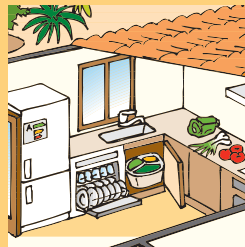
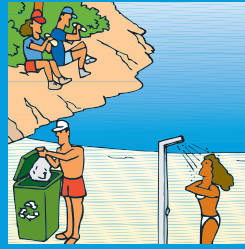


**CAMPANYA SENSIBILITZACIÓ  
AMBIENTAL A PALMA**

**GUIA BONES  
PRÀCTIQUES**



## Introducció:

L'Ajuntament de Palma, compromès amb les polítiques dirigides a la protecció del medi ambient, ha duit a terme tot un conjunt d'actuacions encaminades al desenvolupament sostenible de la nostra ciutat.

Corredors verds, sistemes de mobilitat alternatives al cotxe, recollida selectiva... i som conscients que no és suficient, i pensam que queda molt de camí per arribar al que per a nosaltres seria una ciutat sostenible.

Per dur endavant aquesta tasca i arribar als objectius marcats són del tot necessaris la teva col·laboració i el teu compromís.

Les actuacions ambientals les percebem com unes qüestions molt allunyades dels gests quotidians de cada un de nosaltres. Doncs aquesta campanya va dirigida especialment a sensibilitzar la ciutadania que cada un dels hàbits que puguem modificar en favor de la sostenibilitat (consum, mobilitat, estalvi energètic, residus...) és una inversió en la salut i en la millora de l'entorn.

La contaminació, sigui atmosfèrica, de renou, aigua... repercuteix en el benestar i la salut de tots nosaltres (al·lèrgies, estrès, dificultat respiratòria, problemes cardiovasculars...). Per això cal actuar per contribuir a la millora de la salut i de l'entorn.

Per això, us presentam aquesta Guia de bones pràctiques ambientals que serveixin com un instrument per valorar i modificar els hàbits quotidians que podem adquirir.

Els problemes mediambientals, valorats des d'un punt de vista global, són la conseqüència de les actuacions que es generen en el nostre mode de vida modern. És per això que si ens aturam a reflexionar, podem assumir aquest repte de manera conjunta i tenir clar que **NECESSITAM EL TEU COMPROMÍS** per arribar als objectius marcats.

Aquesta Guia conté un conjunt de blocs temàtics en què s'explica breument quina és la situació actual, les actuacions dutes a terme per l'Administració i els compromisos i consells a seguir per part de cadascú de nosaltres.

Feim feina per arribar a convertir la nostra ciutat en una ciutats més humana, més verda, més neta... més per a tots i totes...

Edita:  
Ajuntament de Palma

Disseny, il·lustracions i maquetació:  
desarrollodc.com

Impressió:  
amadip.esment

Dipòsit legal:  
PM-1740-2010

Imprès en paper amb certificat FSC (plantacions sostenibles)

4

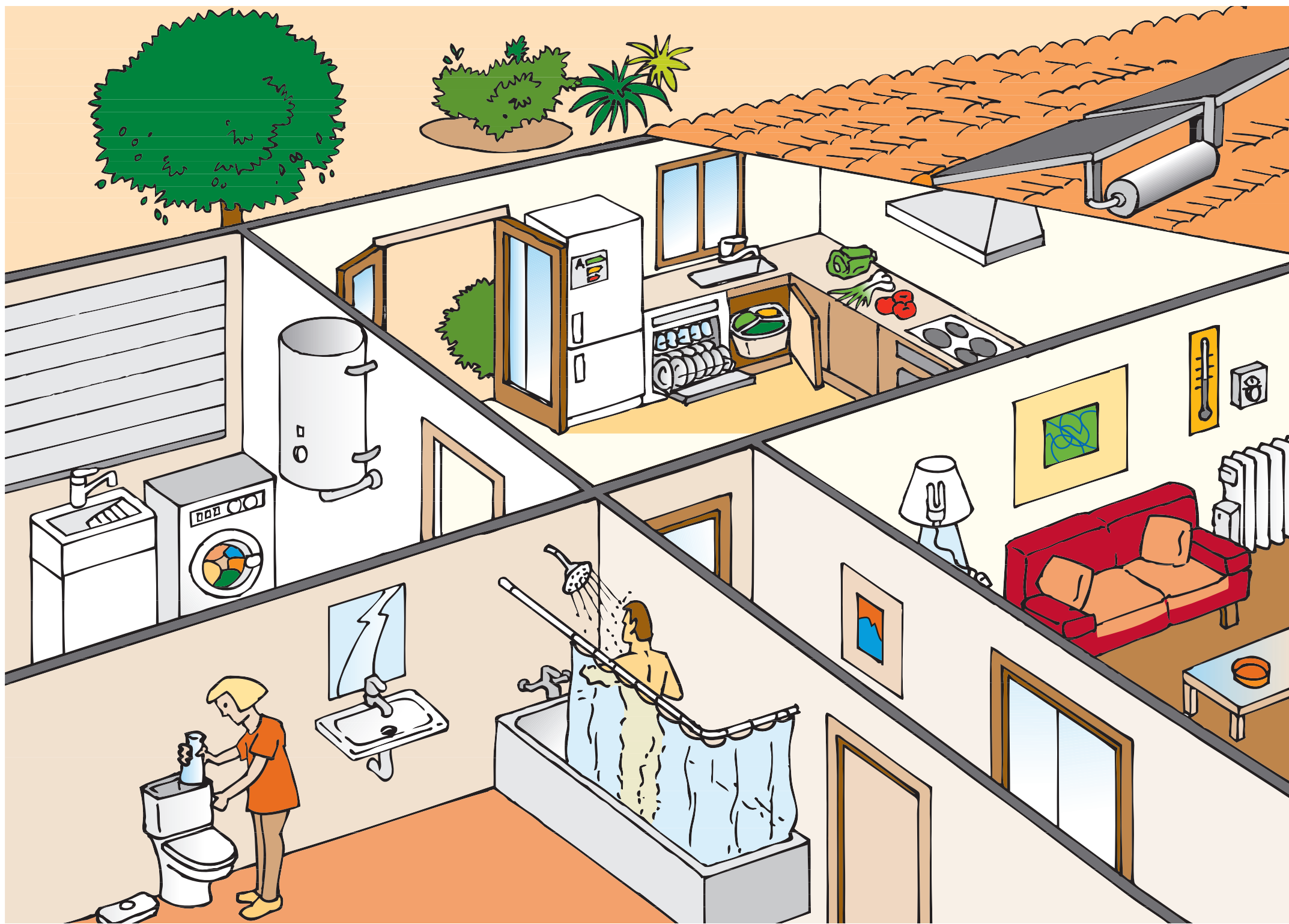
EM COMPROMET A:

A vertical rectangular area with a pink background. It features a series of horizontal stripes in alternating shades of pink and light pink, intended for writing.

