

# GUIA BOAS PRÁTICAS AMBIENTAIS

As nossas dicas para que possa ter um dia mais verde!

## Sabia que pequenos gestos fazem a diferença?

**A conservação da natureza e do ambiente dependem dos nossos comportamentos. Pequenos gestos no dia a dia, quando somados, refletem um efeito global importante, benéfico para o ambiente e para a qualidade de vida de todos os seres humanos.**

A OLI, consciente das suas responsabilidades sociais e ambientais, reúne neste Guia de Boas Práticas um conjunto de recomendações aplicadas ao nosso dia a dia, desde simples medidas de poupança de água e energia, à utilização consciente dos recursos naturais disponíveis.

A maior parte destas medidas são também benéficas para o orçamento de cada trabalhador e das suas famílias. Com este Guia pretende-se promover o sentido de responsabilidade, fomentando comportamentos e atitudes de cidadania ambiental.



Em quase todas as atividades o ser humano consome energia. Este consumo, na sua grande parte, é fornecido por fontes de energia tradicionais, como o petróleo e o carvão mineral. Estas fontes de energia são poluentes e não renováveis, contribuindo assim para a degradação ambiental. A necessidade de diminuir a dependência destes recursos levou à crescente aposta em fontes de energia alternativas, como o sol, o vento, a chuva e as marés, que são inesgotáveis. Contudo, o recurso a energias não renováveis vai continuar a ser necessário, exigindo comportamentos mais sustentáveis por parte da sociedade em geral e de cada cidadão em particular.

O consumo de energia é um dos principais impactes ambientais resultantes da atividade da empresa. A OLI tem vindo, ano após ano, a implementar um conjunto de medidas para a redução do consumo de eletricidade nas suas instalações.



## ALGUMAS MEDIDAS IMPLEMENTADAS

- Iluminação no exterior ( Led)
- Sensores de presença
- Sensores crepusculares
- Aplicação de mangas térmicas nas câmaras de injeção para minimizar desperdício energético
- Painéis Fotovoltaicos
- Cobertura fabril com painéis translúcidos para a entrada de luz natural
- Sistemas de monitorização nas máquinas de injeção
- Sistema automático para desligar grupo hidráulico das máquinas de injeção quando as máquinas estão paradas mais do que 20 minutos
- Regulação de fluxos luminosos

## DICAS VERDES



- Desligue as luzes, os aparelhos de ar condicionado e outros equipamentos na hora de almoço, à saída do trabalho ou em qualquer outra altura que se ausentar, para evitar o desperdício de eletricidade.
- Não deixe os equipamentos no “modo standby”. Neste “modo” eles continuam a consumir energia.
- Tente aproveitar a luz natural, evite a utilização da luz elétrica.
- Mantenha a temperatura do aparelho de ar condicionado entre 21°C- 22°C (temperatura de conforto). As despesas de eletricidade aumentam 10% por cada 1°C de temperatura.
- Também em casa opte por substituir as lâmpadas tradicionais por lâmpadas de baixo consumo. As lâmpadas fluorescentes compactas, por exemplo, consomem apenas 20% da energia e podem durar até 15 vezes mais que as lâmpadas incandescentes.
- Depois de carregar os aparelhos eletrónicos, não deixe os carregadores nas tomadas, pois continuam a gastar energia.
- Na escolha de um eletrodoméstico, prefira sempre os modelos com maior eficiência energética (classe A+, A++ ou superior). Cada “+” acrescentado ao “A” proporciona uma poupança adicional de 10%.
- Não deixe o ferro de engomar ligado se deixar de passar a ferro durante alguns minutos – um ferro de engomar gasta, em média, tanto como 10 lâmpadas de 100 watts.
- Certifique-se que todas as janelas e portas de casa estão bem isoladas – cerca de 30% do calor/frio entra e sai pelas janelas.
- No verão, mantenha as cortinas e estores corridos para não deixar entrar os raios solares e no inverno faça o contrário, para que o sol aqueça a casa.
- Instale um recuperador de calor. É três vezes mais eficiente do que uma lareira aberta.
- Coloque as máquinas de lavar roupa e de lavar loiça a funcionar apenas quando estiverem cheias.
- O frigorífico é dos eletrodomésticos que mais energia gasta, por isso, evite estar sempre a abrir a sua porta.
- O termostato do frigorífico nunca deve estar abaixo dos 3°C. Temperaturas mais baixas consomem mais energia.

