

GUÍA MEDIOAMBIENTAL



ESCOLAPIAS SOSTENIBLE

DE FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

ÍNDICE

1. LA ENERGÍA NI SE CREA NI SE DESTRUYE, SE TRANSFORMA.
Consejos prácticos sobre la energía.

2. EL AGUA.
Consejos prácticos sobre el agua.

3. EL PAPEL.
Consejos prácticos sobre el papel.

4. LA PRODUCCIÓN Y LA INCINERACIÓN DE PLÁSTICOS.
Consejos prácticos sobre el plástico.

5. LOS RESIDUOS.
Consejos prácticos sobre los residuos.

6. LOS MEDIOS DE TRANSPORTE.
Consejos prácticos sobre los transportes.

EL PROPÓSITO DE ESCOLAPIAS

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES



Casi todas las actividades desarrolladas por el ser humano tienen un impacto sobre el medio ambiente.

Actualmente el cuidado del medio ambiente es imprescindible para el desarrollo sostenible: tenemos que reducir el impacto sobre el medio ambiente para aumentar la eficiencia en el consumo de recursos, disminuir la producción de residuos y reducir la emisión de gases invernadero.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

1. LA ENERGÍA NI SE CREA NI SE DESTRUYE, SE TRANSFORMA.

El proceso de transformación y producción de energía comporta un consumo de recursos naturales y, en consecuencia, provoca un impacto en el medio ambiente. Pero, ¿somos conscientes del valor incalculable que tienen los recursos que, convertidos en electricidad, calor o combustible, hacen más fácil y confortable nuestra vida cotidiana y son la clave para que nuestras industrias y empresas progresen?

• CONSUMO ENERGÉTICO EN CASA:

Calefacción (47%) Agua caliente (19%) Electrodomésticos (22%) Cocina (7%) Iluminación (4%) Aire acondicionado (1%)

• CONSUMO ENERGÉTICO EN EL COLEGIO:

Iluminación () Ventilación y extracción () Aire acondicionado () Ordenadores y otros equipos () Ascensores y CPD () Termos eléctricos ()

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE LA ENERGÍA



EVITA:



Temperaturas extremas del termostato:
Invierno: no superior a 21°C
Verano: no inferior a 26 °C



Luces innecesarias de espacios que no se tengan que utilizar o bien iluminados con luz natural. Sustituye bombillas incandescentes y fluorescentes por luces LED.



Aparatos en standby. Apaga los ordenadores en desuso durante más de media hora.

APROVECHA:



Deja enfriar los alimentos antes a ponerlos a la nevera.
Descongela los alimentos para el día siguiente en el compartimento de refrigerados en lugar de dejarlo al exterior para obtener ganancias gratuitas de frío.



Aprovecha la inercia térmica: apaga la climatización, como mínimo, una hora antes de marchar de la sala.

Cierra las puertas y ventanas cuando esté la calefacción en funcionamiento.

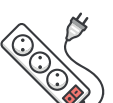
Consume biometano o gas sintético.



Aprovecha al máximo la capacidad de la lavadora y lavavajillas



Utiliza fotocopiadoras con sistema Energy Star que reducen el consumo de energía y evitan la contaminación.



Utiliza regletas múltiples con interruptor o enchufe programable.



Aprovecha la luz natural.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

2. EL AGUA ES UN RECURSO FUNDAMENTAL, NO SOLO PARA EL MEDIOAMBIENTE, SINO TAMBIÉN PARA LAS PERSONAS.

A pesar de que el agua parezca un recurso infinito, puesto que un 80% de la superficie de la Tierra está cubierto por agua, **solo un 3%** de esta cantidad es agua dulce, por eso es importantísimo no malgastarla. Por ejemplo, un grifo abierto derrocha de 5 a 10 litros cada minuto y el simple goteo significa una pérdida de 100 litros de agua en el mes.

• **CONSUMO MEDIO DIARIO POR PERSONA** - 200 LITROS Y SE PODRÍA DISTRIBUIR DE ACUERDO CON LA FIGURA SIGUIENTE:

Ducha (30%) WC (30%) Lavabo (20%) Lavadora (10%) Otros (10%)

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE EL AGUA



EVITA:



Dejar los grifos abiertos cuando no utilices el agua.



