

MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES



Manual de Buenas Prácticas Ambientales para personal de oficinas

1. Introducción

En nuestro compromiso con la sostenibilidad y la protección del medio ambiente, hemos elaborado este **Manual de Buenas Prácticas Ambientales en Oficinas**.

Su objetivo es proporcionar a todos los empleados/as una guía sencilla y práctica para reducir el impacto ambiental de nuestras actividades cotidianas en el entorno de trabajo. A través de pequeños gestos individuales, como un uso responsable de la energía, la correcta gestión de residuos o la reducción del consumo de papel, podemos contribuir significativamente a la preservación del entorno natural.

Este manual pretende fomentar una cultura organizacional basada en el respeto al medio ambiente y en la mejora continua de nuestro desempeño ambiental.

2. Eficiencia energética

- Apaga el ordenador, monitor y otros dispositivos al finalizar la jornada o durante ausencias prolongadas.
- Usa el modo ahorro de energía en los equipos.
- Apaga las luces al salir de salas o despachos que no estén en uso.
- Aprovecha al máximo la luz natural.
- Ajusta la climatización: temperatura de confort entre 21-23 °C en invierno y 24-26 °C en verano.



3. Consumo responsable de agua

- No dejes grifos abiertos innecesariamente.
- Reporta cualquier fuga o mal funcionamiento al servicio de mantenimiento.
- Evita usar agua embotellada si tienes acceso a fuentes o dispensadores.



4. **Gestión de residuos**

- Separa correctamente los residuos: papel/cartón, plásticos/envases, orgánicos y resto.
- Evita el uso de productos desechables como vasos o cubiertos de un solo uso.
- Reutiliza papel siempre que sea posible.
- Usa la impresora solo si es estrictamente necesario (y en modo doble cara si se imprime).



5. **Uso responsable de materiales de oficina**

- Prioriza el uso de documentos digitales en lugar de impresos.
- Reutiliza carpetas, sobres y materiales siempre que sea posible.
- Evita el uso excesivo de material promocional o de papelería.



6. **Movilidad sostenible**

- Fomenta el uso del transporte público, la bicicleta o el coche compartido.
- Considera reuniones virtuales en lugar de desplazamientos innecesarios.
- Planifica rutas eficientes si necesitas moverte entre oficinas o visitas externas.



7. **Limpieza y productos ecológicos**

- Siempre que sea posible, opta por productos de limpieza con certificación ecológica.
- Reduce el consumo de aerosoles o productos con componentes tóxicos.
- Apoya políticas de limpieza respetuosas con el medio ambiente.



8. 💡 **Cultura Ambiental**

- Participa en campañas o actividades de concienciación ambiental organizadas por la organización.
- Comparte ideas o sugerencias para mejorar las prácticas sostenibles en la oficina.
- Sé un ejemplo: tu comportamiento puede motivar a otros compañeros/as.



9. 📌 **Seguimiento y mejora continua**

- Revisa periódicamente las acciones realizadas y evalúa su impacto.
- Ayuda a identificar oportunidades de mejora ambiental en tu puesto de trabajo.
- Informa sobre cualquier incumplimiento o incidencia ambiental al responsable designado.



Recuerda

Cada acción cuenta.

Tu compromiso diario ayuda a construir una oficina más responsable, eficiente y sostenible.

