

Guia mediambiental

UNIÓN DE MUTUAS



UNIÓN DE MUTUAS
Mutua Colaboradora con la Seguridad Social N.º 267

Pròleg

Quasi totes les activitats desenvolupades pel ser 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 d'efecte hivernacle que produïxen una contaminació ambiental notable (de l'atmosfera, l'aigua i el sòl). Per tant, 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 d'efecte hivernacle.

Com a empresa socialment responsable, Unió de Mutuas està compromesa amb l'atenció mediambiental. 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 referixen al medi ambient: donar suport a l'enfocament preventiu per afavorir el medi ambient; promoure més 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 Mutuas, 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 obtindre el 2003 per primera vegada.

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

Energia

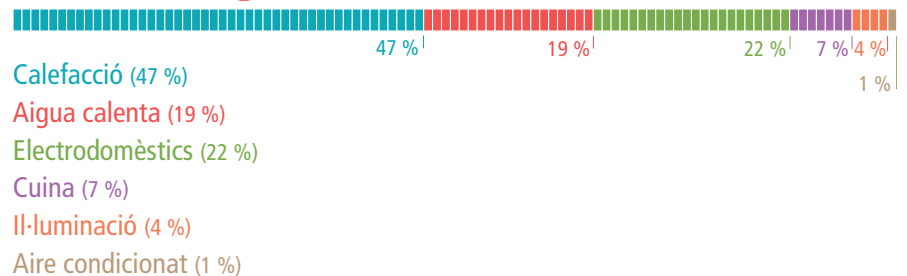
L'energia ni es crea ni es destrueix, es transforma.

Què has de saber

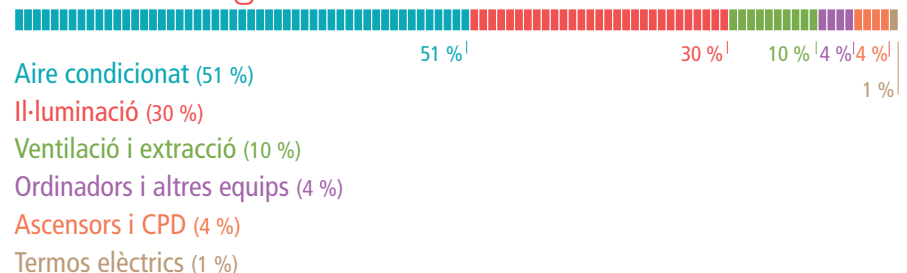
El procés de transformació i producció d'energia comporta un consum de recursos naturals i, en conseqüència, provoca un impacte en el medi ambient. Però, som conscients del valor incalculable que tenen els recursos que, convertits en electricitat, calor o combustible, fan més fàcil i confortable la nostra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

REPARTIMENT ESTIMAT DE CONSUMS SEGONS L'ÚS

Consum energètic_LLAR



Consum energètic_OFICINA



Consells pràctics per a l'oficina

CLIMATITZACIÓ

Mantín 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 manipules el termòstat de l'aire condicionat** per intentar apujar/abaixar la temperatura de la sala més de pressa; no s'aconsegueix res.

Aprofita convenientment la inèrcia tèrmica de les instal·lacions i apaga la calefacció i la climatització, com a mínim, una hora abans d'anar-te'n de l'oficina.

IL·LUMINACIÓ

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

Reduïx el nivell d'il·luminació artificial en tant que siga possible. Adequa el nombre de lluminàries a la sala i 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.

Vigila l'apagat de les llums innecessaris, especialment als lavabos, despatxos sense ús, magatzems, zones d'espera o passadissos que disposen d'una bona il·luminació natural.

Apaga l'ordinador sempre que no vages a utilitzar-ho 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 totes les 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 vidre doble, rivets als marcs de les finestres, etc.

Aprofita la llum natural, en tant que siga possible.

A l'hivern, **apaga la calefacció de nit i de matí** i no l'encengues fins que hages ventilat la casa i hages 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 de nit: així evitaràs pèrdues de calor importants.

Convé **purgar l'aire dels radiadors** una vegada 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 poses aliments calents a la nevera: si es deixen refredar fora s'estalviarà energia.

Quan tragues 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 llavadora/rentavaixel·la i procura que treballen sempre a càrrega completa.

