



GUIA

DE BONES PRÀCTIQUES PER REDUIR I RECICLAR A LA FEINA

Per al personal de l'Ajuntament,
Nostreserveis i Nostraigua

An illustration featuring a woman in a yellow hat and blue overalls holding a small green plant, with green arrows pointing down towards a globe of the Earth. Below her, another woman is shown recycling, holding a green bin with a white recycling symbol and dropping a piece of paper. To the right, a pair of hands is shown holding a piece of paper. The background is a blue sky with clouds, a large yellow teardrop shape, and a blue flower. The text is contained within a white circular area with radiating lines at the bottom left.

Què conté aquesta guia?

En aquesta guia s'exposen una sèrie d'idees o consells que podeu posar en pràctica en el vostre lloc de treball i en les vostres tasques diàries, elaborades a partir de les propostes que heu realitzat al departament de Residus.





Índex

1. Introducció	8
1.1. La problemàtica dels residus	8
1.2. Situació al municipi	9
1.3. Els objectius que hem d'assolir i com assolir-los	10
2. Com separar bé els residus	11
2.1. Orgànica	11
2.2. Envasos lleugers	12
2.3. Paper i cartró	13
2.4. Vidre	14
2.5. Resta	15
2.6. Roba, complements i tèxtil de la llar	16
2.7. Oli domèstic usat	16
2.8. Mobles i voluminosos	16
2.9. Restes vegetals	16
2.10. Minideixalleries	16
2.11. Deixalleries	16
3. Bones pràctiques com a treballadors/es	17
3.1. Reduir residus	17
3.1.1. Paper	
3.1.2. Evitar el material d'un sol ús	



3.2. Separar correctament.....	19
3.2.1. Evitar les papereres individuals	
3.2.2. Separar correctament el material d'oficina	
3.2.3. Minideixalleria a l'oficina	
3.3. Estalviar recursos.....	20
3.3.1. Llum	
3.3.2. Aigua	
3.3.3. Aire condicionat i calefacció	
3.4. Compartir recursos	21
4. Bones pràctiques cap a la ciutadania.....	22
4.1. Bona comunicació.....	22
4.2. En actes i esdeveniments.....	23
4.2.1. Digitalitzar tot el que es pugui	
4.2.2. Reduir el material d'un sol ús	
4.2.3. Reutilitzar materials d'altres actes	
4.2.4. El menjar, de proximitat, el just i necessari	
4.2.5. Possibilitar una correcta i fàcil separació de residus	
4.3. En dependències municipals	27
4.3.1. Reduir, reutilitzar, intercanviar	
5. L'Ajuntament segueix avançant.....	28



1. Introducció

1.1. La problemàtica dels residus

El model de producció i consum tradicional respon a un sistema lineal d'extreure recursos, comprar béns, usar-los durant un període de temps i llençar-los, el que implica una alta **demanda de recursos naturals o matèries primeres** i un increment en la generació de residus.

Actualment es necessita l'equivalent a 1,6 planetes per satisfer la demanda de recursos a nivell mundial. A Catalunya, aquesta necessitat es troba en l'equivalent a 2,3 planetes. A més, **cada any es generen al món 11.200 milions de tones de residus sòlids**, i la desintegració de la proporció orgànica d'aquests residus sòlids contribueix aproximadament al 5 % de les

emissions mundials de gasos d'efecte hivernacle.

Així doncs, cal canviar aquests patrons de consum i fer que els nostres actes siguin més circulars per tal **d'optimitzar la utilització de recursos i disminuir la generació de residus**, apostant per l'economia circular en el nostre model de vida.

Sabies que...

Es necessita l'equivalent a

2,3 planetes

per satisfer la demanda de recursos a Catalunya

1.2. Situació al municipi

L'any 2021 les dades a Mont-roig, Miami Platja i les urbanitzacions van ser:

• **Generació de residus: 13.440 tones totals**, el que equival a 1.059 kg/habitant/any (més d'una tona per habitant!).

• **La recollida selectiva al municipi** es troba al voltant del **30%**, molt per sota dels objectius de reciclatge establerts a la normativa europea (55% al 2025).