As nossas dicas para que possa ter um dia mais verde!



A água é considerada o recurso mais importante para a humanidade. É utilizada em praticamente todas as atividades humanas e é indispensável à sobrevivência dos seres vivos. Na superfície terrestre a água ocupa 70% do território, sendo apenas 3% de água doce. Desta, apenas uma pequena parcela está disponível para consumo. Para garantir a sustentabilidade dos recursos hídricos são necessários comportamentos responsáveis aplicados por todos nós através de simples gestos no nosso dia a dia.

A redução dos consumos de água é um objetivo permanente da OLI. Resulta de uma monitorização rigorosa, de implementação de medidas de combate aos desperdícios, da utilização de equipamentos mais eficientes, da sensibilização dos trabalhadores e da resolução de fugas acidentais.



## ALGUMAS MEDIDAS IMPLEMENTADAS

- Utilização de águas subterrâneas para rega dos espaços verdes;
- Instalação de sistemas automáticos de rega para os espaços verdes;
- Aplicação de contadores nos poços e furo que abastecem a rega dos espaços verdes;
- Instalação de equipamentos de controlo de fluxo em quase todas as torneiras e redutores de caudal em vários pontos;

## DICAS VERDES



- Feche bem as torneiras. Uma torneira a pingar pode gastar cerca de 25 litros de água por dia.
- Também em casa opte por torneiras de regulação do fluxo de água ou instale dispositivos de redução de caudal.
- Feche a torneira quando está a lavar os dentes ou a desfazer a barba. Uma torneira aberta pode gastar 9 litros de água por minuto.
- Faça uma leitura regular do contador e verifique a fatura da água para controlar os seus gastos.
- Opte por tomar duchas em vez de banhos de imersão. Um duche consome menos de metade da água, em relação ao banho de imersão.
- Instale autoclismos com dispositivo de dupla descarga.
- Utilize a máquina de lavar roupa e loiça com carga completa, evitando assim o desperdício de água e de energia.
- Se optar por lavara loiça à mão, não deixe a água escorrer continuamente. Encha o lava-loiça com a água necessária.
- Lave o carro com balde e esponja. Evite o uso da mangueira.
- Aproveite a água da chuva colocando um reservatório ou uma cisterna no exterior. Pode utilizar essa água para lavar o pavimento, o carro, ou para regar as suas plantas.
- Utilize no seu jardim plantas típicas da sua região (espécies autóctones). Estão melhor adaptadas às condições climáticas locais e utilizam a água disponível de forma mais eficiente.

As nossas dicas para que possa ter um dia mais verde!



O desenvolvimento socioeconómico e o aumento da qualidade de vida do ser humano provocam um crescimento do consumo o que conduz a uma maior utilização dos recursos e à produção de elevadas quantidades de resíduos. A gestão dos resíduos é efetuada de acordo com a política dos 7R's - repensar, recusar, reduzir, reparar, reintegrar, reciclar e reutilizar.. A sua gestão adequada, quer a nível da prevenção quer a nível da valorização, contribui para a preservação dos recursos naturais. O papel dos trabalhadores é muito importante, tanto na redução da produção de resíduos como na sua triagem, a fim de os encaminhar para um destino adequado.

A OLI continua a apostar na melhoria dos processos produtivos, tendo como principais objetivos a redução da produção de resíduos e o aumento da sua taxa de reutilização, valorização e também da sua adequada eliminação.



