

Consells d'estalvi energètic **al lloc de treball**



SOSTENIBLE 

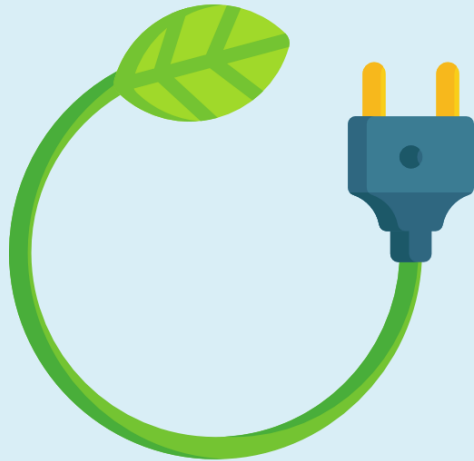


EFQM
Recognised for Excellence
4 Star - 2020

Electricitat

Sabies que...

L'estalvi derivat d'encendre la llum només quan és necessari pot voltar **1€ al mes per cada lluminària?**



- **Apaguem els llums** quan no estiguem al lloc de treball.
- Al finalitzar la nostra jornada, **desconnectem tot el que no estiguem utilitzant**: apaguem els llums, ordinadors, impressores i altres aparells.
- **Apaguem els equips informàtics** si marxem més d'una hora. En les pauses curtes, només la pantalla.
- **Desconnectem la pantalla de l'ordinador** quan no l'utilitzem (reunions, esmorzars, dinars...).
- **Desendollem els carregadors** i aparells que no necessitem.
- Als llocs on sigui possible, **aprofitem la llum natural** per il·luminar el nostre lloc de treball. Apaguem els llums encesos en despatxos, consultoris o zones on no hi hagi ningú.

Aigua

Sabies que...

Una aixeta que degota pot tenir un **consum diari de fins a 40 litres?**

- Evitem malgastar l'aigua.
- **Tanquem bé les aixetes.** Avisem el servei de Manteniment si n'hi ha alguna que degota.
- Tanquem l'aixeta **mentre ens ensabonem les mans.** Amb aquest petit gest aconseguirem estalviar 12 litres per minut.
- L'inodor **no és un contenidor d'escombraries.** Fem servir els contenidors habilitats.
- Fem ús del **sistema de reducció de descàrrega d'aigua** en els inodors que en disposin, i **aviseu el Servei de Manteniment** si hi ha algun inodor que perd aigua contínuament.
- En els nostres centres es renten molts quilos de roba al cap de l'any, el que suposa un gran consum d'aigua i detergent. Entre tots podem contribuir a la conservació del medi ambient:
 - Fem un **ús adequat de la roba**, responsabilitzem-nos de la seva utilització.
 - Canviem i **rentem la roba quan sigui necessari**, no ho fem "per costum".



Climatització

Sabies que...

Una bona gestió de la climatització pot **reduir fins a un 40%** de la despesa energètica?



- A l'hivern, la temperatura de **la calefacció no pot superar els 21°C**, aquest és el nivell tèrmic òptim que exigeix la normativa. Per cada grau addicional s'augmenta **entre un 5 i un 7%** el consum d'energia.
- A l'estiu, la temperatura de **l'aire condicionat no pot ser inferior a 26°C**. Per cada grau per sota **consumirem un 8% més d'energia**.
- **Tanquem portes i finestres** per mantenir la climatització adient de l'espai.
- Si hem de ventilar algun espai **obrint la finestra, aturem la climatització**. En cas contrari, estarem malgastant l'energia.
- Sempre que sigui possible, apaguem l'aparell de climatització **quan finalitzem la nostra jornada laboral**.

Residus

Sabies que...

La fabricació d'una tona de paper suposa la **tala de 15 arbres i 225.000 litres d'aigua?**

- El millor residu és **el que no es genera** i el millor reciclatge, **el que no cal**.
- **Reutilitzem** els productes sempre que puguem.
- **Separem els residus** i dipositem-los en el **contenedor adequat**, tant a casa com a la feina.
- Utilitzem les **dues cares del paper**. Els fulls impresos es poden convertir en blocs de notes, paper esborrany...
- Abans d'**imprimir documents digitals** (correus electrònics, informes...) pensem **si és realment necessari**.
- Utilitzem **el correu electrònic** com a mitjà **per enviar documents** sempre que sigui possible. Evitem enviar missatges i documents impresos.
- Evitem guardar còpies en paper de tots els documents i informes. **Desem-los a l'ordinador**.



Emissions

- Si reduïm **el consum innecessari d'aigua, electricitat i climatització**, estarem reduint les emissions de gasos d'efecte hivernacle a l'atmosfera.
- Podem **utilitzar els transports públics** i, en el seu defecte, podem **compartir vehicle** per venir a treballar, així també estalviarem en la nostra factura i contribuïrem a descongestionar el trànsit de la nostra ciutat.
- Alguns edificis d'Althaia disposen de **places per a la recàrrega de vehicles i patinets elèctrics**. Desplacem-nos amb mitjans no contaminants.
- Des de l'entrada a la Xarxa Catalana d'Hospitals Lliure de Fum, el 2004, i posteriorment amb el compliment de la Llei del tabac (Llei 28/2005), hem contribuït a una reducció de contaminació significativa produïda pel fum del tabac. Recorda que **està prohibit fumar en els interiors i els exteriors dels centres sanitaris**. Althaia ofereix suport als professionals per deixar aquest hàbit, només cal demanar hora al Servei de Vigilància de la Salut (ext. 3301).
- El **soroll** també és una **font d'emissions contaminants** als nostres centres, intentem minimitzar-lo.

Sabies que...

Cada habitant genera
**quatre tones anuals
de CO₂?**



Consells d'estalvi energètic **al lloc de treball**



SOSTENIBLE 

