



Buenas prácticas medioambientales

Aragonesa de Servicios Telemáticos

Marzo 2014

Manual de buenas prácticas ambientales

■ Objetivos

- Punto de partida
- Prácticas incorrectas
- Buenas prácticas ambientales
- Decálogo buenas prácticas
- Y en concreto en AST



OBJETIVOS (I)

- AST ha elaborado un manual de buenas prácticas medioambientales con el objetivo de optimizar el consumo de recursos naturales, así como minimizar y controlar la generación de residuos.
- Con este documento se quiere hacer llegar a todo el personal unas nociones básicas sobre la gestión ambiental, mediante el establecimiento de determinadas prácticas que conlleven una reducción del impacto ambiental provocado por la actividad de la misma y, más concretamente, por cada persona implicada de manera individual.

OBJETIVOS (II)

- Con la implantación de las siguientes buenas prácticas medioambientales se pretende:



Reducir el consumo energético de toda índole.



Controlar el consumo de agua.



Disminuir la generación de residuos y facilitar su reutilización .

OBJETIVOS (III)

Hay tres conceptos que se utilizan de manera continuada en esta guía y son los siguientes:

- **Reducción:** La reducción supone la disminución de la utilización de materias en origen, lo cual consume menos recursos y genera menos residuos.
- **Reutilización:** Esta práctica supone alargar el ciclo de vida de un producto mediante usos similares o alternativas de un material.
- **Reciclaje:** Este hábito supone la recuperación de un recurso ya utilizado para generar un nuevo producto.

Manual de buenas prácticas medioambientales

- Objetivos
- **Punto de partida**
- Prácticas incorrectas
- Buenas prácticas ambientales
- Decálogo buenas prácticas
- Y en concreto en AST



PUNTO DE PARTIDA (I)

- Las actividades que se desarrollan en AST son similares a las que se desarrollan por el personal que efectúa tareas y gestiones en la administración, en oficinas y despachos.
- Se trata de actividades en las que los trabajadores manejan, sobre todo, equipos informáticos y de comunicación, así como herramientas informáticas y de impresión.



PUNTO DE PARTIDA (II)

- Los recursos utilizados pueden ser:

Instalaciones: oficinas, baños, almacenes, aulas...



Equipos y maquinarias: mobiliario, archivadores, ordenadores, fotocopiadoras...

Herramientas y utillajes: teléfonos, agendas, tijeras, grapas, carpetas....



Materias primas y de consumo:



Agua



Energía



Papel

Material de oficina: lápices, bolígrafos, pegamentos....



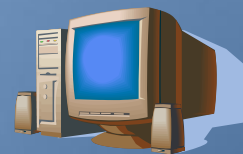
PUNTO DE PARTIDA (III)

Los desechos generados son:

- Papel y cartón



- Residuos urbanos voluminosos



- Plásticos



- Residuos peligrosos



- Ruidos



PUNTO DE PARTIDA (IV)

Los efectos sobre el medio ambiente:

- Agotamiento de los recursos
- Contaminación atmosférica
- Reducción de la capa de ozono
- Contaminación del agua
- Residuos

Manual de buenas prácticas ambientales

- Objetivos
- Punto de partida
- **Prácticas incorrectas**
- Buenas prácticas ambientales
- Decálogo buenas prácticas
- Y en concreto en AST



PRÁCTICAS INCORRECTAS

- Sobre la Gestión de los recursos:
 - No seguir un plan estratégico en el centro de trabajo para la reducción en el consumo de energía eléctrica.
 - No disponer de dispositivos de ahorro de energía (en monitores de equipos, luces en zonas de paso, etc.).
 - Hacer mal uso de la climatización, abusando del aire acondicionado en verano y de la calefacción en invierno.
 - Malgastar agua en baños y fuentes de agua.
 - No realizar una buena gestión de los stocks de almacén, haciendo que caduquen productos o se vean deteriorados por el paso del tiempo.
- Gestión de la contaminación y los residuos
 - Almacenar todos los residuos mezclados en un contenedor.
- **Gestión del espacio ocupado**
 - En general, no existen acciones significativas que produzcan impacto ambiental relacionadas con la ocupación del espacio.

Manual de buenas prácticas ambientales

- Objetivos
- Punto de partida
- Prácticas incorrectas
- **Buenas prácticas ambientales**
- Decálogo buenas prácticas
- Y en concreto en AST



Buenas prácticas para el consumo del agua

*Hacer un
uso
racional
del agua*

*Evitar las fugas y
cerrar el grifo
cuando no se esté
utilizando*

*No tirar
papel al
inodoro*

*No dejar correr el
agua inútilmente al
lavar las manos*



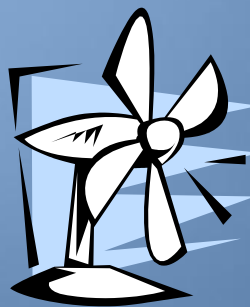
Buenas prácticas para el consumo de electricidad

Programar los equipos de climatización para la jornada de trabajo

Usar los dispositivos de climatización cuando sea necesario

Mantener la temperatura en invierno a 20° C y en verano a 24° C

Saber como funcionan los dispositivos de calefacción y refrigeración



En la climatización....

