

Consumo de Energía eléctrica

- Cada persona se hará responsable de apagar, al final de la jornada, aquellos equipos con los que haya estado trabajando. De igual modo, cada vez que vaya a abandonar su puesto de trabajo por un breve espacio de tiempo, deberá dejar el equipo en modo hibernación.
- Las últimas personas en abandonar la oficina deberán dejar apagadas las luces y cerciorarse de que no se deja ningún equipo encendido (impresoras, fotocopiadoras, calefacción o aire acondicionado, etc.).
- Se utilizará, siempre que sea posible, luces de bajo consumo en la oficina. Si se usan tubos fluorescentes, no apagarlos y encenderlos con frecuencia, ya que el mayor consumo se produce en el encendido.
- Se utilizará luz natural en la medida de lo posible.
- Cuando se utilice la calefacción o el aire acondicionado, se mantendrán las temperaturas en un rango de 20 a 25º C.
- Deberán desconectarse los equipos de calefacción y refrigeración de aquellas salas que no vayan a permanecer ocupadas.
- Apagar aquellos ordenadores que no se estén utilizando.
- Apagar las luces del puesto de trabajo cuando no sean necesarias.
- Usar la climatización sólo cuando sea necesario. Evitar las corrientes de aire y cerrar correctamente puertas y ventanas, así se evitan pérdidas en los sistemas de aire acondicionado y calefacción y se disminuye el consumo de energía.
- Mantenga las ventanas limpias y anime al personal a abrir las persianas en lugar de encender las luces.
- Climatización:
 - Realizar el mantenimiento adecuado necesario para los equipos de climatización, así se puede evitar la existencia de fugas y la producción de residuos.
 - Controlar la temperatura tanto en invierno como en verano (se considera apropiado mantenerse en torno a los 22 º C).
 - Aislar los edificios, se hará más eficaz la climatización evitando un consumo innecesario.

Consumo de productos de limpieza

- Vigilar los productos químicos empleados en la limpieza, comprar productos señalados con menor agresividad ambiental.
- Compra de detergentes para lavavajillas sin fosfatos ni cloro.

CONTROL OPERACIONAL

Medidas de control

- No verter al sistema de saneamiento público los restos de productos de limpieza.
- Utilizar los productos según las cantidades idóneas de dosificación que indique el fabricante, mantenerlos bien cerrados (para evitar emanaciones), aislados y guardados adecuadamente.
- Etiquetar bien los productos de limpieza evita peligro de accidentes.
- Para evitar incrementar la cantidad de residuos es aconsejable y cómodo usar la mantelería que se vayan a tirar como trapos para la limpieza.

Consumo de Papel y cartón

- Se fomentará el uso de papel borrador (con una sólo de sus caras impresas) para la impresión de pruebas y documentos de control interno, tratando de usar papel limpio únicamente en aquellas ocasiones en las que el documento impreso deba estar presentable.
- Siempre que sea posible, las bandejas de las impresoras se cargarán por defecto con este tipo de papel.
- Siempre que sea posible, los documentos se editarán a doble cara.
- Las correcciones de los documentos se realizarán, en la medida de lo posible, sobre los archivos informáticos, tratando de detectar los errores antes de imprimirlos.
- Se utilizarán, siempre que sea posible, medios de comunicación electrónicos.
- El papel que no pueda ser reutilizado, deberá depositarse en contenedores dispuestos para su recogida (no deberán mezclarse con otros residuos, papel sucio o papel térmico de fax), entregándosele a gestores municipales para su reciclado.
- Comprar papel higiénico blanco, ya que está comprobado que es más respetuoso con el medio ambiente que los de color que llevan colorantes.

Consumo de consumibles

El consumo de este tipo de material está ligado al uso de los equipos de impresión y fotocopiadoras. Adoptando medidas tendentes a un control de su consumo, no sólo se realizará un mayor aprovechamiento de este recurso, sino que, además, al final de su vida útil, se generará un menor volumen de este tipo de residuo, para ello se adoptarán las siguientes medidas:

- Los documentos de uso interno y las copias pruebas serán impresas en calidad baja/borrador, editándose únicamente en calidad normal/óptima aquellos documentos que deban presentar una adecuada apariencia. Para ello se establecerá como modo predeterminado en todos los equipos de la oficina la impresión en calidad borrador.

- A la hora de adquirir nuevos equipos de impresión, además de los costes, se valorará el consumo de tinta y las posibles características ecológicas del aparato.

Consumo de agua

- Realizar campañas de formación e información a los trabajadores y clientes para hacer un uso racional del agua.
- Proporcionar información a los clientes para evitar el goteo.
- No dejar correr el agua inútilmente al lavarse las manos,
- No usar el inodoro como vertedero.
- Colocar temporizadores o detectores de uso en los grifos.
- Avisar rápidamente de fugas o averías.
- Cerrar bien los grifos cuando no se utilicen.

