

Guia mediambiental

UNIO DE MÚTUES



UNIO DE MÚTUES
Mútua Col·laboradora amb la Seguretat Social N.º 267

Pròleg

Gairebé totes les activitats desenvolupades per l'ésser humà tenen un impacte sobre el medi ambient.

L'augment de l'esperança de vida i el desenvolupament econòmic han comportat un increment correlatiu en el consum de recursos, sempre limitats, en la generació de residus i en l'augment dels gasos amb efecte d'hivernacle, que produeixen una contaminació ambiental notable (de l'atmosfera, l'aigua i el sòl). Així doncs, actualment la cura del medi ambient és imprescindible per al desenvolupament sostenible: hem de reduir l'impacte sobre el medi ambient per augmentar l'eficiència en el consum de recursos, disminuir la producció de residus i reduir l'emissió de gasos amb efecte d'hivernacle.

Com a empresa socialment responsable, Unió de Mútues està compromesa amb la cura del medi ambient. Així constava en la primera edició del nostre Codi Ètic i es continua mantenint en el Codi Ètic i de Conducta actual.

Els plans de responsabilitat social successius incorporen sempre compromisos mediambientals. Un d'aquests va ser l'adhesió, que es va fer efectiva el 2007, als deu principis del Pacte Mundial de les

Nacions Unides, dels tres que es refereixen al medi ambient: donar suport a l'enfocament preventiu per afavorir el medi ambient; promoure una major responsabilitat mediambiental, i afavorir el desenvolupament i la difusió de tecnologies respectuoses amb el medi ambient.

D'altra banda, en els plans de gestió mediambiental es fixen anualment objectius d'acord amb les línies definides en els plans estratègics d'Unió de Mútues, en el marc del model de gestió EFQM que hem adoptat. A més, per assegurar la qualitat en la gestió mediambiental, es duen a terme anualment auditories, internes i externes, i es renova la certificació segons la norma ISO 14001, que vam obtenir el 2003 per primer cop.

Per contribuir a un desenvolupament mediambiental sostenible, un dels mitjans emprats a Unió de Mútues ha estat la sensibilització en aquesta matèria. Aquesta guia n'és una mostra més. Esperem que contribueixi a preservar el medi ambient i a millorar la rendibilitat a l'empresa i a la llar.

Energia

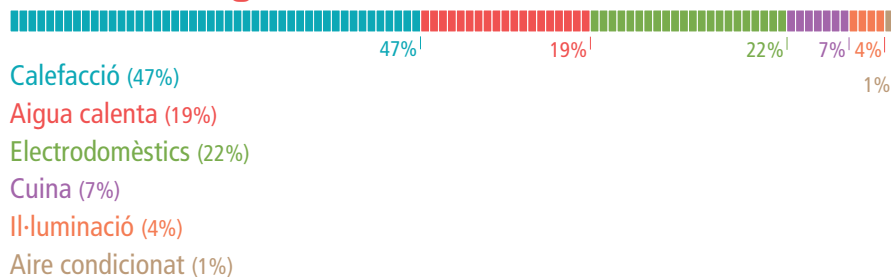
L'energia ni es crea ni es destrueix, es transforma.

Què has de saber

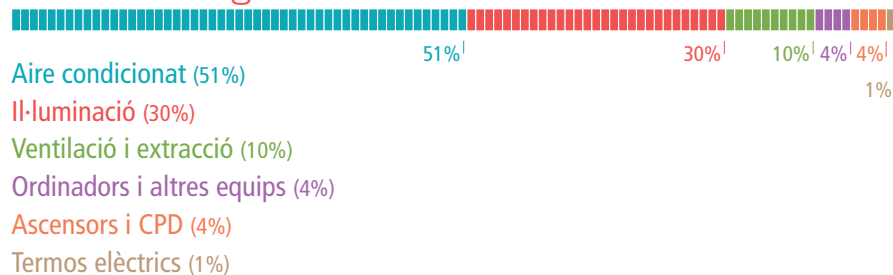
El procés de transformació i producció d'energia comporta un consum de recursos naturals i, en conseqüència, provoca un impacte en el medi ambient. Però, som conscients del valor incalculable que tenen els recursos que, convertits en electricitat, calor o combustible, fan més fàcil i confortable la nostra vida quotidiana i són la clau perquè les nostres indústries i empreses progressin?

REPARTIMENT ESTIMAT DE CONSUMS SEGONS L'ÚS

Consum energètic_LLAR



Consum energètic_OFICINA



Consells pràctics per a l'oficina

CLIMATITZACIÓ

Mantén la **temperatura del termòstat** de l'aire condicionat:

- > **Hivern: no superior a 21 °C**
- > **Estiu: no inferior a 26 °C**

El consum augmenta entre un 6% i un 20% per cada 1 °C de sobrecalefacció.