5

EM COMPROMET A:

A vertical rectangular area with a blue background. It features a series of horizontal stripes in alternating shades of blue and light blue, intended for writing.



# A CASA

"MOLTES PETITES ACTUACIONS LOCALS TENEN GRANS REPERCUSSIONS GLOBALS"

## A CASA

El consum energètic més important és produït a les nostres llars i en el transport. Per això és en aquests espais on hem d'incidir a fer una aposta important dirigida a la reducció dels consums i optar per sistemes més eficients.

És molta l'energia que consumim a casa nostra i no tota s'utilitza per produir un major benestar. Hi ha nombroses pèrdues, ja sigui per l'aïllament deficient o per un mal ús dels aparells elèctrics.

L'aigua és un element imprescindible per a la vida, és patrimoni de tots els ciutadans i com a tal s'ha de garantir. Però aquest és un recurs natural limitat. Per aquest motiu l'Ajuntament en controla l'ús i la qualitat, i segueix criteris de compromís ciutadà per combatre'n el malbaratament i l'especulació i evitar-ne la contaminació.

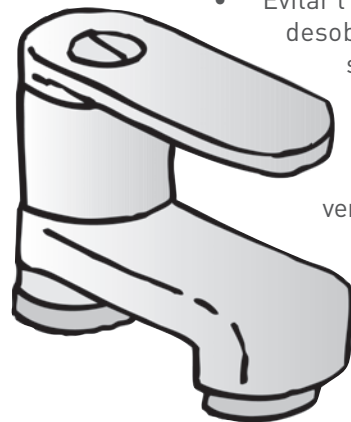
Des de l'Ajuntament de Palma s'apliquen les tarifes progressives, per tal de penalitzar quan es fa un ús abusiu del consum d'aigua.

### Aigua

- Instal·lar dispositius reductors del cabal d'aigua a les aixetes i evitar que degotin.
- Dutxar-se en lloc de prendre un bany.
- Al vàter, col·locació de bosses reductores de volum d'aigua a les cisternes, en el cas que no disposin de polsador de 1/2 càrrega o completa.
- La rentadora de roba i de plats, utilitzar-la quan estigui plena, per aprofitar-ne al màxim la càrrega. Els productes de rentat que siguin sense fosfats.
- Al jardí utilitzar espècies adaptades al nostre clima amb menors necessitats de reg, i procurar regar a primera hora del matí o al capvespre, per evitar la major evaporació i augmentar l'aprofitament per les plantes.
- El vàter no és un poal de fems. Evitar abocar-hi taponers, compreses, preservatius, bastonets d'orelles, fulletes d'afaitar, llosques... tots aquests residus dificulten el sistema de depuració i en determinades condicions podem sortir a la mar.

- Evitar l'ús de productes desobturadors ja que són molt contaminants.

- No abocar olis, ni dissolvents, als desguassos dels rentadors.



### Aigua calenta

- És convenient revisar i mantenir adequadament totes les instal·lacions per evitar pèrdues tèrmiques.
- Els sistemes d'acumulació d'aigua calenta són energèticament més eficients que els sistemes de producció instantània.
- Substituir les aixetes separades d'aigua freda-calenta pels models monocomandament, que són molt més eficients.

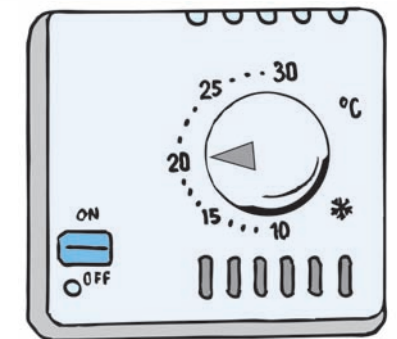
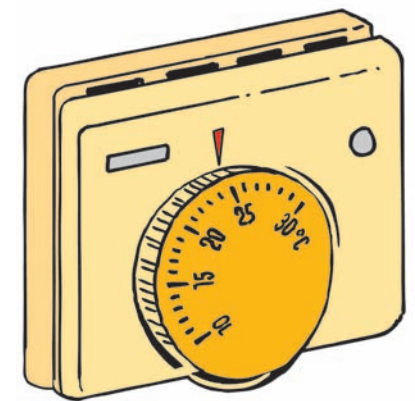
### Calefacció

- En primer lloc és important realitzar un manteniment adequat del sistema, tant de la caldera com dels radiadors o dispositius generadors de calor.

- Si la teva instal·lació és de radiadors elèctrics, compra dispositius eficients. La inversió serà major, però suposa un estalvi econòmic a llarg termini, i un estalvi energètic més important.
- És recomanable la instal·lació de termostats-programadors de temperatura ambient a cada peça de l'habitatge. Els valors de referència adequats són els compresos entre 20 i 21 °C en sales de estar i entre 15 a 19 °C a les habitacions.

### Climatització

- Els aparells de tecnologia *inverters* són els més recomanables, ja que duren més anys i consumeixen entre 30 i 50 % menys d'energia. Durant l'hivern evitar programar temperatures superiors als 21 °C a les sales i rebair fins a 3 i 5 °C als dormitoris.

