Guía de buenas prácticas ambientales

//ABANCA



Grupo de trabajo eficiencia energética y ambiental

Enero 2024 *(actualización)*

Índice:

0.- Introducción

0.1 Modelo de actuación banca responsable y sostenible

0.2 ¿Cuál es nuestra estrategia de sostenibilidad?

1.- Compromiso de ABANCA con el medioambiente

1.1 Objetivos

1.2 ¿Porque tenemos que tener conciencia de nuestros actos?

2.- ¿Qué vas a encontrar en esta guía?

2.1 Los cuatro puntos en los que actuará ABANCA

2.1.1 Energía

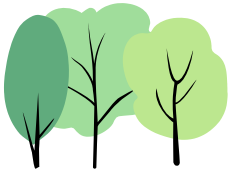
2.1.2 Agua

2.1.3 Materiales utilizados gestion de residuos

2.1.4 Espacios de trabajo respetuosos con el medioambiente

3.- Certificaciones medioambientales

4.- Manual de buenas prácticas



Modelo de actuación banca responsable y sostenible

ABANCA ha definido un modelo de actuación que pone **la sostenibilidad como foco importante de atención en la toma de decisiones de sus actuaciones con el medio ambiente y la sociedad,** para prevenir y mitigar los posibles impactos negativos, y crear valor, analiza y potenciar los positivos.

Esta Guía contiene los puntos más importantes de la **Política Energética y Ambiental** para el establecimiento estos objetivos y acciones cruciales en la lucha contra el cambio climático, como mantener la neutralidad en carbono en su operativa.

En este eje de acción ambiental, implementamos medidas a nivel corporativo, como :

- consumir recursos naturales de un modo eficiente,
- reducir sus emisiones de gases de efecto invernadero
- y establecer mecanismos de gestión ambiental adecuados.

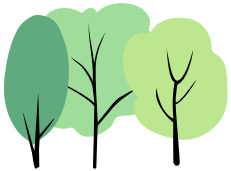
¿Cual es nuestra estrategia de sostenibilidad?

Los principios sobre los que se rige nuestra estrategia y la forma en la que nuestro modelo de negocio, los productos y los servicios contribuyen al desarrollo sostenible, se basan en los criterios **de Sostenibilidad "ASG"** (Ambientales, Sociales y de Gobernanza)

En esta guía nos centramos principalmente en dos aspectos:

1.- La **'A'**, que se refiere a la influencia de una empresa en el medioambiente y en su capacidad para mitigar cualquier riesgo que pueda dañar el planeta.

2.- La **'S' y 'G'** tienen en cuenta cómo las empresas gestionan sus relaciones con su plantilla, la sociedad y el entorno en el que opera.



1. Compromiso de ABANCA con el medioambiente

Nos comprometemos a integrar los aspectos ambientales y de eficiencia energética en la actividad financiera de la entidad.

¿Cómo lo hacemos?

- Utilizando las técnicas más idóneas en la utilización de energía
- Mejorando continuamente nuestra prácticas ambientales

1.1 Objetivos

objetivos

Garantizar el cumplimiento de la legislación y normativa ambiental y energética aplicable a nuestra actividad, así como otros compromisos que la empresa suscriba voluntariamente.

Disponer de un sistema de gestión ambiental y energética certificado.

Aplicar principios y buenas prácticas ambientales en todas nuestras actuaciones.

Contribuir a la sensibilización ambiental de sus grupos de interés, con el fin de fomentar la protección y el cuidado del entorno y, en especial:

- sensibilizar a la plantilla de las empresas del Grupo, haciéndoles partícipes de estos principios de gestión, para los integren en sus actividades laborales diarias.
- difundir estos principios entre los proveedores de bienes y servicios, que deberán llevar a cabo su actividad teniendo en cuenta las oportunidades y los riesgos significativos que se deriven desde una perspectiva medioambiental.

Promover la compra de productos y servicios energéticamente eficientes y un diseño que mejore el desempeño energético.

Impulsar el desarrollo y la difusión de tecnologías respetuosas con el medio ambiente.

1.2 ¿ Por qué tenemos que tomar conciencia de nuestros actos?

Nuestros actos afectan al medio ambiente, por lo que tenemos un gran potencial como motor de cambio.

Si tomamos conciencia del impacto que nuestra actividad tiene en el medio ambiente y adquirimos hábitos de comportamiento, tanto en nuestra vida personal como laboral, para proteger la naturaleza, contribuiremos a que nuestra sociedad sea más sostenible.