A l'inici de la jornada laboral, **no manipulis el termòstat de l'aire condicionat** per intentar pujar/baixar la temperatura de la sala més de pressa; no s'aconsegueix res.

Aprofita convenientment la inèrcia tèrmica de les instal·lacions, apagant la calefacció i la climatització, com a mínim, una hora abans de marxar de l'oficina.

IL·LUMINACIÓ

Apaga els llums quan les sales o els despatxos no s'hagin d'utilitzar durant un període superior a 30 minuts.

Redueix el nivell d'il·luminació artificial en la mesura que sigui possible. Adequa el nombre de lluminàries a la sala, eliminant o desconectant les que siguin innecessàries. Recorda que convé netejar les lluminàries.

Assegura't d'apagar la il·luminació de les zones abandonades temporalment si no tens previst utilitzar-les durant els 5 minuts següents.

Comprova que estiguin apagats els llums innecessaris, especialment a lavabos, despatxos sense ús, magatzems, zones d'espera o passadissos que disposin d'una bona il·luminació natural.

Apaga l'ordinador sempre que no l'hagis de fer servir durant, com a mínim, mitja hora.

**En ACABAR
la JORNADA
LABORAL**

Apaga l'ordinador i la pantalla.
Apaga la impressora i/o la fotocopiadora.
Apaga l'equip d'aire condicionat.
Apaga tots els llums de l'oficina.

Evita deixar connectats electrodomèstics i aparells amb consum en "stand by" o mode d'espera, ja que poden consumir fins a un 15% del que consumirien en condicions normals de funcionament.

Consells pràctics per a la llar

Incorpora sistemes d'aïllament a la llar, com, per exemple, finestres amb doble vidre, rivets als marcs de les finestres...

Aprofita la llum natural, en tant que sigui possible.

A l'hivern, **apaga la calefacció a la nit i al matí** i no l'encenguis fins que hagi ventilat la casa i hagi tancat les finestres. Per ventilar completament una habitació n'hi ha prou amb obrir les finestres uns 10 minuts: no cal més temps per renovar l'aire.

A l'hivern, tanca les persianes i les cortines a la nit: així evitaràs pèrdues de calor importants.

Convé **purgar l'aire dels radiadors** un cop a l'any, com a mínim, a l'inici de la temporada de calefacció.

Compra electrodomèstics amb etiquetatge energètic de classe A+ i A++.

No posis aliments calents a la nevera: si es deixen refredar fora, s'estalviarà energia.

Quan treguis un aliment del congelador per consumir-lo l'endemà, **descongela'l al compartiment de refrigerats en lloc de deixar-lo a l'exterior**; d'aquesta manera obtindràs guanys gratuïts de fred.

Aprofita al màxim la capacitat de la rentadora/rentavaixella i procura que treballin sempre a càrrega completa.

Substitueix les bombetes incandescentes per llums LED.



Aigua

L'aigua és un recurs fonamental, no només per al medi ambient, sinó també per a les persones.

Què has de saber

Malgrat que l'aigua sembli un recurs infinit, ja que un 80% de la superfície de la Terra està cobert per aigua, **només un 3%** d'aquesta quantitat és **aigua dolça**, per la qual cosa és importantíssim no malgastar-la. Per exemple, una aixeta oberta malbarata de 5 a 10 litres cada minut i el simple degoteig significa una pèrdua de 100 litres d'aigua al mes.

EL CONSUM MITJÀ DIARI PER PERSONA ÉS DE 200 LITRES I ES PODRIA DISTRIBUIR D'ACORD AMB LA FIGURA SEGÜENT

Consum d'aigua



Dutxa (30%)

WC (30%)

Pica (20%)

Rentadora (10%)

Altres (10%)

Consells pràctics per a l'oficina

- **Tanca les aixetes quan no utilitzis l'aigua.** Cada minut que passa amb una aixeta oberta es malgasten entre 5 i 10 litres d'aigua.
- Assegura't que **no hi ha fuites a la instal·lació**: una aixeta que goteja, un lavabo que perd aigua, etc.
- Comprova regularment la **lectura del comptador**.
- Instal·la aixetes de monocomandament i reductors de cabal.

Consells pràctics per a la llar

- **Dutxa't en lloc de banyar-te.** La dutxa consumeix 4 vegades menys aigua que el bany.
- **Tanca les aixetes quan no utilitzis l'aigua.**
- Instal·la **capçals de dutxa de baix consum**.
- **Redueix el volum d'aigua de la cisterna del lavabo** col·locant-hi una ampolla plena d'aigua.
- **No utilitzis el lavabo com a paperera.**
- **Utilitza l'aigua de bullir els aliments o l'aigua que et sobri de l'assecadora** per regar les plantes.
- Instal·la **reductors de cabal i aixetes de monocomandament**.

