

Manual de Boas Prácticas Ambientais no sector da hostelería e restauración

DEFINICIÓN

Almacenamento: depósito temporal de residuos sen eliminación ou aproveitamento dos mesmos.

Autorización do Produtor de Residuos Perigosos: permiso ou licenza administrativa á que se ha de someter calquera actividade que xere máis de 10t/ano de residuos perigosos.

Contaminación: acción e efecto de introducir calquera tipo de impureza, materia ou influencias físicas (ruído, radiación, calor, vibracións, etc.), nun determinado medio a niveis que poden ocasionar un dano no sistema ecolóxico.

Declaración Anual de Residuos Perigosos: información obrigatoria que ha de presentar anualmente o produtor de residuos perigosos ante o órgano administrativo ambiental correspondente.

Desenvolvemento Sostible: desenvolvemento que satisfai as necesidades actuais das persoas sen comprometer a capacidade das xeracións futuras para satisfacer as súas.

Documento de Aceptación: documento no que se reflexa a admisión do residuo perigoso por parte dun xestor autorizado.

Documento de Control e Seguimento: documento que rexistra a cadea de custodia do residuo perigoso dende a súa orixe ata o seu fin previsto.

Ecodeseño: técnica que considera os aspectos ambientais en todas as etapas do proceso de desenvolvemento de produtos, esforzándose por conseguir produtos co mínimo impacto ambiental posible.

Emisión de Contaminantes: expulsión á atmosfera, á auga ou ao solo de sustancias, vibracións, calor ou ruído procedentes de forma directa ou indirecta de fontes puntuais ou difusas dunha instalación.

Envase: material ou recipiente destinado a envolver ou conter un produto.

Xestión de Residuos: actividades de recollida, envasado, etiquetado, almacenamento, transporte, valorización, recuperación, tratamento ou eliminación de residuos, encamiñadas a garantir a protección da saúde humana e a conservación do medio.

Xestor: persoa ou entidade, pública ou privada, autorizada legalmente que realiza actividades de xestión de residuos, sexa ou non o produtor dos mesmos.

Impacto Ambiental: efectos que unha acción humana produce no medio.

Lixiviado: líquido contaminado producido nos vertederos como consecuencia do contacto da auga cos residuos.

Minimización: redución, na medida do posible, na xeración de residuos.

Mobilidade sostible: conxunto de procesos e accións orientados a conseguir como obxectivo final un uso racional dos medios de transporte por parte, tanto dos particulares, como dos profesionais.

Papel ecolóxico: é o branqueado sen cloro. Na súa fabricación utilízase exclusivamente madeira desprezada para a produción de celulosa (madeira de limpeza de bosques, sobrantes de serradoiro, etc.).

Papel reciclado: aquel fabricado a partir de papeis que xa foron utilizados.

Pequeno Produtor de Residuos Perigosos: industrias ou actividades que xeran menos de 10 t/ano de residuos perigosos.

Produtor: calquera persoa física ou xurídica cuxa actividade, excluída a derivada do consumo doméstico, produza residuos ou efectúe operacións de tratamento previo da mestura ou doutro tipo que ocasionen un cambio de natureza ou de composición dos residuos.

RSU: Residuos Sólidos Urbanos.

RTP: Residuos Tóxicos e Perigosos.

RP: Residuos Perigosos.

Reciclar: transformar os residuos, dentro dun proceso de produción, para o seu fin inicial ou para outros fins.

Reutilizar: acción de volver a utilizar os bens ou produtos. A utilidade pode vir para o usuario mediante unha acción de mellora ou restauración, ou ben sen modificar o produto se é útil para un novo usuario.

Residuo: calquera sustancia ou obxecto pertencente a algunha das categorías que figuran no anexo da Lei 10/1998, do que o seu posuidor se desprenda ou teña a intención ou obriga de desprenderse. Recóllense no Catálogo Europeo de Residuos (CER), aprobado polas Institucións Comunitarias.

Residuos Urbanos ou municipais: residuos xerados nos domicilios particulares, comercios, oficinas e servizos. Tamén os residuos industriais de características similares a

estos e os procedentes de vías públicas, zonas verdes e áreas recreativas.