Pasamos muchas horas en el centro de trabajo y generamos residuos, consumimos energía con el uso de los equipos informáticos, iluminación y climatización, además de agua sanitaria, tintas, disolventes u otras sustancias tóxicas para el medio ambiente.

Aunque estos impactos no son tan significativos si los valoramos individualmente, podemos reducirlos significativamente si gran parte de la población laboral está implicada en cumplir las pautas que propicien un consumo sostenible de los recursos.

2. ¿Qué vas a encontrar en esta guía?

Las pautas que propicien un consumo sostenible de los recursos que utilizas en ABANCA, potenciando un efecto positivo en tu bienestar, y en el de nuestra clientela.

Algunas de las pautas ya están implementadas y otras son ejemplos a seguir.

2.1 Los 4 puntos en los que actúa ABANCA:

1 

Energía
Ahorrar energía bajo un consumo responsable y que sea energía renovable va a proporcionar mejoras tanto económicas como ambientales, además de otros beneficios.

2 

Agua
Un consumo responsable de agua ayuda a preservar nuestro medio ambiente: reducir el uso de agua disminuye el uso de la energía requerida para procesarla. Además, el ahorro de agua ayuda a reducir la contaminación y conservar los recursos de combustible.

3 

Los materiales utilizados y los residuos generados.
El uso de materiales respetuosos con el medio ambiente y una gestión de los residuos más eficiente capaz de volver a integrar en la cadena de valor los materiales desechados.

4 

Espacios respetuosos e integrados en su entorno, acorde a la cultura y patrimonio local. Deben considerar el ciclo completo de vida desde el punto de vista económico, valorando el coste de construcción, mantenimiento, vida útil, reventa y fin de vida.

2.1.1 Energía

Desde el 2021 estamos implementando una cultura de eficiencia energética en nuestras instalaciones, para evitar consumir más electricidad de la necesaria.

Para lograrlo necesitamos la colaboración de todo el equipo ABANCA en actos tan simples como apagar las luces cuando salimos de una sala.

Para evitar un sobreconsumo de los distintos equipos e instalaciones es necesario un mantenimiento preventivo de los equipos que garantice un correcto funcionamiento

En el **"Plan Global de Eficiencia Energética y Ambiental"** se establecen las líneas estratégicas de actuación en materia energética,

1. **Reducción del consumo energético.**
2. **Reducción del coste de la energía.**
3. **Reducción de la huella de carbono.**
4. **Aumento del consumo de energías renovables (o producción de energía renovable para autoconsumo).**
5. **Concienciación del personal, clientes y proveedores/as.**

Este plan pretende un procedimiento organizado de previsión y control del consumo de energía, que tiene como fin obtener el mayor rendimiento energético en las instalaciones y equipos.

2.1.1 Energía: iluminación

La iluminación debe crear un entorno de trabajo confortable y adaptando en lo posible al aprovechamiento de la luz natural:

- **Zonificación y horarios.** Las instalaciones se dividan de forma razonable por funcionamientos afines. El objetivo es que través de interruptores, sensores de presencia y establecimiento de horarios, evitar que zonas desocupadas permanezcan iluminadas.

- **Ajuste de los niveles de iluminación.** Siempre que la lámpara lo permita, deberán trabajar en el entorno del 80% de su intensidad máxima, mejorando su durabilidad, la eficiencia energética y sin afectar a los/as usuarios/as. Siempre que sea posible, se tratará de instalar sensores que adapten el nivel de luminosidad del sistema a las necesidades de cada momento.

- **Eficiencia energética en los criterios de compra.** Selección de sistemas de iluminación que más se acercan a políticas de sostenibilidad y consuma menos. La elección se realizará dentro de equipos con tecnología LED.

- **Diseño de espacios que requieran bajos niveles de iluminación.** Aprovechamiento de la luz natural. Colores claros de pintura en las paredes y techos, que permiten reducir el alumbrado artificial.

- **Mantenimiento.** Limpiar con frecuencia luminarias y el correcto mantenimiento aumentará la luminosidad sin aumentar la potencia. ABANCA incluye estas acciones en su plan de mantenimiento preventivo.

2.1.2 Energía: climatización

La demanda térmica de la organización está condicionada por las condiciones climáticas y las características de las instalaciones, por lo que para ahorrar energía podemos incidir en los equipos de climatización, el uso racional de estas instalaciones y el aislamiento térmico.