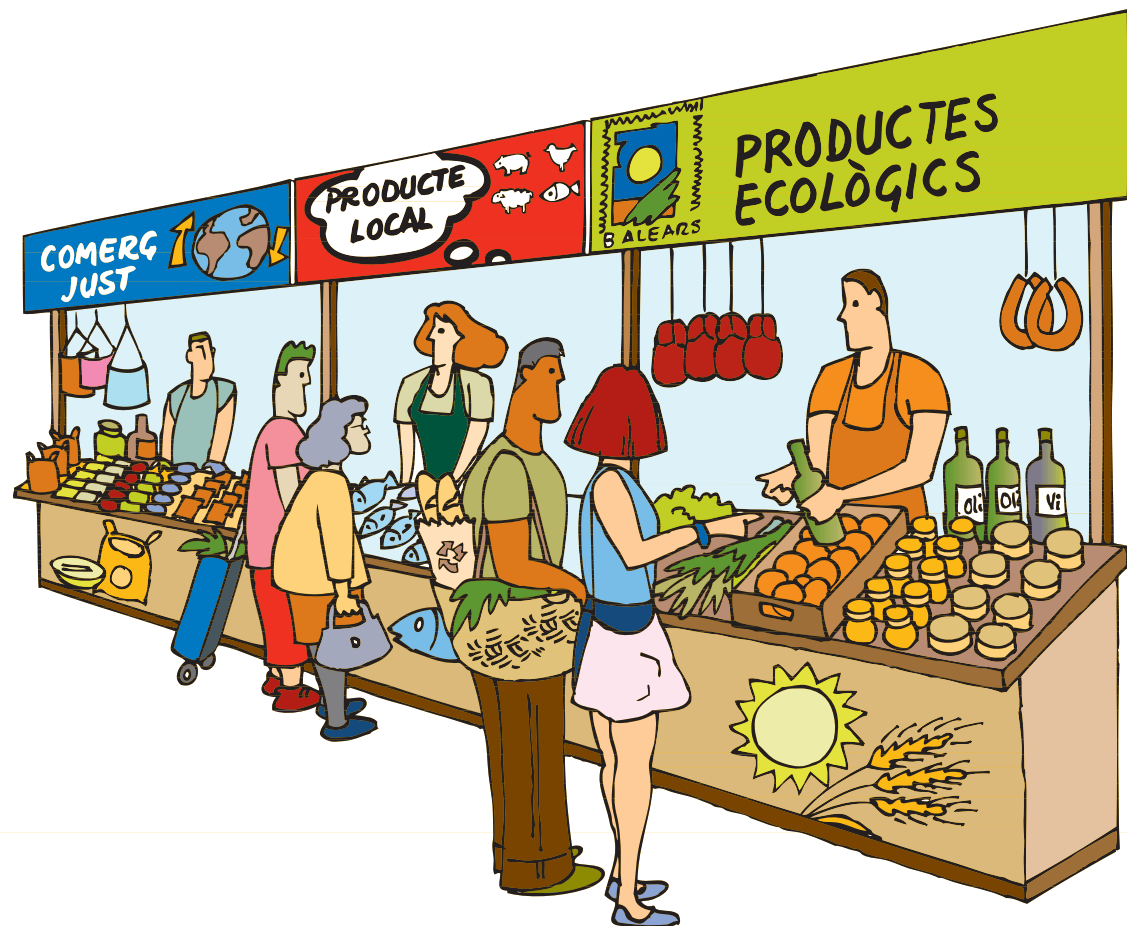


- Durant l'estiu no s'han de programar temperatures inferiors als 26°C a sales d'estar i 28°C a les habitacions.
- Per millorar la temperatura i baixar la humitat del teu habitatge durant l'hivern convé ventilar-lo a les hores centrals.
- Per evitar que entri la calor dins l'habitatge, procurar ventilar-lo a les hores de matinada i capvespre i durant el dia tancar les persianes per mantenir la temperatura interior més fresca.
- Instal·la cinta aïllant a les enclotxes de les finestres i balcons. Estalviaràs energia i doblers.

## Compra responsable

Consideram que els hàbits de consum han de ser sostenibles i responsables. Això significa que ens hem de guiar amb criteris socials i mediambientals per garantir un entorn saludable i just. El consumidor responsable és una persona informada i conscienciada que cerca que el producte hagi produït el menor impacte mediambiental i un benefici per a la societat.

- Comprant productes locals, adquiriràs productes més frescs i de temporada, col·labores amb el foment dels treballs a la teva comunitat, i a més evitaràs l'emissió de moltes tones de CO<sub>2</sub> a



## Eficiència energètica

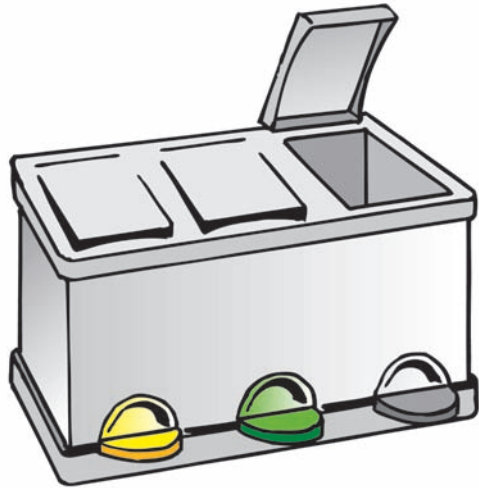
- Compra electrodomèstics amb la classificació energètica més alta. Realitza'n un manteniment adequat i utilitza'ls a plena càrrega.
- Utilitza sempre bombetes de baix consum i/o il·luminació led, ja que és més eficient i de menor risc ambiental.
- En el moment que hagis de realitzar una reforma a l'habitatge utilitza materials aïllants i fonoabsorbents, doble vidre a les finestres... d'aquesta forma protegiràs del calor, fred i renou de l'exterior.
- Si compres un habitatge tingues en compte la classificació energètica dels edificis.
- Opta sempre que sigui possible per energies renovables (solar, eòlica...).
- Desconnecta completament tots els aparells elèctrics i electrònics de la llar, per tal d'evitar deixar-los en espera. L'estalvi aconseguit és molt important.



l'atmosfera, evitant el transport de llargues distàncies.

- Fes una aposta per l'agricultura i ramaderia ecològica, menys agressiva amb el medi, ja que utilitza sistemes de bones pràctiques i els productes són més saludables, a més de contribuir a augmentar la superfície de terres de cultiu lliure de fertilitzants i pesticides de síntesi.
- Evita la compra de productes envasats.
- Redueix amb la mesura possible l'ús de plàstic i palanques de porexpan.
- Utilitza la senalla i/o el carret de compra. Així contribuiràs a les "zones lliures de plàstic".
- Compra productes que tinguin envasos reciclables.
- Compra productes als establiments de "Comerç Just" que fabriquen sota criteris socials i mediambientals.