Generación de raees

- Los residuos deben ser entregados y gestionados correctamente.
- Cuando compre un nuevo aparato, puede llevar el antiguo al establecimiento donde realice la compra y ellos se encargarán de gestionarlo adecuadamente.
- En el caso de que la entrega del aparato antiguo no se deba a la adquisición de uno nuevo, debe llevar el aparato desechado al punto limpio más cercano o preguntar en su ayuntamiento si existe algún sistema de recogida para este tipo de residuos.

Consumo de Combustible

Recomendaciones para hacer la conducción diaria lo más barata posible, así como reduciendo las emisiones de CO₂ y realizando una conducción más segura y con más confort:

1. Arranque y puesta en marcha:
 - Arrancar el motor sin pisar el acelerador.
 - En los motores de gasolina iniciar la marcha inmediatamente después del arranque.
 - En los motores diésel, esperar unos segundos antes de comenzar la marcha.
2. Utilización de las marchas:
 - Circular lo más posible en las marchas más largas y a bajas revoluciones.

CONTROL OPERACIONAL

Medidas de control

- Es preferible circular en marchas largas con el acelerador pisado en mayor medida que en marchas cortas con el acelerador menos pisado.
 - En ciudad, siempre que sea posible, utilizar la 4ª y 5ª marcha.
 - El coche consume menos en las marchas largas y a bajas revoluciones. Por ejemplo, un coche de pequeña cilindrada (1,2 litros), circulando a una velocidad de 60 km/h.
3. Velocidad de circulación:
- Mantenerla lo más uniforme posible; buscar fluidez en la circulación, evitando los frenazos, aceleraciones y cambios de marchas innecesarios.
 - Moderarla: el consumo de carburante aumenta en función de la velocidad elevada al cuadrado. Un aumento de velocidad del 20% (pasar por ejemplo de 100 a 120 km/h), significa un aumento del 44% en el consumo (de 8l/100 km a 11,5l/100 km).
4. Deceleración:
- Levantar el pie del acelerador y dejar rodar el vehículo con la marcha engranada en ese instante.
 - Frenar de forma suave con el pedal del freno.
 - Reducir de marcha lo más tarde posible, con especial atención en las bajadas.
5. Detención:
- Siempre que la velocidad y el espacio lo permitan, detener el coche sin reducir previamente de marcha.
6. Paradas:
- En paradas prolongadas (por encima de 60 segundos), es recomendable apagar el motor.
7. Anticipación y previsión:
- Conducir siempre con una adecuada distancia de seguridad y un amplio campo de visión que permita ver 2 ó 3 vehículos por delante.
 - En el momento en que se detecte un obstáculo o una reducción de la velocidad de circulación en la vía, levantar el pie del acelerador para anticipar las siguientes maniobras.
8. Seguridad:
- En la mayoría de las situaciones, aplicar las reglas de la conducción eficiente contribuye al aumento de la seguridad vial.
 - Pero obviamente existen circunstancias que requieren acciones específicas distintas, para que la seguridad no se vea afectada.

Consejos de mantenimiento del vehículo para evitar aumentar el consumo de carburante y por tanto el coste del uso del coche:

- Se debe **planificar la ruta** y escoger el camino menos congestionado.
- En la medida de lo posible se debe **evitar una sobrecarga del vehículo** ocasionada por el exceso de peso y de objetos. Cabe señalar que por cada 100 kg de peso adicional se incrementa el consumo un 5% así como el uso de la baca (vacía o no) aumenta el consumo del carburante entre un 2 y un 35%.
- El uso del **aire acondicionado** incrementa hasta un 20% el consumo de carburante. Es recomendable utilizarlo con moderación, sabiendo que para conseguir una sensación de bienestar en el coche.
- No lleve las **ventanillas** totalmente abiertas cuando conduce, pues incrementa el consumo en un 5%.
- **Revise el consumo** de carburante periódicamente. Si los datos varían, puede haber algún fallo en el vehículo.
- Una **presión de neumáticos** de 0,3 bares por debajo de la presión fijada por el fabricante incide en un sobre consumo de aproximadamente un 3%, así que mantenga la presión correcta.
- La elección incorrecta del tipo de **aceite** puede aumentar el consumo hasta un 3%.
- Un **motor** mal reglado puede incrementar el consumo en un 9%, vigílelo.
- Durante los **atascos** se suele consumir más gasolina, por lo que no se debe poner nervioso y sin frenar de manera brusca, aguantar la marcha más larga posible y parar el motor si la parada dura más de 60 segundos.
- El **estado del vehículo** influye mucho en su consumo, por lo que se deben revisar todos los controles electrónicos del vehículo por lo mínimo una vez al año. También es bueno controlar el nivel de agua y aceite, ya que inciden directamente en el funcionamiento del motor y en el de consumos.

