

## CAPÍTULO 2 CUIDAR: COMO? DICAS DE RESPONSABILIDADE SOCIOAMBIENTAL – NO TRABALHO E NA VIDA PESSOAL

INTRODUÇÃO .....	3
2.1 ÁGUA .....	4
2.2 ALIMENTOS .....	4
2.3 CONSTRUÇÃO .....	5
2.3.1 <i>Qualidade Urbana</i> .....	5
2.3.2 <i>Projeto e Conforto</i> .....	5
2.3.3 <i>Eficiência Energética</i> .....	6
2.3.4 <i>Conservação de Recursos Materiais</i> .....	7
2.3.5 <i>Gestão da Água</i> .....	7
2.3.6 <i>Práticas Sociais</i> .....	8
2.3.7 <i>Obras Públicas Sustentáveis</i> .....	8
2.4 CONSUMO .....	9
2.4.1 <i>Consumo de Embalagens</i> .....	10
2.5 ENERGIA (EQUIPAMENTOS ELETRÔNICOS) .....	11
2.5.1 <i>Consumo de Energia</i> .....	11
2.5.2 <i>Ar condicionado e Aquecedores</i> .....	11
2.5.3 <i>Chuveiro</i> .....	12
2.5.4 <i>Computador</i> .....	12
2.5.5 <i>Elevador</i> .....	12
2.5.6 <i>Ferro de passar roupas</i> .....	13
2.5.7 <i>Geladeira e Freezer</i> .....	13
2.5.8 <i>Lâmpadas</i> .....	13
2.5.9 <i>Pilhas e Baterias</i> .....	14
2.5.10 <i>Televisão</i> .....	14
2.5.11 <i>Tomadas</i> .....	14
2.6 PAPEL .....	14
2.7 QUALIDADE DE VIDA .....	15
2.7.1 <i>No trabalho</i> .....	15
2.7.1.1 <i>Mobilização e Divulgação</i> .....	15
2.7.1.2 <i>Saúde, Segurança e Meio Ambiente</i> .....	15
2.7.1.3 <i>A Atitude de Cada Pessoa</i> .....	16
2.7.1.4 <i>Cidadania e Ética no Trabalho</i> .....	16
2.7.1.5 <i>Desenvolvimento Pessoal e Profissional</i> .....	17
2.7.2 <i>No dia a dia</i> .....	17
2.7.2.1 <i>Alimentação e saúde</i> .....	18
2.7.2.2 <i>Biodiversidade</i> .....	18
2.8 RECICLAGEM .....	20
2.8.1 <i>O que pode e o que não pode ser reciclado</i> .....	21

2.8.2. Cuidados ao dispor para reciclagem.....	22
2.9 RESÍDUOS .....	23
2.9.1 Lixo Eletrônico.....	23
2.10 SACOLAS PLÁSTICAS .....	24
2.11 TRANSPORTE.....	24
2.12 COMPRAS PÚBLICAS SUSTENTÁVEIS .....	25

## **SIGLAS E REFERÊNCIAS**

A21 – Agenda 21

<http://www.mma.gov.br/responsabilidade-socioambiental/agenda-21>

A3P – Agenda Ambiental na Administração Pública

<http://www.mma.gov.br/responsabilidade-socioambiental/a3p>

D7746-12 – Decreto Nº 7.746, de 2012, sobre critérios, práticas e diretrizes nas contratações da administração pública federal.

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2011-2014/2012/Decreto/D7746.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2011-2014/2012/Decreto/D7746.htm)

GRC-L – Guia sobre Responsabilidade Compartilhada: O Lixo Agora é Problema de Todos

[http://cpsustentaveis.planejamento.gov.br/wp-content/uploads/2010/12/responsabilidade\\_compartilhada.pdf](http://cpsustentaveis.planejamento.gov.br/wp-content/uploads/2010/12/responsabilidade_compartilhada.pdf)

IN01-10 – Instrução Normativa Nº 01, de 2010, sobre Compras Públicas Sustentáveis

<http://cpsustentaveis.planejamento.gov.br/wp-content/uploads/2010/03/Instru%C3%A7%C3%A3o-Normativa-01-10.pdf>

MECS – Manual de Educação para o Consumo Sustentável

<http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/publicacao8.pdf>

PNRS – Política Nacional de Resíduos Sólidos

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2010/lei/l12305.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12305.htm)

PGA-MP – Programa de Gestão Ambiental – MPF

<http://pga.pgr.mpf.gov.br/institucional/o-pga/o-pga/o-programa-de-gestao-ambiental>

SCA – Selo Caixa Azul: Boas Práticas Para Habitação Mais Sustentável

[http://www1.caixa.gov.br/popup/generico/700x450\\_1.asp](http://www1.caixa.gov.br/popup/generico/700x450_1.asp)

SeS – Saco é um saco

<http://www.sacoeumsaco.gov.br/>

SV-USP – Selo Verde USP – Descarte de Eletrônicos

[http://licitacao.uol.com.br/10seminario/apresentacoes/Mauro\\_Cesar.zip](http://licitacao.uol.com.br/10seminario/apresentacoes/Mauro_Cesar.zip)

## INTRODUÇÃO

Este capítulo tem por objetivo fornecer ferramentas que auxiliem na implementação de ações de responsabilidade socioambiental no dia a dia.

Por ter um cunho eminentemente prático este documento só apresenta práticas, sem qualquer conteúdo teórico - que pode ser encontrado nos demais capítulos do trabalho<sup>1</sup>, ou diretamente nas iniciativas/projetos pesquisados. As referências relacionadas às práticas constam neste capítulo, entre o sumário e esta Introdução.

Nenhum conhecimento novo foi produzido. E, algumas vezes, a maneira de apresentar alguns assuntos pode ser diferente – como é o caso do princípio dos 3R's (reduzir, reutilizar e reciclar), que alguns estudos tratam com 5R's. Porém como a abordagem dos 5R's apresenta pelo menos 3 vertentes (1) Reduzir, Reutilizar, Recuperar, Renovar e Reciclar; (2) Reciclar, Reduzir, Reutilizar, Responsabilizar e Respeitar; e (3) Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar e Reciclar, optou-se pelo princípio dos 3R's.

As informações aqui apresentadas formam um mosaico de parte do conhecimento produzido por diversos órgãos governamentais e outras organizações. As “dicas” estão organizadas alfabeticamente e contemplam os temas cujas iniciativas procuram impactar positivamente, tais como água, alimentos, consumo, construção, reciclagem, transportes, etc. Em alguns casos, elas aparecem em mais de um tópico considerando o foco dado: exemplo 1 - consumo (4.4), papel (4.6) reciclagem (2.8), sacolas plásticas (2.10); exemplo 2 - alimentos (2.2), alimentação e saúde (2.7.2.1) e biodiversidade (2.7.2.2).

Embora a maioria das dicas possa ser adotada por qualquer indivíduo, seja na função de servidor público ou em sua própria casa, a aplicabilidade de algumas delas pode estar condicionada à atividade profissional desenvolvida pelo leitor, a exemplo de algumas dicas relacionadas a obras públicas/manutenção – construção (2.3), qualidade urbana (2.3.1), projeto e conforto (2.3.2) e elevador (2.5.5) – ou à gestão de pessoas: qualidade de vida (2.7), mobilização e divulgação (2.7.1.1), cidadania e ética no trabalho (2.7.1.4) e práticas sociais (2.3.6).

Como anteriormente mencionado, a sustentabilidade é um tema de estudo em constante expansão. Críticas, sugestões e outras iniciativas poderão ser comunicadas pelos leitores, para que sejam incluídas em versões futuras, através do e-mail: [responsabilidade.socioambiental@fazenda.gov.br](mailto:responsabilidade.socioambiental@fazenda.gov.br)

---

<sup>1</sup> Os Capítulos 2 e 3 apresentam, respectivamente, lei e normas que norteiam a Responsabilidade Sociambiental na Administração Pública e de programas e iniciativas existentes na Administração Pública.

