

GUÍA DE BOAS PRÁCTICAS AMBIENTALES



GUÍA DE BOAS PRÁCTICAS AMBIENTALES DE TECNÓPOLE

TECNÓPOLE É MEMBRO DO PACTO MUNDIAL DA ONU, ADQUIRINDO ASÍ O COMPROMISO DE FACER SEUS OS DEZ PRINCIPIOS DE SUSTENTABILIDADE EMPRESARIAL



tecnópolis



ESTA GUÍA PRETENDE FOMENTAR INICIATIVAS QUE PROMOVAN UNHA MAIOR RESPONSABILIDADE AMBIENTAL E APOIAR TECNOLOXÍAS EN FAVOR DO MEDIO.

Tecnópolis é membro do Pacto Mundial, adquirindo así o compromiso de facer seus os Dez Principios de sustentabilidade empresarial. O Parque constrúe así un marco estratéxico vinculado á Axenda 2030 que expón 17 Obxectivos de Desenvolvemento Sostible (ODS) para conseguir un desenvolvemento xusto e sostible.

Neste marco desenvólvese esta guía de boas prácticas considerando os principios 7, 8 e 9 de sustentabilidade do Pacto Mundial da ONU para promover un enfoque preventivo, fomentar iniciativas que promovan unha maior responsabilidade ambiental e apoiar tecnoloxías en favor do medio ambiente.

Como cidadáns e cidadás podemos e debemos participar de forma activa nas actividades que inflúen na nosa vida cotiá. O cambio climático é unha delas. Para cumprir cos obxectivos climáticos do mundo, tanto as persoas como as empresas deben lograr unha redución significativa das emisións de carbono.

Con este propósito elabórase esta guía que recolle as pautas de comportamento ambiental para TECNÓPOLE con 4 liñas de medidas.

Se segues as pautas desta guía estás axudándonos a lograr os Obxectivos de Desenvolvemento Sostible e salvagardar o medio ambiente. Sé parte do cambio!

MEDIDAS DE SENSIBILIZACIÓN

1. ¿ES CONSCIENTE DE QUE...



1. ELIXE UNHA CAUSA
2. XERA UN IMPACTO
3. COMUNÍCAO!

O primeiro paso é tomar consciencia de que realmente existe un problema. O Acordo do Cume do Clima de París (COP 21), asinado por 195 países máis a Unión Europea (UE), pretende ser o arranque definitivo para concienciar a comunidade internacional e á cidadanía de que tanto os gobernos, as empresas e nós mesmos debemos tomar medidas.

CALCULA A TÚA PEGADA



CAMBIOS NAS ACCIÓNS COTIÁS



AS 3 R

REDUCE
REUTILIZA
RECICLA

MOBILIDADE SOSTIBLE



PRACTICA O TELETRABALLO



SÉ CONSCIENTE DAS EMISIÓNS XERADAS NA PRODUCCIÓN DO QUE CONSUMES



MANTÉN LIMPA A TÚA CONTORNA DANDO EXEMPLO NA CASA E NO TRABALLO



FALA E FAI QUE OUTROS SE UNAN Á ACCIÓN



1 Medidas de sensibilización

1. Sé consciente do impacto das emisións de CO2.

O primeiro paso é tomar consciencia de que realmente existe un problema. O Acordo do Cume do Clima de París (COP 21), asinado por 195 países máis a Unión Europea (UE), pretende ser o arranque definitivo para concienciar a comunidade internacional e os/as cidadáns/as de que tanto os gobernos, as empresas e nós mesmos debemos tomar medidas.

A formación e concienciación é un elemento imprescindible para a aplicación de boas prácticas ambientais con enfoque preventivo e aumentando a responsabilidade ambiental. As persoas traballadoras, como elemento de primeira liña, han de ser as principais implicadas no desenvolvemento e implantación de prácticas ambientais máis respectuosas.

2. Calcula a túa pegada de carbono.

Unha boa ferramenta para ser conscientes e coñecer as nosas emisións é calcular a pegada de carbono. Isto axúdanos a identificar as fontes de emisións de gases de efecto invernadoiro que temos e establecer hábitos de aforro máis eficientes e sostibles. Para coñecer a nosa pegada pódense atopar diversas calculadoras e ferramentas en internet desde distintos organismos oficiais. Se o prefires, Tecnópole pode poñerte en contacto con entidades expertas próximas que te axuden a realizalo.