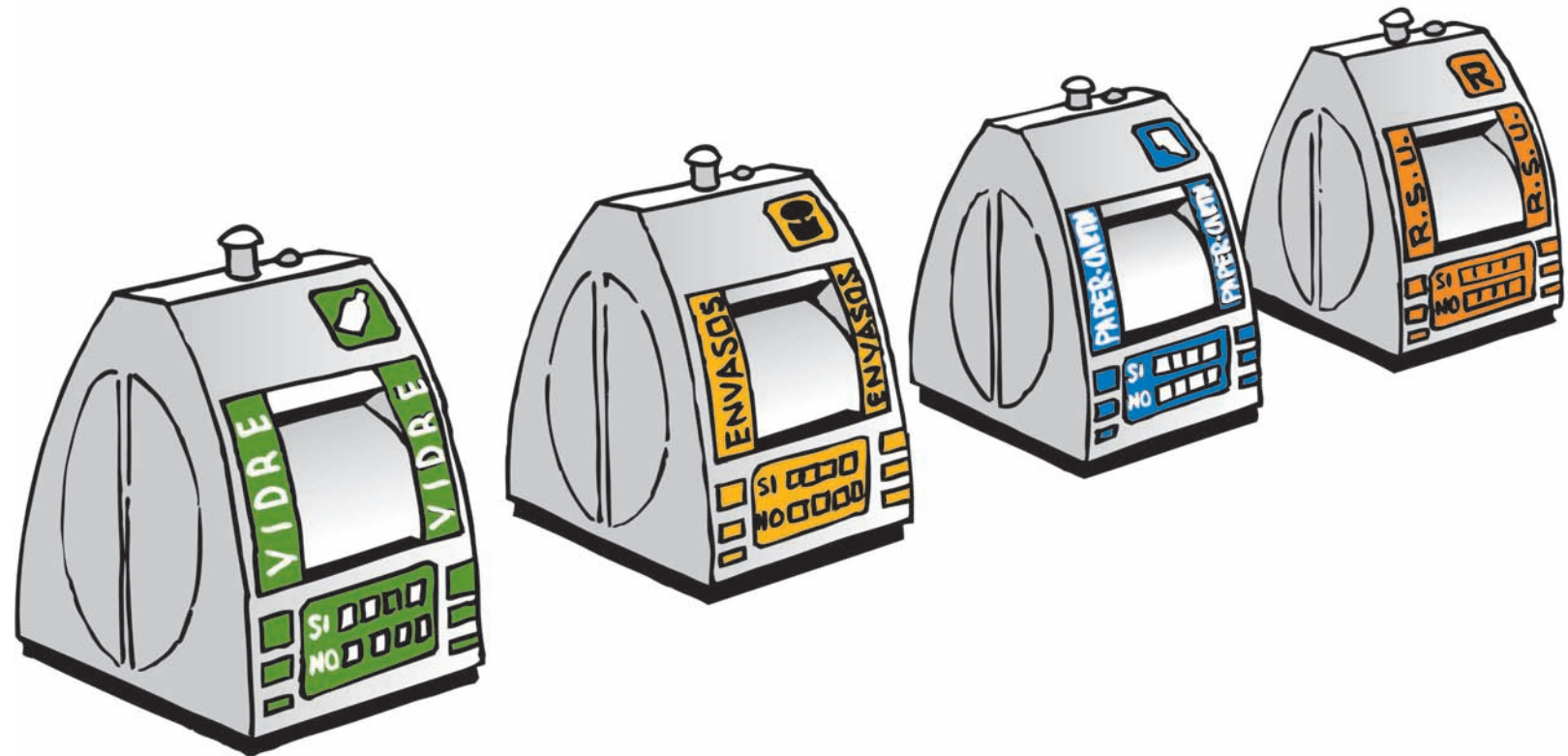


abocar juguetes, mobiliari o qualsevol objecte de plàstic no no estigui catalogat com envàs.

- Al contenidor **BLAU** de paper i cartó: diaris, revistes, publicitat, torcabocques o bocins de paper de cuina sense utilitzar o lleugerament emprades, en definitiva qualsevol paper o cartó que no estigui brut de greix o de restes de menjar.
- Al contenidor **VERD OSCUR** de restes o rebuig: hi va, a més de la matèria orgànica, qualsevol residu que no es pugui abocar als altres contenidors.
- En el cas dels objectes voluminosos, i electrodomèstics (RAEE fabricats abans del 13 d'agost 2005) t'has de posar en contacte amb servei de recollida a

## Residus

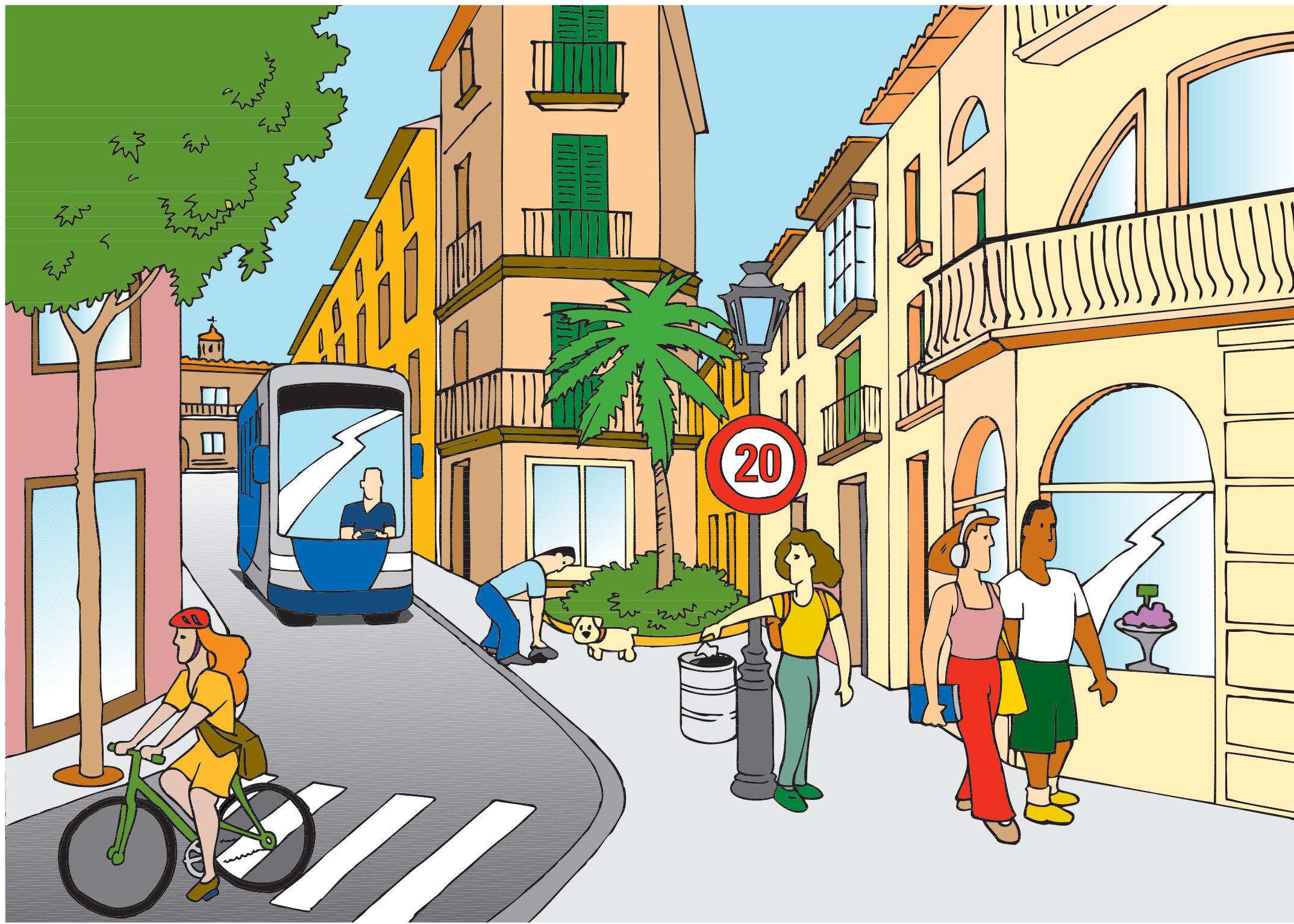
- Classificar adequadament els residus a les fraccions que es recullen actualment: vidre, paper-cartó, envasos i la fracció de rebuig.
- Al contenidor **VERD** de vidre hi van: les botelles, pots i envasos de vidre assegurant-se que són buits. No s'hi han d'abocar els tassons, copes, plats ja que tenen òxid de plom, així com tampoc la ceràmica. Tampoc no s'hi han d'abocar les bombetes ja que estan classificades com a residu elèctric.
- Al contenidor **GROC** d'envasos s'hi han de dipositar: envasos de plàstic, llauanes d'alumini (conserves, begudes), brics, bosses de plàstic, plats, tassons i coberts de plàstic, envasos de cartó plastificat per al transport de begudes i/o menjar a domicili, papers d'alumini o films de plàstic, materials de farciment o bombolles, etc. No s'hi poden



