



El Colegio LAR desde el año 2017 tiene implantado un sistema de gestión medioambiental.

A continuación, queremos informarles de nuestra política y compromiso con la mejora continua y el medioambiente. Para ello, recogemos en este documento:

- ➔ Nuestra política de calidad y medioambiente,
- ➔ Nuestros objetivos de mejora para este curso 19/20,
- ➔ Nuestros indicadores del desempeño medioambiental,
- ➔ Las medidas de emergencia ambientales y
- ➔ Una guía de buenas prácticas ambientales.

OBJETIVOS DE MEJORA MEDIOAMBIENTALES PARA EL CURSO 2019/2020

- ➔ **Reducir en un 5 % los residuos de aceite de cocina**
- ➔ **Aumento de un 10% de los productos de limpieza biodegradables (sin pictogramas de peligrosidad)**

POLÍTICA DE CALIDAD Y MEDIOAMBIENTE

Misión:

Desde hace 40 años que comenzamos en el mundo de la educación, la Dirección del **GRUPO COLEGIO LAR**, conscientes con el compromiso que contraemos tanto con el alumnado, sus familias, el personal y la sociedad en general, ponemos en juego todos los recursos necesarios para satisfacer sus expectativas y garantizar que la formación y los servicios realizados son conformes con las exigencias definidas por ellos, las normas, especificaciones, reglamentaciones y demás requisitos aplicables.

Ofrecemos un programa de enseñanza que permite atender cualquier necesidad educativa desde los 3 años hasta el acceso a la universidad. La máxima Primero Ser y Luego Tener, es el lema del GRUPO LAR, aplicada en el quehacer diario, dignifica nuestra labor docente e impregna el espíritu de nuestro alumnado.

Nuestra tarea educativa se fundamenta en los siguientes principios:

- Educar íntegramente a nuestros alumnos consiguiendo un ambiente óptimo de convivencia entre todos los miembros de la comunidad educativa (alumnos, profesores y padres).
- Conseguir hábitos de orden, limpieza, reflexión y responsabilidad con nuestros alumnos, responsabilizándoles de sus derechos y deberes.

Visión:

- Atender cualquier necesidad educativa **DESDE LOS 0 AÑOS HASTA EL ACCESO A LA UNIVERSIDAD**.(instalaciones del Centro, oferta de servicios complementarios, oferta de actividades extraescolares,...)
- Formar a nuestro alumnado para que sean **PLURILINGÜES** y obtengan las **ACREDITACIONES OFICIALES** (*centro examinador oficial de Oxford, clases de inglés impartidas por profesorado nativo, oferta de clases de chino como actividad extraescolar, optar por el bachillerato internacional, LAR summer school,..*)
- Ser líderes en la utilización de **metodologías innovadoras**, tanto a nivel pedagógico como tecnológico (*enseñanza digital 2.0, pizarras digitales, Netbook plataforma de comunicación con familias ALEXIA,..*)

- ✓ Desarrollar políticas internas encaminadas a la **conciliación de la vida laboral, personal y familiar** (*internado, comedor con control dietético, amplia variedad de actividades extraescolares, escuela de tiempo libre, acogida matinal, transporte,...*)
- ✓ **Ofertar todos los niveles educativos** obligatorios (*infantil, primaria, secundaria y educación especial*) y una amplia variedad en los niveles no obligatorios (*bachilleratos, ciclos formativos de grado medio y superior, educación para adultos, cursos del plan FIP y conservatorio de grado elemental*).
- ✓ **Fortalecer alianzas con nuestros grupos de interés.**
- ✓ **Estar comprometidos con el entorno y la GESTIÓN MEDIOAMBIENTAL**



Valores:

- ✓ En nuestro Centro el alumno disfruta del apoyo necesario con el fin de lograr un desarrollo armónico de su personalidad, al tiempo que, con método y constancia, alcanza los objetivos académicos.
- ✓ Para nosotros el niño es lo más importante puesto que él es el futuro. Los alumnos aprenden desde la perspectiva de una educación integral.
- ✓ Disponemos de un profesorado cualificado y un gabinete de especialistas en psicopedagogía que posibilitan que el alumno alcance los más altos niveles de desarrollo personal e intelectual.
- ✓ Contamos con instalaciones y recursos modernos y funcionales (piscina, recursos tecnológicos, biblioteca, librería, pista polideportiva cubierta, aulas especiales,...)
- ✓ Mantenemos contactos permanentes de formación necesarios con los tutores legales, con los alumnos/as y nuestro personal, con objeto de poder conocer el grado de satisfacción con nuestros servicios y colaborar conjuntamente en su mejora.



