

---

# DECÀLEG PER A UN COMERÇ + SOSTENIBLE

---



Has de fer reformes al teu local comercial?

Tingues en compte aquests consells per a què la sostenibilitat sigui el més eficient possible:

## ENERGIA

- Triar la modalitat de contractació adient
- Optimitzar la potència contractada
- Moderar el consum, especialment pel què fa a la il·luminació, climatització i els electrodomèstics
- Demanar els descomptes disponibles i contractar tarifes amb discriminació horària

## AIGUA

- Instal·lar airejadors a les aixetes. Són fàcilment aplicables i poden arribar a estalviar fins a un 50% de l'aigua que es fa servir a l'aixeta
- Arreglar les aixetes que gotegen. Una aixeta que perd una gota per segon suposa el malbaratament de 30 litres al dia.
- Pel WC hi ha diverses solucions d'estalvi, de més barat a més car:
  - bombatge.
  - Instal·lar un sistema d'aturada de descàrrega o amb doble pulsador.
  - Aprofitar les aigües grises, l'aigua de la dutxa i pica, per a la cisterna del WC

## AILLAMENT TÈRMIC

- Evitar les entrades innecessàries d'aire (tant calent com fred) al local. Per a fer-ho, podem utilitzar mètodes senzills com la silicona, la massilla o els rivets.
- Evitar pràctiques malbaratadores com tenir la calefacció o l'aire condicionat en marxa mentre es ventila l'espai.

- Facilitar que la radiació solar que entra per les finestres escalfi directament terres i parets durant l'hivern.
- Utilitzar materials naturals com el suro, les llanes, minerals de roca o vidre per aïllar el local.
- Aïllar les finestres durant la nit amb finestrons o cortines per reduir la pèrdua de calor.
- Mantenir la temperatura a 20°C a l'hivern i a 25°C a l'estiu és suficient per garantir el confort ambiental.
- Fer un manteniment adequat dels sistemes de climatització: una caldera bruta té dificultats per a fer la combustió correctament i consumeix més energia.
- Utilitzar sistemes de regulació als aparells de climatització, així podem adequar la temperatura a les nostres necessitats en cada moment.
- Instal·lar finestres amb doble vidre o dobles finestres i tancaments amb trencament de pont tèrmic.
- Les persianes exteriors enrotllables són molt eficients gràcies a l'ajust entre les làmines i el marc que provoca un millor aïllament.
- Compreu el clàssic ventilador com a millor opció davant de l'adquisició del nou aparell d'aire condicionat. La sensació de descens de la temperatura és entre 3 i 5 °C i el seu consum elèctric és molt baix
- Opteu per ventiladors de sostre per crear un ambient fresc en aquells espais amb sostres alts.
- Fixeu la temperatura de refrigeració al voltant dels 25 ° C. En qualsevol cas, una diferència de temperatura amb l'exterior superior als 12 ° C no és saludable.
- A l'hora d'engegar l'aparell d'aire condicionat, no ajusteu el termòstat a una temperatura més baixa del normal: no refredarà més ràpidament i resulta una despesa innecessària d'energia.

## RESIDUS

- Conèixer quins són els mitjans de què disposeu per fer la recollida selectiva dels residus.
- Disposar, a l'establiment, de l'espai i dels elements necessaris per poder separar els residus convenientment
- Informar tots els treballadors de l'establiment sobre com realitzar una correcta separació dels residus.
- Realitzar una correcta separació dels residus al vostre establiment.
- Disminuir l'ús de les bosses de plàstic i afavorir l'ús de bosses reutilitzables
- Utilitzar pissarres o cartells reutilitzables per a les promocions
- Utilitzar el paper per les dues cares amb la finalitat de reduir la quantitat de paper que es converteix en residu
- Utilitzar material reutilitzat per a decorar els aparadors
- Utilitzar paper reciclat
- Portar els tòners, cd's, piles, llums... a la deixalleria més propera

## PRODUCTES DE NETEJA

- Moderar l'ús de productes de neteja consumint-los de forma responsable i usant sistemes de dosificació
- No comprar productes amb olors molt penetrants ja que solen tenir contaminants químics molt agressius
- Per a netejar, utilitzeu aigua i llimona, vinagre o bicarbonat

## DESPLAÇAMENTS

- Afavorir que els treballadors/es acudeixin al seu lloc de feina amb transport públic o bicicleta
- Fer els desplaçaments pel barri a peu

## ALIMENTACIÓ I CONSERVACIÓ D'ALIMENTS

- Si teniu màquina de cafè a disposició dels empleats, optar per una de les opcions disponibles de cafè de comerç just
- Compreu frigorífics de la classe A+ (que engloba tots aquells aparells amb un consum inferior al 42% del consum mitjà d'un aparell equivalent) o A++ (aparells amb un consum inferior al 30%). Exigiu l'etiquetatge energètic a l'hora de fer la compra.
- Col·loqueu el frigorífic o el congelador en un lloc fresc i airejat, allunyat de possibles fonts de calor
- Ajusteu el termòstat per mantenir una temperatura entre 4 i 6 ° C al compartiment de refrigeració i al voltant dels -18º C en el de congelació (la disminució d'1 grau implica un augment del consum d'entre un 6 i un 8%).
- No guardeu aliments calents al frigorífic: deixeu-los refredar a fora.

## APARELLS D'INFORMÀTICA

- Els ordinadors portàtils consumeixen menys energia que els de sobretaula.
- Apaga el monitor del teu ordinador manualment quan no l'hagis d'utilitzar durant una estona o al finalitzar la feina. No deixis mai la pantalla en stand-by!
- Configura adequadament la brillantor del teu monitor, tenint en compte que a major brillantor, més consum energètic.
- Activa les opcions d'estalvi d'energia que ofereixen els ordinadors quan estan en repòs, com l'opció d'apagar el monitor, apagar els discs durs, passar a inactivitat o hibernar després d'un cert temps sense fer-ne ús (es recomana entre 5 i 20 minuts). I si has de parar més de mitja hora, apaga'l del tot.
- Eviteu utilitzar els estalvis de pantalla animats, doncs són grans consumidors d'energia.

## PINTURES

- Quan aneu a comprar prioritzeu les fustes autòctones (pi, roure, faig, cirerer, garrofer...) per a interiors; i per a exteriors, la canya i el vímet ja que tenen un baix impacte de transport.
- Compreu fustes amb les certificacions FSC i PEFC (Certificació Forestal Paneuropea) que garanteixen que l'explotació ha estat sostenible.
- Escolliu mobles duradors, atemporals, multifuncionals, plegables, modulars i amb peces de recanvi disponibles.

## FUSTES

- Utilitzeu pintures, vernissos i dissolvents ecològics (minerals o vegetals) o, en cas de què siguin sintètiques, que portin alguna etiqueta de certificació Ecolabel que identifica aquelles pintures sintètiques amb menys proporció de substàncies tòxiques.
- No aboqueu mai les pintures, dissolvents o vernissos al vàter o a l'aigüera, ja que totes les restes de pintures, encara que siguin naturals o minerals, perjudiquen les aigües residuals. Adreceu-vos als serveis de recollida de l'Ajuntament: punts verds.
- No llenceu la pintura sobrant. Guardeu-la tenint en compte que es pot mantenir en bon estat durant un any, o bé doneu-la a alguna persona o projecte que se'n pugui aprofitar.
- Netegeu els pinzells de manera segura. No els renteu damunt el terra, perquè la pintura suposa un perill per a l'aigua subterrània.
- Rebutgeu productes que no especifiquin els seus components