Residuo Perigoso: aquel que figure na lista de residuos perigosos, aprobada polo Real Decreto 952/1997, así como os recipientes e envases que os contivesen. Os cualificados como perigosos pola normativa comunitaria e os que poidan clasificarse posteriormente de acordo coa norma europea.

Segregación: acción de Afastar os residuos, clasificándoos en orde ao seu posterior destino.

Sistema de Xestión Ambiental: parte do sistema xeral de xestión dunha empresa que inclúe a estrutura organizativa, a planificación de actividades, as responsabilidades, as prácticas, os procedementos, os procesos e os recursos para desenvolver, implantar, levar a efecto, revisar e manter ao día a política ambiental da empresa.

Sostibilidade ou Sustentabilidade: equilibrio dunha especie cos recursos do seu contorno. Aplícase á explotación dun recurso por debaixo do límite de renovabilidade do mesmo.

Subproduto: produto que se obtén a partir do principal e de menor valor que este. Alternativa á xeración de residuos. Xestiónanse a través de “bolsas de subprodutos”.

Valorización: todo procedemento que permita o aproveitamento dos recursos contidos nos residuos, sen poñer en perigo a saúde humana e sen utilizar métodos que poidan causar danos ao medio.

Xeroxardinería: xardinería na que se utilizan especies vexetais con poucos requirimentos hídricos.

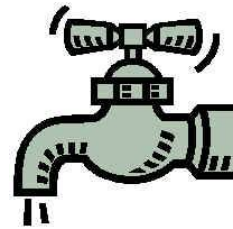
MANUAL DE BOAS PRÁCTICAS AMBIENTAIS BÁSICAS



CONSUMO DE AUGA

Pecha levemente a chave de paso do edificio, non apreciarás a diferenza e aforrarás unha gran cantidade de auga .

**UNHA BILLA ABERTA VERTE UNS
12 LITROS AO MINUTO.**



Non deixes as billas abertas mentres lavas os dentes.

Enche o lavabo para asear a cara, as mans ou afeitarte.

Repara as billas que gotean.

Usa dispositivos de aforro de auga: limitadores de caudal, perlizadores, limitadores de descarga ou enchido de cisternas.

Instala unha cisterna de dobre pulsador. Reducirás á metade o consumo de auga.



**UNHA CISTERNA SUPÓN DE UN
CONSUMO DE 9 LITROS DE AUGA**

Coloca unha botella con area dentro da cisterna. Utilizará menos auga para encherse.

Non uses o inodoro como cubo de lixo, coloca una papeleira.



Utiliza billas mono-mando e termostáticas.

Dúchate no canto de bañarte e pecha a billa mentres te enxaboas.



A DIFERENCIA ENTRE UNHA DUCHA E UN BANO SON UNS 150 LITROS DE AUGA

Remolla e enxaboa os cubertos dunha vez. Non deixes correr a auga mentres fregas e ábrea para o aclarado final.

Lávaos despois de usalos. Evitarás o endurecemento dos restos de comida.

Enche o cubo de fregar coa cantidade necesaria para a superficie a limpar, ás veces medio caldeiro é suficiente.

Utiliza a lavadora e o lavavaixelas coa carga completa.

CANDO LAVAS A MAN CONSUMES UN 40% MÁIS DE AUGA



Coloca unha botella de auga fría na neveira, non terás que deixar correr a da billa para ter auga fresca.

Lava as verduras nunha cunca ou no vertefoiro con tapón.

Non utilices o chorro da auga para arrastrar restos no vertefoiro. Recólleos e bótaos no cubo do lixo.

Se vas de viaxe, pecha a chave de paso da auga.



NO XARDÍN

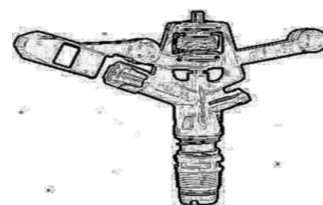
Rega as plantas e o xardín á noitiña e ao mencer.

Reduce o uso de auga sementando plantas autóctonas.

Evita grandes superficies de céspede xa que consumen gran cantidade de auga. Como opción pódense plantar arbustos.

Utiliza sistemas automáticos de rego por goteo.

AXUSTA O XIRO DOS ASPERSORES ÁS ZONAS QUE O NECESITEN



Non cortes o céspede ao ras, a unha altura de 5 a 8 centímetros do solo ten sombra natural e retén a humidade.