**COLEGIO
LAR**

Comunicación del compromiso ambiental

Gestionamos responsablemente nuestros residuos, concienciando a nuestro alumnado de la importancia de cuidar el medioambiente.

La Dirección trasmite y vela por el cumplimiento de todos los requisitos legales y reglamentarios necesarios para el desarrollo de su actividad y el compromiso con la gestión eficaz y la mejora continua de nuestro sistema de gestión de calidad y medioambiental.

El trato correcto y cordial de todos nosotros hacia nuestros clientes, debe ser una máxima a aplicar en todo momento, conjuntamente con nuestro eslogan:

“PRIMERO SER Y LUEGO TENER”



Mos, a 2 de Octubre de 2017

Dirección

INDICADORES DE DESEMPEÑO AMBIENTAL

En el curso 18/19, el resultado de nuestros indicadores de desempeño ambiental es:

CONSUMO DE AGUA	CONSUMO DE ELECTRICIDAD	CONSUMO DE GASOLEO CALEFACCIÓN	CONSUMO DE PROPANO	CONSUMO DE PAPEL	RESIDUOS DE ENVASES CONTAMINADOS	RESIDUOS DE ACEITES DE COCINA
0,57	187,82	2,80	39,36	1,33	0,01	1,19

MEDIDAS DE EMERGENCIA

A continuación, indicamos que en el Colegio LAR seguimos unas pautas de cómo actuar en caso de emergencia por DERRAME, POR INUNDACIÓN Y POR INCENDIO, basándose en la identificación de los aspectos ambientales significativos en Situación de emergencia, que minimice los impactos ambientales en caso de producirse la situación de emergencia/accidente susceptible de producir aspectos ambientales significativos, y que incluye para cada situación:

- ➔ una descripción de la situación de emergencia/accidente
- ➔ las actuaciones (internas y comunicación externa)
- ➔ el responsable de cada situación

BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES

Las **Buenas Prácticas Ambientales** son un conjunto de recomendaciones prácticas, útiles y didácticas, que sirven para modificar o mejorar los comportamientos habituales, y están encaminadas a:

- Optimizar el consumo de recursos naturales: agua, energía, materias primas como la madera o los metales, etc.
- Disminuir la producción de sustancias contaminantes: emisiones de gases a la atmósfera, contaminación del suelo o de las aguas subterráneas, etc.
- Minimizar y gestionar adecuadamente los residuos que se producen durante la actividad.

- Sensibilizar y educar ambientalmente tanto a los trabajadores como a los posibles usuarios.

Estos conceptos son los de *reducción, reutilización y reciclaje*.

- **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 alternativos de un material, es decir, una vez un producto ha cumplido la función a la que originalmente estaba destinada, puede que sea totalmente inservible o puede que se le pueda asignar una función alternativa que permita hacer un nuevo uso de él. Esta práctica puede ser útil tanto para reducir el consumo de recursos como para disminuir la generación de residuos.
- **Reciclaje:** Esta práctica supone la recuperación de un recurso ya utilizado para generar un nuevo producto. El reciclaje es una buena opción en la gestión de los recursos frente a la deposición y abandono en vertedero o la adquisición de materiales nuevos. Sin embargo, no hay que olvidar que el reciclaje debe ser la alternativa a la previa reducción y reutilización.

No podemos olvidar además que la producción de residuos supone un gasto importante, fundamentalmente debido al coste de las materias primas, mano de obra y energía desperdiciadas en el proceso de generación.

Teniendo en cuenta este triple coste, el coste real de los residuos supone a menudo de 5 a 20 veces el coste de su eliminación.

1. ENERGÍA

El consumo de energía supone la mayor partida controlable de gasto en una oficina. La utilización, cada vez más, de aparatos eléctricos supone un aumento importante en los consumos y por tanto del gasto. Estableciendo una serie de prácticas de oficina se puede producir hasta un 50% de ahorro. Algunas de estas prácticas que se pueden adoptar para reducir el consumo energético son:

Equipos de ofimática

- **Configurar los ordenadores en "ahorro de energía".** A menudo, el sistema de ahorro está desactivado, por lo que hay que asegurar su funcionamiento, con lo que se puede reducir el consumo de electricidad hasta un 50%.
- **Apagar el ordenador, impresoras y demás aparatos eléctricos una vez finalice la jornada de trabajo.** Esta medida adquiere una mayor importancia en fines de semana y periodos vacacionales. Igualmente, apague el ordenador si va a estar inactivos durante más de una hora.