## 2.1 ÁGUA

Substitua as torneiras e as caixas de descargas, por outras mais econômicas.	A3P
Construa bacia de infiltração para recuperar parte da água perdida com a impermeabilização do solo.	A3P
Engaje-se e apoie iniciativas de aprimoramento do saneamento básico, que aproveite o lodo do esgoto para gerar biogás (estudo do potencial de geração de energia renovável proveniente dos aterros sanitários nas regiões metropolitanas e grandes cidades do Brasil).	A3P
Apoie iniciativas que visem a implantação de sistemas de tratamento de esgotos como forma de reduzir a contaminação da água e organize-se exigindo que o município faça o tratamento adequado dos resíduos para evitar o desperdício de água.	MECS
Ao lavar a louça, use uma bacia ou a própria cuba da pia para deixar os pratos e talheres de molho por alguns minutos antes da lavagem, pois isso ajuda a soltar a sujeira. Depois, use água corrente somente para enxaguar.	MECS
Para lavar o carro, use balde em vez de mangueira.	MECS
Instale e utilize redutores de vazão em torneiras e chuveiros, como torneiras com aerador (“peneirinhas” ou “telinhas” na saída da água). Isso dará a sensação de maior vazão, mas, na verdade, faz exatamente o contrário, podendo resultar numa redução de vazão de até 12 L/min, por peça sanitária.	A3P, MECS
Evite utilizar água potável onde esta não é necessária, como por exemplo, na descarga de vasos sanitários, irrigação de jardins e lavagem de pisos. Busque implantar coleta e aproveitamento de água de chuva, com utilização de água não potável para estas atividades. O armazenamento pode ser feito em recipientes colocados na saída das calhas. Atenção para tampar esses recipientes para que não se tornem focos de mosquito da dengue. (separar aqui em outra célula?) Não reutilize água da máquina de lavar roupas ou louça em jardins ou plantas. A longo prazo, alguns produtos químicos presentes nos detergentes poderão ser prejudiciais às plantas e ao solo.	A3P, MECS

## 2.2 ALIMENTOS

Ao lavar verduras, utilize uma bacia para deixá-las de molho (pode ser inclusive com algumas gotas de vinagre ou com solução de hipoclorito), passando-as depois por um pouco de água corrente para terminar de limpá-las.	MECS
Aproveite integralmente os alimentos. Muitas vezes, talos, folhas, sementes e cascas têm grande valor nutritivo e possibilitam uma boa variação no seu cardápio.	MECS
Procure consumir alimentos livres de agrotóxicos que podem causar danos ao meio ambiente, à sua saúde e à saúde do trabalhador rural. Uma opção são os produtos orgânicos, que são cultivados sem agrotóxicos e sem fertilizantes químicos.	MECS

Planeje bem a compra de alimentos para não haver desperdício, refletindo se realmente precisa de determinados produtos, dimensionando a compra de produtos perecíveis com as reais necessidades da família e com as possibilidades de uso. Reaproveite os alimentos, não os desperdiçando.

GRC-L, MECS

## 2.3 CONSTRUÇÃO

### 2.3.1 Qualidade Urbana

Sempre que possível, realize o mapeamento de infraestrutura básica, serviços, equipamentos comunitários, comércio e transporte público regular nas proximidades de empreendimentos habitacionais, e considere estes elementos na seleção de área definitiva e/ou os inclua no planejamento do empreendimento.

SCA

Sempre que possível, realize o mapeamento de eventuais fatores de risco e considere estes elementos na seleção de área definitiva. Durante a seleção de área, descarte locais vulneráveis a desastres naturais, como inundações e escorregamentos de terra, e a contaminações do ar, da água e do solo. A proximidade a fontes emissoras de ruídos, odores e poluição acima de determinados níveis podem ser prejudiciais ao bem-estar, à saúde ou à segurança dos moradores. Ao se estabelecerem distâncias mínimas entre novos empreendimentos habitacionais e tais fontes emissoras, procure proteger e resguardar os futuros moradores.

SCA

Busque implementar programas de ativação e recuperação ambiental de ruas como espaços públicos estratégicos, como melhorias estéticas, funcionais, paisagísticas e de acessibilidade no entorno do empreendimento.

SCA

Sempre que possível, realize (1) a caracterização do nível de degradação social e/ou ambiental da área considerada, (2) o mapeamento das estratégias a serem potencialmente empregadas na recuperação; e (3) a caracterização do benefício potencial para o empreendimento, para moradores do entorno, para a dinâmica urbana e economia local, resultante da implantação das medidas de recuperação, e considere estes elementos na seleção de área definitiva e/ou planejamento do empreendimento. Prepare, também, um plano abrangente de recuperação ambiental e/ou social de áreas degradadas.

SCA

Sempre que possível, realize mapeamento de vazios urbanos em áreas centrais e caracterização de potencial de recuperação de edificações existentes em áreas centrais.

SCA

### 2.3.2 Projeto e Conforto

Leve em consideração as influências das edificações vizinhas em relação ao sombreamento que possa reduzir a incidência de luz natural, assim como impedir a incidência direta de luz solar nas áreas que necessitam de maior insolação, como dormitórios e salas. A iluminação natural deve ser combinada com parâmetros de sombreamento para manter um equilíbrio na edificação entre luz natural e calor admitido.

SCA

<p>É importante considerar a flexibilidade do projeto, como forma de propiciar aos moradores uma melhor adequação da edificação às suas necessidades futuras. O projeto deve ser desenhado, visando a favorecer adaptação da edificação, da melhor maneira possível e sem grandes custos financeiros e de material. Projetos com fácil adaptação a mudanças futuras podem levar a um menor consumo e desperdício de materiais, e ao aumento da vida útil da edificação por possibilitar uma diminuição do seu grau de obsolescência.</p> <p>A flexibilidade de projeto deve refletir as características dos usuários futuros, considerando-se suas necessidades mais prováveis de alteração e/ou ampliação das habitações.</p>	SCA
<p>Busque uma harmonia com as edificações vizinhas, evitando causar sombreamento e interferências na trajetória dos ventos. Essas soluções são incentivadas pela prática de paisagismo eficiente e pelo planejamento da implantação da edificação no terreno.</p>	SCA
<p>Atente para a adequação à topografia do terreno. Assim, na medida do possível, a arquitetura deve se adaptar aos elementos naturais positivos que apresenta o terreno, como sua topografia, minimizando movimentos de terra, e árvores, impedindo seu corte. Desmatamentos e movimentos de terra excessivos causam erosão e alteram o ciclo hidrológico natural, degradando o meio ambiente.</p>	SCA
<p>Um paisagismo planejado de forma eficiente dentro do projeto pode ser um meio para reduzir o efeito de ilha de calor dentro das zonas urbanizadas, produzido, em grande parte, pelas áreas abertas com pavimentação impermeável.</p>	SCA
<p>Promova formas de transporte alternativo, como implantação de bicicletários, tanto para moradores como para visitantes. Incentive o uso do transporte alternativo não poluente e priorize as circulações de pedestre, sombreadas e acessíveis.</p>	SCA
<p>Projetos que levam em consideração a sustentabilidade buscam promover maiores espaços de convivência entre os moradores, o que pode ser feito por meio da construção de equipamentos de lazer, sociais e esportivos. Estes devem levar em conta o porte do empreendimento, e a sua localização em relação aos usuários é muito importante para que tenham um uso efetivo por parte dos moradores.</p>	SCA
<p>A separação de recicláveis pode ser incentivada desde o projeto da edificação, com o fornecimento de espaços adequados para este fim, e combinada com campanhas de conscientização dos usuários das edificações.</p>	SCA

### 2.3.3 Eficiência Energética

<p>O uso de lâmpadas de baixo consumo, como as fluorescentes convencionais e compactas, é mais adequado para locais de permanência prolongada, como dormitórios, cozinhas ou áreas de serviço ou locais de pouca permanência, porém com acionamentos não contínuos como banheiros. No caso de áreas de pouca permanência com acionamento intermitente, como circulações, garagens e/ou com uso de sensores de presença e minuterias, seu uso não é indicado.</p>	SCA
<p>Utilize de dispositivos economizadores e/ou lâmpadas eficientes nas áreas comuns.</p>	SCA
<p>Institua a medição individualizada de gás.</p>	SCA
<p>Implemente sistema de aquecimento solar para reduzir o consumo de energia elétrica ou de gás para o aquecimento de água.</p>	SCA

Compre eletrodomésticos e elevadores eficientes.	SCA
Estabeleça sistema de aquecimento a gás e opte por fontes alternativas de energia.	SCA

### 2.3.4 Conservação de Recursos Materiais

Evite o uso de produtos de baixa qualidade. Produtos de qualidade, reduzem o consumo de recursos naturais utilizados na correção e os custos de correção de defeitos, além de promover a concorrência saudável através da valorização da competitividade dos fabricantes que operam em conformidade com a normalização e que promovam a inovação e a eficiência.	SCA
Práticas de construção sustentável devem ter como objetivo reduzir o consumo de materiais por metro quadrado útil de construção, seja melhorando projetos, selecionando métodos construtivos que garantam o desempenho adequado com a utilização de menor quantidade de materiais, seja reduzindo perdas e evitando a necessidade de reposição de produtos de baixa qualidade.	SCA
Reduza o emprego de madeira em aplicações de baixa durabilidade, que constituem desperdício, e incentive o uso de materiais reutilizáveis. Reduza a demanda por madeiras nativas de florestas não manejadas pela promoção do uso de madeira de espécies exóticas plantadas ou madeira nativa certificada.	SCA
Adote um sistema de gestão de resíduos de acordo com as Resoluções n. 307 e n. 348 do Conama (respectivamente de 2002 e 2004) e com as legislações municipais, incluindo a minimização da geração de resíduos e a segregação dos resíduos de diferentes classes.	SCA
Otimize o uso do cimento na produção de concretos estruturais, por meio de processos de dosagem e produção controlados e de baixa variabilidade, sem redução da segurança estrutural, preservando recursos naturais escassos e reduzindo as emissões de CO <sub>2</sub> .	SCA
Colabore para a redução da pressão sobre recursos naturais não renováveis por meio do uso de materiais reciclados e pela promoção de mercado de agregados reciclados.	SCA