- **Espacios:** mejorar el aislamiento, ya que la cantidad de calor y frío que se va a necesitar para mantener las condiciones de confort va a depender del nivel de aislamiento térmico.

- **Pérdidas:** siempre que sea posible se automatizará el cierre de puertas y se instalarán dispositivos en ventanas que permitan que el sistema de climatización se apague automáticamente cuando éstas permanezcan abiertas. Por otra parte, se instalarán recuperadores de calor ya que el calor residual supone una importante pérdida de energía.

- **Equipos:** la eficiencia debe de ser un criterio prioritario en la elección de los equipos, evitando su sobredimensionamiento. Siempre que sea posible, debería tenderse a la instalación de equipos de frío/calor centralizados, que permitan establecer una programación horaria semanal o recibir órdenes remotas de apagado y encendido, y que utilicen gases refrigerantes menos nocivos con el medioambiente (R32, R410, ...)

- **Control y monitorización de instalaciones:** conseguimos lograr condiciones de confort controlando en todo momento cuándo y cómo se debe climatizar cada zona.

- **Mantenimiento y conservación de los sistemas de climatización:** un buen mantenimiento reducirá las pérdidas, mejorará el rendimiento y el funcionamiento de los equipos.

- **Criterios de funcionamiento:** cumplir con los parámetros siguiendo la normativa Reglamento de las Instalaciones Térmicas en los Edificios. Consignas de 26ºc mínimo en refrigeración y 21ºc máximo en calefacción.

2.1.3 Energía: equipos de ofimática

Actualmente en los centros reformados se instalan equipos portátiles (surface), por lo que cuando los equipos no estén en uso, no estarán físicamente conectados a la red eléctrica.

- **Apagar los equipos cuando no los esté utilizando**: ordenador, impresoras, escáner, etc. Apagar por las noches los equipos puede suponer un ahorro del 10%.
- **Suspender la sesión de la surface para pausas cortas, evitando reiniciar constantemente,** para evitar el consumo de la pantalla, que es la responsable de la mayor parte del consumo energético.
- **Desconectar la impresora multifunción** al abandonar el centro de trabajo. Utilizar impresoras con sistemas de ahorro de energía, para reducir el consumo al mínimo en tiempos de inactividad o de espera de impresión.
- **Establecer apagados remotos** de los equipos al final de la jornada para asegurar que no hay equipos encendidos por las noches evitando errores humanos. En el caso de no contar con los nuevos equipos surface.
- **Escoger los equipos de menor consumo energético.** Renovación de equipos por otros más eficientes.

2.1.4 Energía: Energía renovable

El consumo de energía renovable, nos permite reducir el impacto ambiental de nuestra actividad y contribuimos con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 'Energía asequible y no contaminante'.

Desde 2020 toda la energía eléctrica que consume ABANCA es renovable, a través de certificados con 'Garantías de Origen' por parte de la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC). En 2021, a través del acuerdo que suscribió con ENDESA, el suministro de energía eléctrica cuenta con certificados que proceden de la energía renovable suministrada por el Parque Eólico Pena Ventosa, en Lugo.

ABANCA es propietaria de varias instalaciones de producción de energía solar de una potencia de 498 kwh con una producción de energía anual de 346.000 kwh.

- Cuenta con dos plantas fotovoltaicas que suman una potencia de 140 kWp, en régimen de venta a red, una en A Coruña y otra en Navarra, que permiten una generación de energía anual de 201.181 kWh.

- El banco ha desarrollado en 2022 un proyecto de implantación de energía renovable en A Coruña bajo el nombre de **Comunidad Energética de Pocomaco,** se han instalado placas solares en las cubiertas de cinco naves de ABANCA en el Polígono de Pocomaco con una potencia de 357,7 kWp más. La energía producida 145.000kwh/año, se reparte entre ocho centros del banco ubicados en Pocomaco: los que tienen las placas, el CPD, el Edificio Servicios y el Espacio Colección de Arte.

- ABANCA tiene como objetivo marcado en el Plan Estratégico de Eficiencia Energética 2021-2024 incrementar su producción de energía fotovoltaica para autoconsumo.

2.2 Agua

El agua es la base de la vida y un recurso limitado en nuestro planeta, por lo que hacer un uso sostenible de la misma, es esencial para tratar de poner freno al cambio climático.