- **Los equipos consumen una energía mínima incluso apagados**, por lo que es deseable desconectar también el alimentador de corriente al final de la jornada.
- **Apagar la pantalla del ordenador** cuando no se esté utilizando (reuniones, desayuno...).
- **El único protector de pantalla que ahorra energía es negro**, es deseable configurarlo para que se active tras 10 minutos de inactividad.
- **Los monitores de pantalla plana** consumen menos energía y emiten menos radiaciones.
- **Los ordenadores portátiles** son más eficientemente energéticos que los de mesa.
- **Impresoras, fotocopiadoras, faxes, etc.**, por separado consumen menos que un aparato multifuncional, pero si se ha de realizar más de una función son mucho más eficientes los aparatos multifuncionales.
- **Considerar el consumo energético de los productos** como un argumento de compra.

Climatización

- **Usar estos dispositivos sólo cuando sea necesario.** Siempre que sea posible, aprovechar la regulación natural de la temperatura, por ejemplo, en verano las ventanas entornadas o las corrientes de aire pueden refrescar algunas salas sin necesidad de encender el aire acondicionado.
- **Apagar o minimizar los sistemas de calefacción o aire acondicionado** en las salas no ocupadas: sala de reuniones vacías, fuera de las horas de trabajo.
- **Conocer adecuadamente el funcionamiento de los sistemas de calefacción y refrigeración**, para maximizar la eficiencia de los equipos de Climatización.
- **Mantener la temperatura** aproximadamente en 20°C en invierno, y aproximadamente en 24°C en verano, para disminuir el consumo energético.
- **Asegurarse de que las puertas y ventanas están cerradas** mientras funcionan los equipos de climatización, para impedir pérdidas y derroche.
- **Asegurarse de que los equipos de climatización se programan** para funcionar exclusivamente en el período de trabajo, a excepción de situaciones en las que haga falta calefacción o refrigeración previas.

Iluminación

La iluminación puede suponer hasta el 30% del total de la factura energética de una oficina. Algunas de las consideraciones a tener en cuenta son:

- Sustituir progresivamente las antiguas bombillas incandescentes y tubos fluorescentes, que usan tecnología ineficiente que desprende más calor que luz (contra lo cual, entre otras cosas, tiene que luchar el aire acondicionado en verano).
- Usar interruptores independientes para iluminar sólo las zonas necesitadas de una misma área.

- En zonas como vestuarios y similares instalar interruptores temporizados que aseguran la desconexión de la iluminación tras un tiempo de servicio.
- En zonas de paso como pasillos, escaleras de emergencias y entresuelos de ascensores se aconseja disponer de detectores de presencia que activen o desactiven la luz.
- Abrir bien las persianas y contraventanas antes de encender luces.
- Aprovechar la iluminación natural, organizando los puestos de trabajo de manera que reciban luz natural, manteniendo limpias las ventanas y abriendo las persianas, cortinas u otros elementos similares, etc.
- Evitar el olvido "crónico" y apagar las luces que no sean necesarias.
- Siempre resulta más económico apagar las luces incluso para períodos cortos de tiempo.
- Antes de encender las luces para paliar los reflejos del sol en los ordenadores, probar cambiando los puestos de trabajo de lugar o la orientación de la pantallas, así como instalando láminas antirreflectantes en las ventanas o cortinas orientables.
- Asegurar una gestión apropiada de los tubos fluorescentes y bombillas, pues son residuos especiales.

2. AGUA

El agua es un recurso natural indispensable para la vida, pero también es un recurso escaso.

En las oficinas se produce un importante consumo de agua, destacando que más de dos tercios del gasto se produce en el cuarto de baño, por lo que la utilización de sistemas ahorradores de agua no sólo reduciría dicho consumo, sino que serviría de ejemplo a las personas que trabajan en ellas o las visitan. Algunos criterios para una instalación ambientalmente responsable son:

- **En los puntos donde se necesite agua caliente y fría** instalar grifos monomando que pueden proporcionar ahorros de hasta el 50%.
- **Colocar temporizadores o detectores de presencia para grifos.** Esto puede suponer ahorros entre el 20 y el 40%.
- **La instalación de difusores, limitadores de presión o aireadores,** para limitar los consumos a caudales inferiores a 8 litros por minuto en grifos y a diez litros por minuto en duchas, puede suponer un ahorro de entre el 30 y 70%.
- **Las cisternas deberán ser de doble descarga o de interrupción de descarga,** en todo caso con limitador del volumen de descarga como máximo de seis litros. Esto puede suponer ahorros de hasta un 40%. Utilizar sistemas de detección de fugas en las cañerías enterradas u ocultas.
- **Colocar una papelera junto al WC,** para depositar papeles, algodones, bastoncillos, etc.
- **Las fuentes de consumo humano** deben estar dotadas de sistemas temporizadores o limitadores de caudal.