### 2.3.5 Gestão da Água

Implante sistema de medição individualizada, que permite o gerenciamento do consumo de água na unidade habitacional, contribuindo para a redução do consumo.	SCA
Instale dispositivos economizadores de água em banheiros e lavabos, torneiras em geral e, também, registro regulador de vazão em pontos de utilização do empreendimento, tais como chuveiro, torneiras de lavatório e de pia. Em vasos sanitários, adote a instalação de bacia sanitária dotada de sistema de descarga com volume nominal de seis litros e com duplo acionamento. Já as torneiras, devem conter arejadores.	SCA
Aproveite águas pluviais, utilizando-a, essencialmente, em bacia sanitária, irrigação de áreas verdes, lavagem de pisos, lavagem de veículos e espelhos d'água.	SCA
Ajude a conter as enchentes, represando parte da água que teria de ser drenada para galerias e rios (algo atualmente exigido na cidade de São Paulo pela lei das "piscininhas", para construções com área impermeabilizada superior a 500m <sup>2</sup> ).	A3P

Encoraje a conservação de água, a autossuficiência é uma postura ativa perante os problemas ambientais da cidade.

A3P

A instalação do sistema hidráulico, que é modular, pode ser realizada tanto em obras em andamento como em construções finalizadas.

A3P

### 2.3.6 Práticas Sociais

Promova a sustentabilidade do empreendimento por meio de atividades educativas, de mobilização e de educação ambiental que envolvam empreendedores, construtoras, trabalhadores, moradores do entorno e futuros moradores.

SCA

Estimule atividades de capacitação profissional aos trabalhadores e dê preferência à mão de obra local.

SCA

Promova a participação e o envolvimento da população-alvo na implementação do empreendimento e na consolidação deste como sustentável, desde a sua concepção. Esta é também uma forma de estimular a permanência dos moradores no imóvel e a valorização da benfeitoria.

SCA

Preste informações e oriente os moradores quanto ao uso e à manutenção adequada do imóvel, considerando-se os aspectos de sustentabilidade previstos no projeto.

SCA

Propicie a inclusão social de população em situação de vulnerabilidade social, e desenvolva ações socioeducativas para os demais moradores da área e do entorno, com vistas a reduzir o impacto do empreendimento em suas adjacências, e favorecer a resolução de possíveis conflitos gerados pela construção e inserção de novos habitantes na comunidade já instalada.

SCA

Promova o desenvolvimento socioeconômico dos moradores, desenvolvendo um plano de geração de trabalho e renda que contemple atividades de profissionalização para inserção no mercado de trabalho ou voltadas para o associativismo/cooperativismo, que fomentem o aumento da renda familiar.

SCA

### 2.3.7 Obras Públicas Sustentáveis

Os projetos básicos ou executivos deverão sempre ser apresentados em conformidade com as normas do Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial – INMETRO e as normas ISO 14.000 da Organização Internacional para a Padronização (International Organization for Standardization).

IN01-10

O projeto de obra de prédio público deve ser elaborado visando à economia da manutenção e operacionalização da edificação, a redução do consumo de energia e água, bem como a utilização de tecnologias e materiais que reduzam o impacto ambiental.

D7746-12, IN01-10

Prefira a automação da iluminação do prédio, com projeto de iluminação, iluminação ambiental, iluminação tarefa, fazendo uso de sensores de presença. Aonde for indispensável, utilize equipamentos de climatização mecânica, ou de novas tecnologias de resfriamento do ar, que utilizem energia elétrica.

IN01-10

Faça uso exclusivo de lâmpadas fluorescentes compactas ou tubulares de alto rendimento e de luminárias eficientes.

IN01-10



Escolha energia solar ou outra energia limpa para aquecimento de água.	IN01-10
Implante sistema de medição individualizado de consumo de água e energia.	IN01-10
Desenvolva sistema de reuso de água e de tratamento de efluentes gerados, como o aproveitamento da água da chuva, agregando ao sistema hidráulico elementos que possibilitem a captação, transporte, armazenamento e seu aproveitamento.	IN01-10
Utilize materiais que sejam reciclados, reutilizados e biodegradáveis, e que reduzam a necessidade de manutenção.	IN01-10
Obtenha comprovação da origem da madeira a ser utilizada na execução da obra ou serviço.	IN01-10
Dê prioridade ao emprego de mão-de-obra, materiais, tecnologias e matérias-primas de origem local para execução, conservação e operação das obras públicas.	IN01-10

## 2.4 CONSUMO

<p>Apresentado na Agenda 21, o Princípio dos Três Erres (3R's) apresenta o gerenciamento dos resíduos sólidos baseado numa hierarquia de procedimentos – reduzir, reutilizar e reciclar. Reduzir está relacionado à diminuição de resíduos gerados, através de modificações positivas nos hábitos e padrões de consumo e produção. Significa reduzir o consumo, repensar a compra de bens desnecessários e com pouca durabilidade, evitar produtos com excesso de embalagens, reduzir o desperdício. Na produção, este princípio valoriza a utilização de tecnologias limpas. A reutilização, segunda etapa de implantação, está relacionada ao reaproveitamento direto de um produto através de ações que possibilitem a utilização do produto para várias finalidades, otimizando ao máximo o uso antes do descarte final, ou, ainda o reenvio ao processo produtivo, visando a sua recolocação para o mesmo fim ou recolocação no mercado. Reciclar significa reinserir o produto no processo produtivo, utilizando a sua matéria-prima em substituição a matérias-primas virgens.</p>	A21, GRC-L, MECS
Observe sempre o cumprimento das legislações ambiental, trabalhista, de direitos humanos.	A3P
Promova a difusão do conhecimento sobre consumo sustentável, capacitação sobre educação ambiental para prestadores de serviços de manutenção técnica, de limpeza, de copa e outros.	A3P
Incorpore uma formação ambiental com uma nova ética, para atuar na transformação de motivações individuais.	A3P
Incentive programas de capacitação em meio ambiente, de saúde e de segurança do trabalho.	A3P
Especifique o objeto na licitação com requisitos voltados à conservação e preservação do meio ambiente.	A3P
Ao realizar aquisições (compras públicas), leve em conta a qualidade e durabilidade dos produtos a serem adquiridos.	

Quando necessário, aplique a sanção administrativa ambiental de impedimento para contratar com a administração pública por até três anos.	A3P
Opte por produtos de empresas certificadas (ISO 9000 e 14000), que desenvolvem programas socioambientais e/ou que sejam responsáveis pelos produtos pós-consumo.	MECS
Evite comprar produtos que possuem elementos tóxicos ou perigosos, que além de fazerem mal a você e a sua família, prejudicam o meio ambiente.	MECS
Leia atentamente os rótulos dos produtos para conhecer as suas recomendações ou informações ambientais. Muitas vezes as embalagens informam sobre o correto descarte do resíduo e se ele poderá ou não ser reciclado.	MECS
Utilize detergentes e produtos de limpeza biodegradáveis.	MECS
Deve haver engajamento local para a coleta seletiva do lixo, podendo iniciar com um projeto piloto de separação de materiais recicláveis e a organização no trabalho, escola, bairro, comunidade, edifício, rua, vila, condomínio, igreja, etc. Outra atitude é colecionar e compartilhar dicas ambientais sobre consumo sustentável.	SeS, MECS
Muitas coisas podem ser reutilizadas antes de ir para o lixo, por você ou por outras pessoas. Busque recuperar e consertar ao invés de comprar e substituir um produto novo. Outra opção é usá-los de uma forma diferente e criativa (artesanato, por exemplo). Uma grande iniciativa é doar produtos que para você não têm mais serventia e que possam servir a outras pessoas, como livros, roupas, brinquedos, móveis, eletrodomésticos e outros bens usados, porém em bom estado. Muitas vezes ficam parados em casa produtos que podem ser trocados ou, até mesmo, vendidos. Além disso, emprestar ou alugar equipamentos que não são usados com frequência, e tomar emprestado, ao invés de comprá-los é uma atitude de consumo consciente.	GRC-L, MECS
Opte por produtos que não contenham CFC em sua composição ou outras substâncias danosas ao meio ambiente.	A3P, MECS
Compre produtos de melhor qualidade e que sejam mais duráveis e resistentes. Mesmo que tenham uma preço maior, valerá a pena com o tempo, já que evitará a compra de outros produtos descartáveis e de baixa durabilidade.	A3P, GRC-L, MECS
Não jogue sua mobília fora, reutilize-a transformando-a com arte (artesanato).	GRC-L

