

4 GUIA DE BONES PRÀCTIQUES

AMBIENTALS I AMBIENTALITZACIÓ DE COMPRES PER AL PERSONAL RESTAURACIÓ DE LA UDL



ÍNDIX

1. INTRODUCCIÓ	1
2. BONES PRÀCTIQUES AMBIENTALS	2
2.1. Ús eficient de l'aigua	2
2.2. Eficiència energètica	2
2.2.1. Ús eficient de l'enllumenat i equips de climatització	2
2.2.2. Ús eficient d'electrodomèstics (frigorífics, congeladors, rentavaixelles, forns, fogons, planxes, etc.).....	3
2.3. Gestió de residus.....	5
2.4. Transport	6
3. AMBIENTALITZACIÓ DE COMPRES	7
3.1. Alimentació	7
3.2. Compra d'equip/electrodomestic/màquines	7

1.- INTRODUCCIÓ

Aquesta guia va adreçada a totes aquelles persones que treballen en el sector de la restauració, com cuiners, cambrers, personal d'emmagatzematge o personal de compres i encàrrec de matèries relacionades amb el sector de la restauració.

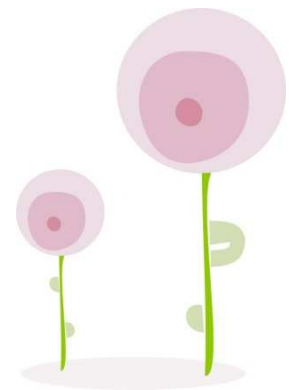
L'objectiu d'aquesta guia és donar petits consells per minimitzar l'impacte ambiental que suposa una activitat d'aquestes característiques i, així, millorar la competitivitat optimitzant els recursos i fent-la socialment més atractiva.

Aplicant les bones pràctiques, s'aconsegueix prevenir la generació de residus, facilitar la seva reutilització i reduir el consum d'energia i d'aigua. D'aquesta manera, s'aconsegueix minimitzar l'impacte ambiental de les emissions atmosfèriques, dels sorolls i dels abocaments a les aigües.

Aquesta guia pretén planificar, informar i formar els empleats de la restauració sobre les mesures per adoptar relatives a la prevenció de residus, i així aconseguir una millora del medi ambient i una reducció de costos derivada de la racionalització de les matèries primeres.

La guia s'estructura en dos apartats generals; en el primer es presenten les **bones pràctiques**, dividides en les àrees d'actuació que s'han considerat més rellevants dins les tasques de restauració, com l'ús eficient de l'aigua, l'eficiència energètica i la gestió de residus; en el segon apartat general, es troba l'**ambientalització de compres**, i s'hi indiquen alguns criteris ambientals que cal tenir en compte a l'hora de realitzar compres de material, màquines i productes.

Aquesta guia es complementa amb les recomanacions en matèria de bones pràctiques i ambientalització de compres del document denominat "*Guia de bones pràctiques de funcionament general*".



2.- BONES PRÀCTIQUES AMBIENTALS

2.1. ÚS EFICIENT DE L'AIGUA

- Tancar bé les aixetes després del seu ús, mentre t'ensabones les mans i quan l'aigua no sigui imprescindible.
- Alertar la persona responsable del manteniment si s'observa un mal funcionament de les instal·lacions (pèrdues d'aigua, etc.).
- En cas que se'n disposi, utilitzar correctament el sistema de doble pulsació dels inodors i evitar-ne l'ús com a paperera o cendrer, només llençar-hi paper higiènic.
- Fer ús del rentavaixelles, només quan està ple.
- Triar rentavaixelles que tinguin programes especials com els de rentat econòmics amb els quals s'estalvia fins a un 50%.
- Evitar rentar les verdures i hortalisses, i els aliments, en general, amb l'aixeta oberta de manera continuada. Rentar els aliments a les piques, cubells o altres recipients.
- Rentar la vaixela amb l'aixeta tancada.