3. RESIDUOS

Los residuos que se generan en las oficinas municipales están fundamentalmente relacionados con el uso del papel, aunque hay otros elementos que forman parte de la basura de las oficinas que contienen una gran variedad de sustancias nocivas para la salud y el medio ambiente.

Así tendremos en cuenta que:

El papel usado, una vez utilizado por las dos caras, se debe separar del resto de la basura para su posterior reciclado.

Los productos que necesitan algunos equipos (impresora, fax, fotocopidora,..) para su funcionamiento, contienen sustancias que en muchos casos son nocivas para el medio ambiente y para la salud (tintas, tóner, etc.). Se recomienda que una vez usados se depositen en los puntos verdes o bien enviarlos a empresas especializadas en la recarga y el reciclaje de los mismos. En algunos casos es la misma empresa que los vende, la que los recoge posteriormente, aportando una cantidad de dinero al usuario por cada cartucho.

Los ordenadores, fotocopiadoras e impresoras tienen entre sus componentes circuitos y elementos que contienen agentes contaminantes.

Cuando tengamos que prescindir de ellos podemos:

- Llevarlos a un punto verde y depositarlos en el contenedor correspondiente.
- Avisar a una empresa especializada en la recogida de este tipo de aparatos.
- Ponerse en contacto con organizaciones no gubernamentales, que se encargan de recogerlos, aprovechar sus componentes y reutilizarlos, donándolos a otras personas, países u organizaciones necesitadas.

Y ADEMÁS:

- Los tubos fluorescentes contienen distintos elementos, contaminantes que requieren una selección especial para su recuperación, por lo que deben depositarse también separadamente en los puntos verdes.
- Recoger las pilas eléctricas, ¡que son muy tóxicas!, y llevarlas a reciclar.
- Prestar atención especial a los productos tóxicos y peligrosos: productos de limpieza, disolventes, aerosoles, baterías, etc, que se deberán colocar en contenedores específicos para su posterior recogida por gestores autorizados.
- El resto de residuos proceden de envases o embalajes de los productos que se utilizan en las oficinas, todos ellos deben separarse adecuadamente y llevarse a sus contenedores para su posterior tratamiento o reciclado.

4. USO DE RECURSOS MATERIALES

A continuación se recogen algunas recomendaciones específicas para el recurso papel y para otros recursos concretos:

Papel

La introducción de las nuevas tecnologías ha contribuido significativamente a una reducción del consumo de papel, si bien, la oficina sin papel es aún más una promesa que una realidad: hasta el 90% de los residuos de una oficina pueden ser de papel.

La producción de papel tiene consecuencias muy negativas para el medio ambiente, debido al consumo de recursos naturales como árboles, agua y energía, y a la contaminación causada por los blanqueadores del cloro o derivados, que generan residuos organoclorados ecotóxicos y bioacumulables. Existe en el mercado una gran diversidad de papel cuyos impactos varían según la procedencia de la pasta de papel y el proceso del blanqueado.

En este sentido, un elemento muy útil son las etiquetas certificadas por organismos autorizados informan del origen de la pasta de papel o, en relación con el blanqueado, las calificaciones TCF y ECF, que responden a las siglas inglesas "totalmente libre de cloro" y "libre de cloro elemental", siendo la mejor opción el papel con la etiqueta TCF donde se utilizan otros productos alternativos como el oxígeno o el ozono. El cloro de gas utilizado en el papel ECF sigue siendo un importante contaminante de las aguas.

El consumo racional es la mejor opción para reducir las necesidades de papel y, por tanto, para el ahorro de costes y espacio. Algunas de las recomendaciones que se han de tener en cuenta son:

- **Utilizar de forma preferente y en la medida de lo posible papel reciclado.** No se debe olvidar que el papel reciclado es perfectamente válido y puede llegar a tener una calidad similar a la del papel convencional.
- **Evitar su uso** siempre que sea posible, por ejemplo, guardando los documentos en formato digital, optimizando el número de copias necesarias, compartiendo información en lugar de generar copias para cada persona, aprovechando las posibilidades de Intranet, correos electrónicos, teléfono..
- **Evitar imprimir** documentos innecesarios o de aquellos que tienen muchos espacios libres.
- **Antes de imprimir, comprobar los posibles fallos y mejoras** del documento, utilizando, por ejemplo, la "vista previa": ajuste de márgenes, división de párrafos eficiente, paginación correcta, reducción del tamaño de las fuentes, etc
- **Utilizar el papel por las dos caras** en el fotocopiado e impresión de documentos, siempre que sea posible. Igualmente, ajustar en la medida de lo posible, los textos

para que quepan dos páginas de un documento, libro o publicación en una hoja estándar.