domicili d'EMAYA al telèfon gratuït 900 724 000.

- En els cas dels aparells elèctrics (RAEE fabricats després del 13 agost d'2005), en el moment de la compra i entrega del nou aparell s'entrega l'usat en substitució del nou.
- Els residus d'obra i materials de construcció domèstics es gestionen a través de Mac Insular, on prèviament s'ha llogat un contenidor. Aquest servei es paga segons el pes abocat.
- Els envasos **buits**, sempre que siguin de procedència domèstica que han contingut productes perillosos (pintures, dissolvents...) es dipositen al contenidor **GROC** d'envasos.

- Les piles es poden dipositar als contenidors ubicats a supermercats i grans superfícies comercials.
- Els medicaments caducats o les restes de tractaments mèdics, així com els envasos de medecines s'han de dipositar en el punt SIGRE de les farmàcies.



# A LA CIUTAT

QUÈ PUC FER JO, COM A CIUTADÀ, PER MILLORAR I PROTEGIR EL MEDI AMBIENT URBÀ DE LA NOSTRA CIUTAT?



## A LA CIUTAT

La ciutat és un espai comú on s'ubiquen la majoria de les infraestructures, repartides entre el centre i els barris.

La intenció de l'Ajuntament de Palma és activar i fomentar les activitats socials, culturals, educatives, d'esplai per tal de crear una ciutat més amable i agradable.

Per això és necessari adquirir entre tots hàbits de convivència i de respecte a les persones i a l'espai, per tal que serveixi d'intercanvi d'experiències i de socialització.

El civisme és un dels valors que entenem com a bon comportament per a viure en societat, sentiment de col·lectivitat i de comunitat.

Aquestes propostes pensam que serviran per entendre que el conjunt de la ciutat (carrers, parcs i places, instal·lacions esportives, transports públics...) són de tots i són per a gaudir-ne el conjunt de la ciutadania. Per tant, tenim la responsabilitat i el deure de cuidar-la, protegir-la i mantenir-la, així com el dret de gaudir-ne.

Per tant, actuacions com renous, abocar residus en llocs fora dels habilitats, embrutar, malgastar, espenyar... són conductes incíviques que hem d'evitar per millorar la convivència. Per això les activitats no autoritzades com és el *botellot* són un greu problema que crea greus conflictes de convivència.

Aquí tenim un conjunt de mesures que, sens dubte, milloraran la vida a la ciutat.

### Renou

- Quan condueixis el cotxe o moto evita tocar el clàxon, a no ser que sigui imprescindible. El renou produït és molt molest per a tots.



- Revisar i revisar els tubs dels escapaments lliures del vehicles, per evitar el renou innecessari que produeixen.
- Quan sortim a sopar o de copes evitar fer renou als carrers per respectar les hores de son dels veïnats.
- En els llocs públics, escoltar música amb auriculars i no amb volum. Hem de pensar que als altres probablement no els agrada la música que jo escolt.

l'evacuació d'aigua del torrent per obstrucció amb els consegüents embassaments.

- Si tenim cans i estam fora dels parcs de convivència canina, els durem fermats i en recollirem els excrements.
- La neteja del cotxe s'ha de realitzar en els centres adequats per a aquesta acció. Així evitarem buidar el cendrer a la via pública.

### Residus

- No tiris papers ni brutor al carrer, utilitza les papereres o els contenidors. Si la paperera disposa de poals de recollida selectiva classifica adequadament el residu.
- No aboquis enderrocs o altres residus a solars o als llits dels torrents. A més de provocar problemes de contaminació per infiltracions de substàncies al sòl i als aqüífers de

l'entorn,  
d i f i -  
c u l t a



### Mobilitat

L'activitat del transport suposa el 33% de la despesa energètica, a més de ser un dels generadors de gasos dins la ciutat, creant ambients poc saludables per a les persones, tant per la contaminació atmosfèrica com la de renous. Per aquest motiu es fa necessari donar alternatives per tal de reduir el transport amb vehicle privat dins de la ciutat. Per tant des de l'Ajuntament s'han realitzat les següents actuacions:

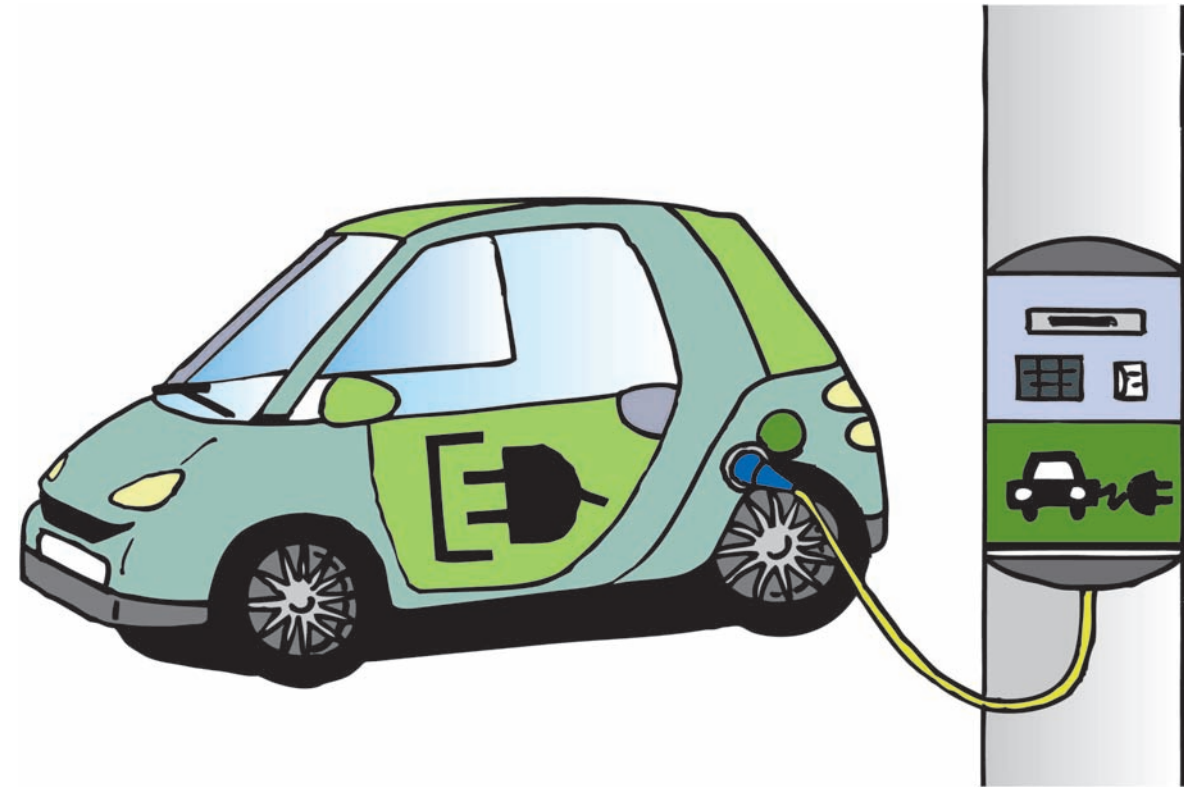
- 42 Km de carril bici.
- Augment de freqüències de bus i noves línies transversals.
- Implantació del bus a gas natural.
- Gratuïtat del bus als joves fins als 16 anys.
- Aparcament dissuasius (917 a Son Fuster, 170 a Son Sardina (estació de metro)).
- Promoció del servei "COMPARTIR cotxe i/o pàrquing".

- Implantació de la bicicleta pública "BiciPalma" 336 unitats distribuïdes en 28 estacions.
- 6 punts de càrrega de cotxes elèctrics, recàrrega i 2 hores d'aparcament gratuïtes.
- Ampliació de voravies, eixos cívics i conversions en zones de vianants per convidar a fer recorreguts a peu.
- 55 passos de vianants elevats en centres escolars per a millorar la seguretat viària i reduir la velocitat.

- ZONA 30 a Son Sardina. S'està executant la mesura que ajudarà a millorar la qualitat de vida dels veïns d'aquest barri, disminuint la contaminació acústica i ambiental.

Ara et suggerim les següents propostes:

- Camina o utilitza la bicicleta com a mitjà de transport urbà. A més de l'activitat física que es fa, s'evita la contaminació, tant atmosfèrica com