**Nos últimos anos a OLI tem vindo a aumentar a quantidade dos resíduos encaminhados para a reciclagem.**

### ALGUMAS MEDIDAS IMPLEMENTADAS

- Criação de áreas específicas para a gestão de resíduos;
- Separação, armazenamento temporário e envio de diferentes tipos de resíduos para operadores licenciados;
- Reutilização de embalagens de transporte;
- Construção de um parque de resíduos.

### DICAS VERDES



- Separe corretamente os resíduos no seu local de trabalho utilizando adequadamente os contentores para esse efeito;
- Nunca misture os resíduos nos ecopontos.
- Utilize preferencialmente o suporte informático como forma de enviar e analisar documentos. Evite imprimir ou fotocopiar e, quando o fizer, utilize os dois lados da folha.
- Escolha pilhas recarregáveis em vez das normais. Quando já não forem úteis deve colocá-las no local próprio – o Pilhão – para serem recicladas.
- Prefira produtos com recarga: a utilização de recargas poupa matéria-prima e diminui os resíduos produzidos.
- Também em sua casa, separe de forma adequada os seus resíduos. Papel e cartão no ecoponto azul, vidro no ecoponto verde e embalagens de plástico e metal no ecoponto amarelo.

**As nossas dicas para que possa ter um dia mais verde!**



Os transportes são responsáveis por cerca de um terço das emissões totais de gases com efeito de estufa. O aumento do volume de transportes tem vindo a gerar uma pressão cada vez maior sobre o ambiente. Consome recursos naturais, polui o ar, intensifica o efeito de estufa e dificulta a mobilidade. Os avanços tecnológicos que têm permitido reduzir a poluição atmosférica causada pelos veículos não têm conseguido sobrepor-se ao crescimento do tráfego. Deste modo, as emissões poluentes têm continuado a aumentar.

O transporte de mercadorias é indutor de emissões de CO<sub>2</sub>, com efeitos negativos no aquecimento global. No que se refere aos veículos afetos ao transporte de mercadorias deve ser exigido às empresas de transporte a utilização de viaturas mais avançadas e tecnologicamente mais eficientes.



### ALGUMAS MEDIDAS IMPLEMENTADAS

- Otimização contínua das rotas dos comerciais;
- Otimização constante dos volumes de carga transportados;
- Monitorização criteriosa do consumo de combustível;
- Exigência crescente, junto das empresas de transporte, pela utilização de viaturas mais eficientes e tecnologicamente mais evoluídas.

### DICAS VERDES



- Evite o uso do automóvel para trajetos curtos. Opte pelo transporte coletivo ou pela bicicleta ou até mesmo por se deslocar a pé.
- Em horários e locais de maior congestionamento, opte pelos transportes públicos.
- Experimente viajar de comboio. Uma pessoa sozinha a viajar de carro produz três vezes mais emissões de CO<sub>2</sub> por quilómetro.
- Veja se na sua área de habitação ou na empresa existe a possibilidade de partilha de viaturas. Menos custos, menos combustível, menos CO<sub>2</sub>.
- A eco-condução reduz o consumo de combustível e as emissões de gases com efeito de estufa. Conduza a uma velocidade regular, evite travagens e acelerações bruscas, e verifique periodicamente a pressão e o desgaste dos pneus.
- Evite cargas desnecessárias no interior do seu veículo. Quanto maior o peso maior será o consumo. Esteja atento à manutenção do seu veículo. Filtros de ar e combustível obstruído, válvulas injetoras sujas e velas de ignição desgastadas aumentam o consumo.
- Opte por óleos de melhor qualidade. Estes podem reduzir o consumo de combustíveis e as emissões de CO<sub>2</sub> em mais de 2,5%.
- Quando trocar de carro, não se esqueça de considerar o tipo de combustível, a potência, os consumos, as emissões, a aerodinâmica e todas as indicações sobre a eficiência e manutenção.

As nossas dicas para que possa ter um dia mais verde!



**Assuma o seu compromisso com o ambiente!**



Emitido por SGI, Maio 2021  
DOC-00054697