Cubre a piscina mentres non se usa. Reducirás a evaporación.

Límpaa unha vez por semana e a auga durará anos.

Evita ao máximo utilizar plaguicidas e elementos químicos.



NON PERMITAS QUE A GASOLINA, ACEITES E OUTROS LÍQUIDOS NOCIVOS ESCAPEN E SE MESTUREN COA AUGA



AUGAS RESIDUAIS E RESIDUOS

No aseo persoal usa xabóns naturais ou libres de perfumes e colorantes innecesarios.

Usa deterxentes concentrados, non levan axentes de recheo e polo tanto úsase menos cantidade para un mesmo resultado.

Compra téxtil fabricado con fibras naturais.

Usa a mínima cantidade de lixivia e deterxentes.

Se compras produtos envasados, dá preferencia aos que empregan materiais reciclables ou reutilizables.



COMPRA PRODUTOS A GRANEL
(froitas, verduras, carnes...)

Compra pequenas cantidades para evitar que os produtos caduquen e xeren maior cantidade de residuos.

Substitúe as bolsas de plástico por bolsas reutilizables de tea ou materiais reciclables.

Reutiliza o papel de aluminio se está en bo estado.

Non tires aceites polo vertedoiro ou polo retrete.

Afasta selectivamente os residuos.

USA FRIAMEIRAS PARA GARDAR
COMIDA, FRIAME, ETC.



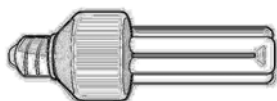
CONSUMO ENERXÉTICO



Utiliza sempre que sexa posible luz natural.

Substitúe o alumeado incandescente por lámpadas de sodio ou tubos fluorescentes.

Usa detectores de presenza ou interruptores temporizados.



UTILIZAR BOMBILLAS DE BAIXO CONSUMO AFORRA UN 80%

Vida útil media das lámpadas (horas):

<i>Incandescentes</i>	<i>Halóxenas</i>	<i>Fluorescentes</i>	<i>Baixo consumo</i>
1000	2000-2500	5000-10.000	6.000-10.000

Equivalencias de consumo: lámpada de baixo /lámpada incandescente:

<i>Baixo consumo</i>	9 W	11 W	15 W	20 W	23 W
<i>Incandescente</i>	40 W	60 W	75 W	100 W	125 W

Pinta os cuartos interiores con cores claras.

Usa lámpadas e apliques translúcidos en lugar de opacos.

Se vas apagar un fluorescentes por un tempo menor a 20 minutos, é mellor deixalo aceso.



A ACUMULACIÓN DE PO NAS LÁMPADAS REDUCE NUN 10% A SÚA CAPACIDADE DE ILUMINACIÓN.

CLIMATIZACIÓN/CALEFACCIÓN



Mantén limpos os filtros de saída do sistema de climatización para evitar perdas de carga.

Realiza o mantemento do sistema de climatización.

Instala sistemas de peche automático de portas que eviten as perdas de calor ou frío.

Ventila a casa a primeiras horas da mañá e á noitiña; cando a temperatura do aire é máis fresca.

**OS MECANISMOS DE PECH
AUTOMÁTICO PERMITEN AFORRAR
ATA UN 40%**



Mantén a temperatura arredor de 20°C. Cada grao de diferenza incrementa nun 8% os custes enerxéticos.

Para durmir é suficiente a temperatura entre 15°C e 17°C.

Instala un termóstato. A regulación será automática.

FORNO E COCIÑA

Utiliza recipientes de dimensións adecuadas e emprega a cantidade de auga precisa.



**AFORRAR ENERXÍA COS
ELECTRODOMÉSTICOS NON É
RENUNCIAR AO SEU USO, SENÓN
USALOS ADECUADAMENTE.**



Usa o calor residual da placa vitrocerámica: Apaga o lume uns minutos antes de terminar a cocción.

A cociña de indución reduce o consumo enerxético ata un 40% respecto á vitrocerámica.

Tapa os cazos. Afornarás ata un 20% de enerxía.

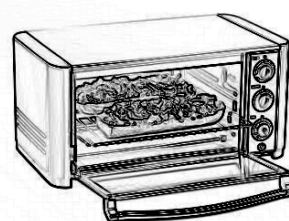
Apaga o extractor cando acabes de cociñar.

