



EMPRESA JÚNIOR DE GESTÃO DE NEGÓCIOS

Manual de Boas Práticas e Ações

Núcleo de RSA

SUMÁRIO

- I. Introdução
- II. Responsabilidade Social
 - Voluntariado
- III. Responsabilidade Ambiental
 - Água
 - Energia
 - Coleta Seletiva e Reciclagem
 - No caminho de uma Ayra livre de carbono
 - Carona Solidária
- IV. Segurança
- V. Considerações Finais
- VI. Referências Bibliográficas

Desenvolvido em Março de 2010 por:

Núcleo de Responsabilidade Socioambiental

1

I. Introdução – Por que devemos ser conscientes?

Este Manual tem a finalidade de orientar todos os colaboradores da Ayra Consultoria sobre formas de como se adotar boas práticas e ações em relação à sociedade e ao meio ambiente em que estão inseridos, ajudando-os a adotar ações sustentáveis e responsáveis em relação ao seu entorno.

Muito mais do que um ato de poupar, o consumo consciente deve ser visto como mudanças fundamentais e necessárias na maneira de se fazer negócios e de consumir, o que requer repensar os modelos de interesses e a forma como a sociedade valoriza os bens e serviços.

Muitas vezes, um hábito de consumo que consideramos tão simples e sem complicações, quando realizado por diversas pessoas em proporção global, tem como consequência o agravamento dos sintomas do aquecimento global. Muitos fatores devem ser considerados e no decorrer desse manual iremos dar dicas e sugestões de como se pensar de forma mais sustentável.

“A vida é feita de escolhas. Todo dia, toda hora, você escolhe... É você quem escolhe jogar o lixo na rua. É você quem escolhe deixar a torneira aberta. Você escolhe desperdiçar. Mas você também escolhe preservar. Você escolhe poupar... Economizar... Você escolhe ser generoso, ou não. Você escolhe ser solidário, ou não. Você escolhe ser ético, ou não. É você quem escolhe... Suas escolhas, de sua família, de seu bairro, de seu país... São elas, as seis bilhões de escolhas, que podem garantir, ou não, o nosso futuro. Tenha atitude”.



II. Responsabilidade Social

Como **contribuir** para o desenvolvimento sustentável através da promoção de atitudes **socialmente** responsáveis?

- **Participe** nas ações de voluntariado:

i. Da Ayra:

- Faça parte do grupo de voluntários do Núcleo de RSA e participe ativamente das atividades realizadas;
- Se inscreva e participe dos projetos assistencialistas e estratégicos da empresa sempre que for aberta essa oportunidade;

ii. Fora da Ayra:

- Seja voluntário e ajude diversas pessoas. Abaixo segue o **contato** algumas dessas instituições que podem e devem ser ajudadas:

a. **Campanha seja um voluntário**: No site você encontra informações sobre diversas instituições que existem e necessitam de voluntários. Site: www.voluntarios.com.br

b. **Rio Voluntário**: ONG sem fins lucrativos que promove a cultura do voluntariado. Site: www.riovoluntario.org.br

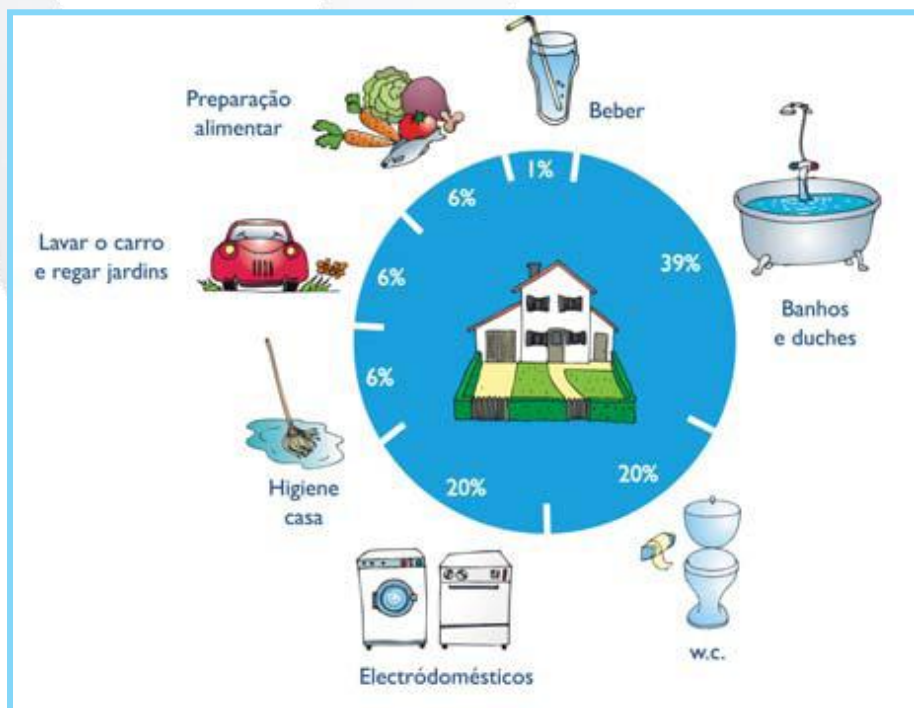
c. **Projeto Conexão**: Iniciativa que fomenta a produção de renda em comunidades carentes. Site:

- **Colabore** na dinamização de iniciativas que desenvolvam a interação entre os membros e o trabalho de equipe;
- **Dê sugestões** de forma a otimizar as atividades da empresa e a melhorar continuamente o nosso trabalho através do email: rs@ayraconsultoria.com;
- **Promova** a defesa dos direitos humanos;

III. Responsabilidade Ambiental

i. Economia de Água

A água é **essencial** à vida. Como poupar rios de água?



Estudos nos mostram que 39% da água que gastamos no nosso cotidiano ocorre durante duchas e banhos, 20% quando utilizamos vasos sanitários, 20% com eletrodomésticos, 6% para lavar carros, 6% para higiene da casa em geral, 6% na limpeza de alimentos e 1% para beber. Por isso, é essencial:

- **Ao tomar banho:** Fechar a torneira enquanto nos ensaboamos e demorar o mínimo de tempo possível;

- **Ao lavar a louça:** Limpar os restos de comida dos pratos e panelas com esponja ou garfo. Além disso, é importante ensaboar todos os utensílios antes de abrir a torneira para enxaguá-los.

Instalar torneiras com areador (aquela peneirinha na saída da água) para diminuir a vazão de água na cozinha, na área de serviço e nos banheiros.

- **Ao lavar o carro:** Utilizar balde ou regador para lavar o carro ao invés de mangueiras. Ao lavar o carro com mangueira, se gasta em média 560 litros, enquanto com o balde ou regador, cerca de 40 litros.

- **Ao lavar calçadas:** O ideal é lavar a calçada com vassouras e utilizar mangueira ou balde com detergente apenas para objetos grudentos ou com cheiro impregnado.

ii. Economia de Energia

Energia é dinheiro, não **desperdice!**

- Utilize lâmpadas **fluorescentes** de baixo consumo em toda a sua casa;

- Limpe o **filtro** do ar condicionado regularmente e mantenha o mesmo **regulado** para a temperatura ideal de trabalho;

- **Apague** as luzes quando já não precisar delas ou quando for sair do ambiente em que você estava;
- **Programa** o monitor do seu computador para o modo stand by e desligue sempre que não estiver utilizando;
- Quanto aos eletrodomésticos: Dê preferência aos que possuem o selo **PROCEL**, que é dado apenas aos produtos mais eficientes do setor e veja se:



- Está utilizando o chuveiro elétrico no modo desligado em dias quentes;
- Possui suas geladeiras e freezers longe pelo menos 15 cm da parede e evita deixar a porta aberta por tempo prolongado;
- Evita o uso de lâmpadas durante o dia, aproveitando ao máximo a luz do sol;
- Não dorme com a televisão ligada (uma opção é utilizar o timer)
- Utiliza a dosagem certa de sabão e coloca a capacidade máxima de roupas estipulada pelo fabricante;

iii. Coleta Seletiva e Reciclagem

Separe e deposite corretamente todos os resíduos, assim estará ajudando para poupar inúmeros **recursos naturais** e **prevenindo a poluição!**



- Privilegie a **reutilização** do papel. Utilize o verso de papéis já utilizados para documentos informais ou para usar como rascunho. Quando já não precisar mais do papel, coloque-o no coletor correto.
- Roupas usadas podem ser **doadas** para outras pessoas ou entidades carentes;
- Sempre que a cesta de papel estiver cheia **ligue** para o Papel Pinel buscé-la. Telefone: 2222-2222
- Brinquedos velhos, livros e jogos que você não quer mais podem ser **aproveitados** por outros; portanto, não os jogue fora