Apagar o minimizar los sistemas de calefacción o aire acondicionado en las salas no ocupadas

Cerrar las puertas y ventanas cuando estén en funcionamiento los equipos

Buenas prácticas para el consumo de electricidad

*Sustituir progresivamente
la antiguas bombillas
incandescentes por tubos
fluorescentes*

*Aprovechar al máximo
la luz natural*

*Asegurar gestión
apropiada de los tubos
fluorescentes y
bombillas*



Iluminación...

*Apagar las luces
cuando no sean
necesarias*

*Abrir persianas y
contraventanas antes de
encender las luces*

Buenas prácticas para el consumo de electricidad

Apagar la pantalla del ordenador cuando no se utilice

Configurar los ordenadores en "ahorro de energía"

Desconectar el alimentador de corriente al final de la jornada de trabajo

Los monitores de pantalla plana consumen menos energía y emiten menos radiaciones

En los equipos informáticos



Evitar el uso del fax térmico

Los ordenadores portátiles son más eficientemente energéticos que los de mesa

Apagar ordenadores, impresoras y demás aparatos eléctricos cuando termine la jornada de trabajo

Buenas prácticas en el uso del papel

Imprimir en calidad de borrador

Evitar imprimir documentos innecesarios o los que tienen muchos espacios libres

Evitar su uso siempre que sea posible

Utilizar medios de comunicación electrónicos

Ver vista previa para comprobar los posibles fallos y mejoras del documento

Imprimir los documentos internos reutilizando papel o utilizando papel reciclado y a doble cara

Utilizar siempre que se pueda papel reciclado

Siempre que sea posible utilizar el papel por dos caras

Reciclar el papel inservible



Buenas prácticas en el consumo de material de oficina y otros productos

No adquirir el material de oficina en cantidades mayores a las necesarias

Comprar materiales que no sean nocivos ni tóxicos

Comprar productos reciclados siempre que sea posible

Actualizar y reutilizar equipos informáticos obsoletos para labores que requieran menos potencia

Elegir productos con embalajes mínimos para reducir la generación de residuos



Buenas prácticas para reducir el ruido

*Desconectar
los equipos cuando
no estén
funcionando.*

*Reducir el ruido y
las vibraciones
utilizando equipos
y maquinaria con el
manteniendo
adecuado.*

*Vigilar el
volumen de
los tonos de
timbres*

*Mantener aislados
los equipos que
superen los niveles
de ruido adecuados*



Buenas prácticas en la gestión de residuos

Aplicar la regla de las 3R's: Reducir, Reutilizar y Reciclar

Separar en recipientes etiquetados cada tipo de residuo

Comprar productos reciclados siempre que sea posible

Evitar el uso de elementos desechables

Procurar que los residuos ocupen el mínimo espacio posible.



Otras buenas prácticas

***“Un lugar más
limpio es el que
menos se
ensucia”***

***Realizar un
mantenimiento
preventivo de los
equipos y vehículos***



***Usar el transporte público
o compartir vehículo para
desplazamientos***

***Disminuir el consumo de
papel para comunicaciones
utilizando las nuevas
tecnologías***

Manual de buenas prácticas ambientales

- Objetivos
- Punto de partida
- Prácticas incorrectas
- Buenas prácticas ambientales
- **Decálogo buenas prácticas**
- Y en concreto en AST



Decálogo Buenas Prácticas en la vida diaria

“Reduce, reutiliza y recicla”

- I. Consume la energía necesaria sin malgastar.
- II. No utilices el automóvil cuando no sea necesario.
- III. No utilices los electrodomésticos a media carga.
- IV. Separa tus residuos y llévalos al contenedor o punto limpio adecuado.
- V. Tus residuos peligrosos deben ser gestionados por una entidad autorizada.
- VI. Disminuye la generación de residuos y facilita su reutilización.
- VII. No utilices indiscriminadamente el desagüe para deshacerte de tus desperdicios.
- VIII. Reduce el consumo de agua.
- IX. El ruido y la luz también son formas de contaminación intenta minimizarlas.
- X. No utilices productos agresivos con el medio ambiente o salud de las personas y fomenta el uso de productos recargables y de larga duración.

Manual de buenas prácticas ambientales

- Objetivos
- Punto de partida
- Prácticas incorrectas
- Buenas prácticas ambientales
- Otras recomendaciones
- **Y en concreto en AST**



Y en concreto en AST

- En la gestión de residuos
 - Reciclaje papel, cartón y envases de plástico.
 - Punto de recogida para reciclaje de cápsulas nespresso.
 - Punto recogida tapones plástico.
 - Retirada de equipos obsoletos.
- En el transporte
 - Utilización del servicio puente entre edificios administrativos en Zaragoza y preferentemente e uso del transporte público.
- En el consumo racional de energía
 - Abrir las ventanas para ventilar y cerrar antes de las 9,30
- En el consumo de papel
 - Contenedores reciclar papel y cartón etiquetados
 - Control del nº de fotocopias e impresiones
 - Eliminación de impresoras locales, sustituidas por 2 impresoras multifunción.
 - Impresión a doble cara y en blanco y negro
- En las relaciones con el exterior
 - Potenciar el uso de comunicaciones electrónicas.