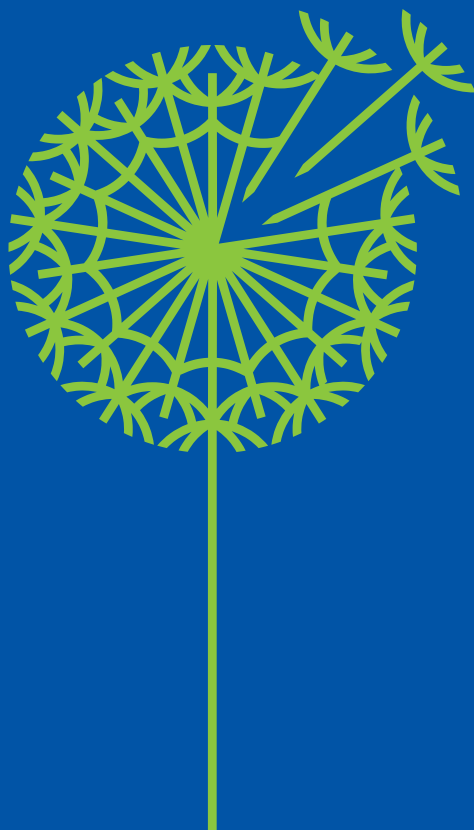


Setúbal em Bom Ambiente

Ideias para poupar e ajudar
o nosso ambiente





Setúbal em melhor Ambiente

Uma tarefa do seu Município,

Uma tarefa de todos!

A Câmara Municipal de Setúbal está empenhada na melhoria da qualidade ambiental, contribuindo à sua escala, mas através de medidas concretas, para a salvaguarda do futuro do planeta e a melhoria da qualidade de vida dos seus munícipes. O Guia de Boas Práticas Ambientais é uma ferramenta com sugestões sobre como contribuir individualmente para a salvaguarda dos recursos naturais – finitos – do nosso planeta. Esta publicação pretende ser mais um contributo da autarquia para a preservação do Ambiente, colocando à sua disposição um conjunto de informações de fácil consulta e aplicação. Aqui poderá encontrar informação e conselhos sobre reciclagem, hortas e compostagem em casa, a limpeza de praias do Concelho, a redução da sua fatura energética, alterações climáticas e boas práticas que poderá adotar ao volante do seu automóvel ou no trabalho.

Com este Guia lembramos sugestões simples, e algumas óbvias, mas das quais, por vezes, nos esquecemos. Informações sobre como contribuir para a proteção da nossa casa comum – o Planeta Terra - para que, depois de mais esclarecidos, passemos à prática e possamos todos participar, contribuindo para um melhor Ambiente.

Maria das Dores Meira

Presidente da Câmara Municipal de Setúbal



Guia de Boas Práticas Ambientais | Ficha Técnica

Propriedade

Câmara Municipal de Setúbal

Edição

Departamento de Administração Geral e Finanças
– Serviço de Comunicação e Imagem (SMCI)
Departamento de Ambiente e Atividades Económicas (DAAE)

Projeto Editorial | Coordenação geral

Elisa Pedradas e Sérgio Mateus (SMCI)

Colaboração

António Luis Rodrigues e Cristina Coelho (GAVMP)

Recolha de Informação e textos

Alexandre Freire, Ana Sofia Pires, Dionísio Galveia, Elsa Lopes,
Filipa Fernandes, José Santos, Joana Cristovão e Sérgio Gaspar (DAAE)
Fátima Nogueira (DURB)
Susana Manteigas e Elisa Pedradas (SMCI)

Projeto gráfico

António Cunha (SMCI)

Revisão de textos

João Monteiro (SMCI)

DL

?







ISBN

978-972-9016-48-6

Tiragem

3000

Índice

1.		Reduza as Despesas, Poupe o Ambiente	6
2.		Eficiência Energética	14
3.		Qualidade do Ar e Alterações Climáticas	16
4.		Reduzir, Reutilizar e Reciclar	20
5.		Recolha de Resíduos Sólidos Urbanos	23
6.		Recolha de Óleos Alimentares Usados (OAU)	26
7.		Recolha de Monos e Resíduos Verdes	28
8.		Recolha de Entulhos	30
9.		Animais de Companhia e Dejetos Caninos	32
10.		Praia Limpa	36
11.		Bebé Amigo do Ambiente	38
12.		Hortas e Compostagem em Casa	40
13.		Espaços Verdes em Meio Urbano	44
14.		Boas Práticas ao Volante, no Trabalho e em Casa	48

1

Reduza as Despesas, Poupe o Ambiente

Eletricidade/Energia | Água | Gás



Reduza as Despesas, Poupe o Ambiente

Luz, água e gás são as principais fontes de consumo e de energia que engordam as despesas ao final do mês. Se adotar práticas que reduzam a utilização desnecessária e excessiva da eletricidade, da água e do gás verá que também o valor das suas faturas decresce.

Ao mesmo tempo que poupa o ambiente com pequenas ações quotidianas, está a diminuir nos gastos do seu orçamento.

Desligar aparelhos no botão, fechar a torneira enquanto escova os dentes e fazer uma boa utilização do fogão a gás são gestos que facilmente entram na rotina de cada um.



ELETRICIDADE/ENERGIA

Poupar é saber usar a eletricidade das nossas casas sem consumos energéticos desnecessários. Escolher a potência contratada mais adequada ao seu nível de consumo ao espaço a iluminar e desligar no interruptor quando não for necessária iluminação são gestos que reduzem a conta ao final do mês.