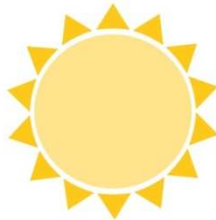


2.2. EFICIÈNCIA ENERGÈTICA

2.2.1. Ús eficient de l'enllumenat i equips de climatització

- Tenir cura de tancar els llums quan es surt d'un espai i tancar els llums als espais on no hi ha ningú.
- Procurar que les portes i les finestres estiguin ben tancades quan funcioni la calefacció o l'aire condicionat.
- Situar la temperatura de les instal·lacions d'acord amb l'època de l'any (a l'hivern, al voltant dels 20°C i, a l'estiu, al voltant dels 25°C).

- Distribuir el mobiliari de la millor manera possible per afavorir el pas de la llum solar i l'escalfor que proporcionen els aparells climàtics.
- Utilitzar els aparells de climatització només quan sigui necessari.
- Disposar de cortines a l'estiu per assolir una bona temperatura.
- Abaixar les persianes a l'hivern i tancar bé les portes quan s'abandona la instal·lació per evitar pèrdues de calor durant la nit.
- Fer ús de bombetes compactes de baix consum.
- Utilitzar el llum quan realment sigui necessari.
- Evitar encendre i apagar constantment els fluorescents.



2.2.2. Ús eficient d'electrodomèstics (frigorífics, congeladors, rentavaixelles, forns, fogons, planxes, etc.)

- Apagar i desconectar les màquines convenientment quan no s'utilitzin.
- Canviar els equips antics que no facin un ús eficient de l'energia, quan sigui necessari.
- Netejar i mantenir els forns, plaques de cuina, equips de bany maria i marmites per tal d'assegurar una bona transmissió de la calor.
- Utilitzar gas per a la cuina, restringint l'energia elèctrica per a altres electrodomèstics.
- Aprofitar la calor residual durant uns 10 minuts si es disposa d'una cuina amb vitroceràmiques.

- Tapar les olles mentre es cuina per tal de no deixar escapar la calor.
- Utilitzar olles a pressió, ja que mantenen més la calor.
- No aplicar una flama major al fons de l'olla i utilitzar recipients adequats de la mida dels fogons.
- Abaixar el foc quan els aliments hagin començat a bullir.

No obrir innecessàriament els forns per comprovar la cocció dels aliments.

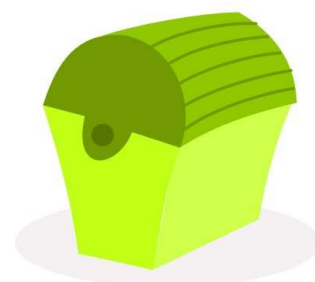
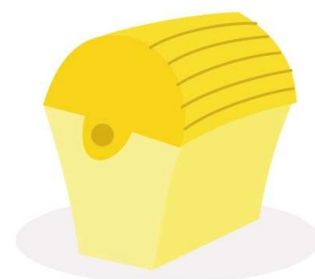
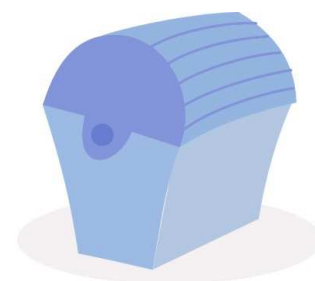


- Mantenir la nevera i el congelador a una temperatura adequada i procurar que la temperatura de l'aparell no sigui gaire baixa, ja que un grau més al termòstat significa un 5% de disminució en el consum d'energia.
- Mantenir les portes de les neveres ben tancades, evitar obrir-les i tancar-les contínuament i mantenir la goma en bones condicions.
- Mantenir neta la part posterior del frigorífic, això reduirà un 15% el consum.
- No introduir aliments encara calents a les neveres.
- No permetre l'acumulació de gel al congelador que en perjudiqui el rendiment i descongelar-lo regularment.
- Utilitzar el rentavaixelles sempre amb la càrrega completa, també s'estalviarà aigua.
- Adquirir rentavaixelles que tinguin la funció de rentat econòmic i connectar-los a la presa d'aigua calenta, d'aquesta manera s'aconseguirà reduir molt el consum energètic.

