



# INGURUMEN JARDUNBIDE EGOKIAK UPV/EHU<sub>n</sub>

# INGURUMEN JARDUNBIDE EGOKIAK

## UPV/EHU<sub>n</sub>



UPV/EHUren ingurumen konpromisoa



3 arauak: MURRIZTU, BERRERABILI, BIRZIKLATU



UPV/EHUko hondakinak murrizteko aholkuak



UPV/EHU<sub>n</sub> birziklatzeko aholkuak



Energia aurrezteko aholkuak



# UPV/EHUren INGURUMEN KONPROMISOA

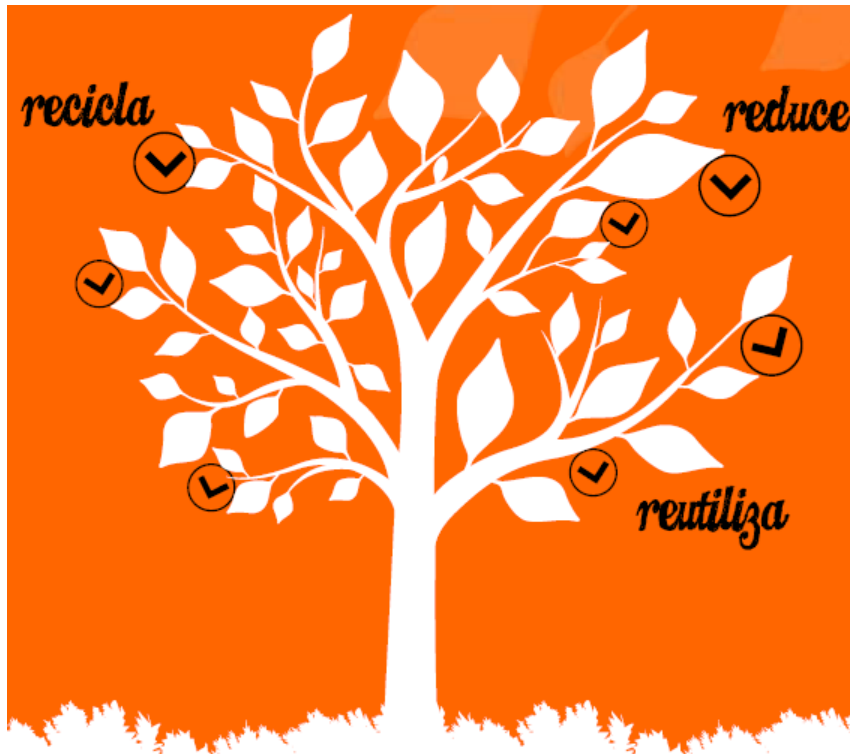
Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateak ingurumen jardunbide egokiekiko konpromisoa hartu du. Unibertsitatea osatzen dugun pertsona guztioi dagokigu ardura hori geure gain hartzea.

Ingurumen jardunbide egokien eskuliburu honetan gure unibertsitate komunitatearen ohiko baliabide eta energia kontsumoa murrizteko jarraitu beharreko estrategiak ikus daitezke.

Hainbat ekintza txikiren bidez, energia aurreztu eta planeta zaindu dezakegu.



# 3 ARAUAK: MURRIZTU, BERRERABILI, BIRZIKLATU



## **Kontsumoa MURRIZTU:**

Alferrikako hondakinak sorrarazten dituen edozer saihestu.

## **BERRERABILI:**

Objektuak eta materialak ahalik eta gehien erabili, baztertu, suntsitu edo tratatzera bidali aurretik.

## **BIRZIKLATU:**

Materialak behar bezala sailkatuta utzi, produktu bera edo beste bat lortzeko baliabide material gutxiago erabiltzea ahalbidetzen duen prozesu natural edo industrial baten bidez berrerabiliak izan daitezten.



