



ESPAI SOCIAL
TORRENT
D'EN MARINER

PLA AMBIENTALITZACIÓ ESPAI SOCIAL TORRENT D'EN MARINER

INTRODUCCIÓ

El consum energètic, el malbaratament d'aigua i la sobreexplotació dels recursos naturals es troben des de fa anys en una situació extrema. Aquesta problemàtica mundial ha de ser motiu de reflexió també a nivell local.

La sostenibilitat és un repte col·lectiu que només s'assolirà amb la col·laboració i la participació de tots i totes.

Després d'analitzar la situació i completar el qüestionari PAS (Propostes i Autodiagnosi en Sostenibilitat) per a l'Espai Social Torrent d'en Mariner, a continuació es recullen un seguit de propostes d'accions d'ambientalització

PLA AMBIENTALITZACIÓ

1. Estalvi aigua i energètic

1.1. Aigua

- Incorporar limitadors de cabal que donin un cabal inferior a 8 l/min.
- Tenir tancament automàtic d'aixetes temporitzat o amb sensor de presència.
- Incorporar dispositiu d'estalvi en inodors que garanteixin un volum màxim de descàrrega de 6 litres.
- Incorporar un dispositiu d'interrupció de descàrrega o de pitjada curta/llarga amb les instruccions visibles a la cisterna.
- Col·locar estratègicament a prop d'aixetes enganxines informatives.

1.2. Il·luminació

- Aprofitar al màxim la llum natural directa (evitar obstacles), mitjançant tubs solars o altres sistemes.
- Disposar de sistemes de detecció per a l'activació dels llums en zones de pas o de servei (passadissos, magatzems, lavabos, etc.)
- Utilitzar sistemes de control de presència o pulsadors temporitzats als lavabos.
- Disposar d'il·luminació sectoritzada en els despatxos i espais oberts de treball. Punts de llum individualitzats.
- Disposar de programadors que facin la desconexió total de les llums a final de jornada i si no ho són, cal substituir-les per LED equivalent.
- És recomanable instal·lar regulador de flux i regulador horari.
- Col·locar estratègicament a prop d'endolls enganxines informatives.

1.3. Climatització

- Col·locar termòstat en zones comunes.
- Controlar el termòstat: a l'estiu 26 °C i a l'hivern 21 °C.
- Contractar manteniment preventiu del sistema de climatització.
- Aprofitar l'aigua de la bomba de calor per regar les plantes, fregar, etc.
- Fer un bon manteniment dels filtres.

2. Petjada digital

- Disminuir el nombre de correus electrònics enviats. Es poden enviar en format text pla, pesaran menys i afavorirà el seu emmagatzematge i enviament.
- Evitar enviar documents adjunts en correus. Sempre que sigui possible compartir la informació a través d'enllaços.
- Donar de baixa els butlletins que no s'obren i eliminar aquells correus antics o documents duplicats. L'acumulació d'aquesta "brossa digital" satura els servidors i provoca que se n'hagin de produir més.

- Reduir l'ús indiscriminat d'Internet, les cerques no són innòcues, cada cerca es calcula que genera 0,2 g de CO₂ a l'atmosfera.
- Instal·lar extensions que bloquegin la publicitat en el navegador. Així es disminuirà el tràfic i millorarà la privadesa.
- Fer ús d'eines d'intel·ligència artificial només quan sigui estrictament necessari. El seu funcionament requereix un consum energètic molt elevat i un gran ús d'aigua per a la refrigeració dels servidors.

3. Petjada de carboni

- Conservar tota la documentació relacionada amb els diferents tipus d'emissions (revisió de calderes, sonometries, etc.).
- Treballar amb tots els equips de l'empresa per recollir les dades.
- Formar i sensibilitzar a tot l'equip de les emissions actuals i els reptes/objectius que es tenen.
- Explicar com funciona l'equipament, quines instal·lacions té i com s'han d'utilitzar. Així es poden reduir les emissions i millorar el confort. Aquelles emissions que no es poden evitar, poden compensar col·laborant amb projectes que lluitin contra el canvi climàtic.

