Todos os gestos contam!



As alterações climáticas são uma das questões definidoras do nosso tempo. A previsão de um aquecimento global do Planeta de 2,7 graus centígrados ainda este século (previsão da ONU), o perigo de extinção que atinge 1 milhão de espécies, o aumento do nível das águas, a ameaça sobre os corais, a desflorestação…, reforçam a Emergência Climática.

Ajudar o planeta tem de ser um compromisso de todos, dos governos e dos cidadãos, essencial para garantir a sobrevivência das próximas gerações. Pequenas atitudes no dia-a-dia podem fazer toda a diferença e contribuir para a sustentabilidade do planeta e a recuperação dos danos já causados.

Pequenos (grandes) gestos!

- preserve as árvores
- não coloque lixo no chão
- faça separação do lixo e coloque no respetivo contentor
- faça compostagem ou use o ecoponto destinado ao lixo orgânico (castanho)
- reutilizar água (água de lavar roupa à mão para lavar o pátio)
- use a água da chuva para regar as plantas
- opte por usar meios de transporte coletivo, bicicleta ou a pé
- reduza o consumo de produtos de plástico
- use sacos reutilizáveis
- não imprima confirmações de bilhetes ou compras e se tiver de imprimir faça-o frente e verso
- use garrafa própria para levar água (evitando a compra de garrafa de plástico de uso único)
- economizar água (não deixar torneiras abertas, lavar a loiça usando a máquina cheia ou em bacia, tomar banho de chuveiro, lavar os dentes com torneira fechada e com água no copo)

- poupar energia elétrica (usar energia solar, desligar sempre as fichas das tomadas)
- comprar apenas os bens necessários
- evite sobras ou aproveite as mesmas em novas refeições
- opte por usar eletrodomésticos eficientes
- use a máquina de lavar roupa ou loiça com carga máxima
- evite secar a roupa na máquina de secar
- use lâmpadas eficientes - LED
- compre produtos localmente
- compre produtos da época
- use as escadas e evite o elevador
- reduza o consumo de carne

Pequenos gestos, Grandes poupanças!

Eis a importância de alguns dos pequenos gestos que apresentamos:

- manter a torneira sempre ligada num duche de cinco minutos representa 60 litros gastos, fechar a torneira enquanto se ensaboa o corpo, são 24 litros;

- numa descarga completa de autoclismo, gastam-se até 15 litros, meia descarga são 8,5l;

- lavar os dentes com torneira sempre aberta são 60 litros, com um copo diminuiu para 0,30 litros;

- lavar a louça à mão com torneira aberta resulta num consumo de 150 litros, com torneira fechada são 30 litros, por sua vez, na máquina de lavar, com carga completa, são gastos apenas 12 litros;

- se comer carne, substitua parte da carne vermelha por peixe, frango ou leguminosas. Optar por comer frango em vez de um bife de vaca pode reduzir a Pegada de Carbono da sua refeição até 75%;

- as lâmpadas de LED duram cerca de 25 vezes mais do que as incandescentes e três vezes mais do que as lâmpadas fluorescentes compactas;

- ao deixar o carro em casa, nem que seja apenas por dois dias, está a reduzir as suas emissões de CO2 em quase 800 quilos.

Nuno Prazeres
Milton Rodrigues
Jorge Borges
Paulo Teixeira
Pedro Kauan
Jorge Sampaio
Leonor Sousa

Agrupamento de Escolas do Viso