- Establecer campañas de concienciación a nivel **usuario** y en los distintos acuerdos de **prestación de servicio**.
- Implantar **políticas de ahorro.**
- Realizar un **seguimiento periódico de los consumos** por edificio/oficina.
- Establecer un programa de mantenimiento e inspecciones para **garantizar la detección y reparación de fugas** de los aparatos, que permiten ahorrar agua.
- Colocar difusores y limitadores de presión en grifos existentes.
- En caso de renovación, instalar grifos con temporizador o sistemas de detección de presencia para que no haya posibilidad de que queden abiertos. **Utilizar modelos "eco" de bajo consumo.**
- Primar la instalación de detectores de presencia individuales en urinarios, evitando los que activen de forma colectiva sistemas de descarga.
- **Limitar la capacidad de las cisternas** manteniendo la capacidad limpiadora con un ahorro de agua (descarga de 2 tiempos, bajo consumo, bajar la boya...).
- Disminuir el consumo de agua en las torres de refrigeración con un programa de funcionamiento y de mantenimiento adecuados (controles del pH, alcalinidad, conductividad, dureza, algas, concentraciones en productos desinfectantes e inhibidores de la corrosión y precipitación).
- Procurar que la cantidad de agua empleada en la limpieza sea la imprescindible.
- Instalación de un sistema de **riego por goteo** en zonas ajardinadas, método actualmente más sostenible.

2.3.1 Materiales utilizados y residuos generados. Papel.

ABANCA como parte de su compromiso por ahorrar recursos naturales, incluye una serie de iniciativas para disminuir el consumo de papel y favorecer el uso de medios digitales para compartir información.

Fomentamos la filosofía de trabajo de '**Cero Papel**', intentando imprimir el menor número de documentos posibles sin perder la calidad de trabajo.

- Implantar un **compromiso corporativo para reducir su consumo total de papel**.
- Realizar una **contabilidad anual del consumo** de los diferentes tipos de papel.
- Cuidar el mantenimiento de equipos ofimáticos para evitar el despilfarro de papel durante averías.
- Establecer un **sistema de recogida selectiva de papel** en las instalaciones
- Informar al usuario de nuestras instalaciones de las buenas prácticas de uso y reciclaje de papel para que las sigan.
- Iniciar un **proceso de eliminación progresiva del soporte libreta**. Logro: 50% de las nuevas cuentas que se abrieron lo hiciesen sin libreta.
- Puesta en marcha de un **plan de digitalización de procesos de ABANCA y de su clientela**
    - Mejoras en la correspondencia electrónica de clientes para conseguir un importante ahorro de papel.
    - Facturación electrónica con proveedores.
    - Digitalización y centralización de impresión.
    - Iniciativa de eliminación de correo postal de personas jurídicas digitalización.

2.3.2 Materiales utilizados y residuos generados. Plásticos

ABANCA ha implantado medidas e impulsado acciones para reducir el consumo de plástico en sus oficinas.

- **Controlar el número de impresiones:** los cartuchos de las impresoras están elaborados a base de plástico, que si se imprime menos, no solo se reduce el consumo de papel y de tinta contaminante, sino también el de plástico que es nocivo para el medioambiente.
- **Fomentar el consumo de agua a través de fuentes de agua y/o grifos,** reducir el consumo de agua embotellada
- **Retirada de botellas de plástico de maquinas vending.**
- Sustituir los vasos y paletinas de plástico de las máquinas de café por **los de bambú.**
- Comprar los **productos de higiene y limpieza en gama ecológica:** Buscar nuevas alternativas en el mercado de envases y productos de menor impacto medioambiental, reduciendo en gran medida el consumo de plástico.
- Fabricación **tarjetas de crédito/débito de plástico reciclado.**

2.3.2 Materiales utilizados y residuos generados. Materiales de oficina y otros consumibles

- Comprar **materiales de oficina reciclados y/o reutilizables.** Los clips, grapas… mejor de un solo material, en lugar de metálicos y cubiertos de plástico, y el material de archivo preferiblemente de cartón reciclado.
- **Restringir la compra de pegamentos,** las barras adhesivas y los correctores líquidos, evitando los disolventes orgánicos (acetona, etanol, xilol, etc.)
- Reposición de toners y cartuchos de tinta mediante **empresas recuperadoras que reutilizan total o parcialmente** los componentes de los toners o cartuchos en el momento que la garantía lo permite.
- Regular adecuadamente la salida de tóner en las impresoras láser para prolongar la vida útil del tóner.
- Elegir gomas sin PVC ni plastificantes y adhesivos sin disolventes orgánicos.
- **Consumir todo el material,** siempre que sea posible, **en su totalidad** (lápices, bolígrafos, blocs de notas, rotuladores…).
- Para envío de **valija utilizar sobres de materiales reciclados** y evitar los plásticos.
- Utilización **papel 100% reciclado.**
- **Reducción** en compras de **plásticos de un solo uso**.