Substitueix les peretes 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

Tot i que l'aigua sembla 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 malgasta de 5 a 10 litres cada minut i el simple goteig 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 utilitzes 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 fugues 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 consumix 4 vegades menys aigua que el bany.
- **Tanca les aixetes quan no utilitzes l'aigua.**
- Instal·la **capçals de dutxa de baix consum**.
- **Reduïx el volum d'aigua de la cisterna de l'inodor** col·locant una botella plena d'aigua.
- **No utilitzes el lavabo com a paperera.**
- **Utilitza l'aigua de bullir els aliments o l'aigua que et sobre de l'assecadora per a 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 a la seua fabricació 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 tindre en compte que un paper ecològic no cal que siga reciclat i que un paper reciclat no ha de ser necessàriament ecològic.

CAL QUE TINGUES 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

- **Imprimix per les dos cares** i evita escriure a dos o més espais.
- Per a esborranys o presentacions tipus **PowerPoint imprimix 2 pàgines per full.**
- **No imprimisques documents innecessaris.** Pots guardar les còpies al disc dur de l'ordinador.
- **Utilitza mitjans informàtics** per a 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 dos cares.**
- Utilitza **fulls de 70 g/m²** en lloc dels de 90 g/m².
- Compra paper que provinga de **bosc gestionats amb criteris sostenibles i amb el major percentatge de fibra reciclada possible.**
- Utilitza el paper imprés per una cara per a 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 siga la seua 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 desfer-se d'ells.

Reciclar: utilitzar els mateixos materials una vegada i una altra, reintegrar-los en un altre procés natural o industrial a fer el mateix o nous productes, utilitzant 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 depositar 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 complix 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.

Anell o cercle de Möbius. Quan l'anell apareix sense més, significa que el producte o l'envàs està fet amb materials que es poden reciclar. Si l'anell 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 caixes de cartró.

"Tidyman", una figura humana que disposa un residu en una paperera, indica al consumidor que es responsabilitza de desfer-se del mateix en un lloc adequat.

Pots contribuir al reciclatge de residus depositant-los al contenidor que hi haja 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 tirar els bolquers, les compreses, els tovallons bruts ni fotografies.

► Verd



Per depositar els envasos de vidre.

No tirar peretes o tubs fluorescents, miralls, ni els vidres de les finestres.

Consells pràctics

- Utilitza la regla de les 3 R: reduir, reutilitzar, reciclar.
- Utilitza bosses, caixes, etc. diferents amb algun cartell que identifiqui quin tipus de residu conté.
- Consumix productes en envasos retornables.
- Porta bosses pròpies de roba cada vegada que vagis a comprar. D'aquesta manera evites utilitzar una bossa de plàstic nova cada vegada.
- 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.

Una falta de 0.3 bars en la pressió dels pneumàtics 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 siga possible. Si no és possible, parla amb els companys o les companyes que visquen a la teua zona per **compartir el cotxe per anar a treballar**.

Mantingues els pneumàtics a la pressió adequada.

Utilitza el portaequipatge només quan siga 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.

Utilitza la bicicleta o ves a peu per a desplaçaments de menys de 2 km.

Utilitza el **fre motor** per a reduir la velocitat quan t'aproximes, per exemple, a un semàfor en roig.

Reduïx l'ús de la climatització quan conduïsqués per ciutat (50 km/h).



Ecoetiqueta

o etiqueta ecològica.

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

L'organització nacional d'estandardització (ISO) ha elaborat tres normes per a definir els diversos 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 referents a distints sectors de la indústria elaborades en diversos 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 incidència baixa 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 sigut provats d'acord amb uns procediments establits i satisfan o excedixen els nivells més alts d'eficiència energètica sense comprometre el rendiment.

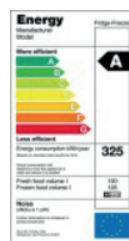


European Ecolabel

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

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

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



European Community Energy Label

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

La directiva s'aplica als tipus d'aparells domèstics següents, fins i tot quan aquestos es venguen per a usos no domèstics: frigorífics, congeladors i aparells combinats, llavadors, assecadores i les seues combinacions, llavaplat, 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 a promoure la gestió responsable econòmicament, socialment i ambientalment dels boscos del món.

Aquest certificat assegura que el producte complix 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 exigix que els agents de blanqueig emprats no continguin compostos de clor.



www.uniondemutuas.es