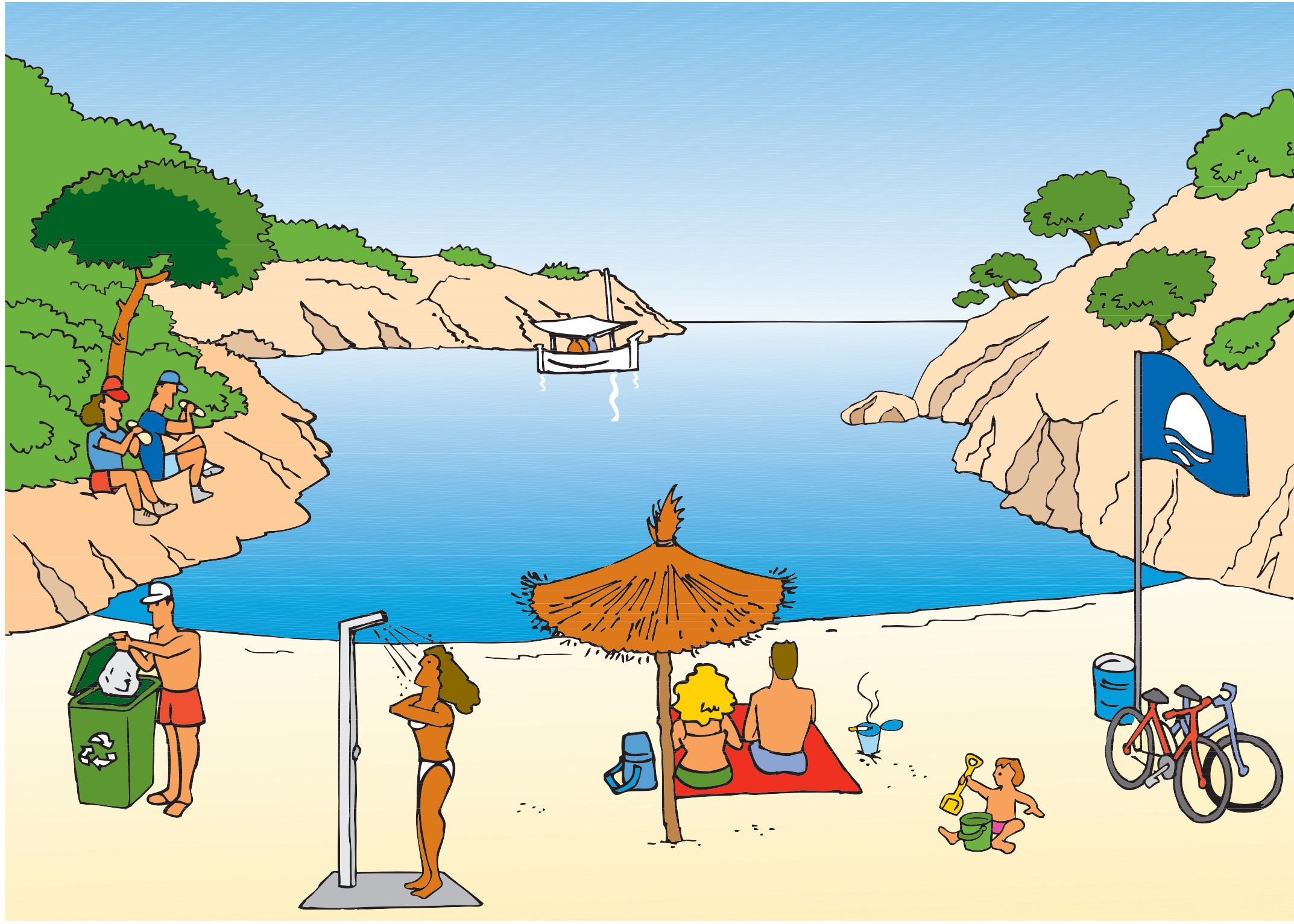


acústica, a més de suposar un important estalvi.

- Si la distància no ho permet, fes ús del transport col·lectiu públic.
- En el cas de la necessitat d'ús del vehicle privat, prioritza compartir el cotxe, sempre que sigui possible. Et pots informar a través de la pàgina web de medi ambient de l'Ajuntament de Palma o de ([www.compartir.com](http://www.compartir.com)) així com oferir-te per compartir el teu recorregut.
- Utilitzar criteris de conducció eficient i moderació de velocitat, per tal d'es-

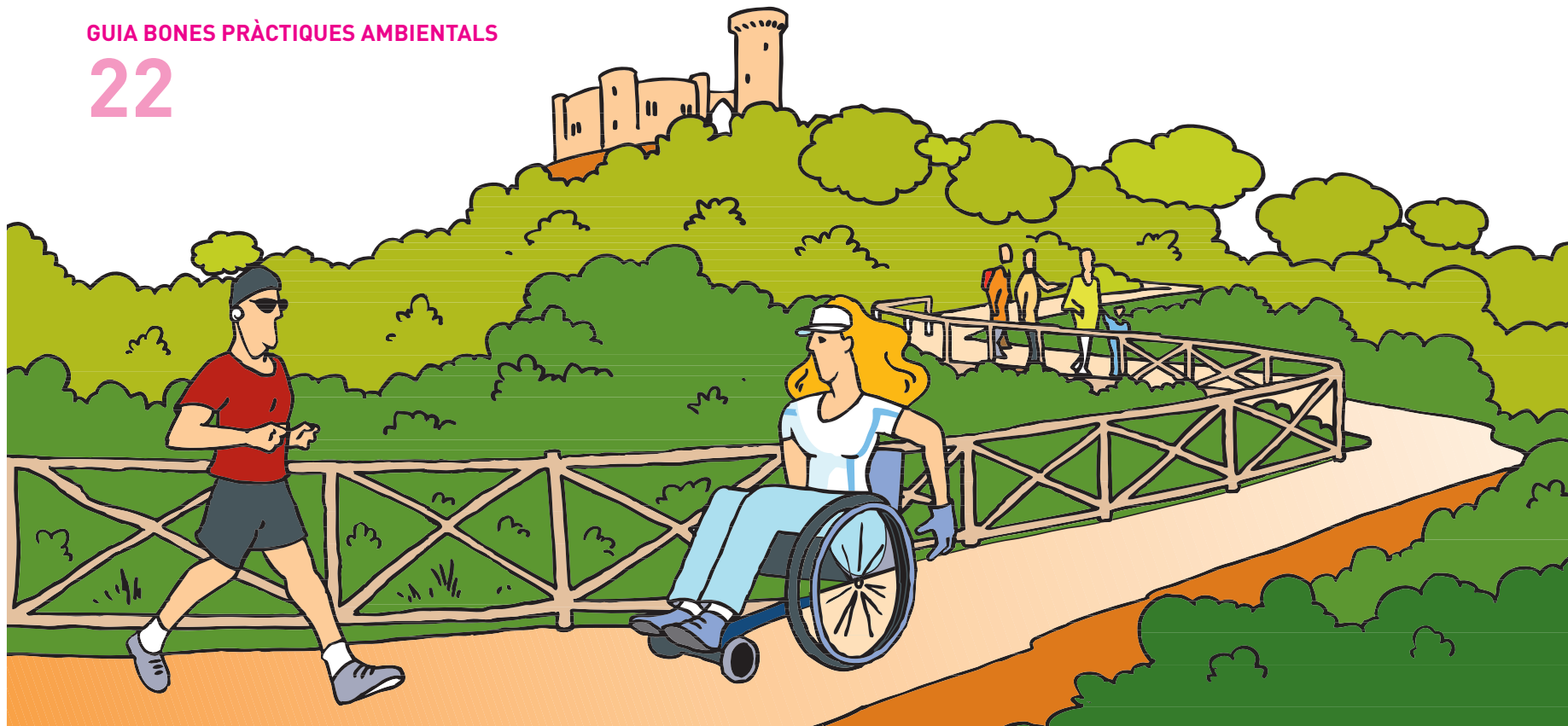
talviar combustible i reduir l'emissió de gasos contaminants i d'efecte hivernacle a l'atmosfera, així com l'emissió de renous. Moderant la velocitat es guanya en seguretat.

- A l'hora d'adquirir un vehicle, valorar els criteris d'eficiència energètica, i estudiar la possibilitat de compra d'un elèctric o un híbrid. L'Ajuntament de Palma disposa de carregadors als aparcaments de l'SMAP.
- Realitzar el correcte manteniment del vehicle per allargar-ne la vida i evitar la contaminació que emet.



# EN ELS ESPAIS LLIURES

“CADA ACTUACIÓ A FAVOR DE LA PROTECCIÓ DEL MEDI AMBIENT EQUIVAL A UNA INVERSIÓ EN SALUT”



## EN ELS ESPAIS LLIURES

Gaudir de la natura, fer caminades i excursions, pràctica d'esport en el medi obert, platja, pesca, navegar... totes i cada una d'aquestes resulten activitats molt agradables i saludables, però en moltes ocasions suposen un perill per actituds irresponsables que posen en perill el nostre patrimoni natural.

