



Care the Bear Act NOW!!

ลด-ละ-ริยฺสกระดาษในออฟฟิศให้คุ้มค่า ช่วยลดปัญหาโลกร้อน!



เมื่อพูดถึงเรื่องการจัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ในสำนักงานของทุกองค์กร พี่หมีเชื่อว่า ‘กระดาษ’ นั้นเป็นทรัพยากรสำคัญที่มีการใช้จ่ายเป็นลำดับต้น ๆ ขององค์กร และในขณะเดียวกันก็เป็นสิ่งที่ถูกปล่อยใช้ไปอย่างไม่รอบคอบจนทำให้สิ้นเปลืองไปเช่นกัน

จากสถิติพบว่าคนไทยใช้กระดาษเฉลี่ยคนละประมาณ 60 กิโลกรัม/ปี เลยทีเดียว ซึ่งการที่จะผลิตกระดาษ 1 ตัน นั้นต้องใช้ต้นไม้ถึง 17 ต้น! อีกทั้งยังมีก๊าซเรือนกระจกที่ถูกปล่อยออกมาจากกระบวนการผลิต การใช้ทรัพยากรน้ำและไฟในการผลิตและฟอกกระดาษอีกด้วย

หากต้นไม้ถูกโค่นมาใช้ประโยชน์เรื่อย ๆ ก็จะทำให้เราสูญเสียตัวช่วยสำคัญที่สามารถดูดซับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ได้เฉลี่ยถึง 25 กิโลกรัม CO₂ ต่อปี นี่จึงเป็นเรื่องสำคัญที่คุณและชาวออฟฟิศสามารถชวนกันมาลงมือทำเพื่อช่วยเปลี่ยนแปลงโลกนี้ได้ ไม่ว่าจะเป็นตั้งแต่ต้นทางการเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ที่เหมาะสม เช่น การหันมาใช้กระดาษประเภทรีไซเคิลและกระดาษที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม การปรับเปลี่ยนมาใช้ระบบดิจิทัล

ให้มากยิ่งขึ้น และการส่งต่อกระดาษเหลือไปรีไซเคิลเพื่อลดปริมาณการผลิตในอนาคตกัน ลองมาดูกันดีกว่าข้อไหนใช่ ข้อไหนชอบก็ลองหยิบไปปรับใช้ให้ออฟฟิศของเราเป็นออฟฟิศไร้กระดาษกันเถอะ!



จัดซื้อให้พอดี เลือกวัสดุให้เหมาะสม

หลายคนมักจะคุ้นเคยกันดีว่ากระดาษนั้นมาจากการโค่นต้นไม้และนำเยื่อมาผลิตเป็นกระดาษ นั่นแปลว่ายิ่งในปัจจุบันมีกำลังซื้อกระดาษมากเท่าไร ก็ยิ่งต้องมีการตัดต้นไม้เพื่อมาทำเป็นสินค้ากระดาษ ตอบโจทย์ตลาดมากเท่านั้น

#เลือกกระบวนการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ในปัจจุบันเทคโนโลยีมีความก้าวหน้าขึ้นมาก มีหลายวิธีทางเลือกที่ช่วยให้เราประหยัดทรัพยากรไปได้ โดยเฉพาะขั้นตอนการทำงานในสำนักงานของเรา นับตั้งแต่ต้นกระบวนการการเลือกใช้ฟอนต์ ตัวอย่างเช่น การใช้ฟอนต์ 'Thai Eco font' ที่มีลักษณะคล้าย TH Sarabun ฟอนต์ที่หลายองค์กรใช้งานเป็นหลัก แต่ที่น่าสนใจกว่านั้นคือ เจ้า 'Thai Eco font' ที่วิจัยและพัฒนา

โดยคนไทยนี้ช่วยประหยัดหมึกพิมพ์ไปได้กว่า 30% จากลักษณะตัวพอนท์ที่บางขึ้นนั่นเอง นอกจากนี้ก็รวมถึงขั้นตอนการจัดหน้าเอกสารให้พอดี ตรวจสอบความถูกต้องก่อนสั่งพิมพ์ เพื่อไม่ต้องใช้พื้นที่เปลืองหลายหน้า และเปลืองเวลาการทำงานของเราด้วย