• **El cost del tractament de residus** ha augmentat de 576.000€ a gairebé 1.000.000€ en els darrers 4 anys.

• **Els abocaments incontrolats**, especialment de poda i voluminosos tenen un cost econòmic molt alt.

Sabies que...

L'any 2021 al municipi la generació de residus va ser de

13.440



1.3. Els objectius que hem d'assolir i com assolir-los

La Unió Europea ha marcat l'objectiu d'assolir un **55% de reciclatge al 2025** i limitar al 10% els residus que podran anar a abocador al 2035.

Per assolir-ho, no només cal separar correctament els residus que generem a casa i a la feina sinó **que és imprescindible prioritzar la prevenció:**

- **Reduir el nostre consum**, sobretot d'aquells productes d'un sol ús que no podrem reutilitzar.
- **Comprar de manera responsable:** productes de km0 i respectuosos amb el medi ambient.
- **Compartir recursos amb els nostres companys i companyes**, d'aquesta manera també reduïm el consum i les compres innecessàries.
- **Reutilitzar al màxim** els productes i buscar alternatives per donar una segona vida a aquells que ja no utilitzem.
- **Intercanviar objectes** que ja no volem/necessitem per altres que sí.
- **Reparar objectes o aparells.** Empoderem-nos i siguem manetes!

• **Si generem residus, separem-los correctament.** També aquells que han d'anar a la deixalleria ja que són els més perillosos a nivell ambiental.

• **I compartim...** compartim tots aquests hàbits que fem per millorar el nostre entorn amb les persones del nostre voltant.

Sabies que...

La Unió Europea ha marcat l'objectiu d'assolir un

55 %

al 2025





2. Com separar bé els residus

2.1. Orgànica

☑ Què hi podem llençar?

- ☑ **Restes de menjar** com pells i restes de fruita i verdura, ossos i restes de carn, espines i restes de peix, petxines de marisc, closques d'ou i pells i closques de fruits secs, marro de cafè i restes d'infusions
- ☑ **Gots o bosses compostables**
- ☑ **Paper de cuina brut**, tovallons de paper bruts, mocadors de paper
- ☑ **Restes vegetals** de petites dimensions com rams marcits, flors i fulles seques, males herbes, gespa, petites branques de poda i fullaraca
- ☑ **Altres materials** com taps de suro, serradures, estelles i encenalls de fusta natural, excrements d'animals domèstics sense sorres absorbents, escuradents, pals de gelat, etc.

☒ Què no hi podem llençar?

- ☒ Càpsules de cafè, bolquers, restes de menjar dins l'envàs, restes d'escombrar, etc.



2.2. Envasos lleugers

✓ Què hi podem llençar?

- Llaunes i brics de beguda
- Ampolles i pots de plàstic
- Paper d'alumini, plàstic film i safates de porexpan
- Bosses de plàstic, d'aperitiu o de brioixeria
- Envasos de màquines de venda automàtica
- Taps metàl·lics
- Envasos de iogurt i similars

✗ Què no hi podem llençar?

- Altres elements de plàstic com joguines, estris de plàstic, plats o gots, envasos de productes perillosos.

! A tenir en compte:

- Aixafar els envasos estalvia espai i facilita el procés de recollida.



2.3. Paper i cartró

☑ Què hi podem llençar?

- Diaris i revistes, llibretes, folis i sobres
- Caixes i envasos de cartró
- Bosses i envasos de paper
- Paper de regal i d'embalatge
- Publicitat que trobem a les bústies
- Oueres de cartró

✗ Què no hi podem llençar?

- Brics, paper o sobres plastificats que contingui altres materials, tovallons i paper de cuina usats, papers bruts, fotografies, etc.

⚠ A tenir en compte:

- Els cartrons s'han de plegar i doblegar per dipositar-los dins del contenidor.



2.4. Vidre

✔ Què hi podem llençar?

- Ampolles, pots i envasos de vidre.

✘ Què no hi podem llençar?

- Ampolles de medicaments, ulleres, plats, gots i tasses, terrissa, porcellana o ceràmica, bombetes, vidre pla o miralls, etc.



2.5. Resta

☑ Què hi podem llençar?

