

Uso racional de recursos naturais no Instituto Federal



**INSTITUTO
FEDERAL**

Norte de Minas Gerais

Sua atitude faz a diferença!



Uso racional de recursos naturais no IFNMG

Cada vez mais, discute-se o futuro do planeta. A utilização responsável dos recursos de que dispomos depende de grandes decisões e de pequenas atitudes cotidianas que podem fazer a diferença.

Nas nossas casas e no nosso ambiente de trabalho, devemos ter atitudes conscientes quanto ao consumo de água, energia elétrica, combustíveis e materiais de consumo, bem como na utilização das instalações e dos equipamentos.

Quando decidimos otimizar os gastos, eliminando os supérfluos, dentro de casa e no IFNMG, estamos exercendo uma ação de cidadania que, além de gerar economia financeira, gera também economia de recursos naturais para o bem-estar de todos.

A utilização racional e cuidadosa dos recursos naturais disponíveis, além de ser uma questão de economia para a instituição, é uma atitude de responsabilidade social e ambiental, que evita o gasto desnecessário, ajustando o consumo às reais necessidades do IFNMG.

O simples ato de desligar o computador ao sair para almoçar, ou de fechar a torneira ao escovar os dentes pode parecer muito pouco, mas essa sua atitude, somada à de outros colegas, pode gerar impactos reais na redução do consumo e dos custos.

Economizar, utilizando melhor os recursos com qualidade e responsabilidade, é o que se pretende. Por isso, informações e recomendações importantes estão resumidas nesta cartilha, para que você possa colaborar com pequenos cuidados, a fim de se obter grandes resultados.



**INSTITUTO
FEDERAL**

Norte de Minas Gerais

Reitor do IFNMG

Prof. José Ricardo Martins da Silva

Pró-Reitor de Administração

Prof. Edmilson Tadeu Cassani

Pró-Reitor de Desenvolvimento Institucional

Prof. Alisson Magalhães Castro

Pró-Reitora de Ensino

Prof^a. Ana Alves Neta

Pró-Reitor de Extensão

Prof. Paulo César Pinheiro de Azevedo

Pró-Reitor de Pesquisa, Pós-Graduação e Inovação

Prof. Rogério Mendes Murta

Diretor de Gestão de Pessoas

Prof. Rafael Farias Gonçalves

**Diretor do Centro de Educação a
Distância e Projetos Especiais**

Prof. Antônio Carlos Soares Martins

ÁGUA



***O planeta terra é composto de 70% de água.
97% são águas salgadas e 3% de água doce.
2% formam as geleiras e apenas 1% está
disponível em lagos, rios e camadas
subterrâneas.
13% de toda água doce está no Brasil.***

Adote essas ações

A água é recurso natural estratégico de inestimável valor para a sobrevivência humana. No ambiente de trabalho, evitar o desperdício de água é também uma atitude socialmente correta, pois evita o gasto desnecessário de recursos públicos.

- É possível fazer enorme diferença se souber usar corretamente as torneiras!

- Abra a torneira quando for realmente utilizar a água e feche enquanto não estiver usando, mesmo em pequenos intervalos.

- Feche corretamente a torneira para que não fique pingando.

- Comunique imediatamente eventuais vazamentos ao setor responsável.

Com a torneira aberta, você pode consumir:

- 2,5 litros de água para lavar o rosto em 1 min.

- 12 litros de água para escovar os dentes em 5 min.

- 60 litros de água para fazer a barba em 5 min.

- 560 litros para lavar o carro em 30 min.



***78% do consumo de água em uma residência
é gasto apenas no banheiro.
Substitua válvulas normais por válvulas econômicas
com 2 opções de descarga.***

Adote essas ações

- Evite regar plantas e lavar áreas externas, calçadas e carros com a água da torneira em dias de chuva.
- Evite varrer jardins e calçadas com mangueiras.
- Não use o vaso sanitário como lixeira ou cinzeiro; além de gastar água, os objetos podem causar entupimento.
- Pressione a válvula da descarga por curtos períodos de tempo, evitando desperdício de água.

***Uma torneira que goteja pode jogar fora:
- 50 litros de água por dia;
- 1.500 litros por mês;
- com um filete de 1mm, mais de 60 mil litros
por mês.
Gasto público desnecessário!***



Economizar água é respeitar a natureza!

Energia Elétrica



Adote essas ações

Mais luz, menos energia:

- Aproveite a iluminação natural, abrindo cortinas e janelas.
- Acenda as luzes apenas onde não haja iluminação natural suficiente.
- Substitua, aos poucos, as lâmpadas comuns por fluorescentes ou frias, pois iluminam mais, duram mais e consomem até 80% menos energia.
- Desligue as luzes de ambientes sem utilização permanente: ao sair do banheiro, após a utilização da copa, da sala de reuniões, ao sair para o almoço, etc.
- Desligue as lâmpadas de ambientes não ocupados, salvo aquelas que contribuam para a segurança.
- Verifique a possibilidade de instalação de sensores de presença para o acendimento de lâmpadas por períodos reduzidos em escadas e corredores com pouco movimento.
- Configure o esquema de energia de seu computador, de forma a desligar automaticamente monitor e discos rígidos ou hibernar depois de algum tempo sem uso.
- Desligue o computador e todos os seus periféricos da tomada ao final do expediente e quando não estiverem em uso.
- Use uma régua de tomadas com chave de liga/desliga (ou filtro de linha) para o computador e os periféricos (impressoras, etc). Facilita seu trabalho e garante que nenhuma energia estará sendo consumida após o desligamento.

