



Governo do Estado de São Paulo
Secretaria de Estado do Meio Ambiente
Unidade de Energia e Meio Ambiente
Coordenadoria de Educação Ambiental

*Toda geração de energia agride o meio ambiente.
Portanto, é dever do Poder Público e da coletividade participar de ações que aumentem a qualidade de vida da população e proporcionem o desenvolvimento sustentado para o Estado e para o País.*

*Por isso, a **Secretaria do Meio Ambiente do Governo do Estado de São Paulo** conta com seu apoio para melhor utilizar os recursos colocados à sua disposição. Além de ajudar na preservação ambiental, você estará contribuindo para a economia doméstica, gastando menos água, energia elétrica e gás, sem perder o conforto, a segurança e o seu bem-estar.*

ÁGUA

Nosso planeta é coberto por 75% de água, mas apenas 3% deste total é de água doce. Desta pequena parte, cerca da metade é encontrada na superfície em rios, lagos, represas e geleiras. Infelizmente, a ação do homem degradando os recursos hídricos, como é o caso dos rios Tietê e Pinheiros, pode tornar a água, que é vital para nossa sobrevivência, imprópria para o consumo. Além disso, o custo econômico para captação, transporte, tratamento e distribuição é alto e os impactos ambientais são elevados, pois diminuem a disponibilidade da água nos ecossistemas naturais.

- Escovar os dentes ou fazer a barba com a torneira fechada economizando assim mais de 21 litros por vez;
- Ao tomar banho, demorar somente o tempo necessário para sua higiene pessoal. Uma ducha chega a gastar mais de 16 litros de água por minuto!
- Manter a válvula de descarga regulada. Uma válvula desregulada pode gastar até 3 vezes mais água!

VOCÊ PODE CONTRIBUIR COM O MEIO AMBIENTE

- Utilizar o balde ao invés da mangueira para lavar o carro.
A mangueira chega a gastar até 14 vezes mais!
 - Varrer pisos com vassoura. A limpeza com a mangueira pode gastar, em 15 minutos, cerca de 280 litros de água!
 - Regar plantas com regador para reduzir as perdas de água, e somente pela manhã ou no fim da tarde. Se utilizar mangueira, prefira uma com válvulas tipo "revólver" que economiza água.
 - Usar a máquina de lavar roupa com sua capacidade máxima. Uma lavadora para 5 quilos gasta, em média, 135 litros de água por lavagem!





E ECONOMIZAR SEU DINHEIRO QUANDO:

- Fechar a torneira do tanque enquanto ensaboia a roupa, abrindo-a só na hora de enxaguar. Você já pensou em utilizar essa água para lavar o quintal ?
- Limpar os pratos antes de lavar a louça e fechar a torneira enquanto ensaboá-los, abrindo-a na hora de enxaguar. Coloque, sempre que possível, aeradores nas torneiras;
- Usar a lavadora de louças com sua capacidade máxima. Este tipo de equipamento, para 6 pessoas, gasta 40 litros em cada operação;
- Não deixar torneiras pingando ou vazamentos nos encanamentos. É muito mais barato consertá-los do que pagar a conta no fim do mês;
- Comunicar vazamentos na rua à companhia que faz o abastecimento de água na sua residência;
- Acompanhar seu consumo mensal através das contas de água;
- Tomar mais cuidado em apartamentos: como a pressão é mais elevada, a quantidade de água que sai pelas torneiras é maior;
- Instalar em condomínios, quando possível, equipamentos que impeçam o acionamento das bombas, no horário de pico dos sistemas de abastecimento de água (11:00 às 14:00h) e elétrico (17:30 às 20:30h).

ENERGIA ELÉTRICA

A redução do desperdício permite atender a mais consumidores sem que novos investimentos sejam necessários. Beneficia a população sem causar novos impactos ambientais.

Então, lembre-se de:



NAS GELADEIRAS E NOS FREEZERS

- Abrir a porta só quando for necessário. Colocar e retirar alimentos e bebidas de uma só vez é uma boa idéia;
- Ao comprar a geladeira ou o freezer, procurar o selo que garanta sua eficiência energética (PROCEL/INMETRO);
- Regular a temperatura interna da geladeira de acordo com a estação do ano. No inverno, ela não precisa ser muito baixa;

- Descongelar regularmente. Camada grossa de gelo é sinal de desperdício!
- Manter a serpentina, localizada na parte traseira da geladeira e do freezer, sempre livre e limpa;
- Instalar os equipamentos a geladeira em locais bem ventilados, desencostados de paredes ou móveis, e distantes de fontes de calor como os raios solares, fogões ou fornos elétricos;
- Evitar cobrir as prateleiras com tábuas, vidros, plásticos ou quaisquer outros materiais, pois eles impedem a circulação do ar frio;
- Adquirir equipamentos com tamanho adequado às suas necessidades;
- Verificar periodicamente as borrachas de vedação.