# PAPERA AURREZTEA

## Paper kontsumoa MURRIZTU:

- Ordenagailua erabili dokumentuak irakurtzeko (hobeto ikusteko, erabili zooma edo ctrl+saguko gurpiltxoak, etab.).
- Eskanerra erabili papereko fotokopiak egin beharrenean, eta, fotokopiak eginez gero, orriaren bi aldeak erabili.
- Bilkuretan, bertaratzen direnei fotokopiak banatu beharrenean, ikus-entzunezko bitartekoak erabili informazioa erakusteko.
- Dokumentazioa formatu digitalean artxibatu (GORDE, GORDETALDE, etab.).
- Erabili posta elektronikoa barneko postaren edo posta arruntaren ordeaz.
- Informazioa bitarteko digitalen bidez zabaldu eta argitaratu (web orrialdea, pantailak, iragarki taula digitalak, MOODLE, etab.).
- Dokumentuak ordenagailuan berrikusi inprimatu aurretik (erabili berrikuspen ortografikoa eta inprimatzeko aurrebista).
- Paperezko eskuoihalen eta ezpainzapien ordeaz oihalezkoak edo eskuak lehertzeko makina elektrikoak erabili.



# PAPERA AURREZTEA

## **Inprimatu behar izanez gero:**

- Paper birziklatua eta gramaje gutxikoa erabili. Nahitaez paper zuria behar izanez gero, klororik gabea izan dadila.
- Beharrezkoa dena bakarrik inprimatu (ez inprimatu dokumentu osoa zati bat besterik behar ez baduzu).
- Inprimatu zirriborro moduan eta bi aldeetatik; eta, ahal izanez gero, bi orri edo gehiago alde bakoitzean, eta marjinak txikituta (konfiguratu inprimatzeko aukerak).

## **BERRERABILI:**

- Berrerabili alde bakarretik erabilitako orriak.
- Berrerabili erabilitako karpetak eta gutun-azalak, lehengo helbideen gainean etiketak jarrita (barneko postarako 12 erabilerako gutun-azalak daude).

## **BIRZIKLATU:**

- Berrerabili ezin den paper erabilia dagokion birziklatzeko edukiontzion utzi.

**EGUNEAN 6 ORRI AURREZTEN BADITUZU,  
URTEAN 2 ZUHAITZ SALBATUKO DITUZU**



# TONERRA AURREZTEA

## Toner kontsumoa MURRIZTU:

- Saiatu koloretan ez inprimatzen, zuri-beltzean inprimatzea baino askoz ere garestiagoa baita.
- Erabili letra mota txikiagoak edo finagoak, eta letra lodi gutxiago erabili.
- Saiatu atzealde beltza duen irudirik ez inprimatzen.
- Inprimagailuak tonerra hustu baino dezente lehenago ematen du hori aldatzeko abisua; beraz, jarraitu inprimatzen inprimagailua gelditu arte.
- Aldatu inprimatzeko konfigurazioa (inprimagailuaren propietateak eta inprimatzeko hobespenak aukeratuta), gris eskalan, modu ekonomikoan edo zirriborro moduan inprimatzeko lehenetsita egon dadin, edo bi aldeetatik inprima dezan eta alde bakoitzean orri bat baino gehiago inprima ditzan.
- Hala behar izanez gero, konfigurazioa eskuz aldatu ahal izango duzu, kalitate hobean edo alde bakarretik inprimatzeko.



# PLASTIKOA



## **Hondakin plastikoen sorrera MURRIZTU:**

Vending makinetan, sakatu "edalontzirik gabe" aukera, eta erabili zure katilua.

Jantokietan, plastikozko edalontzien, plateren eta mahai tresnen ordez, garbitu eta berrerabili ditzakezun beste batzuk erabili.

