CarnetCourse_PORT 21/10/09 16:43 Page 1

BLOCO DE COMPRAS PARA CONSUMIR MELHOR

SEMANA EUROPEIA
DA PREVENÇÃO
DE RESÍDUOS

Com o apoio financeiro
da Comissão Europeia

PEQUENOS GESTOS PARA CONSUMIR MELHOR!

Este bloco de compras foi concebido para o ajudar a comprar melhor e tornar-se num consumidor ecológico e informado!

No acto da compra, podemos reduzir os impactos ambientais – incluindo os resíduos e a sua perigosidade.

O melhor resíduo é aquele que não se produz! A prevenção dos resíduos começa antes do acto da compra, começando por avaliar melhor as nossas necessidades: porque não alugar, trocar ou partilhar alguns produtos?

Ao comprar é do nosso interesse privilegiar alguns produtos: a granel com menos embalagem e, em embalagens familiares, sempre em função das nossas necessidades reais, reutilizáveis, recarregáveis, de preferência sem pilhas, com rótulo ecológico, etc.

Menos resíduos equivalem a menos poluição e menor consumo de recursos naturais e, menor desperdício de energia. Além disso, reduzem os custos de gestão dos resíduos e a nossa conta na altura das compras.

O seu gesto conta!

Informação do dia : Na Europa (EU-27), a produção de resíduos urbanos quase duplicou em 30 anos. Temos de agir!

Gesto do dia: Prefira produtos a granel para minimizar os resíduos das embalagens! Fruta, legumes...

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Muitos produtos só são utilizados uma vez: são os produtos descartáveis. Muitas vezes existem alternativas que geram menos resíduos!

Gesto do dia: Prefira um produto durável a um descartável de utilização única : esfregonas, lâminas, chávenas, canetas recarregáveis, pilhas recarregáveis...

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : A água da torneira sai entre 100 a 300 vezes mais barata que a água engarrafada.

Gesto do dia: Use uma garrafa bonita! Poupa-se a compra de garrafas de água e reduzem-se os resíduos plásticos! Se a água tiver um sabor a cloro, deixe-a repousar no frigorífico durante algum tempo.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Vários estudos revelaram que os sacos reutilizáveis (com pelo menos 7 reutilizações) são preferíveis a qualquer outro saco descartável (seja ele de papel, plástico ou biodegradável ...) !

Gesto do dia: Sempre que for às compras não se esqueça de levar o saco reutilizável.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : a composição do lixo não sofreu grandes alterações desde 1993, excepto em relação aos têxteis sanitários e compostos tóxicos. Os resíduos são distribuídos por várias categorias: os resíduos biodegradáveis, o papel-cartão, o vidro, os plásticos, os têxteis, os metais e diversos materiais compostos ou não classificados.

Gesto do dia: Para diminuir o consumo das embalagens, esta semana, compre um pacote de cereais de tamanho familiar! Ganha-se em arrumação e reduzem-se os resíduos domésticos.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : São produzidas centenas de milhões de pilhas e de acumuladores na Europa todos os anos. Cada pilha que contenha mercúrio largada na natureza pode poluir 1m3 de terra e 1000m3 de água durante 50 anos!

Gesto do dia: Prefira produtos sem pilhas como, por exemplo, os que se ligam à tomada, as balanças analógicas, os jogos sem pilhas ou as lâmpadas com dínamo. Se tal não for possível, prefira as pilhas recarregáveis às pilhas descartáveis. Em último recurso depois de usadas devem ser colocadas no pilhão.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : A maior parte dos detergentes provoca uma poluição significativa, dada a presença de moléculas (instáveis), tóxicas e remanescentes.

Gesto do dia: Compre detergentes e produtos de limpeza com rótulo ecológico e concentrados. Respeite as dosagens aconselhadas na embalagem, garantindo a eficácia das lavagens.

Rótulo Ecológico Europeu

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : As lâmpadas de baixo consumo consomem entre 4 a 5 vezes menos energia e duram entra 6 a 10 vezes mais que as lâmpadas incandescentes ou de halogéneo. Por outro lado, são quase inteiramente recicláveis, o que leva à economia de matérias-primas e a preservar o ambiente.

Gesto do dia: Utilize lâmpadas de baixo consumo reduzindo os custos e os resíduos produzidos!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Ao longo do ano oferecemos prendas em várias ocasiões.

Gesto do dia: Prefira comprar uma prenda « desmaterializada» como bilhetes para um espectáculo, assinaturas de revista, sessões de massagem ou cursos de cozinha.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Todos os anos, a nossa caixa de correio enche-se com 60 Kg de panfletos.

Gesto do dia: Coloque um autocolante PUBLICIDADE AQUI NÃO na minha caixa de correio.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : O sabão foi inventado na Síria, há aproximadamente 3000 anos, misturando azeite e soda cáustica.

Gesto do dia: Esta semana, prefira o sabão ao gel de duche! O sabão é menos embalado e o seu contentor ficará mais magro!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : O custo comparado entre a utilização de toalhetes descartáveis e uma esfregona é 15 vezes superior!

Gesto do dia: Prefira um produto durável a um produto descartável! É melhor para o bolso e gera menos resíduos!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Um estudo recente revelou que um terço da comida comprada é deitada fora, que desperdício!

Gesto do dia: Compre apenas os frascos que vai consumir. Tenha o cuidado de calcular correctamente as quantidades necessárias, respeitando as instruções e doses recomendadas nas embalagens. Além disso, preste atenção às datas de validade dos produtos. Desperdiça-se menos e ainda se poupa!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Precisa de fazer obras em casa?