• **Tèxtil sanitari:** bolquers, compreses i tampons, bastonets per les orelles, tovalloletes humides, fil dental, petits residus de cures domèstiques (tiretes, esparadrap, gases, cotó, etc.) i altres productes d'higiene: raspall de dents, etc.

• **Residus de la neteja domèstica:** pols d'escombrar i bosses d'aspiradora.

• Plats, tasses i altres elements de ceràmica.

• Burilles i cendra de cigarretes ben apagats.

• Cendra de xemeneies o estufes ben apagats.

☒ Què no hi podem llençar?

• Tots els residus que es puguin reciclar en els altres contenidors o a les deixalleries.



2.6. Roba, complements i tèxtil de la llar

Contenidors específics per a tèxtil (per exemple roba amiga, formació i treball, etc.)

2.7. Oli domèstic usat

Filtrat i en una ampolla de plàstic ben tancada als contenidors d'oli o a la deixalleria.

2.8. Mobles i voluminosos

Servei gratuït de recollida a domicili de trastos vells amb sol·licitud al telèfon 607 159 243 o a la deixalleria.

2.9. Restes vegetals

Contenedor específic per a fracció

vegetal o a la deixalleria.

2.10. Minideixalleries

Discs compactes (CDs i DVDs), cartutxos de tinta d'impressores domèstiques, petits aparells elèctrics i electrònics (mòbils, càmeres de fotos, etc.), piles i bateries, material d'escriptura (retoladors, marcadors, bolígrafs, etc.), bombetes de baix consum (LED) i bombetes convencionals.

2.11. Deixalleries

La resta de residus que no tenen recollida separada a la via pública.





3. Bones pràctiques com a treballadors/es

3.1. Reduir residus

3.1.1. Paper

Menys paper:

Utilitzar les eines digitals sempre que es pugui i reduir l'ús del paper:

- **Digitalitzar documentació:** agendes, tasques, apunts de reunions, nòmines, etc.
- Si heu de **guardar un correu electrònic** no cal imprimir-lo, es pot guardar en pdf.
- **Les notificacions internes es poden fer via correu electrònic**, no calen cartells o cartes.

Atenció!

En cas d'haver d'utilitzar paper, **prioritzar el paper reciclat i lliure de clor**. Normalitzem-lo tant per les comunicacions internes com per les externes.

Si cal imprimir o fotocopiar:

- **Amb paper reciclat**, sempre a doble cara i en blanc i negre!
- **Reduir les negretes dels documents.**
- **Utilitzar la tipografia “ecofont”:** Es pot descarregar d'internet, anar al tauler de control (panel de control) i seleccionar la carpeta “fonts”. Cal copiar i enganxar la font ecofont a la carpeta.
- **No grapar els documents**, ja que les grapes no són reutilitzables. En cas d'haver d'agrupar documents, **utilitzar clips**.

I per últim.. reutilitzar al màxim!

Els papers tenen dues cares que es poden utilitzar. Si tenim un full imprès o escrit per només una cara i ja no el necessitem, en comptes de llençar-lo podem:

- Ubicar una safata compartida a l'oficina o al nostre lloc de treball per **anar col·locant aquests fulls i que es pugin reutilitzar per prendre notes.**

- **Retallar-los i fer blocs de notes personalitzats.**

3.1.2. Evitar el material d'un sol ús

Quan treballem:

- **Utilitzar materials que tinguin una alta durabilitat,** com els bolígrafs o retoladors recarregables.

- **Utilitzar materials amb menys impacte ambiental,** com els llapis.

- **Evitar utilitzar post-it!**

Quan bevem o mengem en el nostre entorn laboral:

- **Utilitzar ampolles reutilitzables.** Preferiblement de vidre, però també n'hi ha de metàl·liques o de plàstic reutilitzable.

- **Utilitzar la nostra tassa** per prendre cafè, ja que, les cafeteres dels edificis municipals donen la opció d'escollir "sense got".

- L'entrepà de mig matí en **embolcall reutilitzable o carmanyola.** Res de plàstic film o paper d'alumini!