3. Incorpora algúns cambios nas túas accións cotiás.

Unha vez que somos conscientes das nosas emisións, debemos intentar diminuílas. A nivel individual é posible diminuír o impacto con accións sinxelas, como subir andando as escaleiras, non comer carne un día á semana, controlar o noso lixo dixital, apagar os equipos electrónicos cando non se usen, reducir o consumo de auga, comprar produtos próximos, comprar menos roupa nova, utilizar material reciclado na medida do posible. Favorecer a comunicación a través de medios electrónicos. É importante, informar ao centro cando sexa necesario realizar accións de mellora, incluíndo limpeza das luminarias (evitando acendido de luces non necesarias), limpar os filtros de saída de aire (para aforrar en climatización), illar termicamente algunha instalación ou facer mantemento de equipos de aire acondicionado.

3.1. Aplica as 3 R na túa vida diaria (Reduce, Reutiliza, Recicla).

Manter estes 3 R nas nosas accións cotiás establece un modelo de consumo responsable moito menos contaminante e máis eficiente e contribúe a alongar o ciclo de vida dos produtos.

3.2. Practica unha mobilidade sostible.

Lembra: a menos uso do coche, menos emisións. Conducir 50 quilómetros menos cada semana reduce en 450 quilogramos as emisións de CO₂. Cada litro consumido de gasóleo lanza unhas emisións de 2493 quilos de CO₂. Se non queda outra que utilizalo, polo menos aproveitalo ao máximo, compartindo o seu espazo con outros ocupantes, e practicar un estilo de conducción ecolóxico. Reducir en só 1

l/100 km o consumo supón deixar de emitir 2,5 toneladas de CO₂ á atmosfera cada ano.

Á súa vez, sempre que sexa posible para ti, utiliza o transporte público, vai a pé ou en bicicleta ao traballo ou a lugares aos que te despraces en xeral. Por suposto, sempre que poidas evita as viaxes en avión xa que son os máis contaminantes

3.3. Promove/practica o teletraballo.

Os efectos do teletraballo durante o confinamento tiveron un impacto no ambiente, con menos persoas a nivel mundial movéndose entre cidades para ir traballar en coche privado. Entre xaneiro e xuño de 2020, o planeta reduciu un 8,8% as emisións de CO₂ en comparación co ano anterior, cando normalmente se incrementa cada ano ao redor de 1,5%. En España, esta redución foi do 18,8%", debido a que "aquí as medidas foron máis duras que en ningún lugar".

3.4. Sé consciente das emisións xeradas para producir o que consumes. Intenta modificar este consumo: revisa as etiquetas, utiliza produtos con menor pegada ambiental. Os produtos de "quilómetro cero", tamén coñecidos como de "proximidade" ou de "cadea curta", elabóranse e comercialízanse de forma local. Por iso, reducen as emisións de CO₂ e outros impactos ambientais do transporte internacional. Tamén favorecen a economía local.

4. Mantén limpa a túa contorna dando exemplo na casa e no traballo.

Cada ano a xente tira 2000 millóns de toneladas de lixo. Aproximadamente un terzo causa danos ao medio ambiente, desde a obstrución das reservas de auga ata o envelenamento do chan.

Os seres humanos, os animais e as plantas sofren as consecuencias da contaminación do chan e a auga polo lixo refugado de forma inadecuada. Utiliza o que necesites e, cando teñas que tirar algo, faino correctamente. Educa aos demais para que fagan o mesmo.

Participa nas limpeza locais de parques, ríos, praias e outros lugares.

5. Elixe unha causa, xera un impacto e comunícao.

Fala e fai que outros se unan á acción. É unha das formas máis rápidas e eficaces de marcar a diferenza. Fala cos teus veciños, compañeiros, colegas, amigos e familiares para que actúen xa. A acción polo clima é unha tarefa de todos e que nos concirne a todos. Ninguén pode facelo só, pero podemos facelo todos xuntos. Participa en campañas de sensibilización e difunde a nosa guía de boas prácticas.