A photograph of a forest path with large trees and green foliage. The path is made of gravel and leads into the distance. The trees are tall and have thick trunks. The foliage is dense and green.

Paper

El paper està format majoritàriament per cel·lulosa, component principal de les plantes llenyoses.

Què has de saber

El paper es pot elaborar a partir de fusta, de paper ja utilitzat o d'una mescla dels dos. A més, per fabricar-ne es poden seguir processos més o menys sostenibles. En funció d'això tindrem diferents tipus de paper. El paper reciclat és el que prové de paper ja utilitzat. El paper ecològic és el que per fabricar-lo, s'han tingut en compte criteris sostenibles com, per exemple, el consum elèctric o d'aigua derivat de la producció de paper.

Cal tenir en compte que un paper ecològic no cal que sigui reciclat i que un paper reciclat no ha de ser necessàriament ecològic.

CAL QUE TINGUIS EN COMPTE

No tot el paper es pot reciclar. El paper autocopiador, les etiquetes adhesives, els brics de begudes, el paper encerat o parafinat no ho són.

El paper no és millor pel fet de ser més blanc. De fet, com més blanc és el paper, més cansada es fa la lectura.

Consells pràctics per a l'oficina

- **Imprimeix per les dues cares** i evita escriure a dos o més espais.
- Per a esborranys o presentacions tipus **PowerPoint** **imprimeix 2 pàgines per full**.
- **No imprimeixis documents innecessaris.** Pots deixar-ne les còpies al disc dur de l'ordinador.
- **Utilitza mitjans informàtics** per enviar documentació i evita el fax i el correu.

Consells pràctics per a la llar

- Compra impressores que es puguin configurar per **imprimir per les dues cares**.
- Fes servir **fulls de 70 g/m²** en lloc dels de 90 g/m².
- Compra paper que provingui de **boscos gestionats amb criteris sostenibles i amb el major percentatge de fibra reciclada possible**.
- Fes servir el paper imprès per una cara per imprimir documents d'ús personal.
- **Diposita el paper als contenidors blaus.**
- **Subscriu-te a les versions informàtiques** de diaris o revistes.



Residus

*Els residus es poden classificar
en peril·losos o no peril·losos
segons quina sigui la seva naturalesa.*

Què has de saber

La millor manera de minimitzar l'impacte mediambiental produït pels residus és utilitzar la **REGLA DE LES 3 R**:

Reduir: evitar tot allò que, d'una manera o d'una altra, genera una deixalla innecessària.

Reutilitzar: tornar a utilitzar un producte o material diverses vegades sense tractament. Donar la màxima utilitat als objectes sense necessitat de destruir-los o llençar-los.

Reciclar: utilitzar els mateixos materials una vegada i una altra, reintegrar-los en un altre procés natural o industrial per fer el mateix producte o fer-ne de nous, emprant menys recursos naturals.

En cada producte apareix un LOGOTIP que ajuda el consumidor a saber si el material del qual està fet el producte és reciclable o on es pot disposar per reciclar-lo. Aquests logotips són els següents:

Un envàs amb el **punt verd** significa que l'empresa que l'ha produït és responsable i compleix la Llei 11/97 d'envasos i residus d'envasos. És a dir, es garanteix que, quan es converteixi en residu, aquest envàs es reciclarà i valoritzarà.

Banda o cinta de Möbius. Quan la banda apareix sola, significa que el producte o l'envàs està fet amb materials que es poden reciclar. Si la banda està dins d'un cercle vol dir que part dels materials del producte o de l'envàs han estat reciclats. El símbol pot especificar el percentatge de producte reciclat que porta. Normalment, aquesta dada acostuma a aparèixer als envasos i a les caps de cartró.

"Tidyman", una figura humana que disposa un residu en una paperera, indica al consumidor que es responsabilitzi de llençar-lo en un lloc adequat.

Pots contribuir al reciclatge de residus depositant-los al contenidor que hi hagi més a prop del teu domicili, tenint en compte que hi ha tres tipus de contenidors diferents:

► Groc



Per depositar els envasos:

- > metàl·lics
- > tipus bric
- > de plàstic
- > i fins i tot el paper encerat de productes de xarcuteria, el paper d'alumini i les safates de "suro blanc".

► Blau



Per depositar el paper i els cartons.

No hi llencis els bolquers, les compreses, els tovallons bruts ni fotografies.

► Verd



Per depositar els envasos de vidre.

No hi llencis bombetes o tubs fluorescents, miralls, ni els vidres de les finestres.

Consells pràctics

- Utilitza la regla de les 3 R: reduir, reutilitzar, reciclar.
- Fes servir bosses, caps, etc. diferents amb algun cartell que identifiqui quin tipus de residu conté.
- Consumeix productes en envasos retornables.
- Porta bosses pròpies de roba cada cop que vagis a comprar. D'aquesta manera evites utilitzar una bossa de plàstic nova cada cop.
- Utilitza els contenidors municipals per a residus plàstics, vidre i paper.