2.3.3 Materiales utilizados y residuos generados. Gestión de residuos

La gestión adecuada de los residuos de una oficina (papel, cartón, vidrio, orgánico..) consiste en realizar una recogida selectiva interna y posterior tratamiento de los residuos, generando la mínima cantidad de los no seleccionados.

Todos esto se consigue a través de las siguientes líneas de trabajo:

- **Trabajar e integrar las cuatro "r":**
  - **Reducir:** consiste en evitar la compra de lo no necesario
  - **Reutilizar:** Implica dar un segundo empleo a los productos bien por reparación o por cambio de uso.
  - **Reciclar:** selección selectiva de los residuos generados y tratados en plantas especializadas, creando nuevos productos.
  - **Recuperar:** consiste en recuperar materiales que sirvan como nuevas materias primas (Requiere procesos industriales).
- **Establecer Ecopuntos de residuos:** dónde depositar cada uno de los residuos que generamos. Se elimina la contenerización individual para imposibilitar la mezcla de residuos en origen, **dotando de contenedores específicos** para cada flujo de residuos a las instalaciones, de manera que el reciclaje se lleve a cabo de la manera más veraz. Es fundamental para poder enviar nuestros residuos a gestores autorizados.
- **Realizar campañas de información y concienciación** entre el personal para la correcta separación y gestión de residuos

ABANCA sigue implantando las medidas "Residuo Cero" con el objetivo de mejorar la gestión de nuestros residuos y reducir nuestra huella de carbono, siendo capaces de volver a integrar en la cadena de valor más del 90% de los desechos, incluyendo la gestión integral de residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE), Tóner, pilas.

2.4.1 Espacios respetuosos con el entorno. Reformas.

ABANCA enfoca cada proyecto dentro de una solución global para crear organizaciones sostenibles.

Las Oficinas de ABANCA mantendrán un criterio común en términos medioambientales y de eficiencia energética.

- Se establecen criterios dentro de un **Modelo Energético más Sostenible** de base que se irán actualizando a medida que se implanten mejoras en ellos.
- Dotar a las oficinas de **elementos para la correcta Gestión de Residuos**
- Utilizar **colores claros de pintura** en las paredes y techos, esto permite reducir el alumbrado artificial.
- Trabajar mediante **freecooling** siempre que sea posible.
- Aprovechar los **sistemas de recuperación de calor.** El calor residual supone una importante pérdida de energía térmica. El aprovechamiento de este calor aumenta significativamente la eficiencia energética de los equipos y la eficiencia global del edificio.
- Implementar sistemas que permitan hacer una **programación horaria** para que las máquinas se apaguen según unos horarios preestablecidos, asegurándose de que los equipos de climatización se programan para funcionar exclusivamente en el período de trabajo y teniendo en cuenta cada situación.
- Uso de métodos eficientes para **potenciar y aprovechar la iluminación natural,** reduciendo el uso de iluminación artificial sólo cuando sea estrictamente necesario.
- Implantar **criterios de eficiencia y ahorro de agua**, actuando sobre los mecanismos de descarga y griferia.
- Sistema de iluminación con **tecnología LED.**

2.4.2 Espacios respetuosos con el entorno. Mantenimiento y limpieza

ABANCA a través de sus empresas proveedores impulsa políticas de protección medioambiental:

- Elegir los **productos químicos de limpieza eco-etiquetados,**con las adecuadas certificaciones técnicas, menos agresivos con el medio ambiente y seguir las especificaciones técnicas de dosificación según indique su ficha técnica.
- Uso de **herramientas de trabajo para limpieza sostenibles** (paños, cepillos, escobas, mopas)
- Evitar productos en aerosoles, hay otros sistemas rociadores tan eficaces y menos dañinos.
- Evitar ambientadores, mejor abrir las ventanas para la ventilación.
- Uso de envases grandes como medida enfocada a minimizar el volumen de los envases a reciclar.
- Uso de envases completamente reciclables (HDPE).
- No verter al sistema de saneamiento público de pluviales los restos de productos de limpieza.
- Asegurar la **correcta gestión de los residuos peligrosos** según la legislación de aplicación.
- Utilización de equipos/máquinas/componentes de bajo consumo y de alta eficiencia **(etiqueta "A").**
- Bolsas de recogida de residuos con **plástico 100% reciclado**.
- Ajustar sus procedimientos operativos para **optimizar el consumo de agua**.

