

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA SEE-FAB

# **Un medio ambiente sostenible en la Tierra para todos los seres**



En colaboración con



LISTA DE VERIFICACIÓN PARA SEE-FAB

## Un medio ambiente sostenible en la Tierra para todos los seres

---

Ginebra, Suiza. Febrero 2023

**Todos los derechos reservados © 2023**

SEfficiency

<https://sefficiency.org/>



Licencia Creative Commons  
Atribución-NoComercial-SinDerivadas

Esta licencia le permite descargar y compartir el trabajo, dando crédito a SEfficiency, pero no puede alterarlo de ninguna manera ni usarlo con fines comerciales.

© 2023 SEfficiency

### Exención de Responsabilidad

No se permite el uso de la información de este documento con fines publicitarios o publicitarios.

### Nota Importante

Este documento es solo para fines informativos. Nada de lo que se indica a continuación constituye asesoramiento técnico o de ingeniería. Siempre contrate a profesionales para asegurarse de que cualquier intervención sea apropiada para sus necesidades, condiciones y requisitos locales específicos.

### Agradecimientos

Nosotros (EBU) deseamos agradecer a Yeshin Norbu, Suecia, por su activa participación y comentarios. También queremos hacer extensivo nuestro agradecimiento a todos los centros que han compartido sus esfuerzos y ambiciones y especialmente a SEfficiency que siguen mostrando liderazgo en este tema.

Diseño de portada y editorial: Nayoung Lee

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA SEE-FAB

# Un medio ambiente sostenible en la Tierra para todos los seres



En colaboración con



# Acerca de esta lista de verificación

## ¿Qué objetivos pretende alcanzar esta lista de verificación?

Esta lista de verificación se desarrolla como parte del proyecto SEE-FAB (Medio Ambiente Sostenible en la Tierra para Todos los Seres) de la Unión Budista Europea (*European Buddhist Union, EBU*). Se trata de una herramienta destinada a ser utilizada por centros y organizaciones budistas que tienen como objetivo reducir su impacto ambiental. Su propósito es resaltar áreas importantes de consideración e inspirar soluciones rápidas y un cambio organizacional más amplio.

## ¿Cuáles son las principales áreas de consideración?

Esta lista de verificación cubre cinco áreas principales de consideración: **planificación para la sostenibilidad, uso de energía, uso de agua, uso de recursos y biodiversidad**. La lista tiene como objetivo destacar lo que se está haciendo en su centro y estimular ideas para posibles mejoras. A medida que continúen su viaje hacia la sostenibilidad, podrán ir tachando la lista poco a poco, realizando un seguimiento de sus logros.

# Formulario de información de la organización

**Nombre del responsable de esta auditoría SEE-FAB (\*)**

Nombre

Apellido

**Organización (\*)**

**Correo Electrónico**

**Fecha de Realización (DD/MM/AA) (\*)**

**Fecha de revisión (DD/MM/AA) dentro de un año (\*)**

---

Si tiene consultas o inquietudes, puede comunicarse con la EBU a través del siguiente correo electrónico:

[j.lyne@europeanbuddhistunion.org](mailto:j.lyne@europeanbuddhistunion.org)

Si el centro está tomando medidas que no se mencionan en esta guía, por favor compartalas con nosotros. De esta manera, podemos mejorar esta lista, permitiendo que los centros aprendan unos de otros.

# Contenido

## Continuidad

Planificación para la  
Sostenibilidad  
Comunicación

## Uso de los recursos

Estrategia y Política  
Abastecimiento y Desperdicio  
de alimentos  
Prácticas  
Compras

## Consumo de Energía

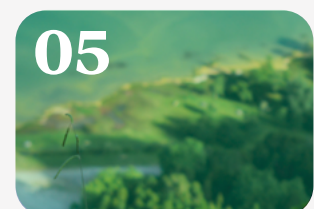
Estrategia y Política  
Aparatos  
Transporte  
Edificios  
Iluminación  
Calefacción, ventilación y  
refrigeración

## Biodiversidad

Estrategia y Política  
Vida Silvestre  
Plantas

## Uso del agua

Estrategia y Política  
Uso del Agua  
Mantenimiento



*Haga clic en el número de arriba para navegar  
directamente a cada sección.*



# Continuidad

La continuidad sostenible implica garantizar la viabilidad a largo plazo de las operaciones y prácticas. En esta sección se evalúa el compromiso de la organización con el mantenimiento y la mejora de sus actividades a lo largo del tiempo.