Plastikozko botilatxoak eta edalontziak **BERRERABILI.**

**BIRZIKLATU:** plastikozko hondakinak dagokien birziklatzeko edukiontzian utzi.





# BIRZIKLATZEN IKAS DEZAGUN

BAI

ONTZI URDINA

EZ

- ✓ Paper erabilia, baina garbia
- ✓ Egunkariak, aldizkariak, liburuak, gutun-azalak, etab.
- ✓ Inprimatutako publizitatea
- ✓ Paperaren eratorriak
- ✓ Koadernoak (alanbrerik, graparik, eta halakorik gabe)
- ✓ Paketatzeoko papera
- ✓ Paperezko poltsak

- ❖ Paper zikinak, erabilitako musuzapi edo ezpainzapiak
- ❖ Aluminio papera
- ❖ Plastifikatutako papera, argizari papera edo paper metalizatua
- ❖ Brik erako ontziak
- ❖ UPV/EHUk kartoia bereizita birziklatzen da

**\*Saiatu papera ez zimurtzen, leku gutxiago hartzeko eta, ondorioz, poltsa eta garraiatzeko baliabide gutxiago erabiltzeko.**



# BIRZIKLATZEN IKAS DEZAGUN

BAI

ONTZI HORIA

EZ

## •Metalezko ontziak:

- ✓Edarien eta kontserben latak
- ✓Puntu berdea duten aerosol hutsak



## •Brik erako ontziak

## •Elikagaien plastikozko ontziak:

- ✓Plastikozko botilak
- ✓Esnekien ontziak
- ✓Erabili eta botatzeko plastikozko sukalde tresneria
- ✓Plastikozko tapak eta tapoiak

## •Higiene eta garbiketa produktuen plastikozko ontziak

## •Plastikozko eta film gardenezko poltsak eta bilgarriak

- ❖Ontziak ez diren plastikoa
- ❖Ontziak ez diren metalak
- ❖Errotuladoreak, boligrafoak
- ❖Kableak eta mugikorren kargagailuak
- ❖CDak eta DVDak
- ❖Aerosol beteak eta industrialak
- ❖Aluminiozko erretiluak eta papera
- ❖Kortxo zurizko erretiluak eta burbuiladun paketatze plastikoa
- ❖Hortzetako eskuilak, orraziak
- ❖Pilak bereizita birziklatzen dira



**\*Ontziak hutsik eta garbituta utzi, eta zapaldu, leku gutxiago har dezaten.**



# BIRZIKLATZEN IKAS DEZAGUN

BAI

ONTZI BERDEA

EZ

## BEIRA

- ✓ Beirazko botilak eta edalontziak
- ✓ Kontserben ontziak
- ✓ Kosmetika produktuen eta lurrinen flaskoak

**\*Beirazko ontziak hutsik utz itzazu, taparik, kortxorik edo tapoirik gabe.**

## KRISTALA

- ❖ Kristalezko baxerak
- ❖ Bonbillak eta fluoreszenteak
- ❖ Ispiluak
- ❖ Leihoetako kristalak
- ❖ Autoetako kristalak



# BIRZIKLATZEN IKAS DEZAGUN

BAI

GAINERAKO HONDAKINEN  
ONTZIA

EZ

- Materia organikoa eta paper edo ezpainzapi zikinak (konpostera bota daitezke)
- Plastikozko kuboak
- Gomazko eskularruak
- Sukaldeko tresnak
- Pixoihalak, konpresak eta tanpoiak
- Biberoiak

Birzikla eta konposta daitekeen guztia



# BIRZIKLATZEN IKAS DEZAGUN

BAI

KONPOSTATZEKO  
ONTZIA

EZ

- Materia organikoa
  - ✓ Frutak eta barazkiak
  - ✓ Loreak eta landareak
  - ✓ Arrautzen eta fruitu lehorren oskolak
- Janari hondarrak eta hezurak
- Paper, ezpainzapi, musuzapi eta arrautzen kartoizko ontzi zikinak
- Kortxozko tapoiak
- Infusioen poltsatxoak
- Kafe hondarrak eta iragazkiak