Des de l'Ajuntament s'està treballant per tal que des de casa puguem trobar un espai lliure a poca distància. De fet s'han executat un conjunt important de millores

de places i parcs infantils entorn de la ciutat.

Per això incidim a actuar de manera responsable i recollim tot un conjunt de incidències que a hores d'ara trobam.

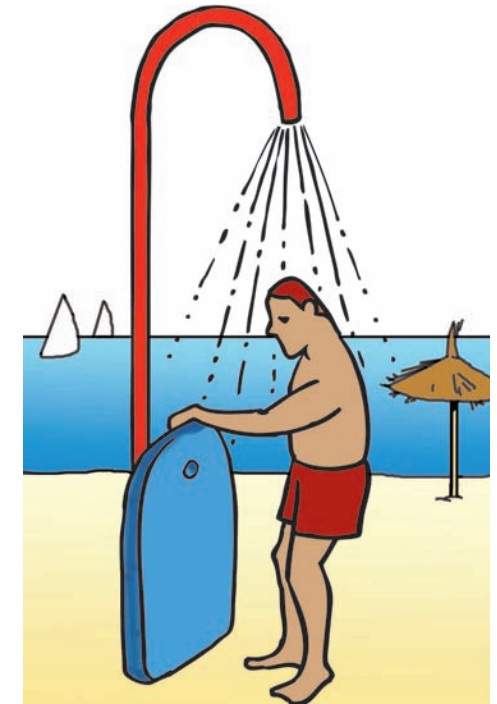
### En el camp o bosc

- Recull els teus residus, no els deixis.
- No facis foc fora dels períodes i llocs previstes per a aquesta activitat.
- No facis crema de rostolls fora de les èpoques determinades.
- No tiris lloques.
- No realitzis abocaments incontrolats.
- Gaudeix de la natura, respectant el silenci, els animals i les plantes, així com la resta de persones.

- Evita l'ús del vehicle, o si més no utilitza les rutes establertes, pistes forestals, camins dins aquests espais.
- Si ets caçador, recull els casquets que s'han pogut escampar amb l'arma de foc.

### A la mar o la platja

- No deixis residus.
- No deixis les lloques enterrades a l'arena.
- Si és possible dutxa't abans d'abandonar la platja, millor deixar l'arena i no dur-la a casa.
- No tiris residus ni facis abocaments a la mar des d'un vaixell. En els ports hi ha serveis per buidar les aigües residuals i dipositar els fems.



### En ruta

- Quan utilitzis el teu vehicle particular, adequa la velocitat a la via i no superis els límits establerts. A major velocitat augmenten les emissions de gasos contaminants, de gasos d'efecte hivernacle i de renous.
- No tiris residus ni lloques per les finestretes del cotxe.





EN LA FEINA



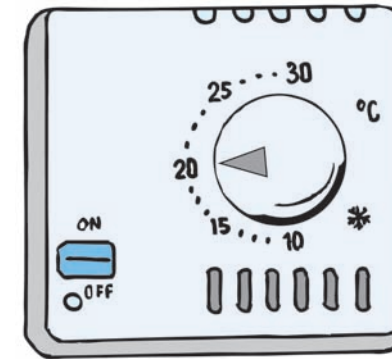
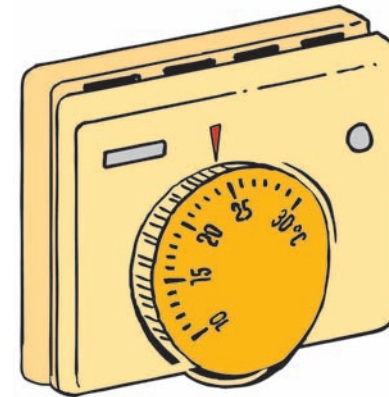
## A LA FEINA, A L'ESCOLA, A LES INSTAL·LACIONS PÚBLIQUES

Diàriament feim us d'instal·lacions i infraestructures públiques i col·lectives, siguin esportives, culturals, sanitàries, educatives..., i també passam molt de temps dedicat a la feina, sigui quin sigui

el taller, oficina, de transport... Per això, també et demanam una actitud responsable en el consum d'energia d'aquests llocs, malgrat que no suposa una despesa econòmica directament.

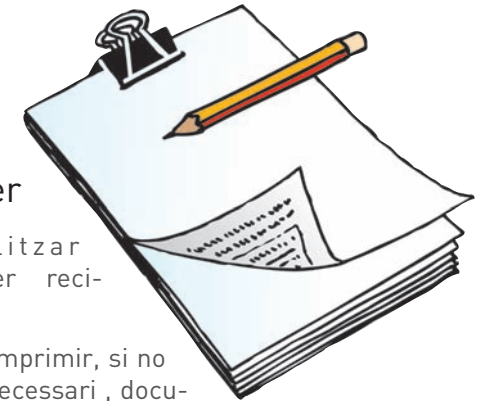
### Estalvi d'aigua

- No deixis l'aixeta oberta mentre et rentes les mans. També assegura't que les aixetes queden tancades.
- Sempre que observis una fuga en les cisternes o a les aixetes, avisa el servei de manteniment o a qualche treballador de l'edifici.



### Estalvi energètic

- Si no hi ha apagada automàtica dels llums per detector de presència, apagar els llums quan no siguin necessaris, com puguin ser els dels banys o de qualche sala que estigui buida.
- Mantenir al lloc de feina la climatització per davall 21 °C a l'hivern i per damunt de 25 °C durant l'estiu.
- Desconnectar els equips informàtics i aparells elèctrics fora de la jornada laboral.



### Paper

- Utilitzar paper reciclat.
- No imprimir, si no és necessari, documents, correus electrònics, informacions.
- Imprimir a doble cara.
- Reutilitza el paper per fer blocs de notes i esborranys.

### Residus

- Gestionar adequadament els residus i classificar-los.
- Evitar la utilització de tassons d'un sol ús a les fonts d'aigua destinades per beure. En cas de ser inevitable dipositar el tassó en el contenidor d'envasos.
- Reciclar tòners i cartutxos de tinta de impressores.
- Quan es generin determinats tipus de residus catalogats com a perillosos, no els aboquis en el contenidor de rebuig. Comenta al servei de manteniment per tal que

es realitzi una adequada gestió.



*La pau, el desenvolupament i  
la protecció del medi ambient són  
interdependents i inseparables*

*Principi 25 de la Declaració de Rio (juny de 1992)*