NOS CHUVEIROS E NOS AQUECEDORES CENTRAIS ELÉTRICOS

- Utilizá-los fora do horário de ponta (17:30 às 20:30h);
- Gastar apenas o tempo necessário no chuveiro;
- Utilizar, nos dias quentes, o chuveiro na posição "Verão" ou ajustar o termostato do aquecedor adequadamente para economizar até 30% de energia;
- Instalar o aquecedor central próximo aos pontos de maior consumo, e em local de fácil acesso para viabilizar sua manutenção;

- Desligar o aquecedor central quando os períodos entre os usos forem longos e instalar, se possível, um "Timer" para programá-lo;
- Consultar um especialista em sistemas de distribuição de água quente e isolamento térmico antes de reformar ou construir sua residência;
- Verificar se o sistema elétrico está dimensionado adequadamente antes de instalar e acionar os equipamentos;
- Utilizar sistemas de proteção adequados para as cargas instaladas, e dispositivos a corrente diferencial residual (DR), nas partes úmidas da casa (banheiro, cozinha, etc.);
- Instalar sempre um sistema de aterramento adequado.



Atenção: O reaproveitamento de resistências queimadas acarreta o aumento do consumo e põe sua segurança em risco!

NA ILUMINAÇÃO

- utilizar a luz natural sempre que possível e evitar lâmpadas acesas durante o dia.
- acostumar-se a apagar as lâmpadas de ambientes desocupados;
- limpar periodicamente lustres, luminárias, difusores e arandelas, é fundamental para o uso eficiente dos sistemas de iluminação;
- vidros com filtro refrescam o ambiente, mas aumentam a necessidade de luz artificial;



- cores claras refletem melhor a luz e diminuem a necessidade de iluminação artificial;
- para obter mais conforto e economia, utilize a iluminação adequada para cada tipo de ambiente, atividade e idade das pessoas.

Atenção:

A quantidade de luz não está relacionada somente com a potência da lâmpada (W).

Lâmpadas fluorescentes compactas são 4 vezes mais eficientes que as incandescentes. Veja o quadro de equivalências mostrado a seguir:

Lâmpadas Incandescentes

40 W
60 W
100 W

Lâmpadas Fluorescentes Compactas

11 W
15 W
23 W

Procure orientação nos órgãos de defesa do consumidor, sobre como e onde adquirir lâmpadas com menor teor de mercúrio.

GÁS

O gás utilizado em sua residência é fornecido em botijões ou pela rede de distribuição. Sentir seu odor característico indica que há vazamentos. O gás natural, distribuído pela rede, é mais leve que o ar e se dispersa no ar, ao contrário do gás de botijão, que é mais pesado e se acumula próximo ao chão. Fique atento a estes sinais. Muitas vezes, e por diversos motivos, não é possível sentir seu odor, o que significa um grande perigo à sua saúde e segurança.

Portanto, siga as orientações para reduzir o desperdício e aumentar sua segurança:

- deixe sempre uma entrada de ar externo em ambientes onde se encontram equipamentos a gás;
- faça as instalações de gás segundo as orientações técnicas da empresa que realiza o fornecimento, utilizando somente material de acordo com as especificações recomendadas;
- cuidado com as adaptações e com a qualidade dos equipamentos utilizados;
- utilize, quando possível, equipamentos que detectam vazamento de gás em sua residência.

**Atenção : chama piloto
permanente
acesa é sinal de desperdício.**



Os dias muito secos e sem vento do inverno são uma ameaça para as áreas verdes.

Por isso:

- nunca jogue cigarro pela janela do seu carro;
- não faça fogueiras; e
- não solte balões.

O frio aumenta a necessidade de esquentar os ambientes.

Ao comprar lenha ou carvão para sua lareira ou aquecedor, exija o comprovante de que a madeira provém de projetos de reflorestamento e nunca de florestas nativas.

Atenção:

Não compre produtos onde foi utilizada a mão de obra infantil.

Maiores informações:

Ouvidoria Ambiental (0800) 170899

Edição de arte: Vera Severo / Centro de editoração

Design: Suli E. Kabijo / sk2 design

Ilustrações: Cecília Esteves