#การเลือกใช้กระดาษ กระดาษแต่ละประเภทนั้นย่อมผลิตมาจากวัสดุที่ต่างกันและมีราคาที่ไม่เท่ากัน นี่จึงเป็นเหตุผลที่เราควรเลือกใช้กระดาษให้เหมาะกับลักษณะงานเพื่อประหยัดทรัพยากรธรรมชาติและประหยัดเงินในกระเป๋าของเรา โดยเฉพาะกระดาษถ่ายเอกสาร โดยทั่วไปหากใช้แบบคุณภาพดีปกติก็จะทำมาจากเยื่อกระดาษใหม่ซึ่งมีคุณภาพดีและเรียบลื่น แต่สำหรับการถ่ายเอกสารในสำนักงานที่ไม่ได้เข้มงวดในเรื่องชนิดของกระดาษ พี่หมึกก็ขอแนะนำกระดาษที่ดีต่อสิ่งแวดล้อมมาให้เพื่อน ๆ ชาวออฟฟิศได้ลองไปปรับใช้กัน!

ไม่ว่าจะเป็น **#กระดาษถ่ายเอกสารรีไซเคิล** ที่นำเศษกระดาษที่ผ่านการใช้งานแล้วมาเข้ากระบวนการดูหมึกออกแล้วรีไซเคิลออกมาเป็นกระดาษที่ใช้ได้ใหม่เช่นกัน แต่ในเรื่องของคุณภาพอาจต่ำกว่ากระดาษชนิดอื่น ๆ มีจุดต่างทำให้เห็นบ้าง หรือ **#กระดาษแบบเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม** ที่ผลิตจากเยื่อกระดาษใหม่ผสมกับเยื่อใยธรรมชาติ (Eco Fiber) อันมาจากผลผลิตทางการเกษตรเหลือค้าง เช่น ชานอ้อย ฟางข้าว ซึ่งกระดาษที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมเช่นนี้เนี่ย ช่วยลดการตัดต้นไม้ลงไปได้ถึง 30% เลยทีเดียวเชียว! เพราะฉะนั้นแล้ว เวลาไปเลือกซื้อกระดาษก็อย่าลืมเช็คว่ากระดาษที่มีเครื่องหมายรับรอง 'ฉลากเขียว' กันด้วยนะ โดยเครื่องมือนี้จะเป็นตัวยืนยันว่าผลิตภัณฑ์เหล่านี้ได้รับการตรวจสอบแล้วว่าเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่กระบวนการผลิต การขนส่ง การใช้งาน จนกระทั่งการกำจัดเมื่อผลิตภัณฑ์หมดอายุแน่นอน



ปรับสู่ระบบดิจิทัล แทนกระดาษ

มาทำให้ออฟฟิศของเรากลายเป็น Paperless Office กันเถอะ แต่ แต่ พี่หมีเข้าใจว่าจะให้เลิกใช้กระดาษจนเป็น 0% และเปลี่ยนเป็นระบบดิจิทัลทั้งหมดนั้นคงเป็นเรื่องยาก เพราะในปัจจุบันยังคงต้องมีการติดต่อกับหน่วยงานภายนอก หน่วยงานราชการ ฯลฯ ที่อาจมีวัฒนธรรมองค์กรที่ไม่เหมือนกันและยังจำเป็นจะต้องใช้กระดาษอยู่ ดังนั้นแล้ว มาเริ่มจากภายในองค์กรของเรากันก่อนเถอะ!

