



MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES



Fundación Atenea

Manual Buenas Prácticas Ambientales de Fundación Atenea

Prohibida su reproducción y difusión. Todos los derechos reservados. Documento interno de Fundación Atenea 2023

Coordinación: Irene González Nieto

Autoría: M^a Luz Hermosell y Sara Calero Casares

Maquetación: Lorena Gullón Hijas

Imágenes de Fundación Atenea: Sara Calero Casares

Imágenes utilizadas: Unsplash.Com y Freepik.es

MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES

El presente documento servirá de referencia a las personas profesionales de Fundación Atenea para orientar el cumplimiento básico en los centros de trabajo en el compromiso de la Entidad con el medio ambiente.

ÍNDICE

01 Introducción

02 Recomendaciones

01

INTRODUCCIÓN

Este documento tiene como objetivo facilitar el compromiso adquirido por Fundación Atenea con el medio ambiente, su cuidado y protección así como el ahorro de recursos. Así se establece en la Política Ambiental y el manual de buenas prácticas, aprobada por la Dirección en 2020, que se a su vez, se actualiza con el Propósito, Misión y Valores establecidos en el Plan Estratégico 2023-2026.

En Fundación Atenea estamos concienciados/as con este problema y confiamos en que, con la aplicación de las siguientes recomendaciones, podamos realizar una valiosa aportación a través de un comportamiento responsable y sostenible que sirva para reducir y racionalizar el consumo de papel, agua, energía y combustible, además del volumen de residuos generados.

El presente manual, que se hace extensivo a todas las personas trabajadoras de Fundación Atenea, se alinea con la agenda 2030 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, concretamente con el ODS 12: Producción y Consumo responsable.



02

RECOMENDACIONES

Consumo de agua



El agua es uno de los bienes escasos más indispensables para la vida en nuestro planeta. Tenemos que evitar consumos innecesarios. **Sólo el 3% del agua mundial es agua dulce y de esta, el 0,5% está disponible para el consumo.** Por este motivo, es muy importante tomar conciencia sobre la limitación de recursos hídricos a los que nos enfrentamos.

Para ello, procura:



- No dejar correr el agua innecesariamente mientras la estás utilizando.
- Asegurarte de que los grifos quedan cerrados después del uso. Con las pérdidas y las fugas se puede perder hasta un 20% de agua.
- En los aseos, no utilices las tazas para tirar cosas ¡Para eso están las papeleras!
- Trataremos de implantar y utilizar a medida que se vayan sustituyendo las cisternas existentes por otras que incorporan mecanismos de doble descarga, ya que permite ahorrar hasta un 60% del agua utilizada en una descarga normal.



**Ahorra hoy
el agua de
mañana**



Esta pegatina irá colocada en baños y cocinas, cerca de los puntos de agua con las siguientes especificaciones:

Tamaño: 9x9

Impresión en **papel adhesivo**

Lugar: cerca de los puntos de agua en baños y cocinas y en lugar visible

Consumo de papel



El consumo de papel supone la tala de árboles y la generación de emisiones y vertidos contaminantes durante el proceso de fabricación. Con el objetivo de minimizar estas afecciones, procura:



- En la medida de lo posible, imprimir el papel por las dos caras.
- Siempre que sea posible, adapta el formato del documento a imprimir para que ocupe el menor número de hojas impresas.
- Separar el papel del resto de la basura para poderlo reciclar.
- Reutilizar el papel por las dos caras pudiéndose utilizar para tomar notas o borradores.

AHORREMOS PAPEL POR EL MEDIOAMBIENTE

- Imprime sólo cuando sea necesario
- Si utilizas letra más pequeña, gastarás menos papel
- Imprime en ambas caras del papel

¡CONTAMOS CONTIGO!

Esta pegatina irá colocada en las zonas de impresión y zonas comunes, con las siguientes especificaciones:

Tamaño: 13,07 x 18,47

Impresión en **papel normal**

Lugar: zonas de impresión y zonas comunes como salas de reuniones

Consumo de electricidad o combustibles para la climatización



La mayor parte de la electricidad que consumimos procede de las centrales que utilizan combustibles fósiles o energía nuclear. Minimizando su consumo disminuirémos los problemas asociados a la contaminación de la atmósfera o la generación de residuos. Para ello, procura:



- Regular los ajustes de los sistemas de climatización evitando los excesos de calor o frío.
 - Temperatura adecuada en la oficina entre los 23 y los 26°C
- Intentaremos no dejar puertas ni ventanas abiertas innecesariamente, para evitar la pérdida de calor en invierno, o la de frío en verano.
- Aprovechar en la medida de lo posible la iluminación natural y regular en la medida de lo posible la exposición al sol para mantener las estancias frías o calientes según la época del año.
- Apagar las luces y los equipos cuando no se vayan a utilizar.



Esta pegatina irá colocada en los puntos de luz y en la puerta de los despachos con las siguientes especificaciones:

Tamaño:

Puntos de luz: 6x6

Puerta de despachos: 7,8x7,8

Impresión en **papel adhesivo**

Lugar: encima de los puntos de luz (interruptores de apagado y encendido) y en la puerta de los despachos.



Esta pegatina irá colocada en los puntos de conexión de energía con las siguientes especificaciones:

Tamaño: 7,8x7,8

Impresión en **papel adhesivo**

Lugar: encima de los puntos de luz (enchufes) y en la puerta de los despachos.

