

10 เทคนิคลดคาร์บอนต้นทุนต่ำ

วิธีที่ธุรกิจขนาดเล็ก
ทั่วโลกใช้แล้ว

SUCCESS



เทคนิค
1

ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าภายในองค์กร

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ประหยัดค่าไฟเฉลี่ยโดยรวมของทั้งออฟฟิศ
- ✓ อุปกรณ์ที่เสียบปลั๊กค้างไว้ กินไฟมากกว่าค่าเฉลี่ยการใช้ไฟฟ้าทั้งออฟฟิศ

(ที่มา: Sustainable Facilities Tool)



วิธีทำ

- ✓ ตั้งอุณหภูมิแอร์ให้เหมาะสม (25-26c)
- ✓ ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าเมื่อไม่ใช้งาน
- ✓ ถอดปลั๊ก/ปิดสวิตช์ นอกเวลางาน
- ✓ ใช้แสงธรรมชาติในเวลากลางวัน



ต้นทุน: ฟรี

ระยะเวลาเห็นผล: ทันที

เหมาะสำหรับ:
ทุกประเภทธุรกิจ



เทคนิค 2

ลดหรือวางแผนการเดินทาง ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดคาร์บอนได้ แคลดและวางแผนการเดินทาง

(ที่มา: smeclimatehub.org)



วิธีทำ

- ✓ จัดการประชุมออนไลน์ แทนการเดินทาง
- ✓ สนับสนุนพนักงานให้เดินทางร่วมกัน (Carpool) หรือใช้ขนส่งสาธารณะ
- ✓ วางแผนเส้นทางขนส่งให้เหมาะสม สำหรับธุรกิจที่ต้องใช้รถขนส่ง
- ✓ กำหนดวันทำงานแบบ Remote ทั้ง Work from home หรือ Work from anywhere



ต้นทุน: ต่ำ

ระยะเวลาเห็นผล:
1-3 เดือน

เหมาะสำหรับ:
ทุกประเภทธุรกิจ



เทคนิค 3

ปรับปรุงการจัดการขยะ และวัสดุเหลือใช้ภายในออฟฟิศ

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ รีไซเคิลกระดาษสำนักงาน 1 ตัน
ช่วยลดการปล่อย CO₂ ได้ 4.3 ตัน เมื่อเทียบกับการผลิตกระดาษใหม่
(ที่มา stopwaste.org)



วิธีทำ

- ✓ กระตุ้นให้พนักงานใช้เอกสารดิจิทัล
- ✓ จัดให้มีถังแยกขยะรีไซเคิล ในออฟฟิศอย่างชัดเจน
- ✓ รณรงค์ให้พนักงานใช้แก้ว หรือขวดน้ำส่วนตัว ลดการใช้ครั้งเดียวทิ้ง
- ✓ ตั้งเป้า “Paperless Office” ลดการพิมพ์เอกสาร



ต้นทุน: ฟรี

ระยะเวลาเห็นผล: ทันที

เหมาะสำหรับ:
ทุกประเภทธุรกิจ



เทคนิค 4

ปรับปรุงบรรจุภัณฑ์ ให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดต้นทุนบรรจุภัณฑ์
(ที่มา stopwaste.org)
- ✓ สร้างภาพลักษณ์แบรนด์ยั่งยืน



วิธีทำ

- ✓ ปรับมาใช้บรรจุภัณฑ์ที่ยั่งยืน เช่น บรรจุภัณฑ์กระดาษหรือพลาสติกที่ย่อยสลายได้ เป็นต้น
- ✓ ลดวัสดุส่วนเกินของบรรจุภัณฑ์ที่ไม่จำเป็นลง เช่น ลดการห่อซ้อนหลายชั้น
- ✓ ออกแบบบรรจุภัณฑ์ให้ใช้ซ้ำได้
- ✓ ร่วมมือกับลูกค้าในการรีไซเคิลบรรจุภัณฑ์

ต้นทุน:

กลาง (5,000-50,000 บาท)

ระยะเวลาเห็นผล: 3-6 เดือน

เหมาะสำหรับ:

ธุรกิจสินค้าอุตสาหกรรม
ธุรกิจค้าปลีก E-Commerce



เทคนิค 5

ติดตั้งอุปกรณ์ ประหยัดน้ำในองค์กร

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดสัดส่วนการใช้น้ำได้ แต่ขึ้นอยู่กับอุปกรณ์ที่เลือกใช้
- ✓ ช่วยประหยัดค่าน้ำประปาต่อเดือน (ที่มา epa.gov)



วิธีทำ

- ✓ เปลี่ยนสุขภัณฑ์รุ่นเก่าเป็นรุ่นที่ได้มาตรฐานการประหยัดน้ำ
- ✓ หมั่นดูแลตรวจหาจุดที่น้ำรั่วซึมในองค์กรและซ่อมบำรุงเป็นระยะ
- ✓ ติดตั้งหัวก๊อกน้ำและฝักบัวแบบลดปริมาณน้ำไหล (Low-flow)
- ✓ รณรงค์ให้พนักงานดูแลเรื่องการใช้น้ำ ปิดน้ำให้สนิทหลังใช้งาน