#### 2.4.1 Consumo de Embalagens

Evite o uso de pratos e copos descartáveis.	MECS
Evite consumir/comprar produtos em embalagens, principalmente as pequenas ou em pratos de isopor. Opte por produtos que utilizem pouca embalagem ou que tenham embalagens que podem ser reutilizadas, como potes de sorvete, vidros de maionese, etc.	GRC-L, MECS
Procure comprar produtos reciclados e/ou cuja embalagem seja reciclável. Exemplos são blocos de anotação, envelopes, utilidades de alumínio, ferro, plástico ou vidro.	MECS
Organize-se junto a outros consumidores para exigir das empresas produtos sem embalagens	

desnecessárias, como também vasilhames reutilizáveis ou recicláveis, e, também, para pressionar as empresas para que produzam detergentes, produtos de limpeza, embalagens, etc, que causem menores impactos ambientais e/ou biodegradáveis.

MECS

Busque reduzir a quantidade de pacotes e embalagens. São ações concretas: evitar comprar frutas, verduras e legumes embalados; dar preferência para produtos vendidos a granel, levando de casa a embalagem para esses produtos; comprar produtos concentrados que possam ser diluídos antes do uso; comprar produtos em embalagens econômicas que possuem menos embalagem por unidade de produto; comprar produtos que tenham refil.

MECS

## 2.5 ENERGIA (EQUIPAMENTOS ELETRÔNICOS)

### 2.5.1 Consumo de Energia

Economize energia e aumente a eficiência energética em prédios públicos.

A3P

Na hora de adquirir um eletrônico, leve em consideração se ele possui indicadores de qualidade/adequação, como RoHS (Restriction of Certain Hazardous Substances), certificações ISO 9001 e ISO 1401, certificação EPA Energy Star (Economia de Energia) e Epeat.

SV-USP

No momento de aquisição de sistemas de TI, aprimore as especificações em direção a aquisições de equipamentos mais sustentáveis, que contemplem, por exemplo, certificados de economia de energia, placas eletrônicas sem chumbo (“lead free”) e outras substâncias tóxicas para saúde, embalagens recicláveis e que utilizem de processos sustentáveis.

SV-USP

Fique atento à composição dos equipamentos eletrônicos. Estes não deverão conter substâncias perigosas como mercúrio (Hg), chumbo (Pb), cromo hexavalente (Cr(VI)), cádmio (Cd), bifenil polibromados (PBBs), éteres difenil-polibromados (PBDEs) em concentração acima da recomendada na diretiva RoHS (Restriction of Certain Hazardous Substances). A aderência à diretiva RoHS deverá ser atestada pelo fabricante, por meio de declaração em papel timbrado assinada por um diretor ou equivalente. A declaração deverá ser entregue anexada à proposta comercial.

SV-USP

Opte por equipamentos que venham acondicionados em embalagem individual adequada, que utilize materiais recicláveis, de forma a garantir a máxima proteção durante o transporte e a armazenagem. E que tenham garantia de quatro anos (maior durabilidade).

SV-USP

### 2.5.2 Ar condicionado e Aquecedores

Use aquecedores solares.

A3P

Quando o aparelho de ar condicionado estiver ligado, mantenha as janelas e as portas fechadas para evitar a entrada de ar externo, otimizando o sistema.

Nunca mexa nas grelhas de entrada e saída de ar sem a orientação de um técnico, isto poderá comprometer o sistema e aumentar o consumo de energia.

Quando for adquirir um aparelho de aquecimento ou de ar condicionado, pesquise e escolha o modelo mais adequado ao tamanho do ambiente em que será utilizado. Opte por aparelhos com controle automático de temperatura e com bom isolamento do tanque, e dê preferência às marcas de maior eficiência, segundo o Selo Procel.

MECS

Planeje a manutenção periódica dos filtros do aparelho, o que é - importante tanto para a saúde quanto para não prejudicar a circulação do ar.

MECS

Implemente sistemas de aquecimento e refrigeração mais eficientes, o que evitará frio ou calor excessivo, regulando o termostato de acordo com a temperatura ambiente.

No inverno ou em dias frios evite ligar o ar-condicionado, mantendo somente a ventilação.

No verão não refrigere excessivamente o ambiente. O frio máximo nem sempre é a melhor solução de conforto. Busque regular o termostato para uma temperatura amena e média, de aproximadamente 23°C.

A3P, MECS

Somente deixe o ar condicionado e/ou aquecedor ligados enquanto houver alguém no ambiente e pelo tempo necessário. Desligue-os quando o recinto for desocupado ou coloque um temporizador para que o desligamento se torne automático.

MECS

Sempre que possível, instale o aparelho de ar condicionado e/ou aquecedor de frente para a maior dimensão do ambiente, facilitando as condições de refrigeração.

Ao instalar aquecedores isole com cuidado as canalizações de água quente e nunca ligue o aquecedor à rede elétrica sem ter certeza de que ele está cheio de água.

Evite instalar o aparelho com a face externa voltada para os locais fechados como garagens, forros, etc. Caso contrário, não estará garantida a qualidade do ar que circula no ambiente a ser condicionado.

MECS

### 2.5.3 Chuveiro

O chuveiro elétrico é um dos aparelhos que mais consome energia, o ideal é evitar seu uso em horários de maior consumo (de pico): entre 18h e 19h30min e, no horário de verão, entre 19h e 20h30min.

MECS

Quando o tempo não estiver frio, deixe a chave de temperatura do chuveiro em posição de calor intermediário/morno.

MECS

### 2.5.4 Computador

Não deixe computadores e outros equipamentos elétricos ligados por muito tempo sem uso. Ao sair para o almoço, por exemplo, desligue, ao menos, o monitor do computador.

A3P

### 2.5.5 Elevador

Otimize o uso de elevadores. Se for subir apenas um andar ou descer dois andares, use a escada, o que além de fazer bem à saúde também economiza energia. Como gestor, busque manter todos os elevadores funcionando somente nos horários de maior circulação (entrada e saída, almoço) e opte pela instalação de controladores de tráfego para evitar que uma mesma chamada desloque mais de

um elevador.

A3P

### 2.5.6 Ferro de passar roupas

Evite utilizar o ferro elétrico quando vários aparelhos estiverem ligados na casa para evitar que a rede elétrica fique sobrecarregada.

MECS

Habitue-se a juntar a maior quantidade possível de roupas para passá-las de uma só vez. As roupas delicadas e leves, que precisam de menos calor, devem ser passadas primeiro, enquanto o ferro está em processo de aquecimento, ou no final, com o aparelho desligado, aproveitando o calor.

MECS

### 2.5.7 Geladeira e Freezer

Na hora de comprar geladeiras ou freezers, leve em conta a eficiência energética certificada pelo Selo Procel (Programa de Combate ao Desperdício de Energia Elétrica).

Sua disposição no ambiente é um ponto muito importante: coloque o aparelho em local bem ventilado, evite a proximidade com o fogão, aquecedores ou áreas expostas ao sol e, no caso de instalação entre armários e paredes, deixe um espaço mínimo de 15 cm dos lados, acima e no fundo do aparelho.

Quando for utilizá-los, evite abrir a porta da geladeira em demasia ou por tempo prolongado, ou até mesmo desnecessariamente, deixe espaço entre os alimentos e guarde-os de forma que você possa encontrá-los rápida e facilmente e não guarde alimentos ou líquidos quentes. Não forre as prateleiras com vidros ou plásticos – o que dificulta a circulação interna de ar.

No inverno, a temperatura interna do refrigerador não precisa ser tão baixa como no verão. Regule o termostato no mínimo possível.

Para sua melhor manutenção, faça o descongelamento do freezer periodicamente, conforme as instruções do manual, para evitar que se forme camada com mais de meio centímetro de espessura e conserve limpas as serpentinas (as grades) que se encontram na parte de trás do aparelho, nunca as utilizando para secar panos, roupas, etc;

Para economizar energia, quando você se ausentar de casa por tempo prolongado, o ideal é esvaziar freezer e geladeira e desligá-la.