REDUZA... o papel e peça faturas eletrónicas

JÁ AGORA... utilize as escadas em vez do elevador, sempre que possível



Iluminação e aquecimento

- Desligue as luzes cada vez que sai de uma divisão. Não há motivo para a luz do quarto estar acesa se vai passar as próximas horas a cozinhar e a jantar;
- Reduza o tempo de utilização do aquecimento e do ar condicionado, isolando bem portas e janelas para manter o calor e o frio dentro de quatro paredes;
- Use e abuse da luz natural. Suba os estores e corra as cortinas para iluminar e aquecer a casa em dias de inverno;
- Prefira as lâmpadas fluorescentes, pois podem consumir cinco vezes menos eletricidade do que uma lâmpada normal;

- Baixe os estores e feche as cortinas em dias de verão e sol intenso.
- Poupe dinheiro e energia ao isolar as janelas com vidros duplos ou com vidros secundários;
- Instale um painel solar térmico no seu telhado se for possível. A energia solar é uma boa opção ecológica;
- Opte por lâmpadas fluorescentes na iluminação de espaços exteriores, além de instalar temporizadores ou sensores de movimentos para que a luz não fique acesa desnecessariamente.



Pequenos eletrodomésticos

- Comece já a pagar menos na fatura da eletricidade se desligar todos os aparelhos que mantém em standby, como a televisão e o computador, que continuam a gastar 25 por cento de energia;
- Evite deixar o telemóvel a carregar durante a noite. Mesmo com a carga completa, continua a consumir eletricidade;
- Prefira a compra de alimentos frescos aos congelados, pois estes, além de mais caros, consomem até dez vezes mais energia ao serem preparados no micro-ondas ou no forno.



Frigorífico

- Ao comprar um eletrodoméstico, opte por um modelo da classe A e com o rótulo Energy Star, que em termos de energia são os mais eficientes;
- Não coloque arcas-frigoríficas e frigoríficos junto de janelas, portas e fogão, nem deixe acumular gelo, pois o excesso de gelo reduz a circulação de ar frio no aparelho, gastando mais energia;
- Retire do frigorífico de uma só vez todos os ingredientes de que vai precisar antes de cozinhar, evitando o abre-fecha que gasta energia;
- Encha uma garrafa térmica com cubos de gelo pela manhã, evitando abrir e fechar o frigorífico sempre que quiser água fresca.



Máquinas de lavar loiça e roupa

- Utilize a máquina de lavar loiça na carga máxima e, se possível, à noite, quando as tarifas de eletricidade são mais económicas;
- Retire a roupa da máquina quando o programa terminar, evitando que fique demasiado amarrotada, o que facilita a engomar e economiza o seu tempo e, claro, energia elétrica;
- Opte por lavar a frio e utilize um detergente adequado;
- Seque a roupa ao ar sempre que puder, evitando recorrer à máquina de secar.



ÁGUA

Sabe que cerca de 40 por cento da água que utilizamos em nossa casa é desperdiçada? Em termos ambientais esta percentagem traduz-se numa irresponsabilidade para as gerações futuras ao pensarmos que a água é um recurso natural inesgotável. Não o é. Em relação à fatura, já reparou bem que pode reduzir quase para metade o valor que paga mensalmente? Feche a torneira ao desperdício.

SAIBA QUE:

A captação no Sistema de Abastecimento de Água do concelho de Setúbal é constituída por sete origens principais, três em Setúbal, duas em Azeitão e duas no concelho de Palmela, num total de 19 furos subterrâneos, com profundidades que variam entre os 80 e os 300 metros. O tratamento da água captada é efetuado por adição de hipoclorito de sódio.

O volume anual de água captada e tratada em 2013 foi de 10.213.134 metros cúbicos.

Qualquer reclamação no âmbito do serviço de abastecimento público de água pode ser feita através do sítio de internet da Águas do Sado (www.aguasdosado.pt), por contacto telefónico para a Águas do Sado (707 109 019), bem como através do sítio na internet da Câmara Municipal de Setúbal (www.mun-setubal.pt) e, ainda, através do sítio na internet da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos (www.ersar.pt).

POUPE... 30 litros/ano por cada minuto a menos no duche

JÁ AGORA... feche a torneira ao desperdício que pode chegar aos 10 mil litros/ano



Em casa

- No lava-loiça deve usar-se um recipiente para lavar os legumes ou a loiça à mão, e não deixar a água a correr. Não passar a loiça por água antes de a colocar na máquina. Se necessário colocá-la de “molho” ou limpá-la com o guardanapo de papel utilizado na refeição, antes da lavagem.
- Feche a torneira enquanto lava os dentes e as mãos. Está a poupar entre 10 a 30 litros de água;
- Tome duche em vez de banho de imersão e gaste quatro vezes menos energia e água;
- Certifique-se de que as torneiras estão bem fechadas pois uma torneira que goteja pode consumir 4 litros de água/hora, se pingar a um ritmo de uma gota/segundo desperdiça mais de 24,5 litros de água/dia.
- O mesmo se aplica aos autoclismos. Reduza ainda o consumo colocando uma garrafa de água de 1,5 litros no depósito do autoclismo;
- Não deite lixo na sanita. Além de provocar entupimentos pode poluir rios ou mar;
- Não lance para a rede canalizada restos de comida, molhos, gorduras, espinhas, utensílios partidos, fraldas descartáveis e toalhetes de bebé pois todas estas matérias formam uma pasta muito difícil de diluir, podendo provocar entupimentos;
- Não lance para a rede canalizada pensos higiénicos, preservativos, cotonetes e algodão pois estas substâncias provocam grandes entupimentos devido ao tipo de materiais utilizados no seu fabrico;

- Não lance para a rede canalizada restos de desperdícios como colas, óleos, lixas usadas, parafusos e madeiras pois são matérias que ocasionam graves entupimentos.
- Use produtos de limpeza biodegradáveis e nas doses recomendadas pelos fabricantes.
- Quando as máquinas de lavar não estão cheias, deve utilizar-se os programas de meia carga, porque cada lavagem da loiça consome cerca de 30 litros de água e a da roupa cerca de 90.
- Verifique torneiras e canalizações para ver se estão em bom estado. Para perceber se existem fugas de água nas torneiras, autoclismos ou canalizações, pode anotar-se os números que o contador marca, passados uns minutos volta a tomar-se nota do valor indicado, mas sempre sem utilizar água. Se o número for mais alto significa que é preciso identificar qual o equipamento que está a verter água, sendo que é aconselhável fazer uma reparação com urgência.