ต้นทุน: กลาง (สูงกัณฑ์ 5,000-30,000 บาท)

ระยะเวลาเห็นผล:
6 เดือน - 1 ปี

เหมาะสำหรับ:
ออฟฟิศ/สำนักงาน
ธุรกิจบริการ

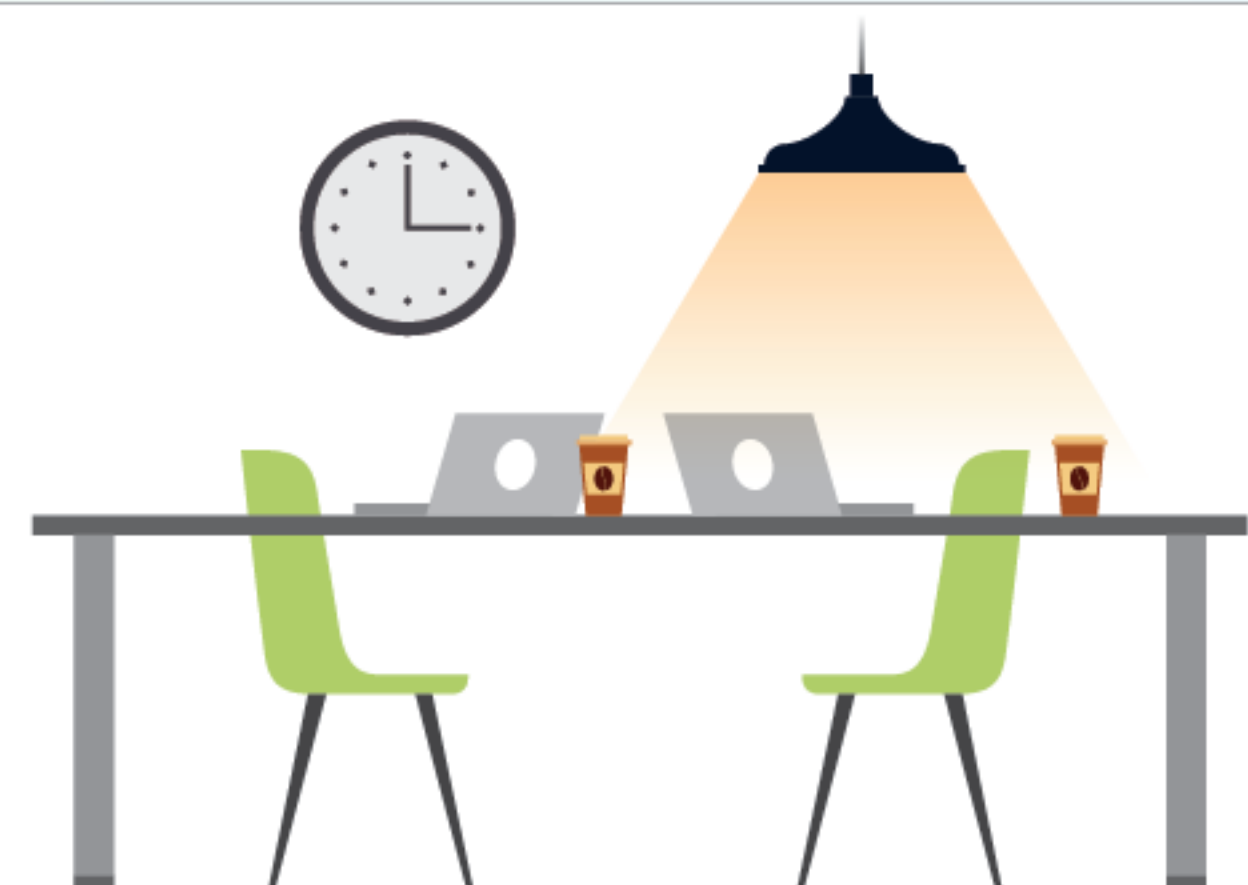


เทคนิค 6

ปรับเปลี่ยนระบบแสงสว่าง ที่ใช้งานในองค์กร

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดการปล่อย CO₂ ได้มากกว่า 50% ต่อปี
แค่เปลี่ยนหลอดฟลูออเรสเซนต์เป็นหลอด
LED 16 W (วัดจากการเปิดใช้งาน 8 ชม.
ต่อวัน ตลอดปี)



วิธีทำ

- ✓ เปลี่ยนหลอดไฟเป็น LED ทั้งหมด
- ✓ ปรับพฤติกรรม ให้ใช้งานแสงธรรมชาติในเวลากลางวัน
ด้วยการเปิดผ้าม่านรับแสงในออฟฟิศ
- ✓ ติดตั้งเซ็นเซอร์ตรวจจับความเคลื่อนไหว ในบางพื้นที่
ใช้สวิตช์อัตโนมัติหรือสวิตช์สำหรับ
- ✓ ผนัง เพื่อสะท้อนแสง