- O que **PODE** ser reciclado:

- a. Vidro: Garrafas, frascos de molhos e condimentos, potes de produtos alimentícios, frascos de remédios, perfumes e produtos de limpeza, cacos de qualquer uma das embalagens acima;
- b. Plástico: Potes (de todos os tipos), embalagens (de detergentes, xampu, água sanitária, etc.), tampas (de todos os tipos), sacos (de leite, de arroz, etc.)
- c. Metal: Latas, tampas (de refrigerantes, cerveja, conservas, etc.), arames, grampos, fios, pregos, marmitex, tubos de creme dental, alumínio, cobre e outros.
- d. Papel: Revistas, jornais, papéis, caixas de papelão (de todos os tipos).

- O que **NÃO PODE** ser reciclado:

- a. Vidro: Espelhos, vidros de janela e box de banheiro, vidros de automóveis, cristal, lâmpadas, formas e travessas de vidro temperado, ampolas de remédios
- b. Plástico: Celofane, embalagens longa vida, espuma, embalagens a vácuo, fraldas descartáveis
- c. Metal: Pilhas normais e alcalinas, filtros de ar para veículos e latas enferrujadas.
- d. Papel: Papel higiênico, guardanapos após com comida, copos siliconizados, papéis laminados, papéis plastificados (embrulho de biscoito), papel carbono.

- As cores da coleta seletivo de lixo são:

Vidro	Plástico	Metal	Papel
-------	----------	-------	-------

iv. No caminho de uma Ayra livre de carbono

- **Participe** do plantio de árvores:

A Ayra tem uma parceria com o **Horto** da UFRJ para plantar árvores ao final de cada projeto. E você, já plantou a sua?

Entre em contato com o Horto através de sua diretora Beatriz Emilião: dipa@pu.ufrj.br



v. Carona Solidária

- Além de contribuir para a diminuição do **trânsito**, você acaba evitando a **emissão de gases** na nossa atmosfera;
- Aproveite a carona dos membros que possuem carros. Veja o itinerário deles, dê uma ligadinha e marque um ponto de encontro, pronto, você já está contribuindo por um mundo melhor. Veja os trajetos e horários no link abaixo:

IV. Segurança

Não vire as costas à **segurança**, evite o **acidente!**

- **Cumpra** todas as regras de higiene e segurança estabelecidas pela Ayra;
- **Mantenha** o local de trabalho limpo, arrumado e desimpedido. Preste atenção ao local em que você vai colocar a sua mochila;
- **Comunique** sempre que detectar algum perigo/risco de acidente;
- Se for o último a sair, assegure-se de que os **aparelhos eletrônicos** estão devidamente **desligados**.

V. Considerações Finais

O Núcleo de Responsabilidade Socioambiental, da Ayra Consultoria, espera que esse documento possa suprir a lacuna de falta de informações sobre boas práticas sociais e ações ecologicamente corretas de seus diversos membros. O intuito principal é que **VOCÊ**, consultor, a partir de agora pratique essas atitudes e multiplique esse conhecimento entre seus familiares, amigos e para qualquer pessoa que você entre em contato. Pequenas ações geram resultado. Faça um mundo melhor para você e para os outros.

VI. Referências Bibliográficas

Sites sobre Responsabilidade Socioambiental:

- ✓ <http://www.responsabilidadesocial.com/>

Sites sobre Indicadores de Responsabilidade Socioambiental:

- ✓ Instituto Akatu - <http://www.akatu.org.br/>
- ✓ Instituto Ethos - <http://www1.ethos.org.br>
- ✓ Instituto Ibase - <http://www.ibase.br/>

ONG:

- ✓ WWF - <http://www.wwf.org.br/>
- ✓ Greenpeace - <http://www.greenpeace.org/brasil/>
- ✓ Conservation International - <http://www.conservation.org.br/>

Compêndio pela Sustentabilidade:

- ✓ <http://www.compendiosustentabilidade.com.br/2008/>

Manual de Etiqueta Sustentável

- ✓ <http://planetasustentavel.abril.com.br/manual/>

Simuladores de emissão de CO2:

- ✓ <http://www.iniciativaverde.org.br/pt/calculadora>