No jardim e na piscina

- Aproveite a água da chuva que cai dos algerozes e dos canos para lavar o carro ou regar o jardim. Pode ainda aproveitá-la para uso doméstico, não potável, depois de filtrada;
- Regue as plantas do seu jardim ao amanhecer ou ao entardecer, quando a temperatura é mais baixa, evitando que a água evapore tão depressa;
- Evite que os seus filhos brinquem com a água, como banhos de mangueira e “guerras” de balões de água;
- Nos jardins de maior dimensão, utilize aspersores de rega e verifique se estão mesmo a regar o jardim e não outros espaços à volta;
- As piscinas utilizam muitos litros de água que, muitas vezes, se perde por evaporação, sobretudo nos dias de maior calor. Assim, é recomendável que a piscina seja tapada quando não estiver a ser utilizada, também por questões de segurança.



Na via pública

- Roturas nas redes públicas, descargas de água na via pública, falhas no abastecimento de água potável, tampas de caixas de visita e grelhas sumidouros danificadas ou em falta são algumas das ocorrências que os municípios podem e devem comunicar;
- Os municípios devem participar, através do formulário disponível em www.mun-setubal.pt/pt/pagina/avarias-nas-redes-de-aguas-e-saneamento/271, anomalias detetadas nas redes públicas de distribuição de água e de drenagem de águas residuais urbanas e pluviais (saneamento);
- A comunicação de ocorrências anómalas nas redes públicas de distribuição de água e de esgotos pode também ser feita diretamente na Águas do Sado, através do sítio oficial da empresa ou do telefone 707 109 019, disponível 24 horas por dia.



GÁS

Poupar gás em casa tem uma dupla vantagem, a dos euros que diminuimos na fatura e a da redução de emissão de gases com efeito de estufa. Mais uma vez, as boas práticas só trazem vantagens à nossa carteira e ao ambiente. Está convencido? Ainda bem! Agora comece a pôr em prática as nossas sugestões.

JÁ AGORA... tenha em atenção que cerca de 50 por cento do consumo de energia nas nossas casas dá-se na cozinha e na casa de banho



No fogão

- Ligue a boca do fogão apenas quando tiver a panela ou o tacho prontos para levar ao lume;
- Opte, sempre que puder, por aquecer e cozinhar alimentos rapidamente na panela de pressão, economizando 70 por cento de gás;



- Não encha a panela com excesso de água porque vai demorar muito mais tempo a ferver. E não adianta aumentar a intensidade do lume já que numa panela comum a água não ultrapassa os 100° C;
 - Cozinhe sempre na boca do fogão mais adequada ao tamanho da panela que está a utilizar, caso contrário metade do calor é perdido;
 - Desligue a boca do fogão uns minutos antes do previsto, o calor acumulado encarregar-se-á de terminar a confeção dos alimentos.
-

No esquentador

- Tal como deve fechar a torneira para a água no correr desnecessariamente, deve fazer o mesmo quando se trata da água quente, poupando também no gás;
- Desligue o esquentador ou a caldeira se não os utilizar durante longos períodos;
- Diminua a temperatura da água no esquentador ou caldeira durante os meses mais quentes;
- Escolha caldeiras a gás natural ou o ar condicionado como sistemas de aquecimento central;
- Invista na instalação de painéis solares térmicos, que, apesar do seu avultado investimento inicial, permitem um retorno a curto-médio prazo.

2

Eficiência Energética



Eficiência Energética

A iluminação é um bem essencial nas sociedades modernas e está diretamente ligada ao tema Energia. É também uma área suscetível de intervenção, de forma a economizar algum dinheiro na conta da eletricidade.

SAIBA QUE... a iluminação pública em Portugal é responsável por 3 por cento do consumo elétrico total

JÁ AGORA... os custos da iluminação pública constituem, nalguns casos, mais de 50 por cento nas despesas dos municípios com energia



Iluminação doméstica

- Substitua as lâmpadas incandescentes comuns por lâmpadas de baixo consumo, como as LED e fluorescentes;
- Mantenha as luzes apagadas se não estiver a fazer uso delas;
- Verifique se apagou todas as luzes antes de se deitar;
- Evite ter mais do que uma lâmpada acesa por divisão da casa;
- Utilize candeeiros solares na iluminação exterior.



Iluminação pública

Candeeiros apagados, armaduras a cair, luz intermitente, cabos à vista, postes danificados, portinholas sem tampa e ausência de candeeiro são as anomalias mais comuns e devem ser comunicadas aos serviços competentes para reparação.

- Se detetar situações desta natureza, basta preencher o formulário disponível no site da Câmara Municipal de Setúbal e remetê-lo ao Serviço do Ambiente e da Energia, do Departamento de Ambiente e Atividades Económicas, para o endereço saen@mun-setubal.pt
- A comunicação de anomalias pode também ser feita junto da EDP, entidade responsável pelo serviço de manutenção do sistema iluminação pública, através do sítio www.edp.pt

3

Qualidade do Ar e Alterações Climáticas



Qualidade do Ar

A atividade industrial e o transporte automóvel têm aumentado a presença dos gases com efeito de estufa na atmosfera da Terra: atualmente as concentrações de dióxido de carbono (CO_2), de metano (CH_4) e de Dióxido de Azoto (NO_2) estão, respetivamente, 40, 150 e 20 por cento acima dos níveis pré-industriais registados em 1750.