Abarca estrategias para la resiliencia organizacional, la gestión de riesgos y la adaptabilidad frente a las cambiantes condiciones ambientales, económicas y sociales.

# Planificación para la sostenibilidad

- Contamos con un plan, estrategia o documento de política de sostenibilidad.
- Contamos con una persona dedicada responsable de actualizar nuestro plan, estrategia o documento de política de sostenibilidad.
- Contamos con un equipo ecológico establecido que tiene la sostenibilidad como parte principal de su programa.
- Ofrecemos formación periódica para todo el personal y los voluntarios en materia de sostenibilidad.
- Patrocinamos formación y desarrollo adicionales para el personal y los voluntarios que quieran asumir más responsabilidad en la sostenibilidad del centro.
- Hemos hecho de la sostenibilidad una parte de nuestro informe anual.
- A la hora de planificar las obras de edificación y construcción, realizamos auditorías medioambientales y elegimos prácticas y materiales de

## Comunicación

- Contamos con un sistema para facilitar que las personas hagan sugerencias y se impliquen en la sostenibilidad en nuestro centro (p.ej. dirección de correo electrónico dedicada, reuniones periódicas, buzones de sugerencias).
- Compartimos nuestras buenas prácticas en las redes sociales y en nuestro sitio web.
- Compartimos nuestras buenas prácticas con otros centros.
- Utilizamos las redes sociales para educar a las personas sobre temas ambientales y cómo reducir el impacto ambiental en el hogar. Se incluyen consejos prácticos.



# Consumo de Energía

Abordar el uso de la energía es un aspecto crucial de la sostenibilidad.

Esta sección se centra en la evaluación de la eficiencia del consumo de energía y en la exploración de fuentes de energía renovables.

Al minimizar la dependencia de los recursos no renovables y optimizar la eficiencia energética, las organizaciones contribuyen a reducir su huella de carbono y a fomentar un futuro más sostenible.

## Estrategia y política

- Hacemos un seguimiento de la cantidad de electricidad, combustible, gas y calefacción urbana que utilizamos cada mes. Esto es más fácil de hacer mediante el uso de un sistema de medición inteligente.
- Obtenemos nuestra electricidad y gas de fuentes renovables.
- Alentamos a los miembros a reducir su consumo personal de energía.

## Aparatos

- Los refrigeradores y congeladores no se colocan junto a fuentes de calor.
- Los refrigeradores y congeladores vacíos se apagan cuando nadie va a estar en las instalaciones durante un período de tiempo más largo.
- Hemos etiquetado claramente los equipos, para que los visitantes y el personal sepan cómo activar las funciones de ahorro de energía o apagarlos.

## Transporte

- Promovemos el transporte público en nuestra web y en las redes sociales, así como en la comunicación con los visitantes del centro y en las invitaciones a retiros.
- Ofrecemos almacenamiento seguro de bicicletas para los visitantes, y tenemos una estación de bombeo de bicicletas o una bomba portátil en nuestro centro.
- Nuestros vehículos son eléctricos o híbridos.
- Contamos con un sistema para facilitar y fomentar el uso compartido de coches.
- Realizamos un seguimiento del consumo mensual de combustible de nuestros vehículos, registrando la distancia y la cantidad y el tipo de combustible y fomentar la conducción eficiente en el consumo de combustible.
- Ofrecemos opciones de trabajo en casa u horarios flexibles para que el personal y los voluntarios puedan evitar quedarse atascados en el tráfico.

- Reducimos la dependencia de los vuelos fomentando el uso del tren y, en la medida de lo posible, la celebración de eventos más cerca de los centros de transporte público.

## Edificios

- Hemos hecho todo lo posible para reducir o detener las corrientes de aire alrededor de ventanas, puertas, paredes exteriores y espacios en el techo.