4. Verd i biodiversitat

- Procurar col·locar racons verds en parets, testos o en espais interiors.
- Optar per plantes de varietats autòctones, que consumeixin poca aigua i s'adaptin bé a les condicions climàtiques de la ciutat.
- La presència de plantes a l'interior de l'equipament millora la qualitat de l'aire perquè funcionen com filtres naturals, incrementen l'oxigen, hi ha menys coïssor d'ulls, menys maldecaps, menys problemes respiratoris i menys asma.
- Indicar on es troba el parc més proper al local (Jardins de Caterina Albert) i explicar els beneficis de passar-hi una estona.

5. Qualitat ambiental i salut

5.1. Qualitat de l'aire interior

- Controlar el grau d'humitat, que ha d'estar entre el 40-60%.
- Instal·lar sistemes de monitoratge de la qualitat de l'aire interior, coneixent el seu estat es podran gestionar ventilacions, etc.
- Assegurar la ventilació periòdica, sigui natural o mitjançant sistemes de ventilació forçada. En sistemes de ventilació forçada és important fer revisions i neteges periòdiques dels filtres.
- Instal·lar una estora capturadora de partícules a l'entrada del local/establiment. Reduir els productes amb COV (Compostos Orgànics Volàtils).
- Promoure la consciència sobre la qualitat de l'aire.

5.2. Soroll i vibracions

- Informar al personal treballador sobre quins són els límits de soroll permesos i quines són les mesures per reduir-lo, així com els perjudicis de conviure amb el soroll.
- Reduir les emissions de sorolls, utilitzant equips menys sorollosos i realitzant el manteniment adequat.
- Procurar tenir tancaments hermètics quan es faci soroll a les sales.
- Respectar les diferents sensibilitats presents a l'Espai Social Torrent d'en Mariner (famílies amb infants 0-5 anys i gent gran) pel que fa al volum emprat a les sales compartides (Espai Intergeneracional).

5.3. Salut

- Fer campanya entre usuaris, personal treballador, equip voluntari o persones associades sobre els beneficis tant per les persones com pel planeta de portar una vida saludable (dieta equilibrada, fer exercici, pujar per les escales...)
- Fomentar aixecar-se de la cadira periòdicament.

5.4 Mobilitat i accessibilitat

- Planificar l'espai on aniran els elements utilitzats (que hi hagi un lloc per a cada un) i senyalitzar-ho.
- Tenir en compte d'adaptar els accessos i serveis per a persones amb mobilitat reduïda.
- Eliminar les barreres arquitectòniques i els elements que puguin obstaculitzar el trànsit de persones i vehicles a l'interior del recinte.

6. Residus

6.1. Reutilització, reparació i manteniment

- Optar per utilitzar materials reutilitzables (cordills per acreditacions, material de vaixelles, papers d'esborrany, etc.)
- Participar a campanyes com Renova les teves joguines (Ajuntament de Barcelona).
- Abans de llençar un aparell valorar si és possible reparar-lo, consultar els diferents espais de la ciutat on es poden reparar els vostres objectes. Preguntar a Manteniment de Districte si es poden reutilitzar elements sobrants.
- Estar en contacte amb Manteniment de Districte per tal de detectar i anar arreglant els desperfectes que es poden anar produint.

6.2. Recollida selectiva

- Col·locar cubells corresponents a cada una de les fraccions, vidre, envasos, paper i cartró, orgànica i rebuig, correctament etiquetats.
- Procurar reduir la quantitat d'envasos de vidre que es llencen reutilitzant-los i sobretot, fer una correcta separació d'aquells que ja no es poden reutilitzar dipositant-los en el contenidor verd.
- Aixafar les ampolles de plàstic i els brics, cabran més envasos al contenidor.
- Separar bé la fracció paper i cartró, ja que el paper és un material fàcil de reciclar.
- Treure les grapes, clips i espirals dels papers abans de llençar-los al contenidor en facilita la seva recuperació.

- Portar els residus que no van a cap contenidor a la deixalleria o punt verd més pròxim (com per exemple els tòners de la impressora a l'Aula Ambiental Sagrada Família).

6.3. Prevenció i circularitat

- Suprimir les bosses de plàstic d'un sol ús, repartir-ne de reutilitzables entre els usuaris i promoure'n l'ús.
- Promoure l'ús de gots, tasses i carmanyoles reutilitzables entre el personal treballador.
- Incorporar sistemes d'envasos reutilitzables i retornables pel menjar i begudes per emportar.