Consulte os dados de qualidade do ar do nosso concelho na Base de Dados Online sobre Qualidade do Ar – QUALAR, disponibilizada pela Agência Portuguesa de Ambiente através do site <http://qualar.apambiente.pt/>

Da poluição atmosférica resultam os efeitos de grande escala, tais como o aquecimento global, as alterações climáticas e a deterioração da camada de ozono na alta atmosfera. Uma consequência mais direta e visível é a degradação do ar que respiramos. Estas alterações na qualidade do ar refletem-se negativamente na saúde pública e no bem-estar das populações, tendo também efeitos prejudiciais na fauna, flora e até nos edifícios.



Reduza as emissões de CO₂

Tudo o que fazemos tem impacte ao nível das alterações climáticas, sobretudo na forma como utilizamos a energia em casa e no local de trabalho e no modo como nos deslocamos. Ficam aqui algumas dicas para reduzir as emissões de CO_2 e combater as alterações climáticas:

- Deixe o carro em casa. Utilize os transportes públicos, a bicicleta ou opte pela caminhada. Caso não seja possível, partilhe o automóvel (carsharing);
- Tenha uma condução calma e faça revisões periódicas ao veículo. Uma condução brusca ou um motor mal afinado aumenta o consumo de combustível e a emissão de poluentes;
- Na aquisição de um novo veículo, se optar por um motor a gasóleo, prefira os modelos equipados com filtros de partículas. Se optar por um veículo a gasolina, pondere a compra de um híbrido;
- Deixe entrar a luz do sol em casa. É um ótimo aquecedor, sobretudo durante o inverno;

- Isole e calafete janelas e portas. Muito do calor das habitações perde-se por estas vias;
- Seque a roupa no estendal. As máquinas de secar roupa são dos eletrodomésticos que consomem mais eletricidade;
- Utilize lâmpadas económicas em casa e no trabalho;
- Adquira eletrodomésticos de elevada eficiência energética. Consomem menos eletricidade e a diferença de preço inicial é rapidamente compensada;
- Use energias renováveis. Instale painéis solares no telhado da casa – painéis solares térmicos (para aquecer água) ou fotovoltaicos (para produção de eletricidade);
- Poupe na utilização dos sistemas de aquecimento e do ar condicionado. São grandes consumidores de energia;
- Evite banhos de imersão e opte por duche rápido. Poupa água, gás e/ou eletricidade;
- Reduza, reutilize e recicle. Use o ecoponto;
- Plante árvores. Opte por espécies da flora local e junto da sua casa plante árvores que fazem sombra no verão e deixam passar a luz do sol no inverno;
- Proteja a floresta dos incêndios. As árvores produzem O_2 (oxigénio) mas absorvem e retêm o CO_2 (dióxido de carbono) da atmosfera e, por isso, as florestas são consideradas “sumidouros de carbono”;
- Proteja os oceanos da poluição. Os oceanos são reguladores da temperatura global do planeta e já estão a sofrer os primeiros impactes das alterações climáticas: estão mais quentes, mais ácidos e com menos oxigénio.



4

Reduzir, Reutilizar e Reciclar



Reduzir, Reutilizar e Reciclar

Antes de reutilizarmos um material, mesmo que reciclado, importa que cada um faça em casa e no trabalho a separação correta do lixo. Este gesto é já um contributo para um melhor ambiente. E é tão fácil.

CONTRIBUA... para a redução de emissão de CO₂ ao utilizar menos papel, ao separar o papel e cartão para reciclagem e ao comprar papel reciclado



- Em cada material separado existe um produto reciclado. Este gesto é já um contributo para um melhor ambiente, e é tão fácil!

- **Ecoponto Amarelo** (embalagens de plástico e de metal)
Deposite latas de conserva, embalagens de detergentes e de higiene, embalagens de leite, de manteiga e de iogurte, garrafas de óleo, água e refrigerantes, sacos plásticos e esferovite

- **Ecoponto Azul** (papel e cartão)
Deposite caixas de cartão, caixas de ovos, papel de embrulho, jornais, papel de escrita e revistas

- **Ecoponto Verde** (vidro)
Deposite garrafas, garrafões, frascos e boiões

- Utilize o ecoponto para fazer a separação, coloque sempre as embalagens desmanchadas e bem espalmadas para rentabilizar o espaço disponível. A recolha dos contentores do ecoponto é efetuada pela empresa AMARSUL, sendo realizada individualmente por cada tipo de material (plástico/metal, papel/cartão e vidro).

Em caso de dúvida, contacte-nos através da Linha do Ambiente 265 220 230

ESTAMOS A REDUZIR

Ao planear bem as compras para não haver desperdício
Ao escolher produtos com menos embalagens
Ao comprar produtos duráveis e resistentes

ESTAMOS A REUTILIZAR

Ao usar o verso das folhas de papel utilizadas para rascunho
Ao reparar móveis antigos em vez de comprar um novo
Ao aproveitar potes e garrafas de plástico para vasos de plantas

ESTAMOS A RECICLAR

Ao transformar uma garrafa de plástico numa camisola
Ao transformar o papel velho em novo
Ao transformar o vidro antigo num frasco novo



5

Recolha de Resíduos Sólidos Urbanos



Recolha de RSU - Resíduos Sólidos Urbanos ou lixo doméstico

Cada vez mais temos consciência e preocupação em manter a nossa rua, o nosso bairro e a nossa freguesia limpos, agradáveis, onde apeteça viver, conviver e ver crescer os nossos filhos e netos.

Por isso, é essencial colocar no local adequado os resíduos que produzimos todos os dias em nossas casas, evitando problemas de mau cheiro e de saúde pública.