Propón novas accións/ideas, ao parque ou á túa empresa, que poidan xerar benestar ambiental e axudarémoste a promovelas e comunicalas.

2 Medidas de aprovisionamento

É importante que na compra de subministracións e/ou de servizos teñamos en conta o respecto ao medio ambiente. Propóñense as seguintes medidas:

1. Utilizar fontes de enerxía renovables.

Na actualidade, o desenvolvemento tecnolóxico e a evolución do mix enerxético permítenos elixir entre unha ampla gama de enerxías renovables. Desde as comunidades solares ata contratar un servizo que garanta o uso de enerxía eólica ou apostar por combustibles creados a partir de biomasa e residuos orgánicos.

2. Dar preferencia a materiais e produtos que teñan en conta a sustentabilidade. Buscaranse preferentemente produtos próximos, que acheguen riqueza ao rural e sostibles se é posible con algunha certificación ambiental, ou coa Etiqueta Ecolóxica da Unión Europea ou Marca Aenor-Medio Ambiente.
3. Establecer un plan para deixar de comprar produtos con elementos tóxicos, nocivos, irritantes ou perigosos para o medio ambiente (p.ex. typex).

4. Elixir subministradores que fagan unha xestión ambiental correcta.
5. Axustar as compras ao necesario. Solicitar produtos (tónér, material de oficina, outros) nas cantidades adecuadas. Para iso, faranse estimacións en base ao rexistro de uso.
6. Dar prioridade á compra de equipos con sistemas de aforro enerxético que non teñan efectos negativos sobre o medio ambiente baixo consumo de enerxía, reducido nivel do ruído etc.

MEDIDAS DE APROVISIONAMENTO

¿TEÑEN IMPACTO AS COMPRAS E O APROVISIONAMENTO?

2



Utilizar fontes de enerxía renovables



Dar preferencia a materiais e produtos que teñan en conta a sustentabilidade



Deixar de comprar produtos con elementos tóxicos, nocivos, irritantes ou perigosos para o medio



Elixir subministradores que fagan unha xestión ambiental correcta



Dar prioridade á compra de equipos con sistemas de aforro enerxético



Axustar as compras ao necesario



Priorizar elementos recargables



Adquirir produtos de longa duración



Cumprir os requisitos de almacenamento de cada material



Non comprar produtos envasados en plástico



7. Priorizar elementos recargables como bolígrafos, pilas, cartuchos de tinta, depósitos de tóner para fotocopiadoras etc.
8. Adquirir produtos de longa duración e que non se convertan en residuos nocivos ao final da vida útil.
9. Cumprir os requisitos de almacenamento de cada material, observando as recomendacións realizadas polo fabricante.
10. Non comprar produtos envasados en plástico. Non uses bolsas de plástico.

3 Medidas de aforro de recursos

O consumo de enerxía e auga son un dos principais causantes da nosa pegada de carbono. Por iso, é fundamental levar a cabo medidas que consigan aforrar no dito consumo. Detállanse a continuación algúns consellos.

MEDIDAS DE AFORRO DE RECURSOS

¿PODEMOS AFORRAR RECURSOS?

3



ILUMINACIÓN

Aproveitar a luz natural, limpar sistemas de iluminación, almacenar fluorescentes para reciclar, mellorar o sistema eléctrico para reducir o consumo, usar papel reciclado, imprimir a dobre cara, previsualizar antes de imprimir, e usar cartuchos de tóners reutilizados.



AIRE ACONDICIONADO E CALEFACCIÓN

Usar a climatización só cando sexa necesario, limpar os filtros de saída de aire para un rendemento óptimo e pechar os radiadores das salas non ocupadas.



EQUIPOS INFORMÁTICOS

Utilizar equipos informáticos enerxeticamente eficientes e configurar o modo de "aforro de enerxía", apagando os equipos en períodos de inactividade superiores a unha hora, e configurar o salvapantallas no modo "pantalla en negro" cun tempo de espera de 10 minutos para aforrar enerxía.