- Si ens toca dinar, **portem el menjar en carmanyoles i utilitzem coberts reutilitzables.**

Si hem de comprar material des de l'Ajuntament

- Que sigui amb **criteris sostenibles.**

- **Comprar paper reciclat** en comptes de paper blanc.

- **Materials fets a partir de reciclats** i que es puguin reutilitzar al màxim.

- Prioritzar el **material que tingui recanvis.**



3.2. Separar correctament

3.2.1. Evitar les papereres individuals

Les papereres individuals de sota el nostre escriptori **fomenten una mala separació dels residus** ja que no disposen de les diferents fraccions.

3.2.2. Separar correctament el material d'oficina

- Papers, sobres – **contenedor blau**.
- Clips, grapes – **contenedor resta**.
- Material d'escriptura – **minideixalleria**.
- Aparells electrònics (auriculars, càmeres de fotografiar, carregadors, piles, etc) – **minideixalleria**.

• Envasos lleugers (ampolles de plàstic, bosses de menjar, envasos de plàstic de laminadures, llaunes de refresc, bossa de plàstic de les mascaretes, etc.) - **contenedor groc**.

• EPIs (mascaretes, guants d'un sòl ús, etc.) - **contenedor resta**.

• Tònors d'impressora – **deixalleria (o a través del servei d'assistència i manteniment informàtics)**.

Si encara tens dubtes visita la pàgina: www.residuonvas.cat

3.2.3. Minideixalleria a l'oficina

Dins de la oficina podem ubicar un **punt de recollida on llençar tot el material** que no es pugui disposar a les fraccions bàsiques i que hagi d'anar a la deixalleria. **Periòdicament podem portar-ho a les minideixalleries o a les deixalleries del municipi.**



3.3. Estalviar recursos

És important **tractar l'oficina com si fos casa nostra**, sent racionals en l'ús de les calefaccions, aires condicionats, aigua, llum, etc.

3.3.1. Llum

Utilitzar la llum natural sempre que sigui possible:

- Còrrer o aixecar cortines.
- Reubicar els nostres espais per poder gaudir de la llum.

Apaguem! Evita el consum fantasma!

• **Apagar el llum quan sortim de la sala**, si no hi ha ningú més.

• Assegurar-se d'haver apagat ordinadors, pantalles, impressores i regletes quan marxem a casa, **l'estalvi és molt gran!**

• Si hi ha **nevera a l'oficina**, **recordar tancar la seva porta** el més ràpid possible.

3.3.2. Aigua

- Vigilar no deixar les aixetes obertes.
- Utilitzar el polsador **de descàrrega curta del vàter**.

3.3.3. Aire condicionat i calefacció

Temperatures

- **A l'estiu:** entre 24 i 26°C.
- **A l'hivern:** entre 19 i 22 °C.

A l'hivern:

• **Moure's i entrar en calor!** També podem prendre begudes calentes (cafè, té o infusió) per escalfar el nostre cos.

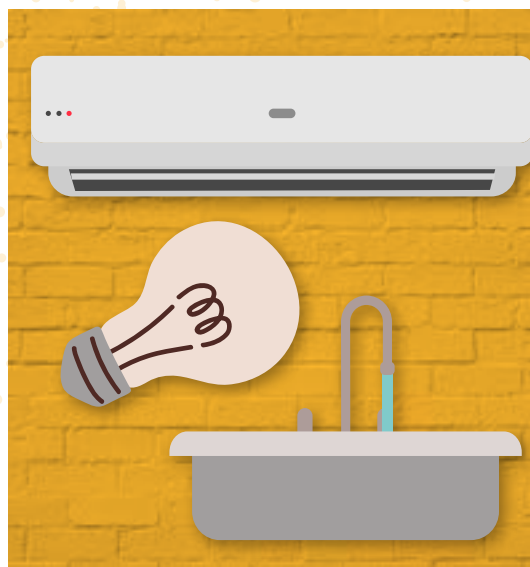
• Si tenim l'estufa engegada o la calefacció posada, finestres i **portes tancades!** D'aquesta manera podrem **mantenir l'escalfor** de la sala sense gastar tanta energia.

A l'estiu:

• Obrir portes i finestres, **que corri l'aire!**

• Mantenir-se **ben hidratats**.