#ฐานข้อมูลดิจิทัล ไม่ว่าจะเป็นเอกสารสำคัญ บันทึกการประชุม หรือเอกสารด้านการเงินต่าง ๆ ก็ควรจะต้องจัดทำเอกสารเป็นสำเนาบนฐานข้อมูลดิจิทัลเอาไว้เพื่อเรียกใช้ในอนาคตได้ เพราะบางครั้งการเรียกดูเอกสารอาจเป็นเพื่อประกอบการพูดคุย ตรวจสอบเล็กน้อยเท่านั้น ถ้าหากเราต้องพิมพ์เอกสารออกมาเพื่อใช้งานเพียงชั่วคราวก็จะถือเป็นการเปลืองทั้งกระดาษและหมึกพิมพ์ไปในตัวด้วย และที่สำคัญ การเปลี่ยนมาใช้ฐานข้อมูลดิจิทัลนั้นยังช่วยในเรื่องการจัดการที่ง่ายขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการเรียกดูไฟล์พร้อมกัน การจัดการโฟลเดอร์ การจัดเรียงเอกสาร ฯลฯ ที่ช่วยประหยัดแรงในการจัดการเอกสารไปได้เยอะ และสามารถทำงานพร้อมกันหลายคนได้สะดวก หมดขึ้นตอนยุ่งยากไปเลย รวมถึงยังช่วยประหยัดพื้นที่ในการจัดเก็บแฟ้มเอกสารในออฟฟิศของเพื่อน ๆ อีกด้วย

#ประสานงานออนไลน์ ในปัจจุบันนี้มีแพลตฟอร์มการทำงานบนโลกดิจิทัลมากมายที่ให้เราสามารถประสานงานกันได้ในช่วง Work From Home อีกทั้งยังถือเป็นการปรับตัวเข้ากับยุคดิจิทัล 4.0 ที่จากเดิมเคยสื่อสารกันผ่านเอกสารหรือจดหมายก็สามารถหันมาใช้ในการส่งเอกสารผ่าน E-mail ได้อย่างรวดเร็ว รวมถึงการประชุมที่ปรับเปลี่ยนมาประชุมกันบนแพลตฟอร์มออนไลน์ได้ ดังนั้น เรื่องของการจดบันทึกเล็ก ๆ น้อย ๆ สรุปการประชุม และข้อคิดเห็นก็สามารถเปลี่ยนมาบันทึกบนแลปท็อปของเราได้เพื่อไม่ให้เสียปริมาณการใช้กระดาษเพิ่ม รวมถึงการหันมาประสานงานบนช่องทางดิจิทัลกัน ในปัจจุบันมีหลายแพลตฟอร์มที่รองรับระบบการทำงานอย่างครบครัน เช่น G-suite ระบบการทำงานจาก Google บนระบบคลาวด์ที่ช่วยทั้งเรื่องระบบจัดเก็บข้อมูล การนัดหมาย การประชุม การทำงานเอกสาร ที่จบครบในระบบเดียว ไม่ต้องสิ้นเปลืองกระดาษในการพิมพ์ประสานงานอีกด้วย



ใช้ให้คุ้มค่า รีไซเคิลและส่งต่อ

เพื่อน ๆ หลายคนอาจจะคิดว่าใช้ผิด ใช้เสียแล้วทิ้งทิ้งที่ถังขยะไม่เอะอะหรอก แต่เมื่อลองมองในภาพใหญ่แล้ว พบว่าคนไทยใช้กระดาษเฉลี่ยปีละ 3.9 ล้านตัน หรือ คนละประมาณ 60 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งการที่จะผลิตกระดาษ 1 ตัน นั้นต้องใช้ต้นไม้ถึง 17 ตันเลยทีเดียว! ดังนั้นการใช้ให้คุ้มค่าหลายครั้ง จึงเป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมที่ช่วยลดการใช้กระดาษใหม่ ๆ ได้