AUGA

Controlar o consumo de auga para detectar posibles fugas, arranxar goteos das billas, solicitar inspeccións de fontanería, tirar da cadea do inodoro só cando sexa necesario, regar á primeira hora da mañá ou ao atardecer para reducir a evaporación, empregar plantas autóctonas que consumen pouca auga, axustar correctamente os aspersores e concentrar o rego en zonas verdes, e deixar medrar o céspede alto para diminuir a evaporación da auga, especialmente en épocas secas.

1. Iluminación.

- Aproveitar ao máximo a luz natural.
- Limpar asiduamente os sistemas de iluminación para que o lixo non impida un rendemento óptimo.
- Almacenar os fluorescentes gastados nunha zona dispoñible para levar a reciclar.
- Estudar a posibilidade de mellora no sistema eléctrico (fluorescentes máis eficientes, reguladores de intensidade de luz...) para reducir o consumo de electricidade.
- Utilizar papel reciclado tanto para fotocopiar como para imprimir.
- Imprimir a dobre cara.
- Utilizar a vista previa antes de imprimir o documento.
- Usar cartuchos de tóners reutilizados e depositar os usados no contedor axeitado.

2. Equipos informáticos.

- Utilizar equipos informáticos enerxeticamente eficientes e configurar o modo de “aforro de enerxía”.
- Apagar os equipos informáticos en períodos de inactividade superiores a unha hora.
- Configurar o salvapantallas no modo “pantalla en negro”, porque se aforra enerxía. Aconséllase un tempo de 10 minutos para que entre en funcionamento este modo.

3. Aire acondicionado e calefacción.

- Usar a climatización só cando sexa necesario.
- Limpar os filtros de saída de aire para que o rendemento do aparato acondicionador sexa o axeitado.
- Pechar os radiadores das salas que non se estean ocupando

4. Auga.

- Controlar o consumo para coñecer posibles fugas da rede.
- Arranxar os goteos das billas e informar aos usuarios. Unha perda continuada pode desperdiciar ata 20 litros de auga ao día.
- Solicitar a realización de inspeccións da instalación de fontanería para detectar fugas.
- Tirar da cadea do inodoro só cando sexa necesario, (non o utilizar como cinseiro ou papeleira).
- Intentar regar a primeira hora da mañá ou ao atardecer diminúe un 30% a evaporación.
- Empregar plantas autóctonas que consumen pouca auga.
- Axustar correctamente os aspersores e concentrar o rego en zonas verdes.
- Deixar medrar o céspede alto, diminúe a evaporación da auga, sobre todo en épocas secas.

4 Medidas de Reciclaxe

A reciclaxe reduce 700 millóns de toneladas de CO2 ao ano no mundo. Un dato impactante e moi a ter en conta que se deu a coñecer na clausura do cume do Bureau of International Recycling (BIR). Estes 700 millóns de toneladas de CO2 equivale a reducir 100 quilos de CO2 por persoa e ano.

Reciclar implica aforrar materias primas, enerxía, auga e reducir as emisións de gases de efecto invernadoiro. E ademais, xera novos postos de traballo e tecido industrial. Sen dúbida, os beneficios de reciclar os nosos residuos son enormes en comparación coa acción tan sinxela e cotiá que supón.

Reciclar en España supón xerar riqueza e emprego local, poñendo en valor o esforzo que a sociedade española desenvolve na recuperación

dos seus residuos. A recollida global de residuos para reciclar (incluída a recollida selectiva municipal, porta a porta e puntos limpos, máis a recollida de operadores privados en grandes superficies de distribución, industrias...) creceu nos últimos anos ata situarse en case 10 millóns de toneladas.

Outra das vantaxes de reciclar é que se evita a acumulación de residuos en vertedoiros ou nas incineradoras dos ecoparques. É necesario, Indicar claramente as pautas para a reciclaxe de residuos, mantendo visibles en todo momento os sitios e contedores establecidos para ese efecto.