- Lâmpadas de maior potência consomem mais energia.

- Pinturas escuras exigem mais iluminação.

- A disposição e a cor dos móveis influenciam diretamente na iluminação do ambiente.

Adote essas ações

Mais luz, menos energia:

- Aproveite, sempre que possível, a ventilação natural, abra portas e janelas e mantenha o condicionador de ar desligado.
- Utilize o condicionador de ar apenas em dependências ocupadas.
- Desligue o condicionador de ar por ocasião dos intervalos de almoço e de desocupação temporária por mais de uma hora.
- Desligue os aparelhos uma hora antes do encerramento do expediente e aproveite a temperatura que se mantém no ambiente.
- Com o condicionador de ar ligado, mantenha as portas e janelas bem fechadas para evitar aumentar a carga térmica com a entrada do ar externo.
- Limpe os filtros do condicionador de ar periodicamente, pois a poeira dificulta a circulação do ar.
- Desligue os bebedouros ao final do expediente e durante os períodos sem uso, para economizar energia elétrica.
- Use a escada para subir um andar ou descer dois. É um ótimo exercício!
- Aguarde a saída de quem está no elevador para, então, entrar.
- Não acione os botões desnecessariamente.

- O monitor responde por 70% da energia de um computador.

- Um notebook gasta menos energia elétrica do que um desktop.

- O condicionador de ar é um dos aparelhos elétricos de maior consumo de energia.

Telefonia Fixa e Móvel



Possíveis Ações

- Atualização da norma interna que disciplina o uso da telefonia fixa;
- Atualização da norma interna que disciplina o uso da telefonia móvel;
- Atualização dos usuários detentores de senha para ligações interurbanas e para celular;
- Substituição de linhas fixas por celulares na Sede I, para reduzir valores das ligações para celular;
- Revisão das concessões de linhas de celulares.



COPOS DESCARTÁVEIS



Adote essas ações

- Use copo de vidro, louça ou metal para beber água, suco, chá ou café, ou guarde seu copo descartável para utilizá-lo ao longo do dia.
- Identifique a quantidade do consumo ideal de copos descartáveis.
- Faça uma readequação da localização dos bebedouros.
- Use sempre jarras de água e garrafas de café nas reuniões.
- Improvise maneiras criativas para reciclar os materiais plásticos.
- Armazene os resíduos plásticos em coletores específicos para o descarte.
- Em festinhas comemorativas, busque usar objetos descartáveis que sejam reciclados.

***Bebendo água 5 vezes por dia,
em copo de vidro, deixará de descartar “no
meio ambiente”, cerca de 150 copinhos plásticos.***

***85% dos copos descartáveis acabam em lixões
e apenas 2,5% são reciclados.***

***O período de degradação de um copo plástico
varia de 200 a 450 anos.***



PAPPEL



Adote essas ações

O uso indiscriminado de papel é uma herança da administração burocrática, que entope armários, ambientes de trabalho e latas de lixo. Hoje sabemos que o uso consciente de papel poupa árvores, recursos públicos, contribuindo para a conservação da natureza.

- Reaproveite o que for possível.
- Reutilize papéis que não contenham informações sigilosas, utilizando o verso branco para rascunho ou para confecção de blocos para anotações.
- Use com economia o papel toalha, quando for secar as mãos.
- Use e-mail na comunicação, para evitar o uso do papel.
- Substitua o documento impresso por documento digital.
- Leia os documentos digitalizados no próprio monitor do computador, ao invés de imprimir para leitura.
- Opte pela impressão de mais de uma página em cada folha.
- Visualize a impressão antes de imprimir o documento, para verificar se a formatação está correta.
- Substitua os guardanapos, lenços e panos de prato de papel pelos feitos de tecido.
- Reaproveite: sacolas, papéis de embrulho e embalagens.

***Com uma árvore, é possível fazer “em média”,
10.000 folhas de papel, tamanho A4,
de 75 g/m² de gramatura por tronco.***



Possíveis Ações

- Instalação de caixas coletoras de papel para reciclagem e para reuso;
- Instalação de programas que monitoram quem, o que e quando imprimiu arquivos;
- Disciplina do uso da reprografia;
- Sistemática de distribuição de papel;
- Programação padrão para impressão frente e verso;
- Reaproveitamento de papel na confecção de blocos de rascunho;
- Identificação do consumo ideal de papel.

Para produzir 1 árvore, são necessários, em média, 16 anos.





**INSTITUTO
FEDERAL**

Norte de Minas Gerais