7. Comunitat i Territori

7.1. Benestar de les persones

- Disposar d'eines que permetin conciliar la flexibilitat com les bosses d'hores, la planificació de vacances i permisos de tota mena.
- Complementar les condicions laborals dels/es treballadors/es amb serveis o recursos que facilitin la conciliació de la vida laboral, personal i familiar (sales d'al·letament instal·lades al centre de treball, acords amb centres de dia o escoles bressol...).
- Promoure el teletreball complint tota la normativa establerta si és possible.
- Promoure la formació del personal dins la jornada laboral proposant cursos que permetin el desenvolupament professional de l'equip.
- Disposar de material d'oficina ergonòmic i amb una explicació periòdica de com treballar, i quins hàbits cal tenir per evitar mal d'esquena o altres.
- Promoure la salut mental de l'equip, per exemple, pagant unes sessions de psicòleg.
- Fomentar la contractació local i regional, incloent-hi programes d'integració.
- Valorar la diversitat cultural com un "actiu", un element enriquidor que aporta beneficis.
- Promoure espais de comunicació intercultural en els que trencar prejudicis i esquemes.

- Incorporar persones que formin part de col·lectius en risc d'exclusió social.
- Comprar material a entitats locals d'inserció social o d'economia cooperativa, social i solidària.

7.2. Acció ciutadana i treball en xarxa

- Dissenyar un pla de voluntariat corporatiu per acomplir tasques amb entitats socials de la comunitat local.

7.3. Perspectiva de gènere

- Igualtat de retribució i perspectives professionals de les dones.
- Aplicació d'un pla d'igualtat o de mesures de conciliació laboral i familiar i personal.
- Disseny, gestió i avaluació amb perspectiva de gènere.
- Compromís de presentar un informe d'impacte de gènere amb indicadors i dades desglossades per sexe del projecte o servei.
- Contractació de dones, o contractació de dones en llocs de responsabilitat o qualificats, o contractació de dones en situació d'exclusió.

8. Comunicació i participació

8.1. Comunicació externa

- Informar i donar a conèixer les activitats i actuacions que es fan en l'àmbit de la gestió ambiental i comunicar els aspectes ambientals de l'organització.
- Engagar una campanya comunicativa del pla d'acció de sostenibilitat, acompanyar totes les actuacions proposades amb suport comunicatiu per arribar a tota la plantilla de personal i usuaris/es.
- Fer difusió de les bones pràctiques que es duen a terme a l'entitat en temes de sostenibilitat.
- Crear un mail de consultes, suggeriments i queixes.

8.2. Comunicació i participació interna

- Creació d'un butlletí de comunicació interna per donar a conèixer als treballadors/es o associats/des o clients/es les iniciatives que es fan dins l'entitat.
- Tenir canals de participació (enquesta bianual sobre hàbits de mobilitat, bústia de consultes, suggeriments i queixes...)
- Impulsar una taula o comitè ètic i d'igualtat que decideixi i proposi mesures a la Junta.
- Organitzar el treball de l'entitat per comissions, per tal de generar compromís i sentiment de pertinença.
- Crear un comitè de benvinguda que ajudi a les persones novingudes a conèixer els processos interns de participació. La participació no és només acció, també és reflexió. Per això són molt importants els espais de debat intern sobre el seguiment dels projectes, l'estratègia de l'entitat...

CONCLUSIÓ

El Pla d'Ambientalització proposat per a l'Espai Social Torrent d'en Mariner contempla nombrosos aspectes a millorar, alguns ja s'han anat incorporant però altres es faran properament o quan les condicions econòmiques de l'entitat ho permetin. Per aquesta mateixa raó no hem pogut externalitzar una auditoria ambiental.

També comentar que la informació recopilada per poder realitzar la planificació ha sigut mitjançant la revisió directa, sense comptar amb dades provinents de Districte. De cara a futures revisions esperem comptar amb més informació.

De totes maneres, amb petits canvis es poden fer grans avenços, posant el nostre gra de sorra a nivell ambiental pensem que estem ajudant a deixar un planeta més saludable per a les futures generacions.