ต้นทุน: กลาง (10,000-
50,000 บาท)

ระยะเวลาเห็นผล: 1-2 ปี

เหมาะสำหรับ: ทุกประเภท
ธุรกิจ



เทคนิค 7

สร้างการมีส่วนร่วมของพนักงาน ให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้พลังงาน

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้พลังงานของบุคลากรจะสามารถช่วยประหยัดพลังงานได้

(ที่มา: US EPA)



วิธีทำ

- ✓ กำหนดให้พนักงานมีเป้าหมายลดคาร์บอนร่วมกับองค์กร
- ✓ แคมเปญลดการปรินต์เอกสาร เลือกวิธีเดินทางที่เหมาะสม เป็นต้น **เพิ่มแรงจูงใจด้วยการร่วมเสนอไอเดีย** หรือมาตรการประหยัด
- ✓ พลังงานง่ายๆ ด้วยตนเอง **จัดอบรมและสร้างความตระหนัก** เรื่องการประหยัดพลังงาน
- ✓ ตั้งระบบรางวัลสำหรับพนักงาน ที่มีส่วนร่วมในการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก

ต้นทุน: ต่ำ
(1,000-10,000 บาท)

ระยะเวลาเห็นผล:
1-3 เดือน

เหมาะสำหรับ:
ทุกประเภทธุรกิจ



เทคนิค 8

เลือกคู่ค้าที่ดำเนินธุรกิจอย่างยั่งยืน

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดคาร์บอนใน Scope 3 ที่มักจะเป็นสัดส่วนสูงสุด
- ✓ สร้างเครือข่ายธุรกิจที่ยั่งยืน



วิธีทำ

- ✓ มองหาคู่ค้าที่มีใบรับรองทางด้านสิ่งแวดล้อม เช่น ISO 14001 เป็นต้น หรือมีการตั้งเป้าหมาย Net Zero ชัดเจน
- ✓ แจ้งคู่ค้าให้ดำเนินการ ลดปริมาณการปล่อย GHGs โดยอาจตั้งคำถามกับคู่ค้าเพิ่มเติม เช่น
 - ได้วัดและรายงานคาร์บอนฟุตพริ้นท์ (Scope 1, 2, 3) ขององค์กรแล้วหรือยัง?
 - ใช้มาตรฐานการรายงานข้อมูล GHG อะไร และมีการสอบทานข้อมูล (Verify) หรือไม่?
 - มีการตั้งเป้าหมาย Net Zero หรือ Carbon Neutral หรือไม่?

ต้นทุน: ต่ำ

ระยะเวลาเห็นผล:
6-12 เดือน

เหมาะสำหรับ:
ทุกประเภทธุรกิจ



เทคนิค 9

เปลี่ยนระบบ Server ในองค์กร ไปเป็นระบบ Cloud

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดการปล่อยคาร์บอนจากการประมวลผลลงจำนวนมาก เมื่อเทียบกับการตั้ง Server ในองค์กร



วิธีทำ

- ✓ ประเมินความต้องการ IT ขององค์กร
- ✓ เลือกผู้ให้บริการ Cloud ที่มุ่งสู่การใช้ไฟฟ้าจากพลังงานหมุนเวียน 100%
- ✓ วางแผนการย้ายข้อมูลและระบบ อย่างเป็นขั้นตอน
- ✓ อบรมพนักงานให้ใช้งานระบบใหม่

ต้นทุน: กลาง-สูง
(ขึ้นกับขนาดองค์กร)

ระยะเวลาเห็นผล: 3-6 เดือน

เหมาะสำหรับ:
ธุรกิจที่ใช้ IT เป็นหลัก
ออฟฟิศ/สำนักงานขนาด
กลาง-ใหญ่



เทคนิค
10

ปรับเปลี่ยนที่ออฟฟิศ ให้เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

ผลลัพธ์ที่ได้:

- ✓ ลดการใช้ไฟฟ้าสำหรับแสงสว่างลง
เพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของพนักงาน



วิธีทำ

- ✓ การทาสีผนังและเพดานด้วยสีโทนอ่อนหรือสีขาว
เพื่อสะท้อนแสงธรรมชาติ
- ✓ เพิ่มต้นไม้เข้ามาเป็นพื้นที่สีเขียวในออฟฟิศ
ช่วยทำหน้าที่เหมือนเครื่องกรองอากาศธรรมชาติ
- ✓ จัดพื้นที่ให้รับแสงธรรมชาติได้มากที่สุด
- ✓ ใช้วัสดุตกแต่งที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ต้นทุน: กลาง
(20,000-100,000 บาท)

ระยะเวลาเห็นผล:
เห็นทันทีหลังปรับปรุง

เหมาะสำหรับ:
ออฟฟิศ/สำนักงาน
ธุรกิจบริการ

