Nórdicos); DGQA (Cataluña)



- Depositar los residuos peligrosos en el “Punto Verde” o en los puntos de entrega determinados para ese fin desde donde puedan ser entregados para su gestión por gestores autorizados.

AGUA

- Cerrar los grifos para no dejar correr el agua cuando no se utiliza.
- Hacer instalar dispositivos limitadores de presión, difusores y temporizadores para disminuir el consumo de agua.
- Reducir el volumen de agua de las cisternas del WC (bajando la boya o introduciendo botellas llenas de agua o arena) de forma que manteniéndose la capacidad limpiadora se ahorre agua.

PAPEL

- Evitar el uso de papel blanqueado con cloro.
- Elegir y utilizar papel reciclado.
- Reciclar papel, folletos, catálogos publicitarios



- Reutilizar papel usado.
- Aumentar la cantidad de datos en un folio utilizando estilos de escritura compactos a un espacio y letra de tamaño reducido.
- No hacer más folletos publicitarios de los necesarios.
- Elegir adhesivos sin disolventes orgánicos.
- Reutilizar sobres para el correo interno, en la medida de lo posible.
- Utilizar carpetas para guardar documentos hasta que se gasten, escribir en ellas con lápiz para poder reutilizarlas. Si el exterior está muy deteriorado, dar la vuelta.
- Utilizar el ordenador para la lectura de documentos. Realizar las correcciones ortográficas y gramaticales desde la pantalla de tu ordenador.
- Utilizar el ordenador como sustituto del papel en las comunicaciones y envíos de documentos.

PRODUCTOS QUÍMICOS

- Conocer los símbolos de peligrosidad y toxicidad.
- Comprobar que los productos están correctamente etiquetados, con instrucciones claras de manejo.
- Elegir los productos entre los menos agresivos con el medio y la salud de las personas (detergentes biodegradables, sin fosfatos; limpiadores no corrosivos y
- exentos de compuestos orgánicos volátiles, líquido corrector de base acuosa, colas solubles en agua, papel carbón sin bencipreno, etc.).

Símbolos de Peligrosidad



Tóxico



Inflamable



Explosivo



Comburente



Irritante



Corrosivo



- Emplear los productos químicos más inocuos y cuidar la dosificación recomendada por el fabricante para reducir la peligrosidad de los residuos.
- Comprar productos de limpieza concentrados y, a ser posible, a granel.
- Evitar la utilización de aerosoles que contengan CFCs o compuestos orgánicos volátiles (COVs).
- No utilizar ambientadores, ventilar cuando sea posible, el tiempo suficiente.

ALMACENAMIENTO

- Segregar en origen, sin mezclar y en condiciones aceptables de almacenaje.
- Etiquetar e identificar correctamente los productos.
- Evitar caducidad de los productos con una adecuada rotación de existencias.
- Minimizar el tiempo de almacenamiento gestionando los “stocks” de manera que se evite la producción de residuos.

MANTENIMIENTO

- Realizar el mantenimiento preventivo de los equipos para garantizar el funcionamiento correcto y el consumo mínimo de materiales (tinta, tóner, papel, etc.).
- Limpiar periódicamente las lámparas y luminarias para evitar que la suciedad dificulte su difusión.
- Solicitar la realización de inspecciones de la instalación de fontanería para detectar fugas y sobreconsumos de agua por averías.
- Solicitar revisiones regulares de los sistemas de climatización para optimizar el consumo de energía y minimizar la emisión de gases de los CFC (gases refrigerantes que destruyen la capa de ozono).
- Buen aislamiento del local para evitar pérdidas de calor.

