

MANUAL DE BUENAS PRACTICAS AMBIENTALES

INFORMACION DEL DOCUMENTO		
Tipo de documento		
Manual		
Código del documento: MG_02	Fecha: 03/06/2014	Revisión: 3
Lista de distribución: Sortis		
Lista de distribución exterior: Grupo Sortis		

Elaborado por	Cristina Climent	Calidad y Medioambiente
Aprobado por	Gonzalo Morales Gómez	Negocio y Calidad
	Alberto Rebollar	Dirección
	Israel Pilar	Dirección
	Luís Barcia	Dirección



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

ÍNDICE

1. OBJETO	3
2. RESPONSABILIDADES DE USO	3
3. DESARROLLO.....	4
3.1 Papel	4
3.2 Ordenadores	5
3.3 Impresora	5
3.4 Fotocopiadora.....	5
3.5 Materiales de oficina.....	5
3.6 Limpieza.....	5
3.7 Mantenimiento de las instalaciones.....	6
3.8 Agua y Aseos.....	7
3.9 Energía.....	7
3.10 Problemática Ambiental en general	8



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

1. OBJETO

El objeto de este manual es describir las buenas prácticas ambientales, que servirán como base para la formación y sensibilización de los empleados con el medio ambiente.

2. RESPONSABILIDADES DE USO

Material de oficina: un uso racional

- ✓ Reutiliza el papel para borradores, notas,...
- ✓ Revisa bien en pantalla antes de imprimir
- ✓ Trabaja con proveedores comprometidos con el respeto al medio ambiente

- ✓ Priorizar el uso de papel reciclado o FSC sobre el papel blanco

La energía: un consumo responsable

- ✓ Apaga el ordenador cuando no lo utilices en un periodo largo de tiempo y configúralo en modo "Ahorro de Energía".
- ✓ Apaga las luces, impresoras y fotocopiadoras cuando abandones la oficina, así como las de los aseos, escaleras, archivos,..
- ✓ Aire acondicionado y calefacción: utilízalo sólo cuando sea necesario y evita pérdidas de temperatura cerrando puertas y ventanas.
- ✓ Aprovecha la luz natural.

El agua: un bien escaso

- ✓ Evita dejar correr el agua innecesariamente.
- ✓ No utilices el inodoro como papelera.
- ✓ Si detectas una fuga, notifícala con la mayor brevedad posible (tanto en grifería como en inodoros)
- ✓ No activar la maneta del grifo mono mando hasta el final del recorrido sino ajustar el caudal según las necesidades
- ✓ Hacer uso del doble pulsador de descarga en cisternas ,evitando en lo posible el pulsador de descarga completa

Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

Residuos: Reduce, Reutiliza, Recicla

- ✓ Reduce la generación de tus residuos.
- ✓ Reutiliza el papel y el material de oficina.
- ✓ Colabora en la separación de residuos; papel, pilas, cartuchos de consumibles, ...

Cuida tu medio ambiente local

- ✓ Contribuye a generar un ambiente de trabajo limpio y ventilado.

Comunicaciones internas

- ✓ Incorpora mediante el buzón de sugerencias nuevas propuestas y aportaciones enfocadas hacia una mejora del medio ambiente
- ✓ Utiliza el correo electrónico; si utilizas el interno, reutiliza los sobres.
- ✓ Se responsable y cuidadoso con las herramientas que te facilita la empresa, ordenadores, teléfonos, etc...

3. DESARROLLO

A continuación se exponen las anteriores y otras buenas prácticas que deben tener en cuenta los trabajadores al desarrollar su actividad. Son pequeños gestos que producen rápidos y sorprendentes resultados en el comportamiento ambiental de la organización sin apenas esfuerzo.

3.1 Papel

- ✓ Intenta **reutilizar** para borrar el **papel** utilizado por una cara. Puedes poner una bandeja cerca de la impresora, fotocopidora o máquina de fax, donde se pueda depositar y reutilizar este papel para hacer copias de documentos internos de la empresa, borradores, etc.
- ✓ **Emplea papel reciclado** siempre que sea posible. Existen tipos de papeles reciclados de calidad adecuada que no producen más atascos de los normales en las impresoras, fotocopadoras, etc.



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

- ✓ **Reutiliza los sobres usados** en las comunicaciones internas de tu empresa. Puedes disponer una bandeja donde los deposites para volver a usarlos.
- ✓ **Reutiliza las carpetas vacías.** Escribe en ellas con lápiz para poder reutilizarlas. Si el exterior está muy deteriorado dales la vuelta.