MEDIDAS DE RECICLAXE

4

A RECICLAXE REDUCE 700 MILLÓNS DE TONELADAS DE CO₂ AO ANO NO MUNDO. ESTES 700 MILLÓNS DE TONELADAS DE CO₂ EQUIVALE A REDUCIR 100 QUILOS DE CO₂ POR PERSOA E ANO



RECICLAR IMPLICA AFORRAR MATERIAS PRIMAS, ENERXÍA, AUGA E REDUCIR AS EMISIÓN



RECICLAR EN ESPAÑA SUPÓN XERAR RIQUEZA E EMPREGO LOCAL, POÑENDO EN VALOR O ESFORZO

VIDRO

A RECICLAXE DE VIDRO CONTRIBÚE Á LOITA CONTRA O CAMBIO CLIMÁTICO GRAZAS Á REDUCIÓN DE EMISIÓN DE CO₂ DERIVADA DO PROCESO DE FABRICACIÓN DE NOVOS ENVASES DE VIDRO A PARTIR DO CALCÍN RECICLADO. ADEMAIS EVITAMOS A EXTRACCIÓN DE MATERIAS PRIMAS DA NATUREZA, REDUCINDO A DESERTIZACIÓN E EROSIÓN DOS CHANS



PLÁSTICO

HAI 50 ANOS CADA HABITANTE CONSUMÍA 300 GRAMOS AO ANO DESTE MATERIAL. HOXE EN DÍA O CONSUMO É DE 120 QUILOS, E BOA PARTE DOS RESIDUOS QUE SE XERAN ACABAN NOS FONDOS OCEÁNICOS. SEGUNDO UN ESTUDO RECENTE DA UNIVERSIDADE DE XEORXIA, ANUALMENTE VÉRTENSE AO MAR 8 MILLÓNS DE TONELADAS DE REFUGALLOS PLÁSTICOS.



PAPEL

SABÍAS QUE AS FIBRAS DE PAPEL SE PODEN REUTILIZAR ATA 7 VECES SEN QUE DIMINÚA A SÚA CALIDADE? NON HAI ESCUSAS NIN MOTIVOS PARA NON RECICLAR. ADEMAIS, O PROCESO É MOI SINXELO. O ÚNICO QUE DEBEMOS FACER É DEPOSITAR O PAPEL QUE UTILIZAMOS NO CONTEADOR CORRESPONDENTE.



Vidro:

A reciclaxe de vidro contribúe á loita contra o cambio climático grazas á redución de emisións de CO₂ derivada do proceso de fabricación de novos envases de vidro a partir do calcín reciclado. Ademais, ao reciclar o vidro evitamos a extracción de materias primas da natureza reducindo a desertización e erosión dos chans-, aforramos enerxía no ciclo de fabricación dos novos envases e evitamos o crecemento dos vertedoiros.

A produción de novos envases a partir de material reciclado diminúe as emisións de CO₂ á atmosfera e aforra enerxía, debido a que a temperatura necesaria para lograr a fusión do calcín –o vidro limpo e triturado– é menor que a esixida para fundir as materias primas orixinais. Este mesmo proceso permite que a xeración de envases con material reciclado sexa máis eficiente enerxeticamente. Ademais, os envases de vidro son reciclables ao 100% durante infinitos ciclos.

A reciclaxe de vidro en España evita a emisión á atmosfera de 465.000 toneladas de CO₂ ao ano, segundo datos do sistema integrado de xestión Ecodrio, que sinala que desde que iniciou a súa actividade en 1998 evitou 7 millóns de toneladas de CO₂, o que equivale a retirar da circulación 100.000 vehículos durante quince anos.

Coa enerxía aforrada grazas á reciclaxe de 10 botellas de vidro poderías conseguir 6 cargas de lavadora dunha familia de 4 membros, 300 días de carga para o teu Smartphone, 4 días vendo a televisión.

E o CO₂ que evitamos emitir á atmosfera é equivalente a: 42 quilómetros conducindo unha motocicleta, 15 quilómetros de traxecto en coche.

Depositado o vidro usado no contedor verde é un acto que aforra a emisión de 1 quilogramo de CO₂ por cada oito botellas que destinemos á reciclaxe.

Plástico:

Hai 50 anos cada habitante consumía 300 gramos ao ano deste material. Hoxe en día o consumo é de 120 quilos. E boa parte dos residuos que se xeran acaban nos fondos oceánicos. Segundo un estudo recente da Universidade de Xeorxia, anualmente vértense ao mar 8 millóns de toneladas de refugallos plásticos.

Tan só os plásticos xeraron 1800 millóns de toneladas métricas de emisións de gases de efecto invernadoiro en 2019, o 3,4% do total mundial.