- **Todos los documentos internos se imprimirán reutilizando papel** o bien, usando papel reciclado y a doble cara.
- **Utilizar medios de comunicación electrónicos** en la medida de lo posible, para reducir el uso de impresoras y faxes.
- **Reutilizar todo el papel que haya sido impreso** sólo por una cara para imprimir borradores, fabricar bloc de notas, etc.
- **Utilizar papel reciclado para hacer fotocopias.**
- **El papel usado**, una vez utilizado por las dos caras, **se debe separar** del resto de la basura y llevarlo al contenedor de papel más próximo para su posterior reciclado.
- Imprimir en calidad de borrador para evitar el derroche de tinta y facilitar la reutilización, especialmente en el caso de los documentos internos, y el reciclaje.

Material de oficina

Este grupo de productos es muy heterogéneo y consiste básicamente en productos de bajo coste, pero que, normalmente, se adquieren en grandes cantidades, como pueden ser lápices, bolígrafos, subrayadores, marcadores, correctores líquidos, pegamentos, carpetas de plástico, tintas, etc.

Este tipo de material puede generar impactos ambientales importantes relacionados con el uso de sustancias químicas peligrosas que contienen los plásticos, el uso de disolventes agresivos, compuestos orgánicos volátiles (COVs), metales pesados,...

A la hora de adquirir material de oficina, habrá que ajustarse a las necesidades reales y no generar compras despilfarradoras. Esto es muy frecuente pues no se le presta atención al consumo de estos productos por ser más baratos y de muy fácil adquisición. Por otra parte, un buen uso y cuidado de este material puede evitar su despilfarro y alargar su vida útil, al mismo tiempo que se generan ahorros económicos.

5. POLÍTICA DE COMPRAS

Es conveniente que el área de compras o suministros tenga en cuenta criterios ambientales al momento de elegir los productos, por ejemplo 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.

Considerar el consumo energético de los productos como un argumento de compra. Para la compra de papel un elemento muy útil son las etiquetas certificadas por organismos autorizados informan del origen de la pasta de papel o, en relación con el blanqueado las calificaciones TCF y ECF, que responden a las siglas inglesas "totalmente libre de cloro" y "libre de cloro elemental", siendo la mejor opción el papel con la etiqueta TCF donde se utilizan otros productos alternativos como el oxígeno o el ozono. El cloro de gas utilizado en el papel ECF sigue siendo un importante contaminante de las aguas.

A la hora de adquirir material de oficina, habrá que ajustarse a las necesidades reales y no generar compras despilfarradoras. Esto es muy frecuente pues no se le presta atención al consumo de estos productos por ser más baratos y de muy fácil adquisición. Por otra parte, un buen uso y cuidado de este material puede evitar su despilfarro y alargar su vida útil, al mismo tiempo que se generan ahorros económicos.

Evitar la compra de productos desechables o de un solo uso priorizando los que sean recargables.

Cuando se adquieren muebles o enseres para las oficinas, el diseño y la ergonomía son argumentos primordiales para la compra. Sin embargo, el mobiliario de oficina constituye otro de los campos donde pueden introducirse requerimientos ambientales.

La adquisición de este tipo de productos integrando aspectos ambientales es de especial importancia, no sólo por los impactos que se generan durante el proceso de fabricación, como emisiones contaminantes, por ejemplo, sino también por el tipo de material de fabricación; muchos de los materiales contiene sustancias tóxicas, perjudiciales y contaminantes, como disolventes orgánicos volátiles, metales pesados, cromo, níquel, etc.

Otra cuestión primordial es el uso extendido de la madera para la fabricación de este tipo de enseres. Se debería de apostar por el consumo de mobiliario cuya madera proceda de bosques gestionados de forma sostenible, a través de la garantía que ofrecen los sistemas de certificación forestal, ya que, de la tala ilegal de madera se derivan consecuencias muy graves, como la disminución de la biodiversidad, la productividad y la vitalidad de las especies vegetales o la vulneración de aspectos sociales, como el bienestar de los trabajadores y los intereses de la población autóctona, entre otras.

