



## Dica nº 1:

Esta dica do manual é relacionada ao bom uso da água!

Fui atrás de dados sobre o seu consumo consciente no site da **Sabesp** e encontrei ótimas informações. Você sabia que segundo a ONU - Organização das Nações Unidas - todos nós precisamos, para nossa higiene e consumo pessoal, de 110 litros de água diários? Já parece uma quantidade enorme, não é? Mas acreditam que nós, os brasileiros, chegamos a consumir 200 litros por dia?

Amigos de coleta, isso precisa mudar! É muito desperdício! E também um gasto alto, não é mesmo?

**Vamos reduzir nosso tempo de banho!** A gente não precisa ficar um tempão com o chuveiro aberto para tomar um banho gostoso! **Cada 5 minutos de banho é equivalente a 45 litros de água!** Feche a torneira enquanto se ensaboa! Já vai reduzir bastante! Vamos lá, amigos de coleta! 5 minutinhos a menos correspondem a 45 litros de água no planeta! E tem mais! Se a gente colocar uma bacia ou balde e coletar parte da água do banho, a gente pode utilizá-la para lavar roupa, quintal, a garagem! O que acham? Vamos juntos reduzir um montão! **Conto com vocês, amigos de coleta!**





## Dica nº 2:

Essa dica está relacionada ao bom uso da energia elétrica!

Como todos bem sabemos, esse recurso **não** é inesgotável, logo, temos que praticar pequenos atos em nosso dia-a-dia que podem fazer uma enorme diferença! **Vamos poupar energia sempre!**



Para contribuir com nosso manual, fui em busca de boas dicas no site da **Procel - Programa Nacional de Energia Elétrica**, que também me ensinou ótimas práticas.

- 1.** Para começar, vamos sempre aproveitar a energia solar! Mantenha as janelas bem abertas ao longo do dia e deixe as lâmpadas apagadas.
- 2.** Cores claras nas paredes ajudam a propagar a luz e deixam o ambiente mais iluminado naturalmente.
- 3.** Nunca deixe as luzes ligadas em um cômodo vazio. Lembre de desligá-las sempre antes de sair do quarto, banheiro ou sala de aula!



**4.** Televisores e computadores devem ser desligados quando ninguém estiver usando!

**5.** Mantenha acessórios do seu computador também desligados, como impressoras, não as deixem nem mesmo em stand by. (aquela luzinha amarela ou vermelha) - Podemos poupar 12% de todo o consumo doméstico se fizermos o mesmo com todos os aparelhos! Retire-os da tomada.

**6.** Vamos acabar com o costume de recarregar celulares e máquinas fotográficas durante toda a noite. Eles não precisam dormir na tomada! Deixe o tempo suficiente para a recarga e retire-os.

**7.** Para arejar o ambiente, ventiladores de teto são ótimos aliados. Evite o ar condicionado.

**8.** Hora de assaltar a geladeira? Confira sempre se deixou sua porta bem fechada!

**=D Anotem as sugestões e pratiquem sempre!**



## Dica nº 3:

Esta é relacionada à redução de consumo de embalagens plásticas e sua reciclagem!

Quando se fala sobre poluição por embalagens plásticas, desperdício de material, grande consumo de materiais não renováveis, agente deve pensar antes da reciclagem de todo plástico gerado, na redução de seu consumo! Como assim? Sempre que a gente buscar novos produtos em lojas e mercados, é importante que a gente dê preferência a **produtos que poupem material em suas embalagens!** Por que utilizar tantos saquinhos, caixas e envólucros? Vamos sempre preferir **produtos que utilizem refil**, que tenham o mínimo de embalagem e que apresentem materiais com o **símbolo da reciclagem!**



É isso mesmo! Quando não é possível evitar o consumo de plásticos, a gente deve encaminhar esse material para reciclagem! Certo? Toda garrafa pet, pacotinho, saco plástico deve ser reciclado! Sabiam que poupamos **70% de energia** na produção de plásticos reciclados? Muito recurso natural também deixa de ser explorado.

Mas quais são os plásticos que podem e os que não podem ser reciclados?



**Os plásticos recicláveis são:** potes de todos os tipos, sacos de supermercados, embalagens para alimentos, vasilhas, recipientes e artigos domésticos, tubulações e garrafas de PET, que convertida em grânulos é usada para a fabricação de cordas, fios de costura, cerdas de vassouras e escovas. E tem mais: os envólucros das pilhas, né?

**Os não recicláveis são:** cabos de panela, botões de rádio, pratos, canetas, bijuterias, espuma, embalagens a vácuo, fraldas descartáveis.

Tudo anotado? Vamos à reciclagem! Mas, o assunto é sério, amigos! Vamos reduzir o consumo de plástico e evitar sempre que possível! Tem uma garrafinha na mochila? Abasteça de água sempre que sair de casa, assim, você já deixa de consumir mais uma pet durante o passeio! **Também sempre tenha por perto uma sacolinha retornável!**

**Até a próxima dica!**

Fonte: <http://ambientebrasil.com.br/>



## Dica nº 4:

Amigos de coleta, a dica da vez é simples! Uma atitude prática, fácil, que todo mundo pode adotar!

### É o seguinte: vamos organizar caronas!

Por que ir à escola sozinho no banco de trás e voltar sem nenhum amigo? Que tal **colaborar e muito com o nosso ar** e organizar idas coletivas para escola? Professores e pais podem se unir e procurar rotas parecidas entre os alunos. Todo mundo ganha com isso!



Você tem companhia no caminho, os papais alternam a tarefa e o planeta recebe menos emissões de **CO<sub>2</sub>**! Gás que é produzido por nossos carros e polui muito a atmosfera, além de deixar nosso planeta mais quente, que é o fenômeno do **aquecimento global**.

O que acham? Sabiam que um estudo de uma Universidade de Portugal, a Universidade Fernando Pessoa, comprovou que ter duas pessoas em cada veículo reduziria em **25%** as emissões de CO<sub>2</sub>? Muito fácil colaborarmos com nosso ambiente! Essa informação veio do **Portal ODM** ([www.portalodm.com.br](http://www.portalodm.com.br)) que traz muitas boas matérias, vale a pena conferir!

**O que acham de começar as caronas coletivas no volta às aulas? Vai ser divertido!**