MECS

### 2.5.8 Lâmpadas

Na hora de comprar lâmpadas, dê preferência às fluorescentes, compactas ou circulares, para a cozinha, área de serviço, garagem e qualquer outro lugar da casa que fique com as luzes acesas por mais de quatro horas por dia, pois elas consomem menos energia e duram mais do que as outras.

Substitua as lâmpadas fluorescentes comuns pelas do tipo econômico, trocando também o reator pelos de alta eficiência, de preferência eletrônicos.

MECS

Dê preferência à iluminação natural, abrindo janelas, cortinas e persianas, evitando acender lâmpadas durante o dia. Sempre apague as lâmpadas dos ambientes que estiverem desocupados. Uma dica para obter iluminação natural é a utilização de telhas translúcidas.

A3P, MECS

Proponha a implantação de sensores em banheiros.

A3P

Mantenha as paredes do ambiente de trabalho e de casa preferencialmente pintadas com cores claras, pois estas refletem melhor a luz, reduzindo a necessidade de luz artificial.

### 2.5.9 Pilhas e Baterias

Utilize pilhas recarregáveis ou alcalinas.	MECS
Descarte a bateria usada do seu carro no local onde adquiriu a nova e certificando-se que existe um sistema de retorno ao fabricante.	MECS

### 2.5.10 Televisão

Quando ninguém estiver assistindo a televisão, desligue o aparelho. Não durma com a televisão ligada, mas se você se acostumou com isso, uma opção é recorrer ao <i>timer</i> (temporizador) para que o aparelho desligue-se sozinho.	MECS
---	------

### 2.5.11 Tomadas

Evite o uso de tomadas em sobrecarga (fios de extensão e benjamins), certificando-se de que a fiação está bem dimensionada para a carga instalada. Verifique periodicamente a instalação elétrica para localizar possíveis “fugas” de corrente por defeitos de isolamento ou emendas de fios mal feitas.	A3P
--	-----

## 2.6 PAPEL

Evite gastos de papel e outros materiais desnecessários ao embrulhar presentes.	MECS
Não compre cadernos e papéis que usam cloro no processo de fabricação (branqueamento), que são poluentes. Utilize papel reciclado e não clorado.	A3P, MECS
Adote sistemas que facilitem a economia do papel ao imprimir documentos, tais como utilizar os dois lados da folha de papel para escrever, imprimir ou obter fotocópias e configurar impressão e cópias de duas páginas em uma folha e assim por diante. Antes de imprimir, reformate documentos para evitar espaços em branco e cópias desnecessárias, como redução dos espaçamentos, dos tamanhos de letras e margens. Adquira bens e materiais, bem como contrate serviços e projetos ambientalmente saudáveis, tais como impressoras que imprimam em frente e verso e reprografia de impressão em frente e verso.	A3P, GRC-L, MECS
Utilize meio digital, tanto quanto possível, para gravação de cópias de ofícios e documentos para arquivos, promovendo o melhor aproveitamento de espaço nas repartições e gabinetes. Utilize, essencialmente, e-mail para comunicação interna e externa. Edite e revise documentos na tela do computador ao invés de recorrer a cópias impressas desnecessariamente.	A3P, GRC-L
Não pegue folhetos na rua à toa.	A3P, GRC-L
Não jogue fora papel que possa servir de rascunho e confeccione blocos de papel com estes rascunhos. Não arranque as folhas do caderno ao 1º erro.	

	A3P, GRC-L
Na cozinha, dê preferência à toalha de pano em vez do papel toalha. Use mais o coador de pano para o café.	A3P, GRC-L
Cuide do seu livro didático, conservando-o e doando-o e/ou emprestando após o uso. Dê preferência aos sebos para comprar livros.	A3P, GRC-L
Reutilize os envelopes ao máximo.	A3P, GRC-L
Faça o levantamento e o acompanhamento do consumo do papel usado para impressão e cópias.	A3P
Levante regularmente quais impressoras precisam de manutenção e substituição.	A3P
Ao enviar material pelo correio, procure saber se há possibilidade de serem encaminhados outros conjuntamente ou se o material pode ser encaminhado por outra forma, como por correio eletrônico.	A3P
Verifique se é necessário, realmente, extrair cópias reprográficas ou imprimir material e, em caso positivo, preste atenção para não copiar ou imprimir material em excesso ou em configurações erradas.	A3P
Produza papelaria genérica para eventos, como crachás, pastas e blocos sem indicar data e nome.	A3P

## 2.7 QUALIDADE DE VIDA

### 2.7.1 No trabalho

#### 2.7.1.1 Mobilização e Divulgação

Elabore uma proposta de roteiro que a equipe de trabalho possa seguir em cada setor da instituição, com seus respectivos servidores, para divulgação e mobilização. Exemplo:

- a. apresente aos funcionários o resultado do diagnóstico, com a presença dos dirigentes, fazendo comparação com os gastos de outros órgãos que aderiram à A3P, e explique os impactos que o desperdício pode causar ao meio ambiente e aos cofres públicos;
- b. apresente o resultado do questionário e abra espaço para o debate sobre o mesmo;
- c. convide um representante do MMA para apresentar o programa A3P e fazer uma descrição rápida dos órgãos que aderiram ao Programa;
- d. promova a apresentação de representante(s) da(s) cooperativa(s) de material reciclável;
- e. promova apresentações culturais (música, teatro e/ou outros) que se relacionem com o trabalho da A3P, com distribuição de kits (coletores, bloco de papel reutilizado e outros);
- f. desenvolva a proposta de trabalho de acordo com a realidade da entidade, incentivando o debate dos participantes, a fim de finalizar a proposta.

A3P

#### 2.7.1.2 Saúde, Segurança e Meio Ambiente

Acessos e instalações apropriados a portadores de deficiência física são obrigatórios em prédios

públicos, incluindo áreas abertas que deles fazem parte. Rampas, corrimãos, banheiros, refeitórios, portas, locais de atendimento ao público e vagas em estacionamentos são alguns dos itens que devem ter adaptação imediata, seguindo as especificações da ABNT.	A3P
Promova as ações da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – CIPA.	A3P
Defina a área reservada para fumantes e acompanhe seu efetivo funcionamento. Se você é fumante, colabore com a saúde dos não fumantes. Fume somente nos locais reservados para tal fim.	A3P
Estimule o controle da jornada de trabalho.	A3P
Aplique os conhecimentos de ergonomia em relação à aquisição e uso de equipamentos e mobiliário.	A3P
Promova ações de conscientização e crie grupos de apoio a dependentes de cigarro, álcool, drogas, e distúrbios psicológicos e psiquiátricos. É possível estabelecer parceria com instituições especializadas por meio de acordos e convênios. Esses problemas devem ser enfrentados e tratados sem preconceitos, de maneira generosa e solidária, pois é a melhor forma para as pessoas poderem superar as dificuldades sociais e profissionais.	A3P
Desenvolva iniciativas voltadas à saúde ocupacional, como orientação nutricional e implementação de ginástica laboral e outras atividades.	A3P
Desenvolva iniciativas voltadas à salubridade dos ambientes, como controle da poluição sonora.	A3P
Nos prédios da administração pública em que estejam abrigadas mais de 150 pessoas, é prudente a formação de brigadas de incêndio para que, em caso de sinistro, possam coordenar a rápida evacuação das áreas atingidas. Em princípio, cada prédio ou instalação poderá ter a sua brigada de incêndio, constituída por servidores públicos voluntários de cada área física ou pessoal responsável pela segurança.	A3P

### 2.7.1.3 A Atitude de Cada Pessoa

Relações interpessoais: busque o equilíbrio das emoções no ambiente de trabalho.	A3P
Integração e movimento se combinam: promova atividades de integração no local de trabalho como a ginástica laboral (dez minutos pela manhã e pela tarde) e oficinas de talento, criatividade e sensibilização (dinâmicas de grupo).	A3P
Dê um toque pessoal na decoração do seu local de trabalho: é saudável que cada servidor público tenha seu local de trabalho organizado, imprimindo um toque pessoal na decoração de sua mesa, e, quando possível, da própria sala. São pequenas atitudes que podem fazer a diferença em sua identificação com o ambiente profissional.	A3P
Promova a cultura da eliminação de preconceitos e estímulo ao senso comunitário.	A3P

