



BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES

ANDAMUR
ever green



► El 25 de septiembre de 2015, los líderes mundiales adoptaron un conjunto de objetivos globales para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos como parte de una nueva agenda de desarrollo sostenible. Son los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

► Cada objetivo tiene metas específicas que deben alcanzarse en los próximos 15 años.

► Trabajamos para cumplir este compromiso y proteger el planeta.

► Con la intención de que todos colaboremos, hemos elaborado este documento para seguir las instrucciones y llevar a cabo buenas prácticas de consumo, gracias a los cuales contribuiremos a la consecución de los ODS vinculados al medio ambiente.



INTRODUCCIÓN

ANDAMUR
ever green



EMISIONES ATMOSFÉRICAS Y MANTENIMIENTO DE VEHÍCULOS

- ▶ Todos los vehículos y equipos tendrán un mantenimiento adecuado.
- ▶ Los aceites usados son residuos peligrosos, por ello su cambio se debe realizar en un taller/concesionario que acredite su correcta gestión.
- ▶ Los neumáticos fuera de uso de los vehículos de la empresa se deben cambiar en un establecimiento especializado, que garantice su correcta gestión.
- ▶ Fomentar la comunicación externa a través de videoconferencias, para reuniones, sesiones formativas, etc.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CONDUCCIÓN EFICIENTE

Razones para conducir eficientemente

- Reducción del consumo de carburante: el conductor con su comportamiento tiene una gran influencia sobre el consumo de carburante del vehículo, dando lugar a ahorros de carburante de hasta el 10%. Una mayor eficiencia en el consumo de carburante lleva asociado ahorro de costes y una disminución de las emisiones contaminantes a la atmósfera.
- Reducción de los costes de mantenimiento: las nuevas pautas a seguir provocan que los distintos sistemas del vehículo (frenos, embrague, caja de cambios, moto, etc.), estén sometidos a un esfuerzo inferior al que soportarían en el caso de la conducción convencional.
- Reducción de emisiones: la reducción del consumo de carburante a través de la puesta en práctica de la conducción eficiente conlleva una reducción de las emisiones de CO² y de otros contaminantes al medio ambiente.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CONDUCCIÓN EFICIENTE

Ideas generales para una conducción eficiente

- ▶ Antes de subir al vehículo, realizar un examen visual sobre algunos elementos.
- ▶ Verificar el funcionamiento del alumbrado y de las luces de advertencia.
- ▶ Neumáticos: presiones, desgastes, objetos incrustados, estado general y fijaciones.
- ▶ En paradas prolongadas (más de 60 segundos) apagar el motor.
- ▶ Una mala distribución de la carga puede ofrecer mayor resistencia al aire y mayor inestabilidad provocada por la disminución de adherencia del eje delantero.
- ▶ Transportar equipaje en la baca aumenta la resistencia al aire del vehículo, y por consiguiente incrementa el consumo de carburante.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CONDUCCIÓN EFICIENTE

Conducir y ser eficiente con el medio ambiente

- ▶ Circular en la marcha más larga posible y a bajas revoluciones.
- ▶ Mantener la velocidad de circulación lo más uniforme posible.
- ▶ En los procesos de aceleración, cambiar de marcha:
 - Entre 2.000 y 2.500 revoluciones en los motores de gasolina.
 - Entre 1.500 y 2.000 en los motores diesel.
- ▶ En los procesos de deceleración, reducir de marcha lo más tarde posible.
- ▶ Realizar siempre la conducción con anticipación y previsión.
- ▶ Recordar que mientras no se pisa el acelerador, manteniendo una marcha engranada, y una velocidad superior a unos 20 km/h, el consumo de carburante es nulo.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CONDUCCIÓN EFICIENTE