## Iluminación

- Todas nuestras fuentes de luz son LED.
- Maximizamos el uso de la luz natural siempre que sea posible.
- Contamos con temporizadores de interruptores de luz en espacios como baños y otras zonas de poca circulación.
- No dejamos las luces encendidas dentro o fuera del centro cuando está desocupado.

## Calefacción, ventilación y refrigeración

- (Para centros que utilizan productos de madera como combustible) Siempre que sea posible, compramos pellets de producción local o madera hecha de residuos combustibles.
- El flujo de aire alrededor de los radiadores no está bloqueado por cajas o muebles.
- Avisos cerca de las unidades de aire acondicionado recuerdan a las personas que todas las puertas y ventanas externas deben estar cerradas cuando se usa el aire acondicionado, y que no debe funcionar al mismo tiempo que la calefacción.
- Dentro de lo posible, hemos instalado cortinas o persianas con aislante reflectante en las ventanas para aumentar o reducir la ganancia solar.



# Uso del Agua

La gestión responsable del agua es parte integral de la sostenibilidad.

Esta sección evalúa las prácticas de uso del agua de una organización, haciendo hincapié en la conservación, el reciclaje y el abastecimiento responsable. Los esfuerzos para reducir el consumo de agua y minimizar el impacto ambiental contribuyen a

la preservación de este recurso vital y el apoyo a los ecosistemas que dependen de sistemas hídricos saludables.

## Estrategia y política

- Tenemos objetivos para reducir el consumo de agua año tras año incorporados en nuestra política y estrategia.
- Medimos y controlamos el agua que utilizamos mensualmente, incluido el riego.
- La información sobre el uso del agua se comunica anualmente al personal, a los voluntarios y a los miembros.
- Calentamos el agua utilizando fuentes de energía sostenibles, como la solar o la geotérmica.
- Tenemos una política formal para comprar electrodomésticos que usen menos agua que los electrodomésticos tradicionales.
- Alentamos a los miembros a reducir su consumo personal de agua.

## Uso del agua

- Utilizamos accesorios de bajo flujo para inodoros, grifos, cabezales de ducha y urinarios.
- Hemos colocado letreros en fregaderos y fuentes de agua para alentar a las personas a ser conscientes del consumo de agua.
- Recogemos el agua de lluvia para regar las plantas de interior y los jardines de exterior.
- Hemos instalado un inodoro de compostaje, es decir, un inodoro sin agua, en nuestras instalaciones.
- Tenemos un sistema de aguas grises.

## Mantenimiento

- Revisamos las facturas de agua en busca de aumentos anormales e indicaciones de fugas.
- Comprobamos regularmente si hay fugas o goteos en los grifos e inodoros.
- Comprobamos si hay fugas en el sistema de riego una vez por temporada.

# Uso de los Recursos

Evaluar el uso de los recursos es esencial para las prácticas sostenibles.

En esta sección se examina cómo una organización adquiere, utiliza y desecha materiales y recursos. Al promover los principios de la economía circular, reducir los residuos y adoptar alternativas ecológicas, las empresas pueden minimizar su huella ambiental y contribuir al uso responsable de los recursos.



## Estrategia y política

- Tenemos objetivos para reducir el desperdicio año tras año incorporados en nuestra política y estrategia.
- Las iniciativas y los avances en materia de reducción de residuos se comunican anualmente a todo el personal, los voluntarios y los miembros.
- Alentamos a los miembros a reducir su consumo personal general.
- Alentamos a los miembros a reducir sus desechos personales.

## Abastecimiento y desperdicio de alimentos

- Todas las comidas y meriendas que se ofrecen en el centro son vegetarianas o veganas.
- Utilizamos ingredientes de comercio justo siempre que sea apropiado y posible.
- Los ingredientes y los alimentos que compramos son de origen local siempre que sea posible.
- Obtenemos todos los alimentos de proveedores y vendedores que son responsables con el medio ambiente.
- Separamos los residuos alimentarios.
- Hacemos un seguimiento de la cantidad de desperdicios de alimentos que producimos cada semana.
- Contamos con personal de cocina y voluntarios capacitados sobre cómo reducir el desperdicio de alimentos.
- Estamos asociados con un plan local de reducción de desperdicios de alimentos.
- Tenemos un programa de compostaje para producir suelo rico en nutrientes a partir de los desechos alimenticios.

