

# Vamos Poupar Energia!!!



Que podemos nós  
fazer?

# Eficiência Energética

Utilização Racional da Energia, assegurando os níveis de conforto e de qualidade de vida.

Como ?

Alteração de comportamentos

Utilização de equipamentos que consumam menos energia.

Por  
onde  
começar?

Resíduos

Habitação

Construção

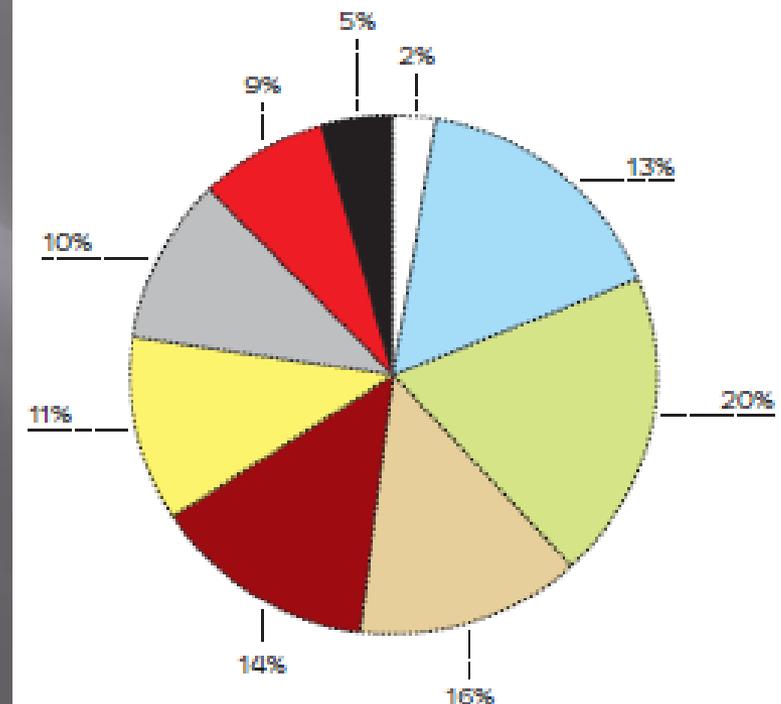
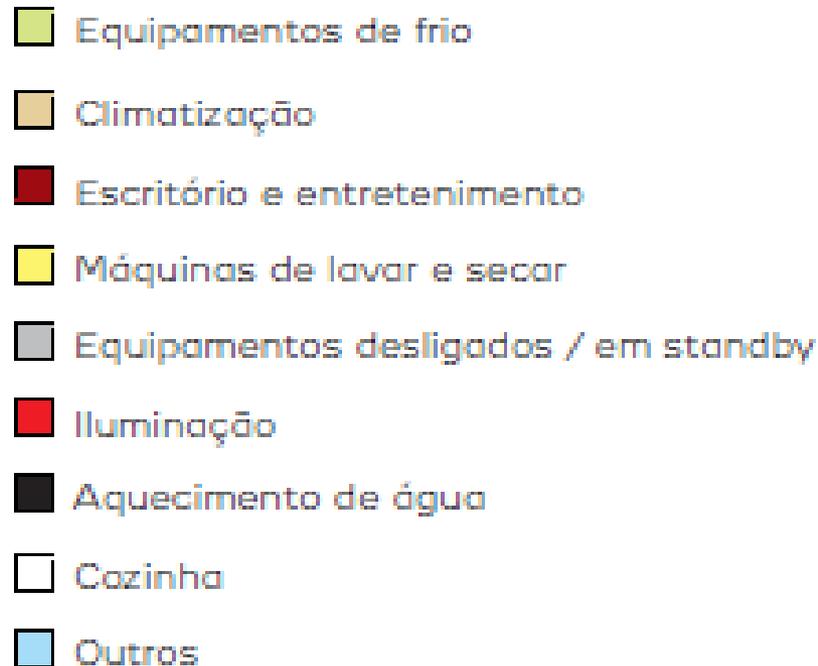
Transportes



# Habitação



# Sabe onde é gasta a energia da sua casa?



# ILUMINAÇÃO

9% DA ENERGIA  
É CONSUMIDA NA  