Gesto do dia: Pense em alugar ou pedir emprestado as ferramentas necessárias. Pois só serão utilizadas ocasionalmente!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : O rótulo ecológico é um rótulo atribuído a um produto, validado por uma organização certificada que garante que esse mesmo produto tem um impacto ambiental reduzido ao longo do seu ciclo de vida.

Gesto do dia: Escolha produtos de higiene com rótulo ecológico. São tão eficazes quanto os outros!

LISTA DE COMPRAS

Rótulo Ecológico Europeu

Informação do dia : Na Europa, existem centros que recuperam produtos e equipamentos em fim de vida, reparam-nos e vendem-nos novamente.

Gesto do dia: Antes de deitar fora um objecto, informe-se junto desses organismos: muito provavelmente poderão dar-lhe uma nova vida.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : A palavra « piquenique » significa na sua origem « refeição em que cada um contribui ».

Gesto do dia: Nos piqueniques , use caixas herméticas para alimentos, cantis e talheres normais. Os resíduos do piquenique serão assim reduzidos!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Mais de 30% do peso do nosso lixo é composto por resíduos biodegradáveis (resíduos de cozinha, do jardim).

Gesto do dia: Faça compostagem caseira com os resíduos biodegradáveis da cozinha e jardim. Desta forma, é possível ter em casa um excelente fertilizante natural para as flores e para a horta.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Todos os anos, na Europa, são consumidos 19 milhões de toneladas de plástico em embalagens! Isso equivale a cerca de 1900 vezes o peso da Torre Eiffel de Paris !

Gesto do dia: Escolha produtos em embalagens grandes em vez de mini dosagens. É mais barato e produz menos resíduos de embalagem.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Os Chineses acreditam que quem bebe chá tem uma esperança de vida superior, pois é um alimento natural e saudável para o corpo.

Gesto do dia: No escritório, leve a sua caneca ou chávena para o chá! Evitará assim encher o contentor do lixo com copos de plástico.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Existem fraldas laváveis para os bebés que são bastante eficazes!

Gesto do dia: Dar preferência às fraldas laváveis em vez das descartáveis; custam metade do preço e geram muito menos resíduos.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Voltar a dar vida aos objectos partidos, para o caixote do lixo ficar mais leve e o porta-moedas mais cheio!

Gesto do dia: Lembre-se de mandar arranjar os electrodomésticos e os objectos partidos em vez de os deitar fora. Procure quem os possa reparar. Por exemplo, leve regularmente os sapatos ao sapateiro para terem sempre um bom aspecto!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Em 30 anos, o volume dos resíduos de embalagens na Europa multiplicou 5 vezes. Alguns materiais nomeadamente o plástico multiplicou por 50 vezes!

Gesto do dia: Prefira uma alimentação à base de alimentos frescos: legumes, carne. Assim, terá uma alimentação mais saudável e produzirá muito menos embalagens que qualquer refeição pré-preparada e totalmente embalada.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : O café é a segunda mercadoria mais comercializada no mundo, depois do petróleo. E o Brasil é o maior produtor de café.

Gesto do dia: Compre café solúvel em embalagem grande em vez de doses individuais; produzem-se menos resíduos e poupa-se dinheiro.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : Faz-se a distinção entre tintas naturais e tintas sintéticas, nomeadamente por utilizarem óleo de linhaça em vez de poliuretanos.

Gesto do dia: Prefira tintas naturais, mais amigas do ambiente e com garantia de excelente qualidade.

Rótulo Ecológico Europeu

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : As feiras de velharias, são um dos passatempos preferidos dos Europeus!

Gesto do dia: Antes de começar a deitar materiais fora, informe-se das associações a quem os possa dar. Algumas vão buscar a casa objectos volumosos. Os Municípios também fazem a recolha de objectos fora de uso.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : O fim das férias é a altura em que se compra o material escolar. O recomeço das aulas é sempre um momento para se tomarem boas decisões. Este ano, porque não aproveita os materiais que ainda se encontram em bom estado?

Gesto do dia: Examine o estado do material escolar. Compre só o que realmente necessita!

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : A mobilidade tem o vento a favor!

Gesto do dia: Quando mudar de casa, procure caixas de cartão nas lojas e proteja os bens mais frágeis com jornais ou lençóis.

LISTA DE COMPRAS

Informação do dia : cerca de 80% dos resíduos de escritório são papel e cartão. Os tinteiros (impressoras e fotocopiadoras) podem ser recarregáveis.

Gesto do dia: Tanto no escritório como em casa, prefira as mensagens por correio electrónico em vez do fax e correio normal. Deixe os tinteiros nas lojas específicas que os enchem novamente. Para além de ser amigo do ambiente, este acto gera actividade e cria novos postos de trabalho.

LISTA DE COMPRAS

PEQUENOS GESTOS PARA REDUZIR OS NOSSOS RESIDUOS:

Pequenos gestos para reduzir os nossos resíduos:

1. Utilizar sacos reutilizáveis
2. Colocar um autocolante « Publicidade aqui não » na caixa de correio
3. Evitar o desperdício alimentar
4. Comprar a granel ou em embalagens familiares
5. Comprar recargas ecológicas
6. Beber água da torneira
7. Limitar as impressões
8. Fazer compostagem
9. Utilizar pilhas recarregáveis
10. Dar a roupa e objectos usados
11. Pedir emprestado ou alugar as ferramentas
12. Mandar reparar os electrodomésticos

Para mais informações:

www.ewwr.eu

www.eunaofacolixo.com

SEMANA EUROPEIA DA PREVENÇÃO DE RESÍDUOS

ADEME Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie

ACR+ www.acrplus.org

Agència de Residus de Catalunya
Generalitat de Catalunya Departament de Medi Ambient i Habitatge

lipor

Com o apoio financeiro da Comissão Europeia