Minimización y segregación de residuos



Aunque a veces es difícil reducir la cantidad de residuos generada durante nuestra actividad, podemos hacer lo posible para facilitar su reciclaje, o minimizar el impacto que puede producir su destino final.

Además, los residuos constituyen potencialmente una fuente de materias primas que puede disminuir el consumo de energía y el agotamiento de otros recursos necesarios para obtener dichas materias primas por otros métodos.

Para ello, asegúrate de gestionar correctamente los residuos:



- Los PELIGROSOS o ESPECIALES en contenedores habilitados para ello según la normativa vigente
- Los no peligrosos, en sus contenedores correspondientes.

En la medida de lo posible se separará en distintos contenedores siguiendo las indicaciones de las infografías siguientes.

Contenedor gris/naranja - residuos fracción resto



Restos de comida



Productos hechos con
materiales orgánicos



Restos de plantas y
hojas



Contenedor destinado a los residuos
procedentes de basura doméstica que no
dispongan de un contenedor específico
en la vía pública.



Aceite de
cocina



Cenizas, líquidos
tóxicos o inflamables



Bombillas o pilas

Esta impresión irá colocada
en los cubos de basura.

Tamaño: 13,07 x 18,47
Impresión en papel normal
Lugar: en la tapa de los
cubos de basura o en
paredes próximas.



Fundación Atenea

Contenedor marrón - orgánico



Pieles de frutas y
espinas de pescado



Cáscaras de huevo
o posos



Servilletas y papel
de cocina usados



Lo que debe depositarse en este contenedor es: restos de alimentos como pieles de frutas, espinas de pescado, plantas, cáscaras de huevo o posos; o servilletas y papel de cocina usados.



Objetos de cerámica



Colillas y chicles



Toallitas húmedas

Esta impresión irá colocada en los cubos de basura.

Tamaño: 13,07 x 18,47

Impresión en **papel normal**

Lugar: en la tapa de los cubos de basura o en paredes próximas.



Fundación Atenea

Contenedor amarillo - plásticos



Botellas y bolsas de plástico



Latas de conserva y bebidas



Briks: leche, zumos o sopas



Contenedor destinado a los envases de plástico, bolsas del mismo material, latas o envases tipo brik.



Juguetes de plástico



Papel plastificado



Cápsulas de aluminio de café

Esta impresión irá colocada en los cubos de basura.

Tamaño: 13,07 x 18,47

Impresión en **papel normal**

Lugar: en la tapa de los cubos de basura o en paredes próximas.



Fundación Atenea

Contenedor azul - papel y cartón



Papel



Papel de envolver



Cartón



Contenedor destinado para papel y cartón exclusivamente. ¡TRUCO! *Dobla y comprime los envases en vez de arrugarlos, para ahorrar espacio en el cubo.*



Briks: leche, zumos, o sopas



Servilletas y papel de cocina usado



Papel fotográfico

Esta impresión irá colocada en los cubos de basura.

Tamaño: 13,07 x 18,47

Impresión en **papel normal**

Lugar: en la tapa de los cubos de basura o en paredes próximas.



Fundación Atenea

Contenedor verde - vidrio



Botellas y botes de vidrio



Tarros y frascos de vidrio



Cartón



Contenedor destinado a los envases de vidrio. Ten en cuenta que vidrio y cristal no son lo mismo



Tapas, tapones de los envases depositado



Vasos, copas, cristalerías de mesa



Cristales rotos o espejos

Esta impresión irá colocada en los cubos de basura.

Tamaño: 13,07 x 18,47

Impresión en **papel normal**

Lugar: en la tapa de los cubos de basura o en paredes próximas.



Fundación Atenea

Si reciclamos, ganamos



Contenedor gris - residuos fracción resto

Aquí puedes depositar todos los residuos biodegradables de alimentos y desechos orgánicos como papeles y cartón manchados de grasa o aceite o tapones de corcho.



Contenedor verde - vidrio

En mi contenedor caben botellas de vidrio, frascos y tarros. Pero OJO! No me eches cristales rotos, restos de vajilla o bombillas.

Contenedor amarillo - plásticos y envases

A mi puedes depositarme todo tipo de envases metálicos como latas de conserva vacías, briks y envases de plástico.



Contenedor azul - papel y cartón

Yo me quedo con los envases de cartón y todo tipo de papeles como periódicos, libros, revistas y bolsas de papel.

Contenedor marrón - orgánico

Para mi son los restos de alimentos como pieles de frutas, espinas de pescado, cáscaras de huevo o servilletas y papel de cocina usados.



Esta impresión irá colocada en un lugar visible en la zona de reciclaje.

Tamaño: A4

Impresión en **papel normal**

Lugar: En paredes próximas a la zona de reciclaje.

¡Tenlo en cuenta!



Disponer de los **extintores contra incendios más adecuados en una oficina** o lugar de trabajo es muy importante, ya que normalmente contamos con maquinaria y equipos eléctricos que pueden provocar un incendio y causar un problema más grande.

El extintor es muy fácil de usar, siempre que se sigan las instrucciones de funcionamiento que aparecen en el extintor:

Paso 1: Tirar de la anilla del pasador para quitar el precinto

Paso 2: Apuntar a la base del fuego

Paso 3: Presionar la maneta.

Paso 4: Dirigir el chorro a la base de la llama, procurando mantener la botella en posición vertical.



SI TIENES DUDAS O PREGUNTAS

✉ calidad@fundacionatenea.org
☎ 914479997



Fundación Atenea