



BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES EN LA UPV/EHU

BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES EN LA UPV/EHU



Las 3 R: REDUCE, REUTILIZA,
RECICLA



Consejos para reducir
residuos en la UPV/EHU



Consejos para reciclar en la
UPV/EHU

LAS 3 R

REDUCE, REUTILIZA, RECICLA



REDUCE el consumo:

Evita todo aquello que genera un desperdicio innecesario.

REUTILIZA:

Dales la máxima utilidad a los objetos y materiales antes de desecharlos, destruirlos o enviarlos a tratar.

RECICLA:

Clasifica y deposita los materiales adecuadamente, de forma que puedan ser reutilizados, mediante su integración en un proceso natural o industrial en el que se empleen menos recursos materiales para conseguir el mismo u otro producto.

PAPEL

REDUCE el consumo de papel:

- Utiliza el ordenador para la lectura de documentos (para visualizar mejor, usa el zoom o ctrl+rueda del ratón).
- Usa el escáner en lugar de hacer fotocopias en papel.
- En reuniones, utiliza medios audiovisuales para visionar la información, en lugar de repartir fotocopias a cada asistente.
- Archiva la documentación en formato digital (GORDE, GORDETALDE, etc.).
- Usa el correo electrónico en lugar del correo interno o postal.
- Difunde y publica la información por medios digitales (web, pantallas, tabloneros digitales, etc.).
- Revisa los documentos en el ordenador antes de imprimirlos (usa la revisión ortográfica y la vista previa de impresión)
- Sustituye las toallas y servilletas de papel por las de tela y el seca-manos eléctrico.



PAPEL

En caso de tener que imprimir:

- Usa papel reciclado y de poco gramaje. Si excepcionalmente tiene que ser papel blanco, que sea libre de cloro.
- Imprime sólo lo necesario (no imprimas todo el documento si sólo necesitas una parte).
- Imprime en modo borrador y a doble cara, y si es posible dos páginas o más por cara (configurar opciones de impresión).

REUTILIZA:

- Reutiliza los folios impresos por una cara.
- Reutiliza carpetas y sobres usados.



RECICLA:

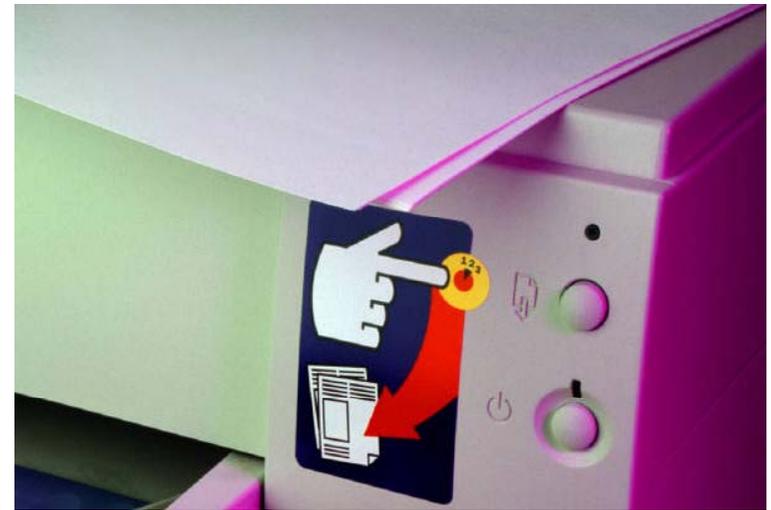
- Deposita el papel usado que no se pueda reutilizar en los contenedores de reciclaje de papel.

SI AHORRAS 6 FOLIOS AL DÍA SALVARÁS 2 ÁRBOLES AL AÑO

TÓNER

REDUCE el consumo de tóner:

- Evita imprimir en color, ya que resulta mucho más caro que imprimir en blanco y negro.
- Usa fuentes más pequeñas y menos textos en negrita.
- La impresora suele avisar del cambio de tóner bastante antes de que esté completamente vacío, por lo que sigue imprimiendo hasta que la impresora se detenga.
- Cambia la configuración de impresión para que salga por defecto en escala de grises, en modo económico o borrador, imprimir por ambas caras y más de una hoja por cara:
Inicio => Impresoras y faxes => clic derecho en tu impresora => Propiedades => Preferencias de impresión => Aceptar cambios
- Cuando puntualmente lo necesites, deberás cambiar manualmente la configuración para imprimir con una mejor calidad o en una sola cara.



PLÁSTICO



REDUCE la generación de residuos plásticos:

En las máquinas de vending pulsa la opción “sin vaso” y utiliza tu propia taza.

En los comedores, evita los vasos, platos y cubiertos de plástico y usa unos que puedas lavar y reutilizar.

REUTILIZA los botellines y los vasos de plástico.

RECICLA: deposita los residuos de plástico en los contenedores de reciclaje.

APRENDAMOS A RECICLAR

SI

CONTENEDOR
DE PAPEL

NO

- ✓ Papel usado pero limpio
- ✓ Periódicos, revistas y libros
- ✓ Propaganda
- ✓ Derivados del papel
- ✓ Cuadernos (sin alambres, grapas,...)
- ✓ Papel de embalar
- ✓ Bolsas de papel

- ❖ Papeles sucios/pañuelos o servilletas usadas
- ❖ Papel de aluminio
- ❖ Papel metalizado o plastificado
- ❖ Papel de calco
- ❖ Envases tipo brik
- ❖ Cajas de cartón aparte



APRENDAMOS A RECICLAR

SI

CONTENEDOR DE PLÁSTICO

NO

- ✓ Bolsas y envoltorios de plástico
- ✓ Tapas y tapones de plástico y de metal
- ✓ Botellas de plástico
- ✓ Envases brik
- ✓ Envases de productos lácteos
- ✓ Envases de productos de limpieza y aseo
- ✓ Bolsas de aperitivos
- ✓ Bandejas y papel de aluminio
- ✓ Film transparente
- ✓ Latas de bebida y de conservas
- ✓ Bandejas de corcho blanco
- ✓ Aerosoles vacíos
- ✓ Menaje de plástico desechables

- ❖ Plásticos que no sean envases
- ❖ Rotuladores y bolígrafos
- ❖ Cables
- ❖ CD y DVD



**Fomenta estas buenas
prácticas entre tus
compañeros y compañeras**