Controlar la temperatura del vehículo

- ▶ Al conducir con las ventanillas bajadas se está modificando el coeficiente aerodinámico del vehículo, provocando una mayor oposición al movimiento del vehículo y por lo tanto mayor esfuerzo del motor.
- ▶ Para ventilar el habitáculo lo más recomendable es utilizar de manera adecuada los dispositivos de aireación y circulación forzada del vehículo.
- ▶ El aire acondicionado o el climatizador es uno de los equipos accesorios con mayor incidencia en el consumo global de carburante: úsalo con moderación.
- ▶ Para mantener una sensación de bienestar en el coche, se recomienda una temperatura interior del habitáculo de 23-24°C. Se aconseja utilizar el aire acondicionado solamente cuando se supere esta temperatura media.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CONDUCCIÓN EFICIENTE

Ahorra en cada frenada

- ▶ Cuando se tenga que decelerar ante la disminución de la velocidad de circulación de la vía, o ante una posible detención, se utilizará:
 - El "freno motor", si es posible sin reducción de marcha.
 - El freno de pie para realizar pequeñas correcciones puntuales necesarias para acomodar la velocidad, o para la detención final.
- ▶ Aunque el consumo provocado por un solo cambio de marcha no sea muy elevado, si se añaden los consumos de todas las reducciones de marcha inútiles en procesos de deceleración, se obtiene un consumo total de cierta relevancia.



**FOMENTO DE LA
MOVILIDAD SOSTENIBLE**

ANDAMUR
ever green



CALEFACCIÓN / AISLAMIENTO

- ▶ No abrir las ventanas con la calefacción encendida.
- ▶ Ventilar la oficina 10 minutos y a primera hora de la mañana o al finalizar cada jornada.
- ▶ No tapar las fuentes de calor con cortinas, muebles o elementos similares.
- ▶ Instalar un termostato en la calefacción y regularlo para una temperatura de no más de 23° C en invierno, por cada grado adicional se gastara aproximadamente un 5% más de energía.
- ▶ Cerrar los radiadores que no se precise y apagar completamente la calefacción si la oficina va a estar desocupada.
- ▶ En caso de reformas, instalar doble acristalamiento en lugar de doble ventana, ya que aunque es más costoso, se producirá un ahorro mayor.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



AIRE ACONDICIONADO

- ▶ Antes de comprar un aparato de aire acondicionado, pensar si realmente se necesita. Existen posibilidades de refrigeración más baratas y ecológicas (toldos, ventiladores, ventilación natural, etc.).
- ▶ El movimiento del aire producido por un ventilador (preferentemente de techo) genera una sensación de descenso de la temperatura entre 3 y 5° C, y su consumo eléctrico es muy bajo.
- ▶ Ventilar a primeras horas de la mañana o durante la noche, cuando el aire es más fresco. Así como cerrar las ventanas y persianas en las horas de más calor.
- ▶ Colocar el aparato de aire acondicionado en una parte sombreada. Si se coloca al sol su consumo será mucho mayor.
- ▶ Utilizar siempre a una temperatura razonable, el frío excesivo aumenta considerablemente el consumo de energía.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



ILUMINACIÓN

- ▶ Aprovechar la luz del día y apagar las luces al salir de las instalaciones o al no estar en la oficina.
- ▶ Utilizar luces próximas para trabajos como leer y eliminar las luces indirectas que suponen gran consumo al tener que ser de mayor potencia.
- ▶ Sustituir las bombillas "normales" por otras de bajo consumo: consumen un 80% menos y duran 8 veces más. Frente a una bombilla convencional, evita a lo largo de su vida útil, la emisión a la atmósfera de casi media tonelada de CO². Supone un ahorro de energía de 640 kWh y de 72 € en la factura eléctrica.
- ▶ No apagar y encender con frecuencia los tubos fluorescentes, pues su mayor consumo de energía se produce en el encendido.
- ▶ Mantener limpias las bombillas, tubos fluorescentes y reflectores.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



ETIQUETADO DE ELECTRODOMÉSTICOS Y HERRAMIENTAS

► El etiquetado energético informa sobre el consumo de energía y otros datos complementarios relativos a cada tipo de aparato a lo largo de su vida. Este tipo de información aparece en algunos de los aparatos eléctricos que se pueden usar en una oficina como fuentes o los aparatos de aire acondicionado.