• Si posem **l'aire condicionat**, **tancar portes i finestres** per no malgastar energia.



3.4. Compartir recursos

Una manera de reduir la generació de residus és **reduir el nostre consum de materials**, ja sigui perquè no els necessitem o perquè en podem tenir un per compartir amb la resta de companys i companyes. **Per exemple:**

- **Compartir el material d'oficina:** tisores, grapadora, foradadora, etc.

- Organitzar **mercats d'intercanvi** puntuals o ubicar en un espai de l'oficina un **punt de reutilització o punts d'intercanvi** de llibres. Segur que tenim moltes coses a casa

que ja no utilitzem i que algú li pot donar una segona vida, i al revés!

- Organitzar un **carsharing** entre treballadors/es. És tan senzill com trobar **persones que facin la mateixa ruta (o semblant) de casa a la feina** i quedar per anar plegats, utilitzant un únic vehicle. Com ens podem posar d'acord? Ubicant en un taulell diferents rutes i que cadascú s'hi vagi apuntant.

- També es poden **aprofitar viatges entre diferents dependències municipals**. Només cal coordinar-se!





4. Bones pràctiques

4.1. Bona comunicació

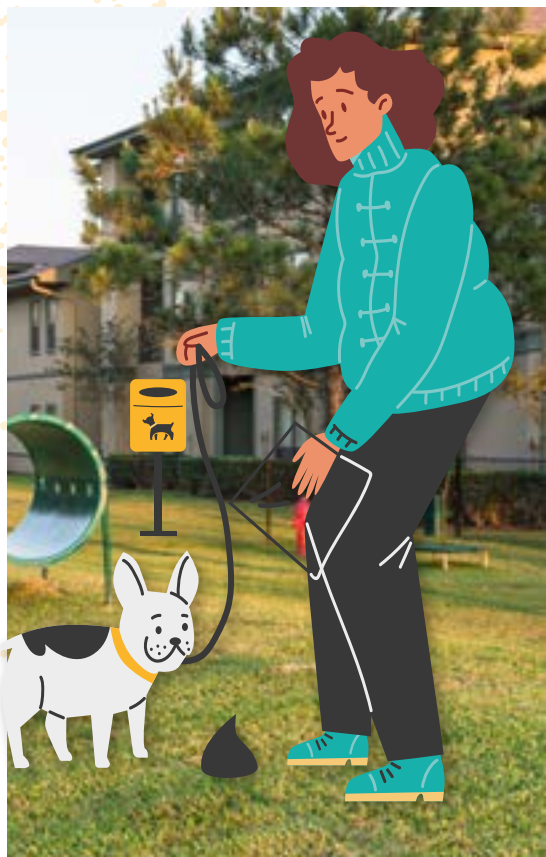
És molt important mantenir una **bona comunicació amb la ciutadania**, així com denunciar actes incívics si els veiem, ja que el municipi és de totes i tots.

- Recordar la **bona separació de residus** i les facilitats que es posen des de l'Ajuntament.

- **Utilitzar adequadament les papereres:** No són el lloc adequat per llençar-hi les bosses d'escombraries!

- **Llençar les burilles de les cigarretes ben apagades** a les papereres o a un cendrer portàtil. Ni al carrer ni al medi natural ni al clavegueram!

- **Els excrements de gos s'han de recollir** i els pipís s'han de diluir amb una mica d'aigua.



4.2. En actes i esdeveniments

4.2.1. Digitalitzar tot el que es pugui

Hi ha recursos molt més sostenibles i econòmics que permeten reduir l'ús de paper, fulletons i cartells:

- **Difondre via xarxes socials**, correu electrònic, notícies al web, etc.

- **Utilitzar codis QR** per programes publicitaris o d'esdeveniments, guies turístiques, fulletons, etc. És tant senzill com ubicar-lo en un lloc visible perquè tothom hi pugui tenir accés.

- Entrades i documents **en format electrònic**.

- En cas d'haver de fer **impressions, reduir al màxim les tirades**, només les indispensables i també en **paper reciclat**.