Por último, para gestionar el mobiliario de oficina que se deteriora o se vuelve obsoleto, podemos donarlo a asociaciones u ONGs o bien a empresas recuperadoras, con el fin de que sean reparados y posteriormente introducidos en el mercado de segunda mano. Por otra parte, existe la posibilidad de que el suministrador garantice la retirada de los enseres en desuso por el nuevo

6. MOVILIDAD SOSTENIBLE

El uso inmoderado del automóvil, provoca diversas molestias: gran contaminación atmosférica, incremento del ruido, pérdida de tiempo en los atascos, etc.; sin embargo el uso de los automóviles particulares para desplazarnos sigue siendo mayoritario en comparación con el de los transportes públicos. Entre los inconvenientes del automóvil hay que destacar:

- Es el principal emisor de óxidos de nitrógeno, monóxido de carbono y plomo que a su vez, son los causantes de la destrucción de la capa de ozono.
- La contribución del automóvil al ruido urbano se estima en las $\frac{3}{4}$ partes.
- Cerca del 40% del total de energía consumida, se destina al uso de automóviles privados.
- El automóvil tiene una eficiencia baja, ya que el coste energético de los desplazamientos, es de media 6 veces superior al de cualquier medio de transporte colectivo y las emisiones de anhídrido carbónico un 60% mayores.

- Por cada litro de combustible que quema el motor de un coche, se libera una media de 2,5 kg. de CO₂.

Por todo esto hacemos una serie de recomendaciones algunas para el uso de los vehículos:

- **Tratar de lavar el coche a mano o con chorro a presión** en vez de ir a un lavado de coches, ya que en estas instalaciones se usa más electricidad y agua que si se hace a mano.
- **Si se va a cambiar de coche, tener en cuenta el consumo de combustible del nuevo vehículo.** De acuerdo con la legislación europea, los fabricantes de vehículos deben informar sobre las emisiones de CO₂ y el consumo de combustible de los coches nuevos en los anuncios y en los salones de exposición.
- **No calentar el motor del coche antes de salir.** La cantidad de combustible que consume en ese momento es mayor que la que ahorras si comienzas el trayecto con el motor frío.
- **Asegurarse de que los neumáticos tienen la presión adecuada;** si la presión baja 0,5 bares, el coche consumirá un 2,5% más de combustible para superar la resistencia y, por tanto, liberará un 2,5% más de CO₂.
- **Estudiar la posibilidad de usar aceite de motor de poca viscosidad.** Este aceite lubrica las piezas móviles del motor mejor que los aceites convencionales, y reduce la fricción. Los mejores aceites pueden reducir el consumo de combustible y las emisiones de CO₂ en más de un 2,5%.
- **No llevar un portaequipajes vacío en el coche.** Esto puede aumentar el consumo de combustible y las emisiones de CO₂ hasta en un 10% debido a la resistencia del viento y al peso adicional, por lo que es mejor retirar el portaequipajes del techo.
- **No correr: se gasta menos gasolina y se emite menos CO₂.** Ir a más de 120 km/h aumenta un 30% el consumo de combustible, frente a una velocidad de 80 km/h. Las marchas cuarta, quinta y sexta son las más económicas en lo que se refiere al consumo de combustible.
- **Utilizar el aire acondicionado con moderación.** Cuando el aire acondicionado del coche está encendido, el consumo de combustible y las emisiones de CO₂ aumentan un 5% aproximadamente

7. SENSIBILIZACIÓN Y EDUCACIÓN DE LOS EMPLEADOS.

Es fundamental que antes de iniciar cualquier acción se informe a los trabajadores sobre las medidas de gestión ambiental a implantar. De ahí la importancia de que todo lo expuesto con anterioridad en este documento sea conocido por todos los trabajadores.

La información fundamentalmente ha de llegar de forma personal y todos los trabajadores han de saber el papel que ha de desempeñar en este proceso de incorporación de Buenas Prácticas Medioambientales.

Todo el personal debe entender la importancia de informar sobre el funcionamiento incorrecto, fugas o goteos, al responsable Medioambiental para que se adopten las medidas pertinentes, evitando gastos innecesarios.

8. ANEXO I: Buenas prácticas en el domicilio

¿QUÉ PODEMOS HACER EN NUESTROS HOGARES?

Algunos consejos para incorporar medidas de ahorro energético en las rutinas diarias.