3. Certificaciones medioambientales

La certificación es un proceso integrador y establecido en base a un estándar, que abarca todas las fases de un proyecto e involucra a diversos equipos.

El resultado final es la verificación de que se han empleado estrategias encaminadas a reducir el impacto ambiental, prestando especial atención a:

- ahorro de energía,
- eficiencia en el uso de agua
- reducción de las emisiones de CO2,
- incremento de la calidad del ambiente interior
- empleo sostenible de los recursos o los materiales utilizados.



3. Certificaciones medioambientales

Las certificaciones de sostenibilidad miden el impacto en el medioambiente y/o en el bienestar de los ocupantes de un edificio en cualquier fase, desde el diseño hasta la puesta en operación.

Se centran en los siguientes componentes:
- la eficiencia energética,
- el consumo sostenible de recursos,
- las emisiones de CO2,
- el uso del agua,
- el reciclaje de residuos,
- la sostenibilidad de los materiales utilizados
-el bienestar de los grupos de interés

Su comunicación externa permite transmitir el trabajo realizado y comprometer a todos los grupos de interés y **mejorar así el posicionamiento de la entidad y la asociación de la sostenibilidad como uno de los atributos de marca.**

ABANCA cuenta con:

1.- 3 Certificaciones medioambientales: Residuo Cero, BREEAM, LEED.

2.- Personal certificado como responsables de las distintas acciones medioambientales que acreditan su capacidad para implementar estrategias o proponer medidas de reducción de emisiones para optimizar el impacto sobre el medioambiente.

- **Asociados Breeam** (Certificación en Sostenibilidad)
- Experto en **Residuo Cero en el marco de la Economía Circular**
- **Gerente de energía Certificado®** (CEM por sus siglas en inglés)

3. Certificaciones medioambientales

El proyecto Residuo Cero de ABANCA pone el foco en los puntos de generación de residuos y contribuye al impulso de la economía circular, ya que se prioriza la reutilización y el reciclaje, aprovechando los residuos como materia prima para nuevos procesos.
Las sedes corporativas: RN30, R4, RDA (ABANCA Seguros), Espacio Serrano 45 cuentan con la Certificación R0 de AENOR.

El sello BREEAM® es el método de evaluación y certificación de la sostenibilidad de la edificación, en su esquema Nueva Construcción.
La sede de Madrid R4 cuenta con una certificación de Nueva Construcción BREEAM, que cuenta con la calificación "Muy Bueno".

La certificación LEED (*Leadership in Energy & Environmental Design*), pretende incentivar el diseño y la Construcción de edificios sostenibles. Este sello reconoce también las mejoras que este tipo de edificios suponen para la calidad de vida y salud de los ocupantes
La oficina Espacio Serrano 45 en Madrid cuenta con la certificación LEED Oro.

Las decisiones en torno a los espacios de trabajo en ABANCA trascienden lo meramente estético, para poner en valor cuestiones que tienen que ver con:

- Las personas y su calidad de vida
- El confort, la imagen y reputación de la entidad

El diseño y construcción de los espacios aboga por la garantía de eficiencia y el ahorro de gastos de mantenimiento y funcionamiento.

4. Manual de buenas prácticas para la plantilla de ABANCA

4. El Manual

En las actividades de nuestro trabajo diario en la oficina, consumimos recursos tales como energía eléctrica, papel o agua, sin darnos cuenta del coste medioambiental que suponen: consumo de los recursos naturales, incremento de GEI o generación de residuos.

Con este **Manual de buenas prácticas** en la oficina deseamos que todos/as podamos contribuir a ser una empresa más sostenible. Podemos lograr un consumo responsable mediante la reducción y racionalización del uso de los recursos energéticos, y reducir el volumen de residuos generados.