Konpostatu ezin den edozein material



**\*Aprobetxatu janaria eta, ahal izanez gero, ez bota.**



Universidad  
del País Vasco

Euskal Herriko  
Unibertsitatea

NAZIOARTEKO  
BIKAIN TASUN  
CAMPUSA  
CAMPUS DE  
EXCELENCIA  
INTERNACIONAL

# ENERGIA AURREZTEKO AHOLKUAK



MURRIZTU  
KLIMATIZAZIOAREN  
ENERGIA  
KONTSUMOA

MURRIZTU ARGIEN  
ENERGIA  
KONTSUMOA

MURRIZTU EKIPOEN  
ENERGIA  
KONTSUMOA



Universidad  
del País Vasco

Euskal Herriko  
Unibertsitatea

NAZIOARTEKO  
BIKANTASUN  
CAMPUSA

CAMPUS DE  
EXCELENCIA  
INTERNACIONAL

# KLIMATIZAZIOA

Klimatizazio sistema martxan dagoenean, itxi ateak eta leihoak (gela bat guztiz aireztatzeko nahikoa da leihoak 10 minutuz irekita edukitzea).

Aprobetxatu tenperaturaren erregulazio naturala. Udan, leiho batzuk pixka bat irekita utz daitezke, aire korrante txikiak sortzeko eta gela batzuk freskatzeko, aire girotua piztu beharrik izan gabe. Neguan, aldiz, gauetan beroa galtzea saihestu dezakegu, gortinak eta pertsianak itxiz.

Baldintza meteorologikoetara eta/edo urteko sasoirako egokitutako arroparekin joan lanera edo ikastera.

**Klimatizazio ekipoa bereizi** bat baduzu:

- Itzali inor ez dagoenean, eta deskonektatu egunaren amaieran.
- Termostatoak tenperatura egokian erregulatu: neguan ez du 21 °C baino gehiagora egon behar, ezta udan 25 °C baino gutxiagora ere.
- Saiatu klimatizazio aparatuek ez estaltzen, horrek tenperatura erregulatzeko zailtzen baitu.

***Berotzeko edo hozteko sisteman areagotzen duzun gradu bakoitzeko, zure energia kontsumoa % 10 areagotzen da gutxi gorabehera.***



# ARGIAK

Aprobetxatu argi naturala.

Itzali inor erabiltzen ari ez den lekuetako argia. Ikasgelatik, bilkura gelatik, bulegotik edo komunetik irtetean, itzali argi guztiak; bereziki ikasketa aldiaren edo lanaldiaren amaieran.

Aukeratu kontsumo txikiko lanparak edo LED argiak. Ohiko goritasun lanparek baino % 80 energia elektriko gutxiago kontsumitzen dute eta 8 aldiz gehiago irauten dute.

Erabili hodi fluoreszenteak argi asko eta denbora luzean behar duten lekuetan.



eman la zabal zazu



Universidad  
del País Vasco

Euskal Herriko  
Unibertsitatea

NAZIOARTEKO  
BIKANTASUN  
CAMPUSA

CAMPUS DE  
EXCELENCIA  
INTERNACIONAL



# EKIPO INFORMATIKOAK

Ekipo informatikoek produktua ingurumenarekiko errespetuz fabrikatu dela eta energiari dagokionez eraginkorra dela ziurtatzen duten etiketa ekologikoak izan ditzakete (esaterako, Energy Star).

Itzali ekipo informatikoak luzaroan erabili behar ez badituzu (esaterako, bazkaltzera joaten zarenean), eta bereziki lanaldiaren amaieran.

Itzali pantaila ordenagailua denboraldi motz batean erabili behar ez baduzu edo funtzioaren bat gauzatzen utzi behar baduzu.

Itzali haririk gabeko periferikoak (esaterako, sagua edo teklatuak) pilak edo bateriak aurrezteko.

Konfiguratu zure ordenagailua aldi batean erabili gabe egon denean energia aurrezteko teknikak aplika ditzan: pantaila babesle korporatiboa, beltza (5 minutura); monitorea automatikoki desaktibatzea (15 minutura); eta ekipoa hibernazio moduan jartzea (30 minutura).

Konektatu bulegoko hainbat ekipo etengailua duten konexio anitzeko oinarrietara (edo erregleta elektrikoak). Moztu korrontea on/off botoiari sakatuz; hala, ez duzu energiarik gastatuko eta ekipoa zirkuitulaburretatik babestuko duzu.