### 2.7.1.4 Cidadania e Ética no Trabalho

Crie ou reivindique a criação de uma comissão de ética, com o objetivo de estudar e encaminhar
--



pedidos de providências para assegurar a manutenção e integridade do patrimônio público e da imagem de idoneidade do órgão ao qual a referida comissão estiver ligada.	A3P
Participe de iniciativas voltadas à promoção de mudanças de comportamento e procedimentos com vistas ao uso racional dos recursos naturais e insumos disponíveis. A implementação de um projeto terá maiores possibilidades de êxito se algumas regras forem firmadas para nortear as ações a executar.	A3P
Promova a multiplicação e difusão dos conhecimentos entre os demais servidores públicos, principalmente aqueles capazes de favorecer mudanças de comportamento e melhor aproveitamento dos insumos disponíveis.	A3P
Comprometa-se com as mudanças propostas independentemente do nível de responsabilidade.	A3P
Procure zelar pelo patrimônio público, pois é bem de uso comum, e foi adquirido com a contribuição de todos os brasileiros.	A3P
Respeite e estimule o respeito à legislação tratando de: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liberdade de expressão;</li> <li>- Privacidade pessoal;</li> <li>- Tratamento imparcial.</li> </ul>	A3P

### 2.7.1.5 Desenvolvimento Pessoal e Profissional

Crie espaços físicos comuns para integração dos servidores.	A3P
Promova iniciativas de desenvolvimento de capacidades tais como: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aproveitamento das habilidades;</li> <li>- Autonomia na atividade desenvolvida;</li> <li>- Percepção do significado do trabalho.</li> </ul>	A3P

### 2.7.2 No dia a dia

Na hora da compra, verifique se os produtos não danificam o meio ambiente em seu processo de elaboração (emissões e resíduos contaminantes) e descarte, depois que termina seu ciclo de vida.	MECS
Pesquise se as informações importantes sobre o produto estão especificadas nas etiquetas e correspondem ao real conteúdo da embalagem.	MECS
Verifique se existe uma certificação ambiental expedida por uma entidade independente.	MECS
Pesquise se o serviço estatal de defesa do consumidor efetua permanentemente testes para comparar os produtos de um mesmo tipo, a fim de ter produtos de melhor qualidade, mais duráveis e que danifiquem menos o meio ambiente.	MECS
Envolva-se em iniciativas de incentivo à criação de instrumentos legais para impedir os anúncios publicitários enganosos.	MECS
Exija que as agências de publicidade ofereçam mais informações pertinentes sobre os produtos, de forma a promover uma escolha mais consciente por parte do consumidor e que a publicidade dirigida a crianças e jovens seja a mais saudável possível.	MECS

### 2.7.2.1 Alimentação e saúde

Informe-se sobre a importância da agricultura sustentável e seus benefícios para a produção de alimentos, inclusive em relação à saúde dos indivíduos e ambientes.	MECS
Apoie propostas de produção regional, especialmente a familiar e associada, com o objetivo de fortalecer a segurança alimentar local e reduzir o desperdício de energia no transporte.	MECS
Exija que os produtores respeitem as leis ambientais, assim como a legislação trabalhista, e que utilizem métodos menos impactantes ao meio ambiente, adquirindo produtos elaborados com esse diferencial.	MECS
Demande que os vendedores de alimentos estimulem a produção ecológica, inclusive solicitando a certificação dos produtores por um organismo independente, para que se possa ter certeza de que os mesmos cumprem todas as exigências ambientais.	MECS
Organize-se em cooperativas de consumo que estimulem a produção sustentável local e regional.	MECS

### 2.7.2.2 Biodiversidade

Fomente pesquisas e levantamentos do estado de conservação da biodiversidade (áreas prioritárias para conservação e uso sustentável, listas de espécies da fauna e flora ameaçadas de extinção, lista de espécies invasoras, espécies potenciais para uso sustentável, áreas protegidas).	MECS
Fomente a cadeias produtivas de recursos oriundos da biodiversidade (bioindústrias, bionegócios sustentáveis, turismo sustentável).	MECS
Promova a proteção ao conhecimento tradicional associado à biodiversidade, com repartição dos benefícios oriundos desse conhecimento, e proteção às populações tradicionais e locais.	MECS
Fomente a práticas de produção sustentável a partir da biodiversidade (agroextrativismo, sistemas agroflorestais, variedades crioulas, manejo sustentável da floresta, serviços ambientais), visando o desenvolvimento rural sustentável.	MECS
Apoie a expansão e consolidação do Sistema Nacional de Unidades de Conservação, com participação da sociedade para sua Gestão integrada. Promoção do manejo sustentável e uso múltiplo de florestas nativas públicas e privadas e expansão sustentável da base florestal plantada.	MECS
Apoie iniciativas de conservação e recuperação dos biomas brasileiros.	MECS
Se possível, promova o acesso, uso sustentável, biossegurança e repartição dos benefícios decorrentes da utilização dos recursos genéticos e do conhecimento tradicional associado.	MECS
Procure incentivar o desenvolvimento de políticas fiscais e de crédito (instrumentos econômicos) indutoras de atividades ambientalmente sustentáveis.	MECS
Tais ações são condições essenciais para o desenvolvimento sustentável do país.	MECS
Procure se informar sobre as questões ambientais, sobre o funcionamento da vida e a importância das florestas. Informe-se sobre a legislação que regula seu uso e conservação nos sites do MMA <sup>1</sup> e do IBAMA <sup>2</sup> .	MECS
Procure conhecer e apoiar as instituições que trabalham com as questões ambientais e a valorização das florestas.	MECS

Aproveite as oportunidades de viagens para conhecer os ecossistemas brasileiros e suas populações tradicionais e indígenas.	MECS
Em visita a áreas protegidas, siga as dicas da Campanha para uma Conduta Consciente em Ambientes Naturais desenvolvida pelo Programa Nacional de Áreas Protegidas/MMA <sup>1</sup> .	MECS
Procure conhecer e consumir os produtos da floresta – alimentos, cosméticos e alternativas de medicamentos produzidos de forma sustentável –, pois o sucesso de sua comercialização pode evitar a derrubada de florestas.	MECS
Economize energia elétrica. Note que a maior parte da energia que consumimos é produzida pelas usinas hidrelétricas, cuja construção implica a inundação de extensas áreas de mata que abrigam inúmeras espécies de animais e plantas.	MECS
Não compre orquídeas e bromélias à beira das estradas, pois essas plantas são extraídas das florestas, geralmente de forma predatória, com o corte das árvores que as sustentam. Prefira as plantas vendidas em supermercados e floriculturas, cultivadas por produtores legalizados.	MECS
Quando comprar palmito em conserva, verifique se no rótulo consta o número do registro no Ibama. Se não tiver, não compre, pois a produção não foi autorizada.	MECS
Para o cultivo de plantas ornamentais, procure alternativas de vasos, placas e palitos de suporte feitos com fibra de coco, que já existem no mercado. Jamais compre o xaxim (samambaiçu-imperial), pois ele é oriundo de extrativismo ilegal e está ameaçado de extinção.	MECS
Ao comprar móveis de madeira, dê preferência para os que são certificados ou originários de florestas que tenham os seus planos de manejo aprovados por órgão competente. As madeiras nobres como mogno, imbuia, cerejeira, pau-marfim e muitas outras correm o risco de ser extintas devido ao comércio abusivo.	MECS
Ao utilizar madeiras, verifique <sup>2</sup> se sua origem é legal e se o comerciante possui os documentos exigidos em lei para sua comercialização. - Promova a manutenção adequada dos móveis para garantir que durem por muitos anos.	MECS
Nunca compre animais silvestres vendidos sem nota fiscal. O comércio ilegal é uma atividade criminosa. Busque mais informações sobre o assunto e conheça o trabalho da Rede Nacional de Combate ao Tráfico de Animais Silvestres <sup>3</sup> , uma instituição sem fins lucrativos que combate o tráfico de animais.	MECS
Denuncie atos criminosos praticados contra a nossa fauna aos órgãos ambientais competentes acionando o IBAMA <sup>4</sup> - Quando for adquirir carne ou outro produto derivado da fauna silvestre, verifique se a origem é legal. A carne deverá conter na embalagem uma etiqueta indicando a procedência e o número do registro no Ibama. Em caso de dúvida, pergunte ao gerente do estabelecimento.	MECS
Em épocas de defeso (restrição ou proibição de pesca) não compre espécies ameaçadas ou sobre-exploradas do mar, como camarões, piramutabas, sardinha, pargo, caranguejo-uçá.	MECS
Em visitas turísticas a locais florestados, procure deixar tudo exatamente como encontrou. Não leve mudas de plantas para casa, não corte galhos, nem escreva nas árvores, e lembre-se de carregar	

<sup>2</sup> No site [www.fsc.org.br](http://www.fsc.org.br) você pode encontrar a relação das florestas certificadas e das empresas que têm cadeia de custódia no Brasil.

<sup>3</sup> Sítio de referência: [www.renctas.org.br](http://www.renctas.org.br).