## Prácticas

- Reciclamos los residuos en las estaciones de reciclaje con instrucciones claras sobre cómo separar los artículos.
- Hacemos un seguimiento de la cantidad de documentos que imprimimos y tenemos objetivos para reducirla.
- Imprimimos a doble cara siempre que sea posible.
- Utilizamos el correo electrónico y los documentos digitales, siempre que sea posible, para reducir el uso de papel.
- Animamos a los visitantes y al personal a reducir sus residuos con carteles junto al cubo de basura.

## Compras

- Tenemos una política de “no plástico de un solo uso”.
- No utilizamos productos desechables (por ejemplo, vasos de papel, cubiertos de plástico).
- Obtenemos productos localmente o de la fuente más cercana posible.
- No compramos ni utilizamos ambientadores químicos.
- Solo compramos o utilizamos productos de limpieza naturales.
- Compramos y utilizamos materiales reciclados para la construcción y las renovaciones, en la medida de lo posible.
- Compramos materiales, recursos y productos que son no-tóxicos, éticos y sostenibles siempre que sea posible.
- Planificamos las compras para reducir el número de viajes y entregas, haciendo pedidos en lotes los más grandes posibles y usando el menor número posible de proveedores.

# Biodiversidad

La biodiversidad es un indicador clave de la salud y la resiliencia de los ecosistemas.

En esta sección se evalúa el impacto de las actividades de una organización en las actividades locales y biodiversidad mundial.

Las prácticas sostenibles implican la protección y promoción de la biodiversidad a través de esfuerzos de conservación, el uso responsable de la tierra y medidas para evitar el agotamiento de los ecosistemas que sustentan una variedad de especies vegetales y animales. Dar prioridad a la biodiversidad contribuye a un medio ambiente equilibrado y próspero.

Esta sección es adecuada para centros que tienen sus propios terrenos o jardines.

## Estrategia y política

- Alentamos a los miembros, al personal y a los visitantes a pasar tiempo y practicar el budismo al aire libre.
- Alentamos a los miembros a cambiar su consumo personal a productos de origen vegetal de origen local.
- Alentamos a los miembros a buscar fuentes locales de alimentos y materiales.
- Por razones de salud y medioambientales no utilizamos incienso.

## Vida silvestre

- Contamos con un plan de manejo para nuestras tierras y jardines, que incluye su diseño, mantenimiento y fomento de la vida silvestre y la biodiversidad.
- No utilizamos productos químicos nocivos, como descongelantes, pesticidas o herbicidas, en nuestras tierras, incluidos jardines, caminos y senderos.

## Plantas

- Plantamos especies de plantas perennes.
- Plantamos especies que son amigables con los polinizadores y benefician a insectos como abejas, polillas y mariposas.
- Cultivamos frutas y verduras en nuestra tierra.
- Hemos investigado los beneficios de la asociación de cultivos y cómo podemos beneficiarnos de estos en nuestra propia práctica de jardinería.
- Solo utilizamos fertilizantes y pesticidas naturales, seguros y orgánicos.
- Gestionamos nuestro paisaje y jardines según las necesidades de nuestras instalaciones. Por ejemplo, plantar árboles cerca de las ventanas para dar sombra y refrescar las instalaciones, o podar los árboles que impidan el paso de la luz solar.

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA SEE-FAB

## **Un medio ambiente sostenible en la Tierra para todos los seres**

La lista de verificación forma parte del proyecto SEE-FAB de la Unión Budista Europea, diseñado para que los centros y organizaciones budistas minimicen su impacto ambiental. Abarca cinco áreas clave: **planificación de la sostenibilidad, consumo de energía, uso del agua, uso de los recursos y biodiversidad.**

Esta lista de verificación sirve como guía para evaluar las prácticas actuales, inspirar mejoras y realizar un seguimiento del progreso a lo largo del tiempo. Fomenta la implementación gradual de medidas sostenibles para mejorar la administración ambiental dentro de las comunidades budistas.