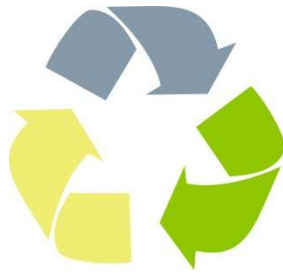
2.3. GESTIÓ DE RESIDUS

La majoria de residus que es generen en les cuines i en el món de la restauració es consideren urbans i, per tant, assimilables, són els d'origen orgànic, paper, plàstics o vidres. Però també se'n generen d'altres catalogats com a perillosos o simplement de neteja, mobiliari o manteniment i, és per això, que cal fer-ne una bona gestió per tal de reduir-los, reutilitzar-los o reciclar-los:

- Aplicar el codi de conducta de les tres R: reduir, reutilitzar i reciclar.
- Organitzar el rebost correctament per no deixar caducar els aliments.
- Fer un manteniment correcte i periòdic dels filtres de les sortides de vapors i gasos de les cuines.
- Promoure la utilització de paper reciclat per a les cartes de restaurant, bars i a l'oficina, rebutjant el paper blanquejat amb clor, no reciclat o plastificat.
- Utilitzar gots i plats de vidre que es puguin netejar i reutilitzar moltes vegades. En cas que s'hagin d'utilitzar elements d'un sol ús, com els gots, plats o cobrteria, que siguin reciclables.
- Utilitzar teixits naturals per a tovallons i estovalles.
- Fer ús només d'envasos retornables, sobretot pel que fa a les begudes.
- Reduir el nombre d'envasos i embalatges, i limitar l'ús de llaunes.
- Substituir el paper d'alumini i altres recobriments plàstics per recipients que es puguin reutilitzar.
- Comprar productes a granel, ja que els productes comprats en petites quantitats multipliquen el nombre d'envoltoris i envasos.
- Separar els residus i condicionar contenidors per dipositar els residus en funció del seu origen i possibilitats de gestió.
- Mantenir els contenidors nets.



- Utilitzar refrigerants per a les cambres de fred no perjudicials per a la capa d'ozó.
- Utilitzar detergents lliures de fosfats i clor.
- No abocar els olis a les canonades, sinó emmagatzemar-los i entregar-los als gestors autoritzats.
- Portar els sòlids i els greixos als abocadors especials per a cada material i mai abocar-los a les canonades.
- Doblegar les caixes de cartró per tal de reduir-ne el volum abans de llençar-les al contenidor del paper. En cas que siguin de gran volum i col·lapsin el contenidor es deixaran degudament plegades al costat dels contenidors.
- Substituir els sobres individuals de sucre per sucreses.
- Rebaixar el preu del cafè en cas que el client dugui el seu propi got.



2.4. TRANSPORT

- Potenciar l'ús de la bicicleta per anar a la feina en distàncies intermèdies. Per a distàncies inferiors, el millor mitjà de transport és anar a peu.
- Optar per l'ús del transport públic sempre que sigui possible.
- Intentar, en la mesura que sigui possible, compartir el cotxe.
- Planificar visites i desplaçaments per agrupar viatges. D'aquesta manera també es pot reduir l'ús de diferents vehicles.

3. AMBIENTALITZACIÓ DE COMPRES

L'ambientalització de les compres i la contractació són un element clau per aconseguir una bona gestió ambiental interna. En aquest sentit, l'ambientalització de compres i la contractació permeten establir les condicions que han de complir futurs proveïdors, productes o contractacions per tal de minimitzar l'impacte ambiental.

Una condició general aplicable a la totalitat de les compres és la de prioritzar la compra a proveïdors amb sistemes de gestió ambiental tipus ISO 14001, EMAS o assimilable.

3.1. ALIMENTACIÓ

- Correcta gestió del rebost i dels encàrrecs.
- Comprovar la procedència del peix, respectar les talles mínimes i els períodes.
- Adquirir productes locals i de temporada.
- Potenciar l'agricultura ecològica amb certificació CCPAE.
- Comprar productes a granel o de mida industrial i evitar les unidosis.
- Prioritzar la compra de productes ecològics i de comerç just.

3.2. COMPRA EQUIP/ELECTRODOMESTIC/MÀQUINES

- Tenir en compte els criteris ambientals a l'hora de comprar electrodomèstics (consum d'energia, longevitat i materials).
- Tenir en compte la classificació energètica dels electrodomèstics, on els de classe A són els més eficients energèticament.
- Adquirir màquines amb certificacions mediambientals.

