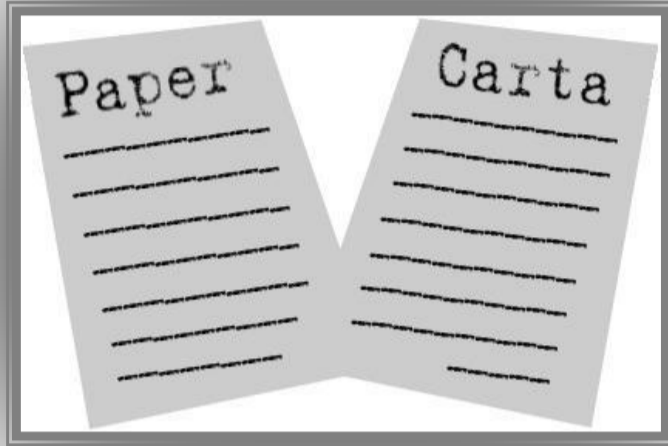


LA CARTA

- Utilizzare preferibilmente posta elettronica per messaggi e lettere
- Riutilizzare i fogli stampati da una sola parte o quelli scartati
- Utilizzare i fogli su entrambe le facciate
- Acquistare stampanti e fotocopiatrici con funzione fronte/retro
- Controllare sempre l' anteprima di stampa e i fax per evitare sprechi inutili
- Riutilizzare le buste
- Riutilizzare i fogli dei fax sostituendo le etichette
- Non fotocopiare inutilmente
- Recuperare le buste imbottite per il riuso
- Non eccedere nell'uso della carta igienica
- Per tutti gli utilizzi comprare carta riciclata o rigenerata
- Per fogli di stampante, fotocopiatrice ecc. utilizzare carta con marchi ecologici (Ecolabel)
- Smaltire i fogli utilizzati da entrambi i lati nell'apposito cassonetto giallo.



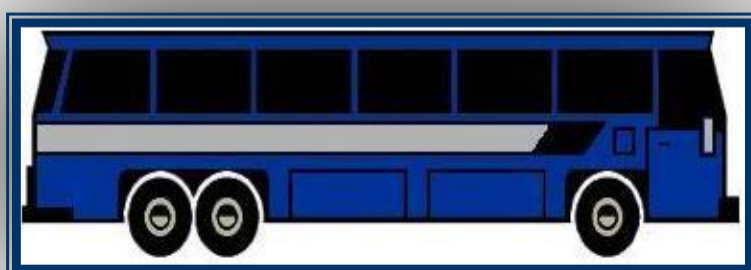
I RIFIUTI

- Effettuare la raccolta differenziata utilizzando gli appositi contenitori
- Utilizzare prodotti riciclati e rigenerati (carta, nastri e cartucce)
- Riutilizzare gli imballaggi
- Evitare l'uso di pennarelli, evidenziatori e bianchetti che possiedono solventi
- Usare prodotti alternativi all'"usa getta" quali: penne riciclabili, batterie ricaricabili, fazzoletti e tovaglioli di stoffa, etc.
- Comprare materiale riciclato
- Acquistare prodotti con marchio Ecolabel
- Comprare prodotti ecologici di cancelleria
- Far rigenerare nastri per stampanti e cartucce inkjet
- Stimolare l'utilizzo di prodotti ecologici
- Migliorare formazione e di informazione per uno stile di vita più sobrio



I TRASPORTI

- Privilegiare l'utilizzo di mezzi pubblici, biciclette o spostamenti a piedi
- Organizzarsi con conoscenti per spostarsi con meno mezzi possibili (car-pooling)



L'ACQUA

- Evitare di far scorrere l'acqua a lungo
- Privilegiare l'uso della doccia piuttosto che la vasca
- Aggiungere riduttori di flusso ai lavandini
- Montare WC con scarico "ultra-basso" o con sciacquone differenziato
- Controllare l'impianto idrico per evitare perdite



L'ENERGIA

- Privilegiare la luce solare a quella artificiale
- Privilegiare le scale agli ascensori
- Installare pannelli solari (acqua calda) e fotovoltaici (elettricità)
- Privilegiare l'acquisto di lampadine alogene a basso consumo
- Spegnere sempre luci e apparecchiature elettriche quando non utilizzate
- Usare PC e periferiche a risparmio energetico
- Spegnere TV e computer quando non si usano, e non mantenerli in modalità stand-by se non per brevi periodi
- Stampare in modalità "bozza" o "economy" e visualizzare l'anteprima di stampa
- Spegnere fotocopiatrici e stampanti se non utilizzate da più di mezz'ora
- Installare valvole termostatiche a ogni termosifone
- Usare doppi vetri e altri accorgimenti (isolamento stanze) per limitare la dispersione di calore
- Utilizzare riscaldamento e condizionatori solo se per necessità
- Mantenere una temperatura non superiore ai 22°C d'inverno
- Privilegiare fonti energetiche alternative al gasolio
- Installare caldaie a gas ad alto rendimento
- Acquistare elettrodomestici di classe A++



LA SALUTE

- Non fumare
- Umidificare l'ambiente
- Aumentare il ricambio dell'aria
- Collocare la scrivania a non più di tre metri da una finestra
- Disporre le lampade in modo pensato
- Evitare i riflessi del monitor
- Seguire la normativa sull'uso dei video terminali
- Proteggere l'ambiente dall'inquinamento acustico
- Mettere alcune piante in ufficio
- Adottare sistemi di raffrescamento
- Curare la manutenzione dei condizionatori.