Coloque os resíduos domésticos no contentor, entre as 19h00 e as 22h00, num saco bem fechado e não se esqueça de fechar a tampa

JÁ AGORA... fique a saber que cada um de nós produz, diariamente, 1,5 kg de lixo



- Coloque no contentor o lixo que faz em casa e que não pode ser reciclado, como restos de comida, guardanapos sujos, papéis usados e produtos de higiene íntima (fraldas, tampões, pensos higiénicos e preservativos).
- Feche o saco do lixo antes de o colocar no contentor, para evitar maus cheiros e pragas urbanas, como ratos e ratazanas.
- Não acumule lixo fora dos contentores, nem faça montes de entulho. Além do cheiro e dos eventuais problemas para a saúde pública é a imagem da sua rua que fica prejudicada.

O que fazer com pequenas quantidades de resíduos domésticos perigosos?

Resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos (REEE), lâmpadas, pilhas e acumuladores, baterias de veículos usadas (BVU) e pneus.

Na compra destes tipos de equipamentos, os usados devem ser sempre entregues aos comerciantes, que têm a obrigação de os aceitar na compra de um novo com a mesma

função. No caso dos REEE pode também entregá-los em diversos hipermercados e grandes superfícies, ou nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Setúbal ou de Azeitão (Telef. 265 538 090), que dispõem de contentores para a recolha destes equipamentos.

Medicamentos

As embalagens de medicamentos e os medicamentos fora de prazo devem ser entregues nas farmácias.

Radiografias

Durante as campanhas da Assistência Médica Internacional (AMI), a entrega pode ser efetuada nas farmácias.

Óleos lubrificantes

As oficinas que vendem óleos lubrificantes devem receber os óleos usados. Em alternativa pode entregar o óleo usado num operador de resíduo licenciado.

O mau acondicionamento de resíduos está sujeito a coima de 200 a 22.500 euros (artigos 33.º a 35.º do Regulamento de Resíduos Sólidos Urbanos e Limpeza Pública do Município de Setúbal)

Em caso de dúvida ou outros resíduos, contacte-nos através da Linha do Ambiente 265 220 230



6

Recolha de Óleos Alimentares Usados (OAU)



Recolha de Óleos Alimentares Usados (OAU)

O óleo com que frita os alimentos pode ser reciclado e transformado em biodiesel, um combustível que substitui o gasóleo e é mais amigo do ambiente.

Ao entregar o óleo alimentar para reciclagem está também a prevenir o entupimento de canos da sua casa e a contribuir para a diminuição da poluição da água, do ar e do solo.



NÃO ESQUEÇA... que reciclar óleo usado permite produzir detergentes e outros produtos úteis, além do biodiesel. Não deite o óleo nos contentores do lixo nem na rede de drenagem de águas residuais domésticas (canalização), mas sim nos oleões!



Como proceder?

- Deixe arrefecer o óleo e limpe-o de impurezas (restos de comida, água e outros) com a ajuda de um passador;
- Aproveite uma garrafa de plástico vazia e seca, e despeje o óleo com a ajuda de um funil;
- Deposite a garrafa, bem fechada, num dos pontos de recolha de OAU.

ATENÇÃO... nos oleões só deve colocar óleo alimentar usado e nunca óleo mineral (de motores de veículos motorizados e outros)

Pontos de recolha de OAU

Para saber a localização do oleão mais próximo da sua habitação, consulte a rede municipal de recolha através do site da ENA – Agência de Energia e Ambiente da Arrábida, entidade parceira da Câmara Municipal de Setúbal na gestão dos OAU

– <http://www.ena.com.pt> | Telef. 265 546 194

Ou informe-se junto do Serviço de Ambiente e Energia, do Departamento de Ambiente e Atividades Económicas da Autarquia – saen@mun-setubal.pt | Telef. 265 537 058

7

Recolha de Monos e Resíduos Verdes



Recolha de Monos e de Resíduos Verdes



Monos

Monos são aqueles velhos objetos de grandes dimensões que já não têm utilidade, como eletrodomésticos, móveis, sofás e colchões.

LEMBRE-SE... quando comprar um eletrodoméstico, o vendedor deve recolher o velho



Resíduos Verdes

Resíduos verdes são pequenas quantidades de resíduos resultantes do tratamento de jardins e do corte de árvores e de arbustos (relva, ramos, aparas e folhagem).

Atenção às queimadas!

Só pode fazer queimadas de sobranes de resíduos verdes de novembro a abril, para evitar incêndios, com comunicação prévia aos Bombeiros para o telefone 265 739 330.

Contacte a CMS pela Linha do Ambiente ou a sua Junta de Freguesia caso resida em Azeitão, no Sado ou em Gâmbia, Pontes e Alto da Guerra, para combinar o local e a data de deposição de monos e resíduos verdes.

O depósito de monos e resíduos verdes na via pública fora do horário e local combinado com a CMS ou as Juntas de Freguesia está sujeito a coima de 200 a 22.500 euros. (artigos 33.º a 35.º do Regulamento de Resíduos Sólidos Urbanos e Limpeza Pública do Município de Setúbal).

Linha do Ambiente: 265 220 230

Azeitão: 800 208 504 | 212 199 930

Sado: 265 783 016

Gâmbia, Pontes e Alto da Guerra: 265 706 124

8

Recolha de Entulhos



Recolha de Entulhos

Os chamados entulhos ou resíduos de construção e demolição (RCD) são os resíduos de pequenas obras de remodelação em casa. Estes resíduos podem ser restos de caliças, tijolos ou azulejos, que são produzidos durante obras que envolvam colocação de azulejos ou substituição da canalização na casa de banho.



- Não amontoe os entulhos junto do contentor, requisiite um sacão, o chamado “big bag”, à Câmara Municipal de Setúbal, ou à sua Junta de Freguesia caso resida em Azeitão, no Sado ou em Gâmbia, Pontes e Alto da Guerra, com capacidade para entulho até 1 metro cúbico.
- Solicite a recolha do “big bag”, quando este estiver cheio, junto dos serviços camarários ou da Junta de Freguesia.
- Para maiores quantidades, superiores a 3 metros cúbicos, alugue um contentor de grande capacidade, contactando um operador de resíduos licenciado.