- **Apagar las luces cuando no se necesitan.** Apagar 5 luces en pasillos y habitaciones de la casa cuando no se necesitan puede suponer un ahorro de 60 € al año y puede evitar unas emisiones anuales de 400 kg. de CO₂.
- **Utilizar bombillas de bajo consumo.** Una sola de ellas puede reducir hasta 60 € los gastos de electricidad y evitar unas emisiones anuales de 400 kg de CO₂. Además duran 10 veces más que las bombillas convencionales. Las bombillas de bajo consumo son más caras, pero resultan más económicas a lo largo de su vida útil. Cámbielas poco a poco, notará los resultados.
- **No dejar los aparatos eléctricos en modo stand-by (espera).** Utilizar la función on/off del propio aparato. Un televisor que permanece encendido durante 3 horas al día (la media de horas que ven la televisión los europeos) y en modo stand-by las 21 horas restantes, consumirá aproximadamente el 40% de la energía total en el modo stand-by.
- **Desenchufar el cargador del móvil cuando no se utilice.** Incluso cuando no está conectado al teléfono, consume electricidad. Existen cálculos que señalan que el 95% de la energía se pierde cuando dejas el cargador enchufado todo el tiempo.
- **Mantener el frío con un ventilador.** Los aparatos de aire acondicionado consumen mucha energía: un aparato de aire acondicionado en una habitación de tamaño mediano funciona a 1.000 vatios, generando emisiones de unos 650 gr. de CO₂; y, además, supone un coste en su factura de 0,10€ por hora. Los ventiladores son una buena alternativa. Si no, utilizar el aire acondicionado moderadamente y buscar los modelos más eficientes.
- **Utilizar energía verde.** Al cambiar a la energía verde, se ayuda a fortalecer las fuentes de energía renovables. En la actualidad, solamente el 14% de la electricidad en Europa se genera a partir de fuentes de energías renovables y respetuosas con el medioambiente, como la energía eólica, la hidroenergía, el biogás, la energía solar, etc... ¡y la demanda crea oferta! También se puede plantear la posibilidad de colocar paneles solares en el tejado de la casa.

- **Utilizar la lavadora o el lavaplatos solamente cuando estén llenos.** Si se necesita utilizarlos cuando no están llenos, utilizar programas de carga media o económicos. Tampoco hace falta poner una temperatura alta. Hoy en día los detergentes son tan eficientes que limpian la ropa y la vajilla a bajas temperaturas.
- **Utilizar la secadora solamente cuando sea absolutamente necesario.** Cada ciclo de secado produce unos 3 kg. de emisiones de CO₂. Secar la ropa de forma natural es sin duda la mejor manera de hacerlo: la ropa durará más y la energía utilizada es gratis y no contaminante.
- **Hervir menos agua.** Hirviendo solamente el agua necesaria para la taza, se ahorra una gran cantidad de energía. Si todos los europeos hirvieran solamente el agua que necesitan, dejarían de malgastar 1 litro de agua hervida al día. Con la energía ahorrada se podría encender una tercera parte de las farolas de Europa.
- **Tapar el recipiente mientras cocines.** Así se ahorra mucha energía al preparar el plato. Aún mejor son las ollas a presión que ahorran alrededor de un 70% de energía!
- **Ducharse en lugar de bañarse.** Se consume cuatro veces menos energía. Para maximizar el ahorro energético, evitar las duchas a presión y utiliza alcachofas de poco flujo, que son baratas y ofrecen el mismo servicio.
- **Cerrar bien el grifo.** Si se cierra el grifo mientras se cepilla los dientes, ahorrara varios litros de agua. El goteo de un grifo puede hacer perder el agua suficiente para llenar una bañera en un mes, por lo que conviene asegurarse de que están cerrados.
- **Reducir la potencia de la calefacción.** Bajando la temperatura sólo 1°C se puede reducir la factura entre un 5 y un 10% y evitar hasta 300 kg de emisiones de CO₂ por hogar y año.
- **Programar el termostato** para que, durante la noche o cuando no se está en casa, baje la temperatura, y cuando se despierte o vuelva a casa la temperatura sea agradable de nuevo. Esto reducirá la factura entre un 7 y un 15%.
- **Reemplazar las ventanas por unas de doble acristalamiento.** Será necesario realizar una inversión inicial, pero reducirá a la mitad la energía perdida a través de las ventanas y compensará a largo plazo. Si además compra lo mejor del mercado (unidades de doble acristalamiento y marco de madera con vidrio de emisiones bajas y relleno de gas argón) puede ahorrar más del 70% de la energía perdida.
- **Instalar un buen sistema de aislamiento,** una de las maneras más efectivas de reducir las emisiones de CO₂ y ahorrar energía a largo plazo. El calor que se va por las paredes, el tejado y el suelo suele suponer más del 50% del calor perdido en todo el espacio. Aislar los depósitos de agua caliente, las tuberías de la calefacción central y las cavidades de la pared, y ajustar láminas de aluminio detrás de los radiadores.
- **Descongelar el congelador y el frigorífico periódicamente.** Incluso es mejor reemplazarlos por otros modelos nuevos, ya que ahora todos tienen ciclos automáticos de descongelación y son casi dos veces más eficientes que los de antes. A la hora de comprar nuevos electrodomésticos (no solamente frigoríficos, sino lavadoras, lavaplatos, etc.), elegir los que tengan la etiqueta europea de Grado A, que significa que son muy eficientes; pero comparar también el consumo de energía entre los aparatos de Grado A porque puede variar de unos a otros.

