

Biuro przyjaźniejsze dla środowiska

1. **Biuro nie musi być ciasne.** Warto jednak używać go na miarę autentycznych potrzeb. Ogrzewanie i oświetlanie zbędnej powierzchni to dodatkowe zużycie energii.
2. **Otwórz okno na świat.** Naprawdę, zwłaszcza w naszym klimacie, można żyć bez klimatyzacji. Jest to zdrowsze, ponieważ grzyby i bakterie znajdujące się w parowniku klimatyzacji szkodzą zdrowiu. Często wystarczy lepiej się ubrać.
3. **Zgaś zbędną żarówkę, świeć przykładem.** Namów dyrektora lub współpracowników do wymiany żarówek na energooszczędne lub wyłącz 5 żarówek 60-cio watowych w pomieszczeniach, których nie potrzebujesz, a zmniejszysz emisję CO₂ o 270 kg rocznie. *Wyliczenie zostało oparte na założeniu, że w ciągu roku wyłączysz pięć żarówek 60-cio watowych na 4 godziny dziennie. Do przeliczenia emisji CO₂ wykorzystano współczynnik energetyczny (energia pochodząca z naturalnego gazu z całkowitą emisją gazów cieplarnianych w wysokości 616 g/kWh).*
4. **Stand-by.** Wyłącz "tryb czuwania" w monitorach, drukarkach, zasilaczach. Urządzenia w stanie czuwania pobierają energię, czasem nawet więcej niż na rzeczywiste działanie. W przypadku drukarek średnio 93 proc. prądu idzie na czuwanie, a jedynie 7 proc. na drukowanie. W UE daje to rocznie 50 tys. GWh.
5. **Telefon naładowany - ładowarkę wyjmij z gniazdka!** Jeśli tylko odłączysz telefon od ładowarki, to ona dalej będzie pracować - zużywać prąd czyli podwyższać Wasze koszty i powodować niepotrzebną emisję CO₂.
6. **Jeden stopień w domu mniej - Ziemi lżej.** Ociepl okna, zainstaluj w kaloryferach termostaty i obniż temperaturę w pracy o 1°C. Ograniczysz emisję CO₂ nawet o 300 kg rocznie, zaś zużycie energii o 7,5 proc. Co więcej - zaoszczędzisz, bo ogrzewanie pochłania aż 70 proc. energii w budynkach i stanowi źródło do 70 proc. emisji gazów cieplarnianych (źródło: EU DG Energy and Transport 2002; World Energy Outlook (WEO) 2002; Eurostat, 2003; EEA, 2005; Peck & Fowler, 2006).
7. **Precz z wodolejstwem.** Wystarczy, że myjąc zęby w pracy, zakręcisz kran, aby przyczynić się do zaoszczędzenia aż 108.040 tys. hektolitrow wody oraz ograniczenia emisji CO₂ o blisko 111 mln kg rocznie w skali całego kraju. *Wyliczenie zostało oparte na założeniu, że przepływ wody z kranu to 1,5 litra na min. Jeśli myjesz zęby przez 3 min 2 razy dziennie przy odkręconym kurku, zużywasz 9 litrów wody. To o 8 litrów więcej niż przy zakręconym kranie. Aby obliczyć emisję CO₂, zakłada się również, że woda jest uzdatniana przy uwzględnieniu współczynnika energetycznego (energia pochodząca z naturalnego gazu z całkowitą emisją gazów cieplarnianych w wysokości 616 g/kWh).*
8. Zwróć uwagę na ciekące kran. Dzięki temu, dzięki Twojej interwencji, rocznie w skali kraju nie zmarnujemy 560.640 hektolitrow wody oraz ograniczymy emisję CO₂ o ok. 320 mln kg rocznie. *Wyliczenie zostało oparte na założeniu, że kropla wody z kranu to 0,2 ml wody, a częstotliwość kapania wynosi 20 kropel na min. w 16 mln kranów (średnio dwa kran w gospodarstwie domowym). Ciekąca woda ma w założeniu temperaturę 37°C. Aby obliczyć emisję CO₂ zakłada się również, że woda jest uzdatniana i podgrzewana przy uwzględnieniu współczynnika energetycznego (energia pochodząca z naturalnego gazu z całkowitą emisją gazów cieplarnianych w wysokości 616 g/kWh).*
9. **Kawa czy herbata - za pierwszym razem!** Podczas parzenia kawy czy herbaty gotuj tylko tyle wody, ile potrzebujesz, a ograniczysz emisję dwutlenku węgla o ok. 25 kg rocznie. Napoje zaprzaj po pierwszym ugotowaniu wody - nie gotuj jej po dwa-trzy razy! Gdyby wszyscy Europejczycy gotowali tyle wody, ile potrzebują, czyli średnio o 1 litr wody dziennie mniej, zaoszczędzona energia mogłaby zasilić jedną trzecią oświetlenia ulicznego w Europie. Energia potrzebna do podgrzania litra wody o 1°C to 4,18 kJ (pojemność cieplna wody to 4,18kJ/1°C). Wyliczenie zostało oparte na założeniu, że unikamy podgrzewania 1 litra zbędnej wody dziennie z 10°C do 100°C przy wykorzystaniu współczynnika energetycznego (energia pochodząca z naturalnego gazu z całkowitą emisją gazów cieplarnianych w wysokości 616 g/kWh).
10. **Wszystkie śmieci są nasze - poddawaj je recyklingowi.** W pracy również możesz segregować odpady.
11. **Używaj kartki papieru z obu stron i papier oddawaj do recyklingu.** Czy wiesz, ile w Twojej firmie marnuje się papieru? Warto nie drukować bez potrzeby, ale warto też, zwłaszcza na "brudnopisy", wykorzystać papier już z jednej strony zadrukowany. Będzie dwa razy taniej - i dwa razy więcej papieru do używania. A zużyty papier warto oddzielić od innych odpadów i oddać do recyklingu. Użycie 1 tony makulatury to pozostawienie przy życiu 17 drzew, obniżenie zużycia energii o 20 procent i obniżenie emisji zanieczyszczeń nawet do 70 procent!
12. **Ostrożnie z resztkami.** Nie wylewaj do zlewów czy ubikacji substancji niebezpiecznych, tzn. kwasów, olejów przetworzonych czy pozostałości po lekach.
13. **Dozuj detergenty.** Do mycia filiżanek po kawie czy herbacie używaj środków biodegradowalnych. Czy wiesz, że jedna kropla detergentu dziennie mniej zużyta w każdym polskim biurze i domu to około 2.000 litrów detergentów mniej w naszych ściekach - a w konsekwencji - w naszych rzekach i Bałtyku?
14. **Edukuj ekologicznie.** Podesłaj szefowi adres strony www.naszaziemia.pl lub połóż na jego biurku zestaw naszych rad. Może zdecyduje się na zmiany?
15. Zrezygnuj z używania długopisów jednorazowych typu plastik. Zastąp długopis np. piórem wiecznym na ssawkę - to bardzo skuteczny sposób na eliminację plastiku w biurze i szkole.
16. **Kupuj papier makulaturowy** do drukarek i xero, na brudnopisy oraz ręczniki papierowe i papier toaletowy produkowane na bazie makulatury
17. **Spróbuj zastąpić zszywki spinaczami,** jeśli łączenie dokumentów jest konieczne. Spinacze można używać wielokrotnie, a zszywki nadają się tylko do wyrzucenia. Ponadto, utrudniają recykling papieru, a gdy chcemy zadrukować drugą stronę zszytego dokumentu i tak trzeba usunąć zszywki przed włożeniem papieru do drukarki.