3.2 Ordenadores

- ✓ Utiliza el **ordenador para la lectura de documentos.** Realiza las correcciones ortográficas y gramaticales desde la pantalla de tu ordenador.
- ✓ Utiliza el **ordenador como sustituto del papel** en tus comunicaciones y envíos de documentos.
- ✓ **Apaga el ordenador** cuando no lo estés utilizando, sobre todo a la hora de las comidas y al final de día. Si no es posible apagar el ordenador, al menos apaga las pantallas.

3.3 Impresora

- ✓ Si tu equipo te lo permite, activa la opción de **ahorro de tóner al imprimir.**
- ✓ En las zonas de impresión coloca **dos bandejas:** una para papel sin usar y otra con papel usado por una cara para facilitar su reutilización.
- ✓ Cuando se cambien los **tóner y los cartuchos de las impresoras** depositar los viejos en los contenedores habilitados para tal fin.
- ✓ Si las impresiones tienen la posibilidad de imprimir a **doble cara,** informa al personal para que haga uso de esta opción.

3.4 Fotocopiadora

Configura el modo de **ahorro de energía,** si se dispone de él.

3.5 Materiales de oficina

- ✓ Utiliza hasta **agotar los materiales** con los que desempeñas tu trabajo: lapiceros, blocs de notas, gomas, etc.

3.6 Limpieza

- ✓ Vigila los **productos químicos** que se emplean en la limpieza de las instalaciones y busca aquellos que se identifiquen como de una menor agresividad ambiental. Selecciona aquellos que garantizando la limpieza sean menos tóxicos y biodegradables.
- ✓ Al utilizar **productos de limpieza** sigue las recomendaciones del fabricante en cuanto a la dosificación y tratamiento y depósito final de los envases vacíos, asegurando un consumo y uso correcto para evitar una mayor contaminación.

Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

- ✓ En las **etiquetas de los productos** que utilices debe constar toda aquella información necesaria para una correcta utilización por parte del usuario: Avisos sobre la seguridad y medio ambiente, como almacenar el producto, fechas de caducidad, etc. Lee atentamente las instrucciones de uso de los productos que utiliza.
- ✓ Procura comprar **detergentes sin fosfatos**. Los fosfatos tienen consecuencias nocivas en los cauces fluviales porque su utilización ayuda a la proliferación de algas impidiendo la vida al resto de la fauna.
- ✓ Utiliza detergentes preferiblemente con pH neutro.
- ✓ Evita el uso de **aerosoles** que contengan CFC's o compuestos orgánicos volátiles.
- ✓ No utilices **ambientadores**, ventila siempre que sea posible. Abre las **ventanas** el tiempo imprescindible y asegúrate que queden bien cerradas.
- ✓ **Apaga la luz** de las zonas que no se estén limpiando. Conecta lo imprescindible los aparatos de limpieza.
- ✓ **Limpia periódicamente** los ventanales, ventanas, luminarias y lámparas. Puede ahorrarse hasta un 10% en el consumo eléctrico si se mantienen limpios los focos y lámparas.
- ✓ Evita el **derroche de agua**: utiliza la imprescindible y asegúrate de que los grifos, cisternas, etc. queden cerrados.
- ✓ Realiza la **separación selectiva** de los residuos generados en tu actividad (envases, trapos, útiles, etc.).

3.7 Mantenimiento de las instalaciones

- ✓ Revisa periódicamente los equipos de **calefacción y refrigeración**.
- ✓ Revisa periódicamente **equipos**, enchufes, conexiones a instalaciones eléctricas y de agua para evitar fallos
- ✓ Revisa periódicamente y cada vez que se lleve a cabo el mantenimiento, las protecciones de aislamiento de las tuberías con el fin de detectar posibles excesos de consumo y fugas
- ✓ Utiliza **lámparas de bajo consumo**.
- ✓ Utiliza **extintores** que no contengan alones.
- ✓ Coloca **temporizadores y termostatos** en las instalaciones eléctricas y de calefacción.
- ✓ Evitar el generar **colas, pintura, medicamentos caducados**. Utilizar los más antiguos y rotarlos según la fecha de caducidad.
- ✓ **Separa** los productos tóxicos de los no tóxicos.
- ✓ Deposita los residuos adecuadamente en cada uno de los contenedores específicos para cada uno de ellos.



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

- ✓ Identifica de forma correcta todos los contenedores. Avisa si de algún contenedor se ha desprendido la etiqueta.