Usa a luz do extractor só cando sexa necesario.

Desconxela a comida con antelación. Non terás que desconxelar no forno.

Apaga o forno dez minutos antes de finalizar a cocción, aproveitarás o calor residual sen custe algún.

CADA VEZ QUE ABRIMOS A PORTA DO FORNO PÉRDESE UN 20% DO CALOR ACUMULADO.



A temperatura máxima aconsellada dende o punto de vista enerxético é 180-200°C,

FRIGORÍFICO

Non sobrecargues o frigorífico, dificulta as correntes de aire frío e o arrefriamento adecuado dos alimentos.

Non introduzas alimentos quentes no frigorífico. Produce xeada e aumenta considerablemente o consumo.

Axusta a temperatura do termóstato. Un punto de redución tradúcese nun 5% de aforro enerxético.



TEMPERATURAS RECOMENDADAS:

6 °C no refrixerador.
-18 °C no conxelador.

Asegúrate de que as portas do forno e o frigorífico pechen ben.

LAVADORA E LAVAVAIXELAS

Usa programas con auga fría sempre que poidas. Lavar a 60°C consume a metade que lavar a 90°C.

Elimina o secado con aire quente no lavavaixelas. Abre a porta e aforrarás ata un 40% de enerxía.

Evita o uso da secadora sempre que sexa posible.

O 90% DA ELECTRICIDADE NO
LAVAVAIXELAS EMPRÉGASE PARA
QUENTAR A AUGA.
O 10% PARA MOVER O MOTOR.

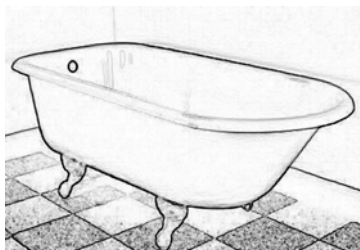


DUCHA

Dúchate en auga morna ou fría.

Reviste de material illante as caldeiras de acumulación.

Temperatura do termostato do quentador: 40-45°C en verán e 60°C no inverno.



O 20-25% DO CONSUMO ENERXÉTICO
DUN FOGAR INVÍRTESE NO
QUENTAMENTO DA AUGA



TRANSPORTE

Utiliza o transporte público sempre que sexa posible.

Comparte coche con compañeiros de traballo.

Camiña para desprazamentos curtos.

NO TEU COCHE:

Revisa a presión dos neumáticos. Unha presión incorrecta dos neumáticos aumenta o consumo ata un 3%.

O correcto aliñado e inflado das rodas evita o desgaste prematuro do neumático e reduce a xeración de residuos.



A POSTA A PUNTO DO MOTOR PODE EVITAR AUMENTOS DE CONSUMO DE ATA O 9 %.

Evita sobrecargar o vehículo, consume máis.

Desmonta a baca se non se utiliza, consume un 20% máis.

Circula coas fiestras pechadas (aforrarás un 5%).

Utiliza o aire acondicionado só cando sexa necesario (aumenta o consumo entre un 10 e un 20%).

Roda a unha velocidade constante e moderada. Evita aceleróns.

MANUAL DE BOAS PRÁCTICAS AMBIENTAIS EN HOSTELERÍA E RESTAURACIÓN



CONSUMO DE AUGA

Pecha ben as billas despois de usalas.

Vixía e repara perdas e fugas.

Usa dispositivos de aforro de auga: limitadores de caudal, perlizadores, limitadores de descarga ou enchido de cisternas.

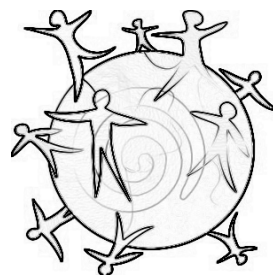
Instala unha cisterna de dobre pulsador. Reducirás á metade o consumo de auga.

Utiliza billas mono-mando e termostáticas.

En zonas comúns usa billas temporizadas.

No lavado de verduras emprega cuncas.

CONCIENCIA AOS CLIENTES DA
IMPORTANCIA DA SÚA
COLABORACIÓN



As cafeteiras de circulación de auga de "erogación continua" son as máquinas que máis auga aforran no seu uso.

Non uses o inodoro como cubo de lixo, coloca unha papeleira.

Usa aparatos de limpeza a vapor. Son máis ecolóxicos porque evitan o uso de deterxentes.