Las clases de eficiencia energética se pueden englobar en siete categorías desde la letra A hasta la letra G.

► Mediante esta clasificación, se pueden comparar electrodomésticos del mismo tipo. Así, un aparato de clase A, consumirá menos de la mitad que otro de clase G, lo que supondrá un ahorro muy grande a lo largo de la vida útil del aparato. Aunque el coste inicial de los más eficientes sea mayor es una inversión que se amortiza a medio plazo.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



ORDENADORES Y EQUIPOS INFORMÁTICOS

- Adquirir ordenadores que estén dotados de sistemas de ahorro de energía. Uno de los logotipos más extendidos es el conocido como Energy Star de la Agencia de protección ambiental de EEUU que garantiza que cada componente tiene un consumo inferior a 30 W. Otros logotipos son los de las marcas suecas Nutek y TCO.
- El monitor es el principal responsable del gasto eléctrico de los ordenadores y su tamaño determina su consumo energético. El salvapantallas que implica un ahorro significativo es el que funciona en modo black screen (pantalla en negro). Se aconseja un tiempo de diez minutos para que entre en funcionamiento.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



EL GASTO DE LOS APARATOS EN REPOSO

- ▶ Muchos electrodomésticos siguen consumiendo energía mientras están apagados. Son los que quedan con un piloto encendido en posición de reposo o stand by.
- ▶ Estos consumos, pequeños pero permanentes, pueden hacer que un aparato consuma más energía en el tiempo que está en espera, que en el que está en uso.
- ▶ Apaga los aparatos que queden conectados permanentemente a la red y elige aparatos que no registren consumos internos cuando no se usen.



**AHORRO DEL
CONSUMO ENERGÉTICO**

ANDAMUR
ever green



RECICLAJE Y AHORRO DE PAPEL

- Compromiso de los empleados en la separación adecuada de residuos, especialmente producidos en el comedor de la oficina.
- Apostar por la compra de productos a granel o compactados, y optar por materiales con embalajes más pequeños para minimizar el volumen de residuos producidos.
- Comprar productos y otros artículos que cuenten con el símbolo identificativo de adhesión a algún Sistema Integrado de Gestión de Residuos.
- Reducción, a lo estrictamente necesario, a la hora de imprimir mensajes de correos electrónicos recibidos o enviados.



**FOMENTO
DEL RECICLAJE**

ANDAMUR
ever green



CONSEJOS PARA AHORRAR AGUA

- ▶ Implantar sistemas de ahorro en el consumo de agua potable en grifos e inodoros, mediante la instalación de temporizadores, perlizadores, reductores de caudal, contrapesos o grifería termostática.
- ▶ Solucionar de inmediato posibles goteos y fugas en grifos, puesto que una pérdida de una gota por segundo puede generar un derroche de 30 litros al día, es decir, 11 m³ por año.
- ▶ El inodoro no es una papelera.
- ▶ Instalación de grifos monomandos en los espacios donde se requiera agua caliente y fría, ello conlleva ahorros del 50%.
- ▶ En las oficinas de edificios compartidos, demandar contadores individualizados de agua para controlar los consumos propios.



**AHORRO DEL
CONSUMO DE AGUA**

ANDAMUR
ever green

ANDAMUR

ever green



Estamos comprometidos con la protección y mejora del medio ambiente, siendo uno de los ejes fundamentales de nuestro Plan de Responsabilidad Social Corporativa.

Si quieres tener este contenido más accesible, claro y rápido, presta atención a nuestras RR.SS. Iremos subiendo ECO-CONSEJOS breves que podrás guardar fácilmente.



#CuidamosLoQueImporta