Transport

*Els mitjans de transport són
altament contaminants.*

Què has de saber

Els mitjans de transport són els **principals responsables del consum de petroli, de la contaminació i de l'augment de CO₂** a l'atmosfera.

Per cada litre de gasolina s'emeten a l'atmosfera 2,196 kg de CO₂, i per cada litre de gasoil s'emeten 2,471 kg de CO₂.

Circular amb pneumàtics amb una pressió 0,3 bars per sota de l'adequada augmenta el consum de combustible en un 3%.

Els vehicles equipats amb aire condicionat poden incrementar un 25% el consum.

Consells pràctics

- **Viatja en transport públic** sempre que sigui possible. Si no és possible, parla amb els companys o les companyes que visquin a la teva zona per **compartir el cotxe per anar a la feina**.
- **Mantingues els pneumàtics a la pressió adequada.**
- **Utilitza el portaequipatge només quan sigui necessari.**
- **Evita la conducció agressiva**, ja que les accelerades i frenades brusques provoquen un augment del consum de combustible i l'emissió de més gasos.
- **Fes servir la bicicleta o ves a peu** per a desplaçaments de menys de 2 km.
- Utilitza el **fre motor** per reduir la velocitat quan t'aproximis, per exemple, a un semàfor en vermell.
- **Redueix l'ús de la climatització** quan condueixis per ciutat (50 km/h).



Ecoetiqueta

o etiqueta ecológica.

Es pot definir l'etiquetatge ecològic com el distintiu atorgat a un producte o servei que, en complir una sèrie de criteris ecològics establerts, és considerat de menor impacte mediambiental que un altre de la mateixa categoria.

L'organització nacional d'estandardització (ISO) ha elaborat tres normes per definir els diferents tipus d'etiquetes ecològiques:

ISO 14024: etiquetatge ambiental de tipus I, autodeclaració.

ISO 14021: etiquetatge ambiental de tipus II, segell autoritzat.

ISO 14025: etiquetatge ambiental de tipus III, informació quantificable i verificable.

Actualment hi ha un gran nombre d'etiquetes ecològiques que abasten diferents sectors de la indústria elaborades a diferents països. A continuació et facilitem una adreça web amb més de 400 etiquetes oficials, de les quals mostrem alguns exemples:

<http://www.ecolabelindex.com/ecolabels/>



Blauer Engel

L'Àngel Blau és la marca alemanya atorgada per un jurat independent per a productes amb baixa incidència sobre el medi ambient al llarg del seu cicle de vida.

En funció de la categoria del producte, el text situat al voltant de l'etiqueta varia. Està disponible per a fabricants estrangers en les mateixes condicions que les companyies alemanyes.



Energy Star

És el símbol internacional d'eficiència energètica. Els productes que mostren aquest símbol han estat provats d'acord amb uns procediments establerts i satisfan o excedeixen els nivells més alts d'eficiència energètica sense comprometre el rendiment.

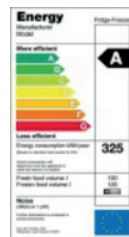


European Ecolabel

L'etiqueta ecològica europea és un programa voluntari, creat per animar les empreses a comercialitzar productes i serveis més respectuosos amb el medi ambient i per facilitar-ne la identificació als consumidors.

L'etiqueta només es concedeix un cop s'ha comprovat que el producte compleix els alts estàndards ambientals i d'acompliment acordats en l'àmbit europeu.

Actualment, l'etiqueta ecològica de la UE cobreix una gamma àmplia de productes i serveis: productes de neteja, electrodomèstics, productes de paper, tèxtils i productes per a la llar i el jardí, lubricants i serveis com ara allotjament turístic.



European Community Energy Label

Per llei, aquesta etiqueta ha d'aparèixer a tots els productes domèstics que s'exposin a la venda o per llogar.

La directiva s'aplica als tipus d'aparells domèstics següents, fins i tot quan aquests es venguin per a usos no domèstics: frigorífics, congeladors i aparells combinats, rentadores, assecadores i les seves combinacions, rentavaixel·la, forns, escalfadors d'aigua i d'aigua calenta, dispositius d'emmagatzematge, fonts d'il·luminació i aparells d'aire condicionat.



Forest Stewardship Council

El Forest Stewardship Council (FSC) és una organització no governamental sense ànim de lucre creada per promoure la gestió responsable econòmicament, socialment i ambientalment dels boscos del món.

Aquest certificat assegura que el producte compleix els estàndards FSC des de les matèries primeres fins a l'elaboració, la transformació, la fabricació i la distribució.



Processed Chlorine Free

Certificació per als productes de paper que exigeix que els agents de blanqueig emprats no continguin compostos de clor.



www.uniodemutues.net