Generación de residuos

- Realizar campañas de información entre los empleados para la minimización y correcta gestión de los residuos y la contaminación.
- Utilizar productos con capacidad para ser reciclados posteriormente.
- Gestionar los residuos de forma que se eviten daños ambientales y a la salud, principalmente en pequeños establecimientos de restauración, bares, cafeterías, etc., Que por sus características de espacio presentan mayor problemática.

CONTROL OPERACIONAL

Medidas de control

- Recoger información sobre las características de los residuos y de los requisitos para su correcta gestión.
- Presentar por separado o en recipientes especiales los residuos susceptibles de distintos aprovechamientos o que sean objetos de recogidas específicas
- Depositar los residuos en los contenedores determinados para ello.
- Cumplir las pautas establecidas por la administración local en el caso de residuos objeto de servicios de recogida especial.
- Mantener los contenedores de basura higiénicamente limpios para evitar malos olores y la aparición de insectos y roedores.
- Los residuos como tóner, tubos fluorescentes, pilas, etc. se depositarán en un Punto Limpio o se entregarán a gestores autorizados.
- Rechazar los materiales que dan lugar a residuos tóxicos o peligrosos cuando han sido usados, como es el caso del PVC.
- Cumplir los límites de emisión de humos, empleando los equipos de extracción y los filtros adecuados y manteniéndolos en condiciones óptimas de funcionamiento realizando las inspecciones necesarias de acuerdo con la legislación.
- Evitar el uso de aerosoles que contengan CFC y mantener adecuadamente los equipos de refrigeración para evitar los escapes.
- Reducir las emisiones de ruidos empleando los equipos y utensilios menos ruidosos y realizando un mantenimiento adecuado de los mismos.
- Cumplir escrupulosamente la legislación acústica local, principalmente en lo concerniente a los horarios nocturnos.
- No verter a colectores públicos materiales que impidan el correcto funcionamiento de los mismos, como aceites usados, productos corrosivos, pinturas, etc.

SIG PROMI tiene habilitado un módulo que permite a todos los emplazamientos el control y seguimiento de los residuos generados en su centro por el desarrollo de su actividad.

Vertidos

- Mantener limpio el puesto de trabajo en las operaciones de reparación y revisión de equipos, para evitar cualquier tipo de derrame
- En la limpieza de los equipos deben recogerse todos los derrames de lodos con disolventes o combustible.
- En el caso de que se produzca algún derrame, nunca deben limpiarse con agua sino con material absorbente, (sepiolita)
- Incorporar bandejas de contención a los equipos, cuando exista la posibilidad de fuga de aceite, evita la contaminación
- Evitar el derrame de fluidos y de los residuos líquidos resultantes de las actividades en el suelo

- En el caso de que los vertidos generados sobrepasen los límites establecidos de contaminantes, se deben efectuar en las instalaciones de la actividad los pretratamientos necesarios para garantizar las limitaciones establecidas.

Emisiones

- Es recomendable disponer de sistemas de extracción de humos
- Reducir las emisiones de partículas y humos empleando los equipos y los filtros adecuados para captarlas.

Servicio de limpieza

- Ajustar correctamente las tareas y frecuencias de limpieza a las necesidades reales.
- Reducir la carga tóxica de los productos químicos empleados, mediante la exclusión de productos con componentes nocivos, la limitación de su uso o la selección de productos de menor toxicidad.
- Utilizar productos y maquinaria más respetuosos con el medio ambiente y la salud laboral.
- Realizar formación continuada al personal para garantizar una correcta manipulación, dosificación y uso de los productos de limpieza y maquinaria así como de los procedimientos de limpieza.
- Reducir la generación de residuos durante el servicio y hacer una correcta gestión de los mismos, respetando las fracciones de recogida selectiva existente.
- Reducción de la diversidad de productos químicos utilizados, eliminando ciertas sustancias o ingredientes en los productos de limpieza que no contribuyen directamente a la limpieza (colorantes, perfumes, desinfectantes en productos no destinados a ello,...).
- Correcta dosificación de los productos de limpieza con sistemas precisos de dosificación para utilizar la cantidad justa necesaria.
- Encendido de luces sólo en aquellas zonas donde se trabaja, apagando el resto conforme avanza la actividad. De esta forma se ahorra consumo eléctrico, aumentando la eficiencia energética del servicio.
- Diluir el producto en la cantidad exacta para favorecer el ahorro de agua.
- Los equipos de limpieza como aspiradores o pulidoras, no generarán ruidos mayores de 70 dB(A).

Con el fin de minimizar el impacto de sus aspectos ambientales, PROMI ha elaborado la *Guía de Buenas Prácticas de Gestión de residuos*, que permite a sus grupos de interés garantizar una correcta comprensión de la gestión de sus residuos.