Posponer la reparación de fugas de agua y otras posibles averías.



Utilizar el lavabo como papelera.

APROVECHA:



Instala reductores de caudal y grifos de monomando.

Colocar en los grifos de los baños y cocina temporizadores o perlizadores del agua (pueden ahorrar en el consumo del agua desde un 40% a un 75%).



Reduce el volumen de agua de la cisterna del lavabo colocando una botella llena de agua o sustituye las cisternas de los lavabos por cisternas de doble descarga.



Comprueba regularmente la lectura del contador.



EN COCINA: para limpiar verduras se utilizará preferiblemente un recipiente en vez de limpiarlas con el grifo abierto de forma continuada.



Utiliza el agua de hervir los alimentos o el agua que te sobre de la secadora para regar las plantas.



Instala cabezales de ducha de bajo consumo.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

3. EL PAPER ESTÀ FORMAT MAJORITÀRIAMENT PER CEL·LULOSA, COMPONENT PRINCIPAL DE LES PLANTES LENYOSSES.

El papel se puede elaborar a partir de madera, de papel ya utilizado o de una mezcla de los dos. Además, para fabricar se pueden seguir procesos más o menos sostenibles. En función de esto tendremos diferentes tipos de papel. El papel reciclado es el que proviene de papel ya utilizado. El papel ecológico es el que para fabricarlo, se han tenido en cuenta criterios sostenibles como, por ejemplo, el consumo eléctrico o de agua derivado de la producción de papel.

No todo el papel se puede reciclar. El papel autocopiativo, las etiquetas adhesivas, los brics de bebidas, el papel encerado o parafinado no lo son.

El papel no es mejor por el hecho de ser más blanco. De hecho, cuanto más blanco es el papel, más cansada se hace la lectura.

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE EL PAPEL



EVITA:



Imprimir documentos innecesarios. Puedes dejar las copias al disco duro del ordenador. Utiliza medios informáticos para enviar documentación y evita el fax y el correo.



Hojas de alto gramaje. Usa hojas de 70g/m² en lugar de los de 90g/m².



Impresiones a color. Imprime en blanco y negro, a excepción de la cartelería.

APROVECHA:



Papel reciclado. Compra papel que provenga de bosques gestionados con criterios sostenibles (productos de origen forestal certificados por PEFC) y con el mayor porcentaje de fibra reciclada posible o sin blanquear con cloro.



Compra impresoras que se puedan configurar para imprimir por las dos caras.



Reutiliza y recicla las hojas. Deposita el papel a los contenedores azules.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

4. LA PRODUCCIÓN Y LA INCINERACIÓN DE PLÁSTICOS CONTRIBUYE EN GRAN MEDIDA AL CAMBIO CLIMÁTICO.

La contaminación por plásticos es uno de los principales retos medioambientales que tenemos en la actualidad, el proceso de producción y destrucción de los mismos **contaminan de manera exponencial los ecosistemas**.

Con este ritmo se calcula que al **2050 habrá 12 mil millones de toneladas de residuos plásticos contaminando nuestro planeta**.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) declaró que en el año se producen alrededor de **300 mil millones de toneladas de residuos plásticos**, en el mar el 80% de los residuos marinos son plásticos.

La descomposición de los plásticos sobrepasan los 100 años, razón por la cual la acumulación de los mismos cada vez aumenta.

El Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA) muestra que actualmente son **199 millones de toneladas de desechos plásticos en el océano**, las cuales representan un mínimo de 85 por ciento de todos los desechos marinos.

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE EL PLÁSTICO



PRIORIZA:



Bolsas reutilizables, orgánicas o biodegradables.



Vasos, cubiertos o utensilios reutilizables.



Bolsas de tela y tarros de cristal para llevar el almuerzo o comer.