A fabricación de novos envases a partir de plástico reciclado reduce á metade as emisións contaminantes: se cada quilo de plástico virxe producido emite uns 3,5 Kg de CO₂ á atmosfera, con plástico reciclado a cantidade redúcese a 1,7 Kg.

Papel:

Sabías que as fibras de papel se poden reutilizar ata 7 veces sen que diminúa a súa calidade? Non hai escusas nin motivos para non reciclar. Ademais, o proceso é moi sinxelo. O único que debemos facer é depositar o papel que utilizamos no contedor correspondente. A obtención de celulosa reciclada, igual que dos cartóns e papeis, supón unha redución do 74% das emisións de gases contaminantes á capa de ozono con respecto á produción de fibra virxe e ademais afórrase ata un 80% de auga fronte a unha planta de celulosa virxe e redúcese a contaminación da auga ata nun 35% aproximadamente.

Se consumes 1 Kg de papel (unhas 200 follas DIN A-4 de 80gr/m²) de papel 100% reciclado estás contribuindo á emisión de 1.8 Kg de CO₂ equivalente.

Se consumes 1 Kg de papel (unhas 200 follas DIN A-4 de 80gr/m²) de papel de fibra virxe estás contribuindo á emisión de 3 Kg de CO₂ equivalente.

5 Medidas para compensar as túas emisións

Todos emitimos CO2 pero todos podemos ademais de diminuír esas emisións comprometermos e apoiar accións que aumenten ou promovan a absorción de CO2 e que nos permitan dese modo compensar. Entre estas accións destacamos a plantación de árbores e as actuacións de xestión de bosques xa plantados que permitan optimizar a captura de CO2 tanto durante o crecemento da masa, como unha vez cortada a madeira, por perdurar o CO2 retido nos seus produtos unha gran cantidade de tempo. Ademais, existen outras solucións baseadas na Natureza como os humidais ou os pasteiros. Infórmate a través do Parque e adquiere o teu compromiso apoiando estas accións.

MEDIDAS PARA COMPENSAR AS TÚAS EMISIÓNS

5

TODAS AS PERSOAS EMITIMOS CO2 PERO TAMÉN PODEMOS DIMINUÍR EMISIÓN, COMPROMETERMOS E APOIAR ACCIÓN QUE AUMENTEN OU PROMOVAN A ABSORCIÓN DE CO2 E QUE NOS PERMITAN DESE MODO COMPENSAR.



PLANTA UNHA ÁRBORE. UNHA ÁRBORE É CAPAZ DE ABSORBER ENTRE 150 E 3500 QUILOGRAMOS DE CO2 AO LONGO DO SEU CICLO DE VIDA.

PROMOVE O CRECIMENTO DAS PLANTAS E A BIODIVERSIDADE, E APOIA UNHA XESTIÓN SOSTIBLE DOS MONTES QUE REDUZA O RISCO DE INCENDIOS

Planta unha árbore.

Unha árbore é capaz de absorber entre 150 e 3500 quilogramos de CO2 ao longo do seu ciclo de vida. Así pois, a reforestación é unha forma accesible e económica de contribuír á compensación das emisións de gases de efecto invernadoiro. Ademais, as árbores teñen un valor incalculable para o ser humano. Isto vai moito máis alá de mellorar a calidade do aire que respiramos. As árbores xogan un papel esencial no noso benestar psicolóxico. Ademais, utilízanse para moitas terapias

antiestrés. Non é casualidade que as áreas de lecer nas cidades están normalmente cheas de árbores. Eles representan saúde e benestar.

Promove o crecemento das plantas e a biodiversidade, e apoia unha xestión sostible dos montes que reduza o risco de incendios e que promovan a obtención de produtos de madeira de alta perdurabilidade no tempo, contribuíndo a compensar as emisións.

Mesmo no teu propio terreo procura elixir especies autóctonas e pensa en substituír as consideradas invasoras como a acacia. Promove a biodiversidade e evita os insecticidas e outros produtos químicos.

GUÍA DE BOAS PRÁCTICAS AMBIENTAIS DE TECNÓPOLE



Tecnópole en verde
www.tecnopole.es