10 BUONE PRATICHE PER UN UFFICIO+ECO

Gesta Srl promuove un decalogo per un ufficio "eco-compatibile"

l'**ufficio** è il luogo dove passiamo **almeno 40 ore alla settimana**, quindi **dobbiamo sforzarci di divulgare queste informazioni**, sollecitando anche i più pigri o poco sensibili ad assumere **un comportamento ecocompatibile**

Cambia le tue abitudini!

1. LA BOLLETTA ENERGETICA SARÀ PIÙ LEGGERA

- **non lasciare le apparecchiature elettroniche in stand-by**
- **stacca la spina**
- spegni la luce nelle **stanze vuote**, se fuori c'è il sole e quando esci dalle stanze
- a fine giornata spegni **la macchina del caffè**
- usa lampadine a basso consumo energetico
- ricordati, a fine giornata, **di spegnere la fotocopiatrice** o, meglio, imposta **il timer di spegnimento automatico**

2. L'EFFICIENZA ENERGETICA PASSA ANCHE ATTRAVERSO DI NOI

- **in inverno**, mantieni il riscaldamento a 20°C e le porte chiuse
- nella sala riunioni ricordati di spegnere il riscaldamento o il climatizzatore e le luci a fine riunione
- **in estate**, accendi il climatizzatore solo se necessario (25°C o non più di 8°C meno della temperatura esterna)
- adotta sistemi di **raffreddamento passivo** (es. ombreggiamento con tende e tapparelle esterne, o alberi)

3. ALLUNGHIAMO LA VITA DEI PRODOTTI: RICICLIAMO E RIUSIAMO

- non usare prodotti usa e getta, preferisci **prodotti riciclati e riciclabili e rigenerati**
- **usa carta riciclata**
- usa **batterie ricaricabili** e comunque organizza un punto **raccolta pile**
- **fai la raccolta differenziata utilizzando gli appositi contenitori**
- **riutilizza gli imballaggi**
- utilizza **bicchieri di vetro** e **tazzine di porcellana** anziché stoviglie di plastica
- utilizza le boule **d'acqua** anziché le bottiglie di plastica

4. GLI ALBERI CI RINGRAZIERANNO

- usa la modalità di stampa "**economy**" o "**bozza**"
- ricordati che **un foglio ha due lati su cui poter stampare e fotocopiare** e stampa più pagine per facciata
- usa **l'e-mail anziché il fax**
- se proprio devi usarlo, installa e utilizza nel computer **un software per inviare i fax**
- **archivia file e non carta**

5. L'ACQUA E' UN BENE PREZIOSO E NON INFINITO

- in bagno, insaponandoti le mani o lavandoti i denti, **evita di far scorrere l'acqua dal rubinetto**

6. L'INTERO ECOSISTEMA DEVE ESSERE SALAVGUARDATO

- richiedi all'impresa di pulizia l'utilizzo di **prodotti "ecologici"**
- in bagno utilizza **asciugamani a rullo** in tessuto lavabile anziché a getto d'aria o in carta
- compra **prodotti di cancelleria ecologici**
- introduci nei vari ambienti delle **piante**, per **aumentare l'assorbimento di anidride carbonica**
- compra **arredi in legno** che provenga da foreste certificate **FSC**

7. LA TECNOLOGIA E' UNA RISORSA ANCHE ECOLOGICA

- organizza **conference call** in modo da ridurre laddove possibile gli spostamenti delle persone

8. LA NOSTRA SALUTE CI GUADAGNERA'

- quando è possibile **evita di usare l'ascensore** e **privilegia le scale**

9. LA QUALITA' DELL'ARIA E' VITALE

- usa i **mezzi pubblici**
- usa la **bicicletta**
- fai **"car-sharing"** con i colleghi che condividono lo stesso tragitto

10. IL KM ZERO CI FARA' RIDURRE CO2

- compra **prodotti locali** e del territorio per i distributori di cibo e bevande
- richiedi all'impresa del servizio mensa o del servizio catering l'utilizzo di **prodotti locali e di stagione**

GESTA® Fornitori d'Eccellenza

BUONE PRATICHE PER UNO STILE DI VITA+ECO

Gesta Srl promuove un elenco di pratici consigli per favorire una "eco-conversione": anche a casa, nella vita di tutti i giorni, **dobbiamo sforzarci di assumere un comportamento ecocompatibile**

Cambia le tue abitudini!

1. **Rispetta le Leggi e i Regolamenti**
2. Compra **prodotti locali**, nazionali e di Aziende eticamente responsabili
3. Mangia **cibi biologici**, di stagione e locali
4. Tieni in casa **piante e fiori locali**
5. Quando non li usi, **spegni completamente gli elettrodomestici** dotati di stand-by (televisioni, stereo, DVD, ecc.)
6. Usa **lampadine a basso consumo**
7. Usa **batterie ricaricabili**
8. Fai la **raccolta differenziata**: carta, plastica, vetro, umido, legno, pile esauste, medicinali, hardware
9. **Chiudi l'acqua** quando ti lavi i denti e quando ti fai la barba
10. **Preferisci la doccia al bagno** e chiudi l'acqua quando usi schiuma e shampoo
11. **Alza di un grado la temperatura del frigorifero**
12. **Usa la lavatrice a pieno carico** e a bassa temperatura
13. **Rispetta le dosi di detersivo** biologico e non usare ammorbidenti
14. **Non usare gli asciuga biancheria**
15. **Isola termicamente** le nostre case
16. **In inverno** mantieni la **temperatura tra 18 e 20 °C**
17. **In estate**, accendi il **climatizzatore solo se necessario** (25°C o non più di 8°C meno della temperatura esterna)
18. Usa **energie rinnovabili** ed alternative
19. **Non usare prodotti usa e getta**
20. **Non usare sacchetti di nylon,** ma preferisci borse in fibre naturali per la tua spesa
21. **Preferisci prodotti riciclati e riciclabili**
22. Prediligi l'uso di **abbigliamento fatto di fibre naturali**
23. Usa carta **riciclata e stampa sul fronte e sul retro**
24. Usa **l'e-mail anziché il fax**
25. **Usa senza possedere**
26. **Utilizza l'automobile il meno possibile** e, se necessario, condividila con chi fa lo stesso tragitto
27. Sottoponi l'automobile ad un controllo periodico del motore, per ridurre al minimo i gas di scarico. Mantieni un'andatura costante, **spegni il motore quando ti trovi in coda** e controlla spesso la pressione dei pneumatici che permette di risparmiare più carburante
28. Usa i **mezzi pubblici**
29. Usa la **bicicletta**
30. Sii consapevole. Ogni gesto ha un peso. **Attenzione, rispetto e "impronta leggera" siano le tue parole d'ordine.**

Fai un'azione concreta!

Distribuisci questi suggerimenti a persone che conosci chiedendo loro di fare altrettanto.

L'ambiente ti ringrazierà!

GESTA® Fornitori d'Eccellenza