Em caso de dúvida, contacte-nos através da Linha do Ambiente.

O depósito de entulhos na via pública está sujeito a coima de 200 a 22.500 euros.

(artigos 33.º a 35.º do Regulamento de Resíduos Sólidos Urbanos e Limpeza Pública do Município de Setúbal).

Linha do Ambiente: 265 220 230

Azeitão: 800 208 504 | 212 199 930

Sado: 265 783 016

Gâmbia, Pontes e Alto da Guerra: 265 706 124

9

Animais de Companhia e Dejetos Caninos



Animais de Companhia

Entende-se por animal de companhia qualquer animal domesticado e mantido como companhia sob a responsabilidade dos seus donos.

A remoção dos dejetos do seu cão sempre que o leva à rua é uma ação absolutamente necessária. Os dejetos caninos não estão apenas associados à limpeza da via pública mas também à saúde pública, sendo responsáveis pela propagação de doenças graves, algumas das quais transmissíveis ao homem.

NÃO ESQUEÇA... que, se não apanhar do chão os dejetos do seu cão, sujeita-se uma coima entre 50 e 1000 euros. (n.º 3 do artigo 24.º do Regulamento Municipal sobre competências diversas relativas à detenção, alojamento e circulação de cães e gatos no Município de Setúbal)

A vacina antirrábica e o licenciamento dos canídeos são obrigatórios por lei. É também obrigatório por lei o uso de coleira ou peitoral identificativos, trela e, nos casos de raças consideradas potencialmente perigosas, açaimo.

Não alimente os animais na via pública. Os restos de comida propiciam a propagação de pragas urbanas (ratos, pompos ou baratas).

LEMBRE-SE... que é proibida a circulação de cães na praia durante a época balnear, mesmo atrelados e açaimados. Nas áreas verdes, jardins e parques infantis, os cães só podem circular com trela

Maus tratos

Os maus tratos físicos infligidos a um animal de companhia são punidos com pena de prisão até um ano ou com multa até 120 dias. No caso de morte ou danos permanentes, essa pena poderá ser até dois anos de prisão ou até 240 dias de multa. O abandono de animais de companhia é punido com pena de prisão até seis meses ou com multa até 60 dias.

Recolha de Dejetos Caninos



- Leve um saco de plástico sempre que o cão for à rua. Apanhe os dejetos do seu animal com um saco de plástico e coloque-o num contentor de indiferenciados.



- Respeite a sinalização e os locais próprios criados para as necessidades do seu cão.

- Circular por áreas verdes, jardins e parques infantis só com a trela.

Apanhe do chão os dejetos do seu cão:



- 1.º Calce um saco de plástico como se fosse uma luva;
- 2.º Apanhe o dejetos;
- 3.º Volte o saco do avesso e dê um nó;
- 4.º Coloque o saco na papeleira ou no contentor mais próximo.

10

Praia mais Limpa



Praia mais Limpa

Se não gostamos de uma praia suja, temos de contribuir para a sua limpeza... Todos somos responsáveis! As nossas praias - Albarquel, Figueirinha, Galapos, Creiro e Portinho da Arrábida - são tesouros da Humanidade que temos o dever de preservar para gerações futuras.



ORGULHE-SE... por a Praia da Figueirinha hastear a Bandeira Azul desde 2009

NÃO ESQUEÇA... que ao poluir a areia está a poluir o mar pondo em risco fauna e flora marítimas
ADIRA à campanha ambiental "Ajude na preservação dos golfinhos"



- Leve um saco de plástico para a praia para pôr o lixo que vai fazendo, incluindo, latas e/ou garrafas de plástico/vidro, papéis, beatas de cigarros, paus de gelado. Estes materiais, além de estragarem a paisagem, podem acumular bactérias, causar feridas e trazerem problemas de saúde aos visitantes. Os golfinhos do Sado, além de outros animais, confundem alguns destes objetos com alimentos e ingerem-nos, o que pode causar-lhes doenças ou até mesmo a morte.

- Não enterre nem o saco nem o lixo na areia.
- Coloque o saco de plástico, fechado, num dos contentores mais próximos.
- Certifique-se, ao deixar a praia, de que o areal fica limpo para si e para os outros!

E LEMBRE-SE DE...

- ... escolher praias vigiadas e respeitar os sinais de aviso, como a cor da bandeira
- ... não deixar as crianças tomar banho sozinhas
- ... não ir para fora de pé em colchões ou em boias
- ... não tomar banho depois de comer
- ... colocar o colete de salvação caso ande de barco
- ... cumprir sempre as instruções dos nadadores-salvadores
- ... evitar exposição solar nas horas de maior calor (entre as 11h30 e as 16h30)

11

Bebé Amigo do Ambiente



Bebé Amigo do Ambiente

As fraldas descartáveis são utilizadas por muitos pais em todo o mundo, mas não são as melhores amigas do ambiente nem para o futuro do seu bebé. Uma fralda descartável leva 500 anos para se decompor e, enquanto esse processo caminha lentamente, ela acaba por contribuir, e muito, para a poluição.

Mas há muito por onde começar, desde o nascimento, para crescer com hábitos amigos do ambiente.

Dê os brinquedos, roupas e utensílios em bom estado a quem mais precisa. Através da entrega a instituições ou da venda/troca em lojas especializadas neste ramo, ajude as outras mães e faça felizes outras crianças que não tiveram a mesma oportunidade de ter tantos brinquedos.

