



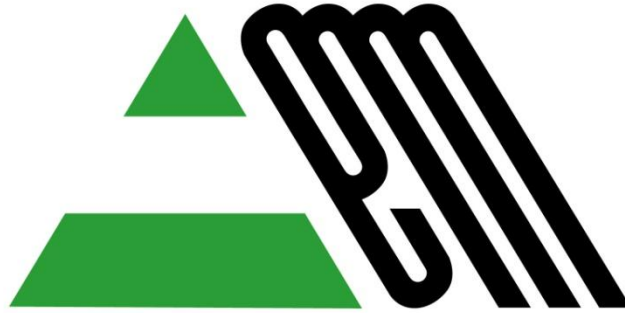
Federación  
de Asociaciones  
de Esclerosis  
Múltiple de  
Andalucía

DOC PL MED 23-26

V 01

FECHA: 18/05/2023

Página 1 de 6




**F E D E M A**

Federación de Asociaciones de  
Esclerosis Múltiple de Andalucía

Entidad Declarada de Utilidad Pública

# **PLAN DE GESTIÓN MEDIOAMBIENTAL DE FEDEMA 2023-2026**

 <p>Federación de Asociaciones de Esclerosis Múltiple de Andalucía</p>	DOC PL MED 23-26	V 01
		FECHA: 18/05/2023 Página 2 de 6

La Federación de Asociaciones de EM de Andalucía , FEDEMA adquiere el compromiso de promover la mejora y conservación del medioambiente, situando a la entidad y a las personas implicadas en la misma como agentes fundamentales para potenciar procesos y actividades que lo protejan, y de hacer real el cambio hacia un modelo más sostenible.

Hoy en día, no debemos separar la acción social del contexto donde se lleva a cabo. El presente Plan pretende ser un manual de buenas prácticas fundamentalmente focalizado en el centro donde tiene su sede FEDEMA, lugar donde se centralizan los proyectos y por tanto el trabajo administrativo y de gestión de la entidad, y también en las actividades que llevamos a cabo fuera del mismo.


Supone este Plan, por tanto, una serie de recomendaciones y acciones que han de ponerse en práctica en dicho centro y en el desarrollo y programación de las actividades realizadas. Alcanza, así mismo, a todas las personas que trabajan y colaboran activamente con FEDEMA, ya sea en el puesto de trabajo o como voluntarios/as de los programas. FEDEMA es una entidad jurídica con una plantilla de personal laboral limitada. Hemos elaborado, no obstante, un diagnóstico acerca del impacto que genera nuestra actividad en el medioambiente (necesidad de recursos, materiales y equipos disponibles, generación de residuos, etc.).

Las principales conclusiones se centran en los recursos que consumimos en el centro donde está la sede, para la correcta administración, programación de actividades y gestión de la entidad.

En este caso, planteamos las siguientes medidas, que hacemos llegar a nuestra plantilla, Junta Directiva y personal voluntario con responsabilidad en la gestión y coordinación de la acción social, para una mayor concienciación.

La sede de FEDEMA se encuentra en el centro de la Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple, ASEM, donde comparte espacio con otras entidades.

FEDEMA está comprometida con el reciclaje de residuos, el empleo de luz natural y el ahorro energético.

 <p>FEDEMA Federación de Asociaciones de Esclerosis Múltiple de Andalucía</p>	DOC PL MED 23-26	V 01
		FECHA: 18/05/2023 Página 3 de 6

Aunque no podemos realizar un diagnóstico pormenorizado dado que no tenemos control de todo el centro, los aspectos ambientales identificados como significativos para la actividad de FEDEMA, y donde podemos actuar, son el consumo de agua, de energía eléctrica, papel, tóner, generación de residuos (fundamentalmente papel y cartón) y movilidad.

### **Medidas de ahorro de agua**


- Cerrar los grifos cuando no los necesitemos para no malgastar agua
- No usar el inodoro como si fuese una papelera.
- Cerrar los grifos durante el enjuagado de manos.

