



## มาตรการประหยัดน้ำ วิทยาลัยการศึกษามหาวิทยาลัยพะเยา

1. รณรงค์ ประชาสัมพันธ์ และสร้างจิตสำนึกในการประหยัดน้ำ
2. ปิดวาล์วน้ำหรืออุปกรณ์การใช้น้ำทุกชนิดให้สนิทหลังการใช้งานทุกครั้ง
3. สำรอง/ตรวจสอบอุปกรณ์การใช้น้ำให้อยู่ในสภาพดี ปราศจากการรั่วไหลอย่างสม่ำเสมอ
4. ใช้สบู่เหลวแทนสบู่ก้อนในการล้างมือ เพื่อลดระยะเวลาการล้าง และไม่ปล่อยน้ำไหลตลอดเวลา
5. ใช้แก้วส่วนตัวในการดื่มน้ำแทนการใช้ขวดพลาสติก
6. นำน้ำดื่มที่เหลือไปรดน้ำต้นไม้ ตามความเหมาะสม
7. ล้างถ้วยชามในภาชนะที่รองน้ำไว้ เพื่อประหยัดน้ำ
8. ไม่ทิ้งเศษอาหาร กระดาษ สารเคมีทุกชนิด ลงในชักโครกเพราะจะทำให้สูญเสียน้ำในปริมาณมาก เพื่อทำความสะอาด
9. ใช้ฝักบัวหรือสปริงเกอร์รดน้ำต้นไม้แทนการใช้น้ำสายยาง และกำหนดช่วงเวลารดน้ำตั้งแต่ 06.00 – 08.00 น.
10. นำหลัก 3R คือ ลดการใช้น้ำ (Reduce) การใช้ซ้ำ (Reuse) และการนำกลับมาใช้ใหม่ (Recycle) มาปรับใช้ตามความเหมาะสม

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก

คณบดีวิทยาลัยการศึกษา





## มาตรการประหยัดไฟฟ้า วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา

1. รณรงค์ ประชาสัมพันธ์ และสร้างจิตสำนึกในการประหยัดไฟฟ้า
2. ปิดอุปกรณ์ไฟฟ้าหลังการใช้งาน และถอดปลั๊กออกทุกครั้ง
3. กำหนดช่วงเวลาเปิดเครื่องปรับอากาศ เวลา 09.00 – 12.00 น. และช่วงเวลา 13.00–16.00 น.
4. กำหนดช่วงเวลาเปิดกระติกน้ำร้อน เวลา 10.00 – 10.30 น. และช่วงเวลา 14.00–14.30 น.
5. ปิดพัดลมระบายอากาศขณะใช้เครื่องปรับอากาศ
6. เปิดม่านบังแสง แทนการเปิดไฟ หรือ เปิดหน้าต่างแทนการเปิดเครื่องปรับอากาศ เพื่อลดการใช้ไฟฟ้า
7. ปิดไฟในเวลาพักเที่ยง
8. ตั้งตู้เย็นห่างจากฝาผนังอย่างน้อย 15 เซนติเมตร เพื่อระบายความร้อน
9. ตรวจสอบ และนำของที่คาดว่าจะเสียออกจากตู้เย็น สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
10. จัดเครื่องใช้ไฟฟ้าที่สามารถวางในจุดที่ใช้งานร่วมกันได้ไว้ด้วยกัน เช่น ไมโครเวฟ กระติกน้ำร้อน ฯลฯ และถอดปลั๊กออกทุกครั้งหลังการใช้งาน
11. ปิดจอคอมพิวเตอร์ในเวลาพักเที่ยง หรือตั้งค่าการปิดจออัตโนมัติเมื่อไม่ใช้งานเกิน 15 นาที และถอดปลั๊กออกหลังจากปิดเครื่องคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์ต่อพ่วงทุกครั้ง
12. ล้างเครื่องปรับอากาศและทำความสะอาดแผ่นกรองอากาศปีละ 2 ครั้ง เพื่อลดการใช้พลังงานไฟฟ้า
13. การปรับเปลี่ยนอุปกรณ์ไฟฟ้าที่ชำรุด ต้องใช้อุปกรณ์ที่ประหยัดพลังงานเท่านั้น