Son muy útiles y sencillas de aplicar, tanto por su simplicidad como por los sorprendentes resultados que se obtienen, contribuyendo de esta manera a conseguir entre todos los objetivos descritos.

1 ¿Cómo puedo reducir el consumo de energía?

Cada día en la oficina tenemos gestos que suponen un gasto de energía innecesario. Estableciendo una serie de prácticas sostenibles en las oficinas se puede producir hasta un 50% de ahorro.

Uso de la iluminación

- Si la iluminación no está automatizada, apaga las luces de las salas, servicios y otros espacios cuando no los utilices, especialmente al finalizar la jornada de trabajo. Trata de aprovechar la luz solar al máximo, apagando la iluminación cuando el aporte de luz natural sea suficiente.
- Si tienes problemas de iluminación, contacta con el departamento de mantenimiento.

Uso de los sistemas de calefacción y aire acondicionado

- Es importante que las consignas que utilicemos estén dentro de las fijadas por la normativa Reglamento de las Instalaciones Térmicas en los Edificios. Las consignas serán 26ºc en refrigeración y 21ºc en calefacción.
- No dejar puertas o ventanas abiertas, cuando los sistemas de climatización estén funcionando.
- No usar calefactores o aparatos de aire individuales, ya que no está permitido por seguridad y además suponen grandes ineficiencias en el funcionamiento de los sistemas de climatización afectando negativamente al confort y consumo. Si tienes problemas, consulta con el departamento de Instalaciones y Eficiencia Energética.
- Apaga los sistemas de climatización cuando las salas están vacías, especialmente al final de la jornada laboral.

Gestiona adecuadamente el consumo de energía de los equipos

- Ajusta el brillo de la pantalla del monitor a nivel medio.
- Bloquea la sesión de trabajo en la surface cuando la dejes de usar aunque sea por poco tiempo (Tcl windows+L)
- Acumula trabajos de impresión, si es posible por las dos caras y usa las funciones de ahorro de tinta en blanco y negro o en función de borrador.
- No dejes enchufados cargadores de móviles, siguen consumiendo energía cuando abandonas tu centro.
- Si puedes sube y baja por las escaleras, ahorras energía y ganas en salud.

2 ¿Cómo puedo hacer un uso responsable del agua?

El agua es un recurso limitado e insustituible clave para el bienestar humano y solo funciona como recurso renovable si está bien gestionado.

- Evita dejar correr el agua innecesariamente.
- Asegúrate de cerrar bien el grifo, ya que un grifo que gotea puede llegar a perder 20 litros de agua al día.
- Si detectas una fuga, comunícaselo al personal de mantenimiento con la mayor brevedad posible.
- Cerrar el grifo mientras te lavas las manos.
- No utilizar los inodoros como papelera.
- Utiliza el pulsador descarga media en las cisternas con doble pulsador o en las cisternas con pulsador star/stop puedes ahorrar entre un 40 y un 50 % por descarga.
- Informa a mantenimiento de cualquier goteo en las cisterna. Un pequeño goteo en la cisterna puede suponer entre 20 y 30 litros de agua al día.
- Vigila el buen funcionamiento de las cisternas y fluxores de los urinarios. Una cisterna “enganchada” o un fluxor que no se cierra llegan a alcanzar los 1000 l de agua al día. Por lo que si detectas uno deberás informar al equipo de mantenimiento con la mayor brevedad.
- Optimizar las instalaciones es importante también para ahorrar agua, si detectas que un tu centro actualmente hay baños que no se usan informa y buscaremos la manera de optimizar el recurso. ¿Sabías que limpiar un solo inodo implica consumir 1000 l de agua al año?

3 ¿Cómo gestionar mejor los residuos?

Como consecuencia de los nuevos hábitos de consumo se tiende cada vez más al "usar y tirar" y al empleo de envases individuales, provocando así la proliferación de los residuos, que se han convertido en un gran problema. Debemos ser conscientes del futuro que queremos para nuestro planeta. Somos responsables de los residuos que generamos.

Los residuos más comunes generados en oficina: papel, residuos derivados de material de oficina, residuos especiales (tubos fluorescentes y tóner) y envases. La base de la gestión de residuos es evitar su aumento y tratarlos adecuadamente.

Evitar la producción de residuos.