### **Consumo racional de energía**

- Aprovechar la regulación natural de la temperatura antes de usar sistemas de climatización, por ejemplo: abriendo las ventanas para crear corriente.
- Adecuar los niveles de climatización dependiendo del clima, normalmente en invierno oscila entre los 18 ° y los 20°, y en verano deben oscilar entre los 24° y los 26° (una diferencia de temperatura con el exterior superior a los 12° no es saludable).
- Apagar los aparatos electrónicos cuando termine la jornada.
- Fomentar el uso de de pantallas planas, consumen menos energía y emiten menos radiación.
- Configurar el salvapantallas tras 10 minutos de actividad como máximo.
- Evitar mantener los equipos y maquinaria de trabajo en modo stand-by, ya que consume del orden de 1´5 vatios diarios.

### **Reducción de las necesidades de material**


- Evitar el despilfarro en los envíos, de modo que la mayoría de las comunicaciones que realizamos y trámites se realizan de forma telemática (envío de solicitudes a convocatorias online, comunicaciones vía e-mail, difusión de actividad a través de las redes sociales...).

 <p>Federación de Asociaciones de Esclerosis Múltiple de Andalucía</p>	DOC PL MED 23-26	V 01
		FECHA: 18/05/2023 Página 4 de 6

- En línea con lo anterior, aplicar tecnologías de la información y comunicación (internet, e-mail, móvil, etc.) para ahorrar papel, energía y evitar desplazamientos y residuos.
- También se fomentan las reuniones online y/o telefónicas, para evitar desplazamientos.
- Trabajar en soporte informático, para guardar documentos y revisar errores o mejoras antes de imprimir.
- Imprimir a doble cara y en blanco y negro, siempre que sea posible y de forma predeterminada.
- Seleccionar el modo “ahorro de tóner” en impresoras.
- Reutilizar el papel impreso solo por una cara.
- No malgastar el material fungible (el que se consume con el uso).
- Reutilizar los materiales potencialmente desechables para usos similares o alternativos.
- Disminuir la variedad de materiales y sustancias utilizadas, para facilitar su gestión, especialmente su recuperación y reciclaje.
- Almacenamiento adecuado de recursos.
- Guardar las cantidades estrictamente necesarias para evitar riesgos
- Proteger el espacio de las inclemencias del tiempo y mantener las condiciones ambientales necesarias.
- Almacenar cada producto en su lugar correspondiente y etiquetarlo de forma que se garantice su correcta identificación.

### **Gestión de los residuos**

- Almacenar los residuos bajo condiciones adecuadas para la higiene y seguridad.
- Separar cada tipo de residuo, favoreciendo el reciclaje.
- Conseguir que nuestro medioambiente más directo sea un entorno saludable ventilando periódicamente nuestro lugar de trabajo (para evitar la concentración de iones negativos que generan los aparatos eléctricos y electrónicos) y conservando niveles adecuados de humedad.
- Depositamos pilas y contenedores de toner/tinta en los Ecopuntos más cercanos.
- Tramitamos las solicitudes de recogida al punto limpio del ayuntamiento de Sevilla para equipos informáticos obsoletos.

 <p>Federación de Asociaciones de Esclerosis Múltiple de Andalucía</p> <p><b>F E D E M A</b></p>	DOC PL MED 23-26	V 01
		FECHA: 18/05/2023 Página 5 de 6

### **Transporte y movilidad sostenibles**

- Consideramos que antes de hacer desplazamientos se pueden sustituir los encuentros mediante tecnologías de la información y la comunicación (teletrabajo, reuniones online, telefónicas...).
- Priorizar, siempre que sea posible, el uso del transporte público.

Sevilla, a 12 de junio de 2023

Fdo: Águeda Alonso Sánchez  
Presidenta de FEDEMA

Fdo.: M<sup>a</sup> Caridad Peregrín González  
Vicepresidenta de FEDEMA

Fdo.: Antonio Galindo Caballero  
Secretario de FEDEMA

Fdo.: Carmen Pedrajas Zafra  
Tesorera de FEDEMA

Fdo.: Félix Bravo González  
Vocal de FEDEMA

Fdo.: José Luis Rodríguez Lara  
Vocal de FEDEMA



Federación  
de Asociaciones  
de Esclerosis  
Múltiple de  
Andalucía

DOC PL MED 23-26

V 01

FECHA: 18/05/2023

Página **6** de **6**