- **Tener cuidado con las configuraciones que se emplean.** Si se pone el frigorífico al máximo, no sólo se consumirá más energía sino que los alimentos no se conservarán frescos tanto tiempo porque pueden estropearse al congelarse.
- **Mover el frigorífico y el congelador.** Si están cerca de los fuegos o de la caldera, consumirán mucha más energía que si están apartados de ellos. Por ejemplo, si se colocan en un sótano donde la temperatura es de 30-35º C, el consumo de energía es casi el doble y provoca una emisión adicional de 160 kg. de CO₂ al año en el caso del congelador, y de 320 kg. en el caso del frigorífico.
- **No poner en el frigorífico alimentos calientes o templados.** Se ahorra energía si se deja que se enfríen primero.
- **Comprobar si el agua está demasiado caliente.** No hace falta que el termostato del cilindro esté por encima de 60º C. Lo mismo ocurre con la caldera de la calefacción central. Recordar que el 70% de la energía consumida en los hogares de la UE se gasta en calentar la casa, y otro 14% en calentar el agua.
- **Busca los productos que lleven la eco-etiqueta europea con el símbolo de la flor.** La eco-etiqueta, que certifica un comportamiento medioambiental de alto nivel, se ha concedido a varios centenares de productos y servicios respetuosos con el medio ambiente pertenecientes a 25 grupos, como bombillas, detergentes, ordenadores y diferentes electrodomésticos.
- **Consume productos de temporada y de producción local:** es mejor para el medio ambiente, porque los productos cultivados en ecosistemas artificiales o invernaderos requieren una cantidad enorme de energía para mantener las temperaturas. Y transportar productos de un extremo al otro del mundo genera unas 1.700 veces más de emisiones de CO₂ que transportarlos en camión una distancia de 50 km.
- **¡Come verdura!** Producir carne aumenta las emisiones de CO₂ y metano, y requiere una gran cantidad de agua. De hecho, los animales rumiantes, como el ganado, las ovejas y las cabras, son grandes productores de metano debido al modo en que sus sistemas digestivos procesan los alimentos.
- **Si compras muebles de jardín u otros productos de madera, trata de asegurarte de que la madera proceda de una fuente de gestión forestal sostenible.** Los productos que llevan la etiqueta FSC o PEFC cumplen estos requisitos. Las prácticas forestales insostenibles contribuyen a la deforestación, que es la responsable de aproximadamente el 20% de las emisiones de CO₂ en todo el mundo. De estas prácticas la más habitual es la quema de los bosques, que causa emisiones de CO₂ y elimina la capacidad de los mismos para absorber CO₂.
- **Planta un árbol.** Un árbol de tamaño medio absorbe unos 6 kg de CO₂ al año, por lo que en 40 años absorberá en torno a 250 kg. De CO₂.
- **Llevar los envases de vidrio usados al contenedor y separa el papel y el cartón, el plástico y las latas del resto de la basura.** Reciclar una lata de aluminio puede ahorrar un 90% de la energía necesaria para hacer una nueva. Esto supone... ¡9 kg. de emisiones de CO₂ por cada kilogramo de aluminio! Por cada kg. de plástico reciclado, el ahorro es de 1,5 kg. de emisiones de CO₂; por cada kg. de cristal reciclado, el ahorro es de 300 gr. de emisiones de CO₂; y reciclar 1 kg. de papel en lugar de llevarlo al vertedero evita 900 gr. de emisiones de CO₂, además de emisiones de metano.

- **Evitar generar residuos.** La mayoría de los productos que compramos generan emisiones de gases invernadero de una u otra forma, es decir, durante la producción o la distribución.
- **Reutilizar las bolsas de la compra.** Utilizar una bolsa reutilizable en vez de aceptar una desechable en cada tienda es una forma de ahorrar energía y de minimizar los residuos. Los residuos no solamente liberan CO₂ y metano a la atmósfera, sino que pueden contaminar el aire, el agua subterránea y el suelo.
- **Escoger productos que vengan con poco envase** y comprar repuestos cuando sea posible; de este modo se podrá reducir la producción de residuos y el consumo de energía.
- **Comprar de forma inteligente:** una botella de 1,5 l. requiere menos energía para su fabricación y genera menos residuos que tres botellas de 0,5
- **Reciclar los residuos orgánicos.** Los vertederos son responsables del 3% de las emisiones de gases invernadero en Europa, debido al metano que liberan los residuos biodegradables al descomponerse. Si se recicla la basura orgánica o se hace abono con ella si se tiene jardín, ¡se puede ayudar a resolver este problema! Simplemente asegurarse de que se hace abono del modo adecuado, para que se descomponga con el oxígeno suficiente; de lo contrario generará emisiones de metano y un olor nauseabundo.