4.2.2. Reduir el material d'un sol ús

Quants gots, plats i coberts d'un sol ús s'utilitzen en un esdeveniment? Cal reduir-los al màxim promovent els **gots i la vaixel·la reutilitzable o retornable, de diferents maneres:**

- Tenir un **lot de vaixel·la reutilitzable** per utilitzar en diferents actes.
- Que cada persona porti **el seu got i vaixel·la de casa**. En aquest cas, es podria reduir el preu de l'entrada a l'esdeveniment, per exemple.
- Utilitzar la metodologia de **got retornable**: l'usuari/a paga el lloguer del got reutilitzable i pot retornar-lo a la mateixa guingueta. Aquest és un mètode molt utilitzat, també es pot aprofitar i serigrafiar el got amb lemes ambientals.
- En cas d'haver d'utilitzar **gots i vaixel·la d'un sol ús**, que siguin **compostables**.

Una altra manera d'estalviar recursos i materials d'un sol ús és **facilitar l'accés a aigua gratuïta** durant les festes o esdeveniments o **substituir les llaunes de refrescos per tiradors**.

4.2.3. Reutilitzar materials d'altres actes

A l'hora de dissenyar un material per a un acte o esdeveniment cal pensar en reutilitzar-lo per altres actes futurs. A vegades és tant senzill com no afegir dates!

També es poden **reutilitzar suports, lones, material de decoració, etc.** més genèric i no tant característic d'un esdeveniment en particular. Es poden fer amb **materials reciclats**.

I en cas de no poder **reutilitzar el material** per un altre acte, es pot transformar. Per exemple, si fem banderoles aquestes es poden convertir en bosses reutilitzables!

Atenció!

Com reduir el material d'un sol ús?

- **Lot de vaixel·la reutilitzable**
- **Portar el got i vaixel·la de casa**

4.2.4. El menjar, de proximitat, el just i necessari

Comprar menjar i productes de proximitat i sostenibles:

- Fruits secs del territori
- Arròs del Delta
- Peix de la zona
- Sucs ecològics
- Etc.

O servir menjar casolà i de proximitat.

Cal evitar comprar productes que vinguin excessivament embolcallats, d'aquesta manera **evitem el màxim de plàstic!**

Diguem NO al malbaratament alimentari!

Cal aproximar el nombre d'assistents als àpats (per exemple demanant inscripció) i **encarregar la quantitat necessària** per evitar un excés de menjar residual. **En cas que sobri**, es pot acordar amb alguna entitat del municipi la donació del menjar que no s'hagi servit el dia de l'esdeveniment.

A més, hi ha actes o esdeveniments en els que no calen aquests aperitius. **Suprimim-los!** D'aquesta manera també s'evitarà la generació d'altres tipus de residus com els embolcalls.

Diguem **NO**
al malbaratament
alimentari!



4.2.5. Possibilitar una correcta i fàcil separació de residus

Ubicar contenidors de **totes les fraccions** en llocs visibles, preferiblement **junts** per tal d'evitar una mala separació.

També es poden ubicar cartells amb informació sobre quins residus van a cada contenidor, utilitzant símbols o pictogrames de reciclatge.

És important repartir contenidors de les diferents fraccions també per les guinguetes, paradetes, etc. D'aquesta manera, tots i totes les participants a la festa separaran correctament els seus residus.

A continuació hi trobareu altres recursos per poder crear esdeveniments més sostenibles:

Guia d'esdeveniments ambientalment correctes
(Generalitat de Catalunya)



Guia d'Ambientalització d'esdeveniments
(Col·legi d'ambientòlegs de Catalunya)



Ajuntament de Barcelona:

Guia "L'ambientalització d'esdeveniments" (ICLEI - Local Governments for Sustainability)



Guia "Grans esdeveniments festius" (Ajuntament de Barcelona)



Guia "Les festes més Sostenibles" (Ajuntament de Barcelona)



Sant Just Desvern:

Manual per reduir els impactes ambientals de les festes (Ajuntament de Sant Just Desvern)



4.3. En dependències municipals

4.3.1. Reduir, reutilitzar, intercanviar

Les dependències municipals poden ser punts de trobada i d'intercanvi de materials, una manera senzilla de **donar una segona vida als objectes que tenim a casa**. Parla amb els companys de feina, podeu crear iniciatives semblants a les següents. També us poden servir com a base per animar a la ciutadania a crear experiències similars si en teniu l'oportunitat.