<sup>4</sup> O Ibama pode ser contato por meio da Linha Verde 0800-61-80 (a ligação é gratuita) ou pelo e-mail: [linhaverde.sede@ibama.gov.br](mailto:linhaverde.sede@ibama.gov.br).

consigo de volta todo o lixo que produzir. Jamais pense em fazer fogueiras, pois o fogo pode se alastrar repentinamente.	MECS
Nunca solte balões, eles podem provocar incêndios.	MECS

## 2.8 RECICLAGEM

Existem, hoje, excelentes documentos produzidos sobre reciclagem e coleta seletiva que podem orientar sua realização pelos órgãos públicos e por cada um de nós. Reproduzir todo este material resultaria em um retrabalho injustificado. Assim, seguem abaixo algumas dicas gerais, mas recomenda-se a leitura do material produzido pela Secretaria do Meio Ambiente de São Paulo “Coleta Seletiva – na escola, no condomínio, na empresa, na comunidade, no Município”.

Procure conhecer e contribuir para a Política Nacional de Resíduos Sólidos. Segundo a PNRS, a ordem das prioridades para o gerenciamento dos resíduos é: não geração, redução; reutilização, reciclagem; tratamento e disposição final adequadas dos rejeitos.	PNRS
Conheça as PROIBIÇÕES para disposição de resíduos, segundo a PNRS: lançamento em praias, no mar ou em quaisquer corpos hídricos; lançamento in natura a céu aberto, excetuados os resíduos de mineração; queima a céu aberto ou em recipientes, instalações e equipamentos não licenciados para essa finalidade; outras formas vedadas pelo poder público.	PNRS
Esteja consciente de que a PNRS proíbe a importação de resíduos sólidos perigosos e rejeitos, bem como de resíduos sólidos cujas características causem dano ao meio ambiente, à saúde pública e animal e à sanidade vegetal, ainda que para tratamento, reforma, reuso, reutilização ou recuperação.	PNRS
Programe a gestão de resíduos sólidos pós-consumo.	A3P
Contribua para a coleta seletiva acondicionando adequadamente e de forma diferenciada os resíduos sólidos gerados e disponibilizando adequadamente os resíduos sólidos reutilizáveis e recicláveis para coleta ou devolução.	PNRS
A separação dos resíduos pode ser feita em apenas dois tipos: recicláveis e não recicláveis. Os resíduos da lixeira dos “não recicláveis” são levados pelo caminhão de coleta comum para o aterro de lixo. Os resíduos da lixeira dos “recicláveis” têm um destino diferente, como uma cooperativa de catadores ou o caminhão da seletiva. São recicláveis: papéis, papelões, plásticos, vidros, metais. É lixo comum: restos de comida, pó de varrição.	GRC-L, MECS
A coleta pode ser feita separando-se o lixo em quatro coletores, para fins de reciclagem, onde em cada coletor vai um tipo de material diferente e para diferenciar cada coletor, utiliza-se um padrão de cores diferentes para cada material: Papel – Azul Plástico – Vermelho Metal – Amarelo Vidro – Verde	GRC-L, MECS

## 2.8.1 O que pode e o que não pode ser reciclado

Tipos de plástico que **PODEM** ser reciclados:

1. Copo plástico;
2. Copinhos de café;
3. Sacos plásticos;
4. Embalagem de margarina;
5. Embalagem de material de limpeza;
6. Garrafas pet de refrigerantes;
7. Canos e tubos;
8. Vasilhas plásticas

Tipos de plástico que **NÃO** podem ser reciclados:

1. Cabo de panela;
2. Tomada;
3. Embalagem de biscoito;
4. Misturas de papel, plástico e metal;
5. Fibra de vidro;
6. Acrílico

GRC-L

Tipos de metais que **PODEM** ser reciclados:

1. Latas e folhas de flandre;
2. Óleo, leite, enlatados em geral;
3. Latas de alumínio;
4. Sucatas de automóveis;
5. Outras sucatas...

Tipos de metais que **NÃO** podem ser reciclados:

1. Clips;
2. Grampos;
3. Esponja de aço;
4. Canos

GRC-L

Tipos de vidros que **PODEM** ser reciclados:

1. Garrafas em geral;
2. Recipientes em geral;
3. Copos;
4. Frascos (compras, perfumes, remédios, etc.)

Tipos de vidros que **NÃO** podem ser reciclados:

1. Espelhos;
  2. Lâmpadas;
- Cerâmicas ou barro (utilize como entulho);
3. Porcelana;
  4. Tubos de TV;
  5. Vidro temperado (carro), faróis, cristal, pirex;
  6. Ampolas de remédios

GRC-L

Tipos de papéis que **PODEM** ser reciclados:

1. Jornais e revistas;
2. Folhas de caderno;
3. Papéis de computador;
4. Fotocópias;
5. Envelopes;
6. Prova / Apostila / Rascunho;

7. Cartazes velhos / Folhetos;
8. Papéis toalhas;
9. Papelão / Caixas em geral;
10. Aparas de papel.

Tipos de papéis que NÃO podem ser reciclados:

1. Papeis sujos ou engordurados;
2. Papel higienico/ guardanapos;
3. Papéis metalizados (alumínio);
4. Papéis parafinados (picolé);
5. Papéis plastificados;
6. Papel carbono;
7. Fotografias;
8. Etiqueta adesiva;
9. Tocos de cigarro;
10. Papéis de fax.

GRC-L, MECS

### 2.8.2. Cuidados ao dispor para reciclagem

Lave garrafa de vidros, plásticas, embalagens de iogurte e outros vasilhames antes de colocar no lixo seletivo. Evita insetos e mau cheiro e aumenta o valor de revenda. As garrafas podem estar inteiras ou quebradas. Não misture com vidros planos, cerâmicas ou lâmpadas.

GRC-L, MECS

Lave e amasse as latas, colocando as tampas para dentro, de bebidas ou de conserva para evitar acidentes.

GRC-L, MECS

Embale objetos de vidro, para evitar cortes ou perfurações em quem manipula.

GRC-L, MECS

Não amasse nem molhe os papéis, pois ocupam menos espaço e tem mais valor para reciclagem. Jornais e revistas devem estar limpos e secos. As caixas de papelão devem estar desmontadas

GRC-L, MECS

Fogo não resolve o problema do lixo. Ele transforma os lixos sólidos em lixo gasoso, liberando gases venenosos que causam problemas de saúde aos seres humanos e ao meio ambiente.

GRC-L

Ao trocar lâmpadas queimadas, reutilize as embalagens das mesmas para o descarte.

GRC-L, MECS

Lave e descarte separadamente as tampas garrafas e embalagens plásticas. Sacos, brinquedos e utensílios domésticos de plástico também devem estar limpos.

GRC-L, MECS

## 2.9 RESÍDUOS

<p>Realize campanhas de educação da comunidade quanto à separação do lixo seco (material reciclável) do lixo úmido (lixo de cozinha e banheiro, podas de jardim). Separe o lixo e encaminhe os produtos para reciclagem. Os materiais recicláveis podem ser encaminhados para artesãos, catadores, entidades ou empresas que reutilizarão ou reciclarão os materiais. Informe-se nas companhias municipais de limpeza sobre a existência de cooperativas de catadores próximas à sua residência, que poderão fazer a coleta. Algumas empresas que fazem reciclagem podem, dependendo da quantidade, recolher diretamente o material separado.</p>	MECS, SeS
<p>Faça sua própria compostagem, quando possível.</p>	MECS
<p>Evite a queima de qualquer tipo de lixo. Se não houver coleta no seu bairro, enterre o lixo ao contrário de queimá-lo.</p>	MECS
<p>Nunca descarte remédios no lixo comum ou na privada, o mesmo vale para material usado em injeções e curativos feitos em casa. Leve os remédios que não utiliza mais ou que já estão vencidos a um posto de saúde ou procure com o farmacêutico uma alternativa de descarte mais adequada. Os profissionais da saúde saberão dar-lhes destino adequado.</p>	MECS
<p>Não jogue pneus velhos no lixo. Leve os pneus que não mais serão utilizados a oficinas de troca, pois elas são responsáveis pelo destino final adequado.</p>	MECS
<p>Não jogue lixo nenhum na rua. Essa coleta é mais cara e, além de deixar os lugares feios, traz sérios problemas às cidades nas épocas de chuva, entupindo bueiros e estrangulando corredores de água.</p>	MECS
<p>Na separação do lixo seco (reciclável) e orgânico, o lixo seco não precisa ser embalado em sacolas plásticas, podendo ser depositado diretamente no coletor ou encaminhado a cooperativas de reciclagem. Assim, só acondicione em sacos plásticos o lixo orgânico, o que diminuirá consideravelmente o volume de resíduos plásticos.</p>	SeS
<p>Para a separação de rejeitos não-recicláveis, atente às cores específicas para cada tipo: Resíduos orgânicos – Marrom Madeira – Preto Material perigoso – Laranja Material ambulatoriais e de serviços de saúde – Branco Material radioativo – Roxo Material não reciclável ou misturado, ou contaminado não passível de separação – Cinza</p>	GRC-L

