

Manual de bones pràctiques al treball





Energia

Apaga els equips informàtics, fotocopiadores i altres aparells electrònics si els períodes d'inactivitat són superiors a una hora. No els deixes encesos en espera.

Configura el salvapantalla de l'ordinador en mode "estalvi d'energia" perquè entre en funcionament després de 10 minuts sense activitat.

Usa la climatització al teu lloc de treball només quan siga necessària. Aprofita els sistemes naturals com ara el sol o els corrents d'aire exterior quan la temperatura siga l'adequada i utilitza les cortines, persianes o tendals.

A l'acabar la jornada apaga tots els equips informàtics.

Aprofita al màxim la llum natural i apaga els llums no necessaris.

Sempre que pugues, puja i baixa per les escales. Millora la teua salut i reduïx el consum energètic.



General

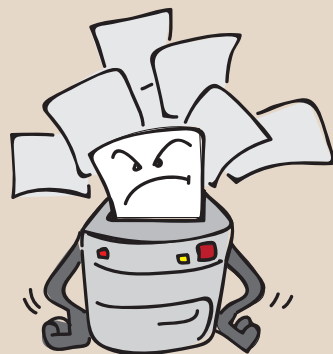
Utilitza de forma preferent el paper reciclat o que no haja sigut tractat amb clor.

Quan siga possible, evita emmagatzemar els documents en paper i guarda'ls en format digital.

Utilitza la impressora només quan siga necessari. Imprimix, sempre que siga possible, per les dos cares i en format fullet. Configura la impressora en baixa qualitat d'impressió.

Reduïx l'ús del fax i de la impressora utilitzant els mitjans de comunicació electrònica.

Sempre que siga possible compra i utilitza productes reciclats. Usa tòner o cartutxos d'impressora reciclats i recicla els que gastes.



Residus/Reciclatge

Aplica el codi de conducta de les tres R: reduir, reutilitzar i reciclar.

Separa els residus i condiciona un contenidor per a depositar cada tipus de residu en funció de les seues possibilitats i requisits de gestió.

Deposita en punts nets o ecoparcs els residus que no tenen sistemes d'arregleplega específics.

Intenta evitar l'ús d'elements d'usar i tirar de plàstic, així com els productes amb excessiu embalatge.



No aboques al sistema de sanejament les restes de productes de neteja ni cap tipus de residu impropï. Recorda que el vàter no és el poal del fem.

Utilitza el paper reciclat per a fer fotocòpies i reutilitza tot el paper imprès per una cara per a imprimir esborranys, notes, etc.

Estalvi d'aigua

Avisa al tècnic si veus pèrdues en les aixetes i informa els usuaris per a evitar els gotejos. Un goteig continu pot malbaratar fins a 30 litres d'aigua al dia.

Col·loca difusors i limitadors de pressió a les aixetes.

Col·loca dispositius de descàrrega de cisternes de dos temps, cisternes de baix consum o de capacitat limitada.

Mobilitat

A la ciutat, el 50% dels viatges amb cotxe són per a recórrer menys de 3 km, i un 10% per a menys de 500 m. No utilitzes l'automòbil quan no siga necessari: Desplaça't al treball caminant, amb bici o amb transport públic, contribuiràs a reduir les emissions de CO₂ a l'atmosfera a la teua ciutat.

Conduïx amb suavitat, no acceleres ni frenes bruscament. Mantín una velocitat moderada i usa la marxa més llarga possible en cada moment.

Amb un manteniment correcte, el teu vehicle consumix menys combustible. Una pressió incorrecta en els pneumàtics incrementa la despesa de combustible.