- Haz un uso responsable del material de oficina para no generar residuos innecesarios.
- Reutiliza tu papel siempre que puedas.
- Usa tu botella de vidrio o aluminio en lugar de plásticos de un solo uso.
- Evita el uso de productos desechables o de un solo uso, priorizando los que sean recargables o reutilizables. No tires nada que puedas reutilizar. Por ejemplo: bolsas de plástico, carpetas, clips, pinzas, etc.

Depositar cada residuo en su contenedor para su gestión y reciclaje:

- **Papel y cartón:** depositar en los contenedores azules.
- **Envases:** depositar los vasos de un solo uso de plástico o de café, las latas, botellas, los envases tipo brick, las bolsas y resto de envases como envoltorios,en los contenedores amarillos.
- **Orgánicos:** depositar en contenedor marrón (restos de comida, servilletas usadas)
- **Tóner:** depositar en un recipiente habilitado al efecto y serán recogidos por la empresa gestora para reutilización/recuperación.
- **Pilas:** las pilas usadas serán depositadas en un contenedor habilitado para tal fin para que puedan ser gestionadas.

4 ¿Cómo puedo reducir el consumo de papel?

El papel es el material desechable más habitual en las oficinas y supone hasta el 90% de los residuos.

Por este motivo es necesario prestar especial atención a la procedencia, consumo y gestión del mismo.

El establecimiento de buenas prácticas ambientales, permitirá optimizar el uso de papel al máximo:

- Procura evitar el uso innecesario de papel y archivadores en tu trabajo.
- Usa los recursos de red para gestionar tu información.
- No imprimas o fotocopies sin necesidad. Utiliza el ordenador para la lectura de documentos y realiza las correcciones en la pantalla.
- Si la impresora que usas no está configurada para doble cara, infórmate de cómo hacer uso de esa opción. Si tu fotocopiadora no está configurada en modo ahorro energía, establece esta opción.
- Evita imprimir en color si no es necesario.
- No imprimas las presentaciones. Tienes a tu disposición tecnologías adecuadas y mucho más eficientes para trabajar en entornos colaborativos.
- Reduce el tamaño de impresión.
- Reutiliza el papel

5 ¿Cómo puedo contribuir a la movilidad sostenible en el trabajo?

Sustitución de los viajes de negocios mediante tecnologías de la información.
Antes de planificar un viaje para asistir a reuniones y conferencias, piensa si puedes sustituirlo, por ejemplo, por una videoconferencia. Emplea en la medida de lo posible las nuevas tecnologías, ya que te permitirá ahorrar tiempo y presupuesto a la vez que cuidas el medio ambiente.

Priorizar medios de transporte eléctricos.
Si tienes que hacer un viaje de negocios y es posible, elige el medio de transporte más adecuado para ello. El uso del tren antes que los desplazamientos por carretera o en avión, reduce las emisiones de CO_2 entre un 70-50%.

Utilizar el transporte público.
Esta medida te permite ahorrar tiempo y dinero. Utiliza el autobús, el metro o el tren de cercanías. Evitarás, además, problemas de estacionamiento en tu lugar de trabajo.
Asimismo, para itinerarios cortos, siempre que sea posible ve caminando o utiliza el patinete o la bicicleta. Es una buena forma de cuidarte y cuidar el medio ambiente.

6 ¿Qué más puedo hacer para contribuir en la lucha contra el cambio climático?

Conviértete en Aliad@ Medioambiental.
Si tienes una idea o identificas una necesidad con impacto medioambiental traslada al **Laboratorio de Innovación Medioambiental** todas las sugerencias nos permiten seguir avanzando. Podéis enviarlas a través de los buzones de correo limi@abanca.com o sostenibilidad@abanca.com y el grupo de trabajo analizará su viabilidad.

Reduce el consumo de agua embotellada.
Consume agua en botellas reutilizables, rellenandolas a través de las fuentes de agua o de los grifos.

Reduce el consumo de plásticos de un sólo uso.
Apuesta por objetos que podemos utilizar una y otra vez en nuestro día a día. Sustituye los tuppers por recipientes de cristal o de acero inoxidable. Utiliza termos para traer las bebidas calientes a la oficina.

Introduce las buenas prácticas en tú día a día.
Cambiando pequeños hábitos tanto en el ámbito laboral como en el personal somos capaces de producir un impacto positivo en el medio ambiente y en nuestra economía, lo que nos permite reducir nuestra huella ecológica y nuestros costes.


//ABANCA
SENTIR PLANETA ABANCA