### 2.9.1 Lixo Eletrônico

<p>Cartuchos e toner de impressoras podem ser vendidos para as empresas que fazem seu recondicionamento. Segundo a Associação Brasileira de Recondicionadores de Cartuchos para Impressora (Abreci), as empresas costumam pagar R\$ 5 por cartucho e R\$ 10 por toner.</p>	PGA-MP
<p>Verifique e utilize os programas de reciclagem das empresas fabricantes de celulares: reciclagens de baterias e aparelhos, coleta de telefone móvel antigo, comercialização de capas para celular feitas de matéria-prima orgânica, constituída de mais de 50% de material reciclável.</p>	PGA-MP

<p>Se o seu computador tiver CPU 486 ou superior, você pode doá-lo para alguma fundação. Também podem ser doados monitores, teclados e mouses. Quem preferir, sempre há a possibilidade de vender o PC em lojas de usados, via internet ou entrar em contato com a fabricante para que ele faça o melhor descarte.</p>	PGA-MP
<p>De acordo com a Resolução CONAMA n° 401, de 4/11/2008, os fabricantes de celulares e eletrônicos são obrigados a recolher e reciclar baterias e pilhas que contiverem alta quantidade de chumbo, mercúrio e cádmio (materiais tóxicos). Assim, entre em contrato com a empresa que produziu seu aparelho antigo e certifique-se de que ela tem programa específico de coleta de materiais e onde você poderá fazer o descarte do equipamento. Sempre verifique a composição do produto, que vem descrita na embalagem, e a orientação de descarte. Procure saber se a loja que receberá o produto tem uma política ecologicamente correta para o descarte de peças danificadas. Há empresas que interromperam o uso de baterias de níquel-cádmio em todos os celulares e fazem a reciclagem de aparelhos e bateria em suas lojas especializadas.</p>	PGA-MP
<p>A maioria das instituições aceita doações de todos os tipos de equipamentos eletrônicos (celulares, televisões, DVDs, players, câmeras digitais) e hardwares (placas-mãe, pentes de memória, drives de CD-ROM), podendo vendê-los (mesmo aqueles que não têm conserto, para cooperativas de coleta seletiva) e reverter em verba para manutenção do local. Alguns fabricantes possuem programa de reciclagem. É possível, ainda, vender os eletrônicos obsoletos em sites de leilão pelas internet ou em lojas especializadas.</p>	PGA-MP
<p>Não jogue lâmpadas, pilhas, baterias de celular, restos de tinta ou produtos químicos no lixo, note que as empresas que os produzem estão sendo obrigadas por Lei a recolher muitos destes produtos.</p>	MECS

## 2.10 SACOLAS PLÁSTICAS

<p>Quando for fazer compras, leve sacola própria (retornáveis, <i>ecobags</i>), bolsas ou carrinho de feira, evitando pegar as sacolas plásticas fornecidas nas lojas e supermercados. Se for inevitável pegar sacolas plásticas, reutilize-as como sacos de lixo, evitando a compra dos mesmos. Colocar o máximo de produtos numa mesma sacola, evitando o uso de duas sacolas sobrepostas.</p>	GRC-L, MECS, SeS
<p>Lembre-se que pequenos objetos podem ser transportados nos bolsos, bolsas e até mesmo nas mãos e, caso sejam compras grandes, utilize caixas plásticas ou de papelão (reutilize as do próprio supermercado).</p>	GRC-L, MECS, SeS

## 2.11 TRANSPORTE

<p>Exija dos governos aumento da oferta e melhores opções de transporte coletivo de qualidade e investimentos em infraestrutura para ciclistas e pedestres. Assim haverá redução de congestionamento, diminuição de transporte privado individual e criação de facilidades para o uso do transporte não motorizado.</p>	A3P
---	-----



Procure substituir o tipo de combustível utilizado pela frota oficial, dando preferência para combustíveis com menos carbono intensivo.	A3P
Troque de marcha na rotação correta. Evite reduções constantes de marcha, acelerações bruscas e freadas em excesso. Procure manter a velocidade constante, tirando o pé do acelerador quando o semáforo fecha ou quando o trânsito para à frente.	MECS
Evite paradas prolongadas com o motor funcionando.	MECS
Use o afogador somente no momento da partida, sem esquecer de desativá-lo.	MECS
Faça as manutenções e revisões recomendadas pelo fabricante, principalmente no que tange ao catalisador do escapamento.	MECS
Observe a vida útil dos componentes importantes no controle da poluição, como filtro de ar e de óleo.	MECS
Abasteça o veículo com combustível de boa qualidade.	MECS
Confira se os pneus estão bem calibrados.	MECS
Não sobrecarregue o veículo.	MECS
Desligue o ar-condicionado nas subidas íngremes.	MECS
Mantenha o sistema de arrefecimento do motor revisado e no nível adequado de funcionamento.	MECS
Oriente os seus passageiros para que não joguem lixo, pontas de cigarro, latas etc. pelas janelas.	MECS
Sempre que possível, pegue e dê carona. Ou (melhor ainda) estimule o órgão em que trabalha a desenvolver a carona, a exemplo do sistema Carona Solidária. .	

## 2.12 COMPRAS PÚBLICAS SUSTENTÁVEIS

<p>Na hora de elaborar uma licitação, o agente público deve considerar os seguintes critérios de sustentabilidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- menor impacto sobre recursos naturais como flora, fauna, ar, solo e água;</li> <li>- preferência para materiais, tecnologias e matérias-primas de origem local;</li> <li>- maior eficiência na utilização de recursos naturais como água e energia;</li> <li>- maior geração de empregos, preferencialmente com mão de obra local;</li> <li>- maior vida útil e menor custo de manutenção do bem e da obra;</li> <li>- uso de inovações que reduzam a pressão sobre recursos naturais; e</li> <li>- origem ambientalmente regular dos recursos naturais utilizados nos bens, serviços e obras.</li> </ul>	D7746-12
É importante que haja clareza na exposição do critério ambiental, o peso de cada critério deve ser indicado e previamente calculado em relação aos demais critérios do produto/serviço, de forma que este não se constitua em um critério eliminatório quando não for essencial à finalidade da contratação.	GCPS
Os critérios de sustentabilidade ambiental devem ser delimitados de forma objetiva, clara e precisa. A exigência de certificação, por exemplo, pode ser um critério, desde que não fira este princípio do	

<p>juízo objetivo e da isonomia, pilares dos procedimentos de concorrência pública e que, diante sua inexistência, não cause a eliminação do concorrente por não possuí-la.</p>	GCPs
<p>Para se alcançar eficiência energética, é preciso desenvolver práticas e políticas de uso inteligente da energia, reduzir os custos e produzir ganhos de produtividade e lucratividade, na perspectiva do desenvolvimento sustentável.</p>	GCPs
<p>Deve haver gestão adequada de resíduos, de acordo com a resolução CONAMA nº306.</p>	GCPs
<p>Quando da aquisição de bens, as compras públicas poderão exigir os seguintes critérios de sustentabilidade ambiental:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- que os bens sejam constituídos, no todo ou em parte, por material reciclado, atóxico, biodegradável, conforme ABNT NBR – 15448-1 e 15448-2;</li> <li>- que sejam observados os requisitos ambientais para a obtenção de certificação do Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial – INMETRO como produtos sustentáveis ou de menor impacto ambiental em relação aos seus similares;</li> <li>- que os bens devam ser, preferencialmente, acondicionados em embalagem individual adequada, com o menor volume possível, que utilize materiais recicláveis, de forma a garantir a máxima proteção durante o transporte e o armazenamento; e</li> <li>- que os bens não contenham substâncias perigosas em concentração acima da recomendada na diretiva RoHS (Restriction of Certain Hazardous Substances), tais como mercúrio (Hg), chumbo (Pb), cromo hexavalente (Cr(VI)), cádmio (Cd), bifenil-polibromados (PBBs), éteres difenil-polibromados (PBDEs).</li> </ul>	IN01-10
<p>Consulte a página eletrônica das Contratações Públicas Sustentáveis (<a href="http://cpsustentaveis.planejamento.gov.br/">http://cpsustentaveis.planejamento.gov.br/</a>), do Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão – MPOG, antes de elaborar um projeto de compra para seu órgão. Esta página foi criada pela Secretaria de Logística e Tecnologia da Informação – SLTI, do MPOG, conforme determinado pelo Capítulo IV da Instrução Normativa Nº 01, de 2010.</p>	IN01-10