#รีไซเคิลไป สิ่งหนึ่งที่เราลืมไม่ได้เลยคือการใช้ทุกทรัพยากรให้คุ้มค่าที่สุด! สำหรับกระดาษจัดทำเอกสารทั่วไปเราสามารถนำมาทำเป็นกระดาษ Reuse เพื่อใช้ซ้ำด้านหน้า-หลังได้ แต่ทั้งนี้ก็อย่าลืมคำนึงการใช้ให้ถูกประเภทด้วยนะ! เพราะกระดาษรีไซเคิลบางส่วนอาจเป็นกระดาษที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับด้านการเงินหรือเรื่องภายในองค์กรซึ่งไม่ควรนำกลับมาใช้ หรือหากนำกลับมาใช้ในองค์กร ก็อาจใช้สำหรับจดทั่วไปที่ไม่ได้ใช้เชิงทางการเท่านั้น

#ส่งต่อกระดาษไปใช้ประโยชน์ กระดาษอีกหนึ่งประเภทที่พวกเราชาวออฟฟิศมักจะได้รับก็คือ ‘ปฏิทิน’ ที่ได้รับกันเกือบทุกปีจากหลากหลายองค์กรเพื่อเป็นของขวัญเทศกาลปีใหม่ แต่จะทำยังไงล่ะเมื่อ 1 ปีมีครั้งเดียว ปฏิทินก็จะใช้ได้แค่ปีนั้นปีเดียวเท่านั้น พี่หมึกก็แนะนำว่าเราอาจส่งต่อกระดาษจากปฏิทินปีเก่าเหล่านี้ไปทำเป็น ‘สื่ออักษรเบรลล์’ สำหรับ “ผู้พิการทางสายตา” ได้ ซึ่งมูลนิธิช่วยคนตาบอดแห่งประเทศไทยฯ ก็มีการเปิดรับบริจาคอยู่เรื่อย ๆ เพื่อน ๆ สามารถส่งปฏิทินไม่ใช้แล้วให้เกิดประโยชน์ได้ที มูลนิธิช่วยคนตาบอดแห่งประเทศไทยฯ ในพระบรมราชินูปถัมภ์ 420 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 แต่เขารับเฉพาะปฏิทินตั้งโต๊ะแบบกระดาษแข็งเท่านั้นนะ เพื่อน ๆ สามารถส่งต่อเพื่อให้เขาเอาไปใช้ประโยชน์ต่อได้เลย ดังนั้นแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการรีไซเคิลกระดาษ การลดการใช้ให้น้อยลง หรือส่งต่อกระดาษไปรีไซเคิลนั้นก็สามารถช่วยสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นได้เหมือนกัน ในทุกการรีไซเคิลกระดาษ 1 ตัน จะสามารถประหยัดพลังงานในการผลิตไปได้กว่า 4,000 กิโลวัตต์ หรือ 64% ของการผลิต และประหยัดน้ำไปกว่า 7,000 แกลลอน หรือคิดเป็น 58% รวมถึงช่วยการปล่อยก๊าซเรือนกระจกไปได้ 4.3 ตันคาร์บอนไดออกไซด์เทียบเท่า และใช้ต้นทุนน้อยกว่า 50 - 80% เลยทีเดียว ที่สำคัญนั่นถือเป็นการรักษาแหล่งดูดซับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ได้เฉลี่ย 25 กิโลกรัม CO2 ต่อปี เพราะทุก ๆ การใช้กระดาษที่น้อยลง 1 ตัน จะสามารถประหยัดการใช้ต้นไม้ไปได้ถึง 17 ตัน ในชีวิตประจำวันของเรานั้นมีหลายพฤติกรรมที่เราสามารถมาช่วยกันลดการใช้ทรัพยากรได้ เพราะหากต้นไม้ถูกตัดไปตอบสนองความต้องการใช้กระดาษมากเท่าไร ตัวช่วยในการดูดซับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ที่มนุษย์ก่อก็จะยิ่งน้อยลงเท่านั้น นี่จึงเป็นเรื่องของทุกคนที่สามารถลงมือทำได้ตั้งแต่วันนี้ เริ่มที่ตัวเราและองค์กรของเราไปกับ Care The Bear Change The Climate Change

อ้างอิง

<https://climatecare.setsocialimpact.com/carethebear/article/detail/39>