Recicla los plásticos a los contenedores indicados.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

5. LOS RESIDUOS SE PUEDEN CLASIFICAR EN PELIGROSOS O NO PELIGROSOS SEGÚN CUAL SEA SU NATURALEZA.

La mejor manera de minimizar el impacto medioambiental producido por los residuos es utilizar la REGLA DE LAS 7R:

- 1. REDISEÑAR:** todos los productos que creamos teniendo en cuenta las consecuencias medioambientales.
- 2. REDUCIR:** evitar todo aquello que, de una forma o de otra, genera un desecho innecesario.
- 3. REUTILIZAR:** volver a utilizar un producto o material varias veces sin tratamiento. Dar la máxima utilidad a los objetos sin necesidad de destruirlos o tirarlos.
- 4. REPARAR:** cuando se nos echa a perder algo, a menudo se puede arreglar, es más económico que comprarlo nuevo y mucho más sostenible.
- 5. RENOVAR:** todos tenemos objetos que dejamos de utilizar para ser antiguos, podemos actualizarlos para que vuelvan a tener la misma funcionalidad o utilizarlos por otras cosas.
- 6. RECUPERAR:** poder recuperar aquellos materiales ya utilizados por vuelta-los a usar como materia delgada de un proceso de producción y, crear así, nuevos productos.
- 7. RECICLAR:** utilizar los mismos materiales una y otra vez, reintegrarlos en otro proceso natural o industrial para hacer el mismo producto o hacer de nuevos, empleando menos recursos naturales.

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE LOS RESIDUOS



SÚMATE Y FÍJATE:



Azul. Para depositar el papel y los cartones. No tires los pañales, las compresas, las servilletas sucias ni fotografías.



Verde. Para depositar los envases de vidrio. No tires bombillas o tubos fluorescentes, espejos, ni los vidrios de las ventanas.



Amarillo. Para depositar los envases: metálicos, tipos bric, de plástico, e incluso, el papel encerado de productos de charcutería, el papel de aluminio y las bandejas de "corcho blanco".



Utiliza la regla de las 7R.



Comprueba la simbología de los envases que compres:

- Garantiza que este envase se reciclará y valorizará.
- Producto o envase hecho con materiales que se pueden reciclar.
- Dentro de un círculo: parte de los materiales son reciclados.
- El símbolo: porcentaje de producto reciclado que porta.
- Para que nos responsabilizamos de tirarlo en un lugar adecuado.



Almacena, controla y retira los residuos peligrosos por parte de una empresa autorizada por las autoridades pertinentes.



Recoge en un recipiente adecuado el aceite usado de la cocina y depositarlo después en un contenedor para aceites usados.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

3. EL PAPER ESTÀ FORMAT MAJORITÀRIAMENT PER CEL·LULOSA, COMPONENT PRINCIPAL DE LES PLANTES LENYOSSES.

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.

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.

CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE LOS

MEDIOS DE TRANSPORTE



EVITA:



La conducción agresiva, puesto que las aceleradas y frenazos bruscos provocan un aumento del consumo de combustible y la emisión de más gases. Utiliza el freno motor para reducir la velocidad cuando te aproximes, por ejemplo, a un semáforo en rojo.



Neumáticos en mal sido. Mantén los neumáticos a la presión adecuada. Utiliza el portaequipatge solo cuando sea necesario.



Climatización cuando conduzcas por ciudad (50 km/h).

APROVECHA:



Viaja en transporte público siempre que sea posible. Si no es posible, habla con los compañeros o las compañeras que vivan en tu zona para compartir el coche para ir al trabajo.



Compra productos frescos «kilómetro cero» (productos procedentes de campesinos y productores de la zona).



Usa la bicicleta o ve a pie para desplazamientos de menos de 2 km.

GUÍA MEDIOAMBIENTAL

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES



“Construïmos
EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE
en las cuales *acompañamos*,
con *pasión* y **profesionalidad**,
el **CRECIMIENTO** de
personas *felices* y **competentes**,
comprometidas con el cuidado
de la **SOCIEDAD** y su **ENTORNO**. ”





Escolàpies El Masnou
Escolàpies Olesa
Escolàpies Figueres
Escolàpies Sabadell
Escolàpies Barcelona-Sant Martí
Escolàpies Barcelona-Llúria
Escolàpies Igualada
Escolàpies Palma
Escolàpies Valencia
Escolàpies Gandia

FUNDACIÓ ESCOLÀPIES

Joan de Peguera, 42 - 08026 Barcelona
936 760 358 - info@fundacioescolapies.org

Y si me has impreso:

"Cuando ya no me necesites... Por favor, voy al azul. ¡RECÍCLAME!"