SERVIZO DE LAVANDARÍA:

Realiza lavados a carga completa e usa programas económicos.

Entrega as túas prendas a lavandaría con certificacións ambientais.

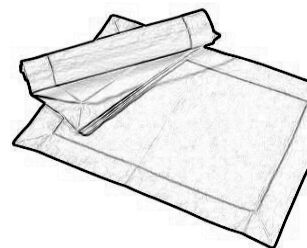


SOLICITA AOS CLIENTES QUE PARTICIPEN NA XESTIÓN AMBIENTAL INDICANDO SI AS TOALLAS DEBEN SER LAVADAS OU NON.

Usa lavadoras que se axusten a criterios ecolóxicos:

- Máxima eficiencia no lavado e na seca.
- Válvulas antirretorno para evitar vertidos ao vertedoiro de deterxente e auga.
- Sistemas de corte de suministro de auga no caso de fugas.
- Sistemas de axuste de consumos á cantidade de roupa que se vai a lavar.
- Programas específicos para cada suciedade, etc...

AFASTA LA COLADA SEGÚN SU SUCIEDAD. REDUCE OS PRELAVADOS ÁS COLADAS MOI SUCIAS



Utiliza cestas, bandexas, posavasos e manteis individuais de materiais reutilizables (mimbre, etc) para o pan ou os aperitivos. Si non son de tela evitarás o seu lavado.



ZONAS VERDES

Rega nas horas de pouco sol, ao anoitecer ou ao mencer.

Rega por goteo ou con aspersores direccionables.

Planta árbores e arbustos que creen zonas de umbría.

Acumula a auga pluvial para a rega de xardíns.

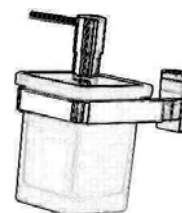
Un adecuado mantemento da piscina evitará o seu vaciado por anos.

RESIDUOS E AUGAS RESIDUAIS

Compra produtos a granel e evita os produtos envasados de forma individual.

Compra produtos con embalaxes reciclables.

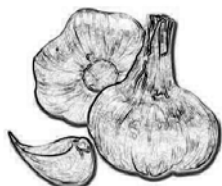
USA XABÓNS NATURAIS OU LIBRES
DE PERFUMES E COLORANTES
INNECESARIOS



Usa papel hixiénico branco. O coloreado é máis contaminante.

Utiliza toallas fabricadas con fibras naturais. Si son de papel, emprega toallíñas de papel reciclado.

Usa os produtos químicos, ambientadores, insecticidas e desengrasantes menos contaminantes dispoñibles.



A SOLUCIÓN DE ALLO É UN INSECTICIDA ORGÁNICO RESPECTUOSO CO MEDIO



Utiliza pulverizadores manuais e evita os aerosois.

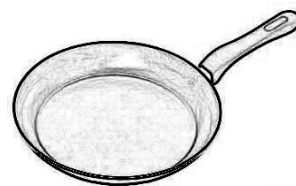
Evita a presenza de insectos coidando a limpeza, retirando restos de alimentos, colocando mosquiteiras... de forma que non sexa necesario o uso de insecticidas.

Evita o uso de máquinas de circuito aberto de auga para realizar a refrixeración.

Emprega produtos ecolóxicos para a limpeza.

Afasta os residuos en distintos contedores.

REUTILIZA O ACEITE DE FRITURAS E
UNHA VEZ ESGOTADO, ENTRÉGAO A
XESTOR. NON O TIRES POLO VERTEDOIRO



Non abuses do papel de aluminio nin envoltorios plásticos.

Respecta os requisitos de conservación dos produtos.

Calcula ben os pedidos para evitar excedentes e xeración de residuos.

Consume os produtos perecedeiros por orden de caducidade.

Reduce o uso de pilas, empregando aparatos conectados á corrente continua ou pilas recargables.



ENTREGA AS PILAS USADAS A UN XESTOR



Utiliza papel reciclado para facturas e outros documentos.

ZONAS VERDES

Envía os residuos de podas e cortas para compostaxe.

Evita vertidos de aceites, lubricantes e outros produtos perigosos.

Usa repelentes orgánicos de aves.