UTILIZE... fraldas reutilizáveis em detrimento das descartáveis

PENSE... nas 800 mil toneladas de fraldas descartadas, por ano, para o meio ambiente



- Mil milhões de árvores são abatidas todos os anos para a produção de fraldas descartáveis, além do petróleo que também entra na sua composição.
- Aqueça apenas a quantidade de água que vai precisar para cada biberão.
- Compre menos brinquedos de plástico. Estes usam petróleo, um recurso precioso que mantém o carbono no subsolo.
- Use sacos reutilizáveis e aproveite roupas e mobília em segunda mão. Faça as contas ao que vai poupar.
- Escolha produtos de longa duração e que possam ser reparados.
- As revistas de puericultura são muito aliciantes. Não adquira produtos que acabam por ter pouca ou nenhuma utilidade.

12

Hortas e Compostagem em Casa



Hortas e Compostagem em Casa

Gostava de cultivar e colher na sua casa umas ervas aromáticas, umas folhas de rúcula ou uma alface fresquinha mas não tem espaço?

As hortas verticais são uma excelente solução para cultivar em meio urbano, aproveitando e embelezando espaços reduzidos, como varandas e paredes de edifícios.

CULTIVE... salsa, manjeriço, coentros, alfaces ou espinafres e decore a sua varanda. Hoje, as lojas da especialidade dispõem de diversos acessórios que podem ajudar.

Saiba que...

A horta familiar permite uma disponibilidade de produtos vegetais e ervas aromáticas frescas e o acesso facilitado a uma alimentação saudável.

Construir as hortas:



- Podem ser feitas em qualquer espaço pequeno com terra bem adubada, de preferência natural, que receba luz e água;



- As sementes podem ser cultivadas em garrafas de plástico, tubos de PVC ou pacotes de leite, contribuindo para a reutilização destes materiais;



- A escolha dos vegetais é feita de acordo com a adaptação e a preferência de cada um. Normalmente, temperos, ervas e hortaliças são os que mais facilmente se adaptam;

- Veja nas embalagens das sementes a época do ano mais indicada para a sementeira e como o vegetal deve ser tratado;

- Os cuidados ficam por conta da manutenção: regar com frequência, adubar quando necessário e controlar as pragas, o que pode ser feito de forma orgânica.

Compostagem

Se tiver uma horta poderá fazer com os restos dos alimentos e os resíduos do jardim um composto rico em nutrientes. Este adubo natural vai ser muito bom para as plantas e terá em casa uma minicentral de compostagem.

Uma das principais vantagens da compostagem é a redução, em parte, da quantidade de resíduos que são depositados em aterro sanitário.

Outra é a de se evitar a utilização de herbicidas e outros químicos nas plantas e jardins, protegendo desta forma todos os outros organismos que lá vivem, como as minhocas, as joaninhas e os escaravelhos.

COMPOSTAR... permite obter um composto que faz com que a fruta e os legumes sejam mais saudáveis e saborosos, evitando a quantidade de resíduos depositados em aterro, que podem ser ainda aproveitados, e a utilização de químicos, que prejudicam a saúde e os seres vivos que vivem na horta (minhocas, joaninhas e escaravelhos, por exemplo).

Como fazer:

- Para a compostagem é necessário uma caixa plástica com tampa e devem ser feitos pequenos furos no fundo da caixa. Assim, haverá troca de oxigénio e o líquido não ficará acumulado no recipiente;
- Para evitar mau cheiro, coloque borras de café e não utilize restos de carne e de peixe, apenas vegetais;
- Após as diversas camadas, a caixa deve ser fechada e é preciso revirar o composto a cada três dias;
- É só esperar e em três meses o composto está pronto a ser utilizado.



Hortas Urbanas

O projeto Hortas Urbanas de Setúbal, iniciado em 2012, está instalado junto dos viveiros municipais e consiste na atribuição, mediante critérios de seleção estabelecidos em regulamento, de 74 parcelas de terreno para cultivo com 30 metros quadrados.

Tem como objetivo dotar o município de um espaço comunitário que permite uma forte conexão ecológica, social e económica entre os habitantes de Setúbal e uma atividade agrícola sustentável.

Se estiver interessado contacte a Divisão de Espaços Verdes da Câmara Municipal de Setúbal: diev@mun-setubal.pt
Telef. 265 553 694

13

Espaços Verdes em Meio Urbano



Espaços Verdes em Meio Urbano

Além de embelezarem a paisagem urbana, os espaços verdes controlam o microclima, filtram os gases tóxicos produzidos pelos automóveis e absorvem parte do ruído provocado pela circulação automóvel.

Os espaços verdes desempenham ainda funções culturais, de integração e enquadramento, didáticas, de suporte de uma rede contínua de percursos para peões, de lazer e de recreio.

SAIBA que os espaços verdes têm um papel de fundamental importância para o bem-estar da população urbana

No dia a dia no jardim, tenha em atenção:

- Se tem alergias: conheça as plantas que crescem no exterior da sua habitação, evite cheirar ou tocar nas plantas e nos dias ventosos evite sair para o jardim;
- Furto de flores e plantas: custa dinheiro ao erário público e contribui para a degradação da qualidade do espaço público. Contribua para a defesa e preservação das árvores e outras espécies vegetais dos espaços verdes públicos;
- Estacionamento indevido em cima das placas ajardinadas: danifica os tubos de rega e aspersores;
- Passear animais de estimação: não deixe o seu animal de estimação à solta num jardim público, nem permita que dejetos ou urine nessas zonas.

No seu pequeno espaço verde:

- Escolha para o seu jardim espécies autóctones (espécies locais da região), que estão mais adaptadas e necessitam de menos água no verão;
- Adeque a quantidade de água e frequência da rega à época do ano e regue preferencialmente de manhã ou ao fim do dia para evitar as perdas de água por evaporação;

- Para evitar que a terra seque, pode cobri-la com uma camada de relva cortada, palha ou cartão de embalagens usadas;
- Utilize de preferência sistemas de rega automáticos;
- Utilize corretamente os produtos fitofarmacêuticos, salvaguardando a sua saúde, a dos seus vizinhos e a dos animais.