- **Borsa de material:** Ubicar un espai fix amb objectes o materials en desús que esdevindrien residus, i oferir-los gratuïtament o a preu reduït.

- **Biblioteca d'objectes:** Funciona com una biblioteca de tota la vida, però amb objectes que no es necessiten en el nostre dia a dia. Materials com tendes de

campanya, eines de bricolatge o jardineria, esquís, etc. podrien ser deixats en préstec a la ciutadania.

A les deixalleries arriben molts **materials** d'aquest tipus en **bon estat**.

- **Punts d'intercanvi de llibres, de roba o d'objectes diversos:** L'únic requisit és que cal deixar un objecte en bon estat abans d'agafar-ne un altre! En el cas de llibres, amb una prestatgeria és suficient per començar!

- **Intercanvis en xarxa:** a través dels nostres amics o coneguts, grups de whatsapp, telegram o xarxes socials, podem informar d'objectes o roba que ja no ens fa servei i que volem donar o intercanviar. És molt probable que algú que coneixem en tregui profit.

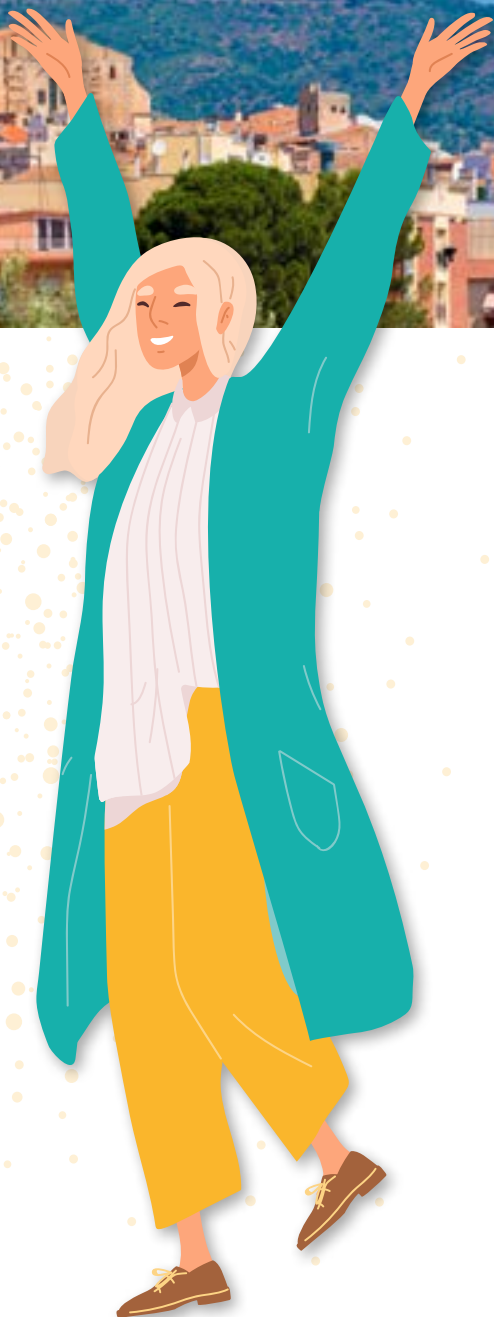




5. L'Ajuntament

Des de les àrees de l'Ajuntament implicades en la transició ecològica **se segueix treballant dia a dia per avançar cap a un municipi més sostenible** sense oblidar-nos de les dependències i treballadors i treballadores municipals.

Esperem que us hi sumeu!



Moltes gràcies!

Aquesta guia s'ha pogut elaborar gràcies a la col·laboració de tots i totes vosaltres. **Us animem a seguir col·laborant** per tal que el nostre Ajuntament i les empreses municipals i, de retruc, el municipi sigui més sostenible. **No dubteu a enviar les vostres propostes a:**

reduirireciclar@mont-roig.cat



REDUIR:
RECICLAR tot
és
COMENÇAR



AJUNTAMENT DE
MONT-ROIG DEL CAMP