O REPELENTE DE AVES A BASE DUNHA
SUSTANCIA AMARGA DA PEPITA DE UVA
NON É TÓXICO NIN AFECTA AO MEDIO



CONSUMO ENERXÉTICO

Compra electrodomésticos eficientes no uso da enerxía e auga. Atende ao etiquetado enerxético.

Respecta as indicacións dos manuais de instrucións.

As cafeteiras de circulación de auga de "erogación continua" son as máquinas que máis auga aforran no seu uso.

Regula a temperatura segundo as necesidades e prescripcóns sanitarias.

Os LCDs consumen entre un 50 e un 70% de enerxía menos que os televisores e pantallas tradicionais.



INFORMA AOS CLIENTES: A TELEVISIÓN EN STAND-BY (Coo luceciña vermella) GASTA ENERXÍA.



Limpa con auga fría ou morna sempre que poidas.

COCIÑA E FORNO

Aproveita a calor residual da cociña eléctrica ou vitrocerámica. Apágaa uns minutos antes de terminar.

Utiliza fogóns acordes co tamaño do cazo.

Limpa a menudo forno, planchas e fogóns.

Tapa os recipientes, pódese aforrar un 25% de enerxía.

Evita usar o forno para pequenas cantidades.

Evita abri-lo innecesariamente cando estea quente.



COCIÑAR CON OLAS A PRESIÓN E CON POUCA AUGA PODE SUPONER UN AFORRO DUN 50% DE ENERXÍA

FRIGORÍFICO

Axusta a temperatura desexada en función dos tipos e cantidade de alimentos que teñas en cada momento.

Non introduzas alimentos quentes no frigorífico.

Asegúrate de que todas as pechaduras son herméticas.

Axusta a temperatura do termostato do frigorífico. Un punto de redución tradúcese nun 5% de aforro.

EVITA A ACUMULACIÓN DE XEO OU XEADA. UNHA CAPA DE 5 mm INCREMENTA NUN 30% O CONSUMO ENERXÉTICO



Realiza revisións periódicas de mantemento.

Mantén limpa a parte posterior: Se está limpa e ben ventilada pode reducir un 15% o consumo.

LAVAVAIXELAS

Compra lavavaixelas conectables á toma de auga quente, non terán que quentar a auga con resistencia eléctrica.

Utiliza máquinas con capacidade adecuada ao teu negocio.



O 90% DO CONSUMO DOS LAVAVAIXELAS EMPRÉGASE EN QUENTAR A AUGA

Evita a sobrecarga ou a media carga.

Se fregas a man, enxaboa coa auga pechada.

Aclara facendo que o chorro de auga pase por toda a louza posible á vez.

Lava en auga fría sempre que sexa posible.

ANTES DE INTRODUCIR A VAIXELA NO LAVAVAIXELAS, ELIMINA OS RESTOS DE COMIDA.



CALEFACCIÓN / AIRE ACONDICIONADO



Illa as tuberías de condución e evita fugas de auga cun bo mantemento e revisións periódicas.

Illa as salas e habitacións con dobre ventanal ou tiras adhesivas que eliminen as "fendas".

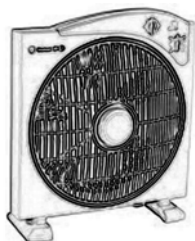
Coloca o climatizador fóra da insolación directa.

Limpa ou reemplaza os filtros periodicamente.

Mantén diferencias de temperatura inferiores a 10° C co exterior.

Coloca termostatos localizados en puntos representativos.

Unha boa orientación, o uso de porches, parasois e a presenza de árbores, axudan ao equilibrio térmico.



EMPREGA SOLUCIÓNS ALTERNATIVAS Á REFRIXERACIÓN: TOLDOS, PERSIANAS, VENTILADORES, ETC.

ILUMINACIÓN

Favorece o uso da luz natural.

En salas de uso continuo ou iluminación permanente recoméndanse lámpadas fluorescentes.

En zonas de paso e almacéns coloca temporizadores ou sistemas de apagado de luz automáticos.

Nas zonas verdes, coloca detectores de presenza para modificar a intensidade da iluminación.



Autora: Sonia M. González González
Asesora de Medio
Coordinador: Francisco J. Gutiérrez Orúe

CONCELLERÍA DE PROMOCIÓN
ECONÓMICA EMPREGO E
PARTICIPACIÓN CIDADÁ,
CONCELLO DE VIGO