3.8 Agua y Aseos

- ✓ No utilices el inodoro como basurero, evita “tirar de la cadena” innecesariamente, con el consiguiente exceso de consumo de agua
- ✓ No dejes correr el agua durante el cepillado de dientes.
- ✓ No activar la maneta del grifo mono mando hasta el final del recorrido sino **ajustar el caudal** según las necesidades, posicionando la palanca en agua fría siempre que sea posible con el consiguiente ahorro en agua cliente
- ✓ En equipos o grifos temporizados regula el tiempo de descarga ajustándolo a la demanda existente
- ✓ En fluxores e inodoros de doble pulsador, utiliza la **descarga parcial** siempre que sea posible (si se utiliza adecuadamente dicho pulsador, el consumo podrá bajar en más del 50% respecto a la utilización de inodoros con sólo descargas completas)
- ✓ En tanques o cisternas de pulsador interrumpibles, recuerda que pulsando sobre el botón de accionamiento, y nada más iniciarse la descarga, si pulsas hasta el fondo de nuevo se interrumpe la descarga consiguiendo así un menor consumo de agua.
- ✓ Cierra bien los grifos contribuye de forma importante al ahorro de agua. Una gota por segundo se convierte en 30 litros/día (aproximadamente el 10% del consumo diario).
- ✓ Instala sistemas de auto cierre en las mangueras. Reducen hasta un 10% de consumo de agua.
- ✓ Instala contenedores sanitarios en los servicios y otras para el resto de residuos en los lavabos.

3.9 Energía

- ✓ **Apaga las luces** cuando no se utilizan (salas, servicios, despachos, etc.) contribuye a reducir el consumo de energía.
- ✓ **Utiliza el modo ahorro de energía**, cuando se aplicable.
- ✓ **Aprovecha la energía solar** al máximo
- ✓ El mayor consumo de energía de los **tubos fluorescente** se produce en el encendido, de ahí que una buena práctica ambiental sea no apagarlos en salas donde sea necesario volver a encenderlos en menos de 30 minutos.
- ✓ Apaga los **aparatos de aire acondicionado** cuando no sea imprescindible su utilización y cuando se usen hazlo de forma coherente. La temperatura ideal en invierno es de 21 grados durante el día. El abuso de aire acondicionado en verano además de consumir mucha energía supone liberar gases que provocan la destrucción de la capa de ozono. Controla el termostato de los radiadores, de la calefacción y de la refrigeración.



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

3.10 Problemática Ambiental en general

- ✓ Conoce la **problemática ambiental** en tu lugar de trabajo (tipos de residuos producidos, oportunidades de minimización, objetivos ambientales a cumplir, etc.) a través de consultas al **Responsable del Sistema de Gestión Ambiental**, o búsquedas a título personal a través de recursos de información ambiental.
- ✓ Lee de vez en cuando los **carteles informativos** que se coloquen en el tablón de anuncios (comunicados internos, planes de emergencia...).
- ✓ **Consulta cualquier duda**, en relación a temas ambientales, por pequeña que os parezca, al **Responsable del Sistema de Gestión Ambiental**.
- ✓ Respeta los **objetivos ambientales** establecidos y conoce el papel que desempeñamos cada uno para la obtención de los mismos.
- ✓ Respecto de los productos peligrosos generados en Servicios que estén **subcontratados**, es conveniente informarles de la puesta en marcha por parte de la entidad de las buenas prácticas y darles a conocer los criterios ambientales que en su actividad deben adoptar.
- ✓ La **política de compras** deberá tener en cuenta criterios ambientales en los suministros. Elegir los productos que presenten ventajas ambientales (dispongan de una eco etiqueta, produzcan menos residuos, sean más duraderos, contengan menos sustancias perjudiciales, consuman menos energía, los embalajes sean los mínimos, puedan ser fácilmente reutilizables o reciclables, estén fabricados con materiales reciclados, no contengan sustancias tóxicas,...).
- ✓ No dudes en aportar tus sugerencias, propuestas e ideas a través de la utilización del **buzón de sugerencias**

La Dirección



Título Manual de Buenas Prácticas Ambientales		
Tipo de documento Manual		
Código del documento MG_02	Revisión v.3	Fecha 03/06/2014

CONTROL DE CAMBIOS				
Versión	Elaborado por	Área	Fecha	Modificaciones
0	María Fernández	Comercial	01/11/2011	Inicial
2	María Jimenez María Fernández	Comercial y Calidad	11/07/2013	Retoques y formato
3	Gonzalo Morales	Negocio y calidad	03/06/2014	Adaptación a nueva plantilla