Desfrute dos espaços verdes do concelho:

Parque do Bonfim, Jardim de Vanicelos, Parque Verde da Algodeia, Parque Verde da Bela Vista, Parque Urbano de Albarquel, Praça da República, Jardim General Luís Domingues, Parque da Lanchoa, Jardim Camilo Castelo Branco e Azeitão Bacalhôa Parque



Quando as árvores se tornam um problema....

Muitas vezes, atritos entre vizinhos e outros problemas começam por pequenas questões que facilmente podem ser resolvidas com bom senso ou com a consulta da legislação em vigor.

SAIBA QUE...

Se uma árvore ou ramos penderem de um terreno privado para outro terreno privado, o Município não tem legitimidade para intervir.

Quem se sentir lesado pode acionar o mecanismo previsto no n.º 1 do artigo 1366.º do Código Civil, segundo o qual "(...) ao dono do prédio vizinho é permitido arrancar e cortar as raízes que se introduzirem no seu terreno e o tronco ou ramos que sobre ele propenderem, se o dono da árvore, sendo rogado judicial ou extrajudicialmente, não o fizer dentro de 3 dias".

SAIBA QUE...

Necessita de autorização do ICNF – Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas para:

- Realizar a poda, o corte ou o arranque de sobreiros e de azinheiras;
- Realizar o corte, a desrama e a circulação de coníferas hospedeiras com nemátodo do pinheiro;
- Efetuar o arranque de oliveiras.

+Info

ICNF – Instituto da Conservação da Natureza e das
Florestas | www.icnf.pt | Telef. 265 541 140

Câmara Municipal de Setúbal – Divisão de Espaços
Verdes | diev@mun-setubal.pt | Telef. 265 553 694



14

Boas práticas...

... ao volante, no trabalho e em casa



Boas Práticas...



... AO VOLANTE:

- EVITE ter o motor a trabalhar quando o carro está parado e tenha em atenção que as emissões dos veículos atingem o ponto mais baixo quando viaja entre 65 e 95 km/hora;
- ESCOLHA um automóvel com a preocupação da relação entre o combustível gasto e o tamanho do veículo. Se quer ajudar o planeta, o tamanho conta;
- REDUZA o número de viagens curtas de automóvel;
- FAÇA manutenção regular do veículo: verifique o filtro de ar do motor em cada mudança de óleo; escolha óleo com as palavras "conservação de energia"; carros regulados poluem menos e uma manutenção correta de apenas 1 por cento da frota de veículos mundial representa meia tonelada de gás carbónico a menos na atmosfera;
- OPTE por pneus com baixa resistência ao rolamento, pois pode obter uma diferença de 4 por cento na economia de combustível. Confirme a pressão dos pneus todos os meses, pela manhã, quando eles estão frios;
- RETIRE o bagageiro vazio em cima do carro. Qualquer peso extra no carro causa aumento no consumo de combustível;
- LAVE o carro a seco. Existem diversas opções sem água, algumas até mais baratas do que a lavagem tradicional, que desperdiça centenas de litros a cada lavagem.

ANDE a pé, de bicicleta ou em transportes públicos sempre que possível;

ECOCONDUÇÃO

Forma de condução eficiente que permite reduzir o consumo de combustível e a emissão de gases com efeito de estufa e outros poluentes, contribuindo também para uma maior segurança rodoviária e um maior conforto dos ocupantes.

Planeie antecipadamente os percursos e escolha os mais descongestionados.

Conduza por antecipação, evitando muitas travagens e acelerações.

Ligue o motor sem carregar no acelerador.

Nos motores a gasolina, inicie a marcha logo após o arranque, mas espere alguns segundos nos motores a diesel.

Use a 1.^a velocidade somente no início da marcha e passe para a 2.^a logo a seguir.

Circule sempre a baixas rotações, optando por mudanças mais altas.

Conduza a velocidades razoáveis e acima de tudo conduza suavemente.

Adapte a velocidade à estrada e às condições de circulação.

Levante o pé do acelerador e deixe o carro rodar com a mudança engrenada, sem reduzir, sempre que possível.

Trave de forma suave e progressiva.

Sempre que a velocidade e o espaço o permitam, abrande o veículo sem reduções de caixa.

Evite situações ao ralenti.

Em paragens prolongadas, desligue o motor.

Sempre que tiver de estacionar ao ar livre, certifique-se de que o depósito de combustível está à sombra para minimizar a evaporação.



...NO TRABALHO E EM CASA:

- LEIA jornais online;
- OPTE por colocar o computador e o monitor em modo inativo, o que consome até menos de 70 por cento de energia;
- DESLIGUE o computador sempre que ficar mais de duas horas sem o utilizar;
- ECONOMIZE na compra do monitor e escolha LCD, pois são mais económicos e consomem menos energia;
- EVITE que os equipamentos permaneçam em standby. Desligue-os da tomada;
- APAGUE as luzes do escritório sempre que tenha luz natural ou quando sair;
- OPTE pelos secadores de mãos das casas de banho públicas em vez do papel, pois reduz a utilização de recursos naturais;
- EVITE a utilização do ar condicionado e ao utilizá-lo tenha em atenção as boas práticas de utilização deste equipamento por forma a poupar energia: não utilize níveis de temperatura muito acima ou muito abaixo da temperatura ambiente;
- RECICLE papel e compre papel reciclado;
- EVITE imprimir os documentos e, se tiver mesmo de o fazer, imprima e fotocopie em ambos os lados;
- ECONOMIZE nos CD e DVD que, embora sejam meios eficientes e baratos, levam anos para se decomporem. Guarde a informação, sempre que possível em ficheiro no computador.

LEMBRE-SE: quando for às compras leve sacos retornáveis.

