

## ENERGÍA

### ELECTRICIDAD

- Apaga cualquier aparato eléctrico o fuente de iluminación que no esté siendo utilizado. Al dejar los aparatos en "modo de espera" o "stand by" también consumen, siendo un ejemplo los cargadores de los móviles.
- Utiliza las escaleras en desplazamientos cortos, el arranque del ascensor consume mucha energía, y además es cardiosaludable.
- El aislamiento es importante, no abras las ventanas con la climatización conectada.



### ORDENADORES

- Apaga siempre tu Pc al acabar la jornada laboral.
- Apaga el Pc si te vas a ausentar de tu puesto de trabajo durante un tiempo superior a 30 minutos (desayunos, reuniones, etc.)
- El salvapantallas que menos energía consume es el negro.
- No imprimas los correos electrónicos si no es necesario.
- Imprime el menor número posible de documentos de prueba utilizando para ello la vista previa.



### USO DE LA FOTOCOPIADORA

- Utiliza la doble cara siempre que sea posible.
  - 2 caras a 2 caras.
  - 1 cara a dos caras.
- Evitar utilizar el fax para realizar fotocopias, es mucho más caro y su tinta contamina mucho más.
- Utiliza la fotocopidora como impresora.



## AGUA

### AHORRO DE AGUA

- Cierre cualquier grifo tras utilizarlo, o mientras lo usas si no es de forma continua.
- Notifica cualquier pérdida de agua. Unas pocas gotas al día pueden representar muchos litros.
- Usa el agua con medida, es un bien escaso.



## RESIDUOS

### MINIMIZACIÓN DE RESIDUOS

- El papel usado puede emplearse por el reverso a modo de anotaciones o "sucio".
- Evita el uso masivo de plásticos, es un material muy poco biodegradable.
- Deposita cada residuo en su envase: papel, toner, pilas, placas, etc.
- Aprovecha los sobres de correo interno.
- Utiliza el correo electrónico en lugar de la carta o fax.
- Segrega bien los residuos sanitarios: el impacto ambiental de los residuos biosanitarios especiales es muy superior al de los asimilables a urbano.
- Segrega bien los residuos sanitarios para proteger el medioambiente y tu salud.



Colabora:



## HOSPITALSOSTENIBLE

INTRANET: "ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE"  
SERVICIO GESTIÓN AMBIENTAL. TLF.: 78076