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก

คณบดีวิทยาลัยการศึกษา





## มาตรการประหยัดน้ำมันเชื้อเพลิง วิทยาลัยการศึกษ มหาวิทยาลัยพะเยา

1. ประชาสัมพันธ์เผยแพร่ความรู้ และสร้างจิตสำนึกในการประหยัดน้ำมันเชื้อเพลิง ให้กับบุคคลทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานทราบ และถือปฏิบัติในการใช้รถตู้วิทยาลัยการศึกษ และยานพาหนะส่วนบุคคล
2. ให้ใช้บริการรถบัสของมหาวิทยาลัย หรือใช้จักรยาน หรือใช้การเดินเท้าในกรณีที่ระยะทางไม่ไกลมากนัก แทนการใช้ยานพาหนะส่วนบุคคล สำหรับการติดต่อประสานงานภายในมหาวิทยาลัย
3. ลดการใช้พาหนะส่วนตัว หากเดินทางไปทางเดียวกันหรือเวลาใกล้เคียงกันควรใช้พาหนะร่วมกัน และกำหนดเส้นทางและวางแผนการเดินทางทุกครั้งก่อนออกเดินทาง
4. ดูแลเครื่องยนต์ให้อยู่ในสภาพที่ดี โดยดูแลตรวจเช็คระบบต่าง ๆ ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน
5. การดูแลรถตู้วิทยาลัยการศึกษ ตามกำหนดวิธีการที่ระบุไว้ในคู่มือประจำรถ
6. มอบหมายการปฏิบัติงานในการใช้รถยนต์ตู้วิทยาลัยการศึกษโดยผ่านระบบจองรถยนต์ตู้ออนไลน์

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก  
คณบดีวิทยาลัยการศึกษ





## มาตรการประหยัดกระดาษ

### วิทยาลัยการศึกษ มหาวิทยาลัยพะเยา

1. ประชาสัมพันธ์เผยแพร่ความรู้ และสร้างจิตสำนึกในการใช้กระดาษอย่างประหยัด ให้กับบุคคลทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานทราบ และถือปฏิบัติในการใช้กระดาษอย่างประหยัด
2. ตรวจสอบความถูกต้องของเอกสาร และแก้ไขบนจอคอมพิวเตอร์ให้เรียบร้อยก่อนทำการพิมพ์เอกสารทุกครั้ง
3. เลือกชนิดและขนาดของกระดาษ รวมถึงรูปแบบตัวอักษร ขนาดอักษร และช่องว่างให้เหมาะสม
4. ปฏิบัติงานเอกสารผ่านระบบสารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์ (ระบบบริหารจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา (UP DMS)) หรือสื่อช่องทางออนไลน์ในการรับส่งแทนการใช้กระดาษ
5. แยกกระดาษที่ใช้แล้วเพียงหนึ่งหน้า และกระดาษที่ใช้แล้วสองหน้าอย่างเป็นระเบียบและง่ายต่อการบริหารจัดการ
6. กระดาษที่ใช้ไปแล้วเพียงหนึ่งหน้า ให้นำกลับมาใช้ซ้ำตามความเหมาะสม
7. กระดาษที่ใช้แล้วสองหน้า ให้แยกกระดาษขาว และกระดาษสี ออกจากกันก่อนนำเข้าเครื่องย่อยกระดาษเพื่อสะดวกในการจำหน่ายหรือนำไปใช้ประโยชน์อื่น ๆ ต่อไป
8. จัดเก็บเอกสารในรูปแบบไฟล์อิเล็กทรอนิกส์

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก

คณบดีวิทยาลัยการศึกษ





## มาตรการการใช้อุปกรณ์สำนักงานและหมึกพิมพ์ วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา

1. ประชาสัมพันธ์เผยแพร่ความรู้ และสร้างจิตสำนึกในการใช้อุปกรณ์สำนักงานและหมึกพิมพ์อย่างประหยัดให้กับบุคคลทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานทราบ และถือปฏิบัติเป็นแนวทางเดียวกัน
2. จัดพื้นที่ในการใช้งานอุปกรณ์สำนักงานรวมกัน เช่น เครื่องเย็บกระดาษ กรรไกร กาว ตรายาง เป็นต้น
3. จัดให้มีเครื่องพิมพ์ส่วนกลางเพื่อการส่งพิมพ์งานรวมกันได้ โดยผ่านระบบโครงข่ายภายในสำนักงาน
4. ตั้งค่าความเข้มของหมึกพิมพ์ให้อยู่ในรูปแบบประหยัด (Eco mode) กรณี งานพิมพ์ที่ใช้ความละเอียดน้อยหรืองานพิมพ์แบบร่างเพื่อการตรวจทาน
5. เลือกใช้อุปกรณ์สำนักงานและหมึกพิมพ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
6. มีระบบสารสนเทศในการเบิก-จ่ายวัสดุสำนักงาน (ระบบ IMS) เพื่อควบคุมการใช่วัสดุสำนักงาน
7. ปฏิบัติงานเอกสารผ่านระบบสารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์ (ระบบบริหารจัดการ มหาวิทยาลัยพะเยา (UP DMS เพื่อลดการใช้กระดาษและหมึกพิมพ์

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก  
คณบดีวิทยาลัยการศึกษา





## มาตรการดำเนินการจัดประชุมและการจัดนิทรรศการ วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา

1. ประชาสัมพันธ์เผยแพร่มาตรการจัดการประชุมและการจัดนิทรรศการ ให้กับบุคลากรภายในหน่วยงานทราบ
2. ให้ผู้ดำเนินการจัดประชุมเลือกขนาดห้องประชุมให้เหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าร่วมประชุม และกำหนดวาระการประชุมให้กระชับ และใช้เวลาให้น้อยที่สุด
3. ให้ผู้ดำเนินการจัดประชุมนำเสนอเอกสารประกอบการประชุมผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์ กรณีมีความจำเป็นต้องใช้กระดาษ ให้พิจารณาเลือกใช้กระดาษที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม หรือเลือกใช้กระดาษรีไซเคิลก่อน
4. ให้จัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ต่าง ๆ การเปิดไฟและเปิดเครื่องปรับอากาศก่อนดำเนินการประชุม 15 นาที โดยใช้อุณหภูมิที่ 25 องศาเซลเซียส
5. กรณีมีการเสิร์ฟอาหารว่าง ให้พิจารณาเลือกวัสดุห่อหุ้มที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม หรือวัสดุที่นำกลับมาใช้ซ้ำได้
6. หลังจากใช้งานห้องประชุม ให้ปิดไฟและเครื่องปรับอากาศ รวมถึงถอดปลั๊กอุปกรณ์ต่อพ่วงทุกชนิดให้เรียบร้อย และจัดเก็บขยะ (ถ้ามี) ทิ้งลงถังขยะที่กำหนดไว้ให้ตรงตามประเภทขยะ
7. หากมีความจำเป็นต้องดำเนินการประชุมนอกสถานที่ ให้เลือกสถานที่ ที่ได้รับการรับรองการบริการที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม หรือหากสถานที่นั้นได้รับการรับรองฯ ให้ผู้ดำเนินการจัดประชุมทำข้อตกลงภายใต้เงื่อนไขการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
8. การจัดนิทรรศการ ให้ดำเนินการในรูปแบบนิทรรศการภายใต้เงื่อนไขด้านการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และเลือกใช้วัสดุ อุปกรณ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
9. ให้ผู้ดำเนินการจัดประชุมและการจัดนิทรรศการ ของวิทยาลัยการศึกษา ถูปฏิบัติตามมาตรการข้างต้นและเป็นไปในทิศทางเดียวกันตามความเหมาะสม

ประกาศ ณ วันที่ 25 มกราคม 2564

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัตน์  
คณบดีวิทยาลัยการศึกษา