Erabili eta zaindu ekipoak fabrikatzaileen zehaztapen teknikoei jarraituz. Ekipoak zaintzeak eta garbitzeak (hautsa kentzea) beren errendimendua hobetzen eta energia aurrezten laguntzen du.



Monitorea itzali mesedez

Por favor apaga el monitor

ni itzali gabe



Apágame



Universidad  
del País Vasco

Euskal Herriko  
Unibertsitatea

NAZIOARTEKO  
BIKAINTASUN  
CAMPUSA  
CAMPUS DE  
EXCELENCIA  
INTERNACIONAL

# BESTE EKIPO ELEKTRIKO BATZUK

Gehiago erabili behar ez badituzu, itzali eta, ahal izanez gero, deskonektatu aparatu elektrikoak: ordenagailuak, funtzio anitzeko ekipoa, fotokopiagailuak, faxak, proiektagailuak, etab.

Eraginkortasun energetiko handieneko ekipoa elektrikoak aukeratu, alegia, A etiketa energetikoa dutenak.

Ahal izanez gero, pilatu inprimatu edo fotokopiatu behar dituzun lan guztiak, eta bitartean ekipoa horiek itzalita eduki (fotokopiagailu bat gau osoan piztuta gelditzen bada, 1.500 fotokopia egiteko adina energia kontsumi dezake).

Mugikorraren bateria guztiz kargatzen denean, kargagailua deskonektatu.

Erabili eskailerak eta saiatu igogailurik ez erabiltzen. Oso osasungarria da eta energia aurreztuko duzu.



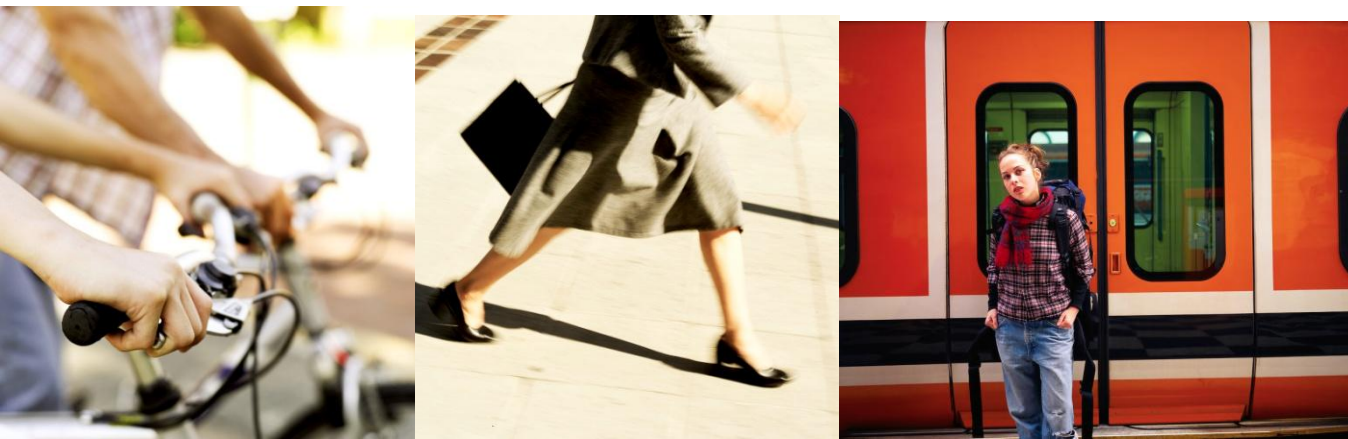
# ENERGIA AURREZTEKO BESTE MODU BATZUK

## •Ura:

- ✓Ez galdu urik alferrik edatean, garbitzean, dutxatzean, etab.
- ✓Ez erabili komunak paperontzi gisa.

## •Garraioa:

- ✓Hiri barneko joan-etorri motzetan oinez edo bizikletaz ibili.
- ✓Joan-etorri luzeagoetan, garraio kolektiboa erabili edo autoa partekatu.



# **Susta itzazu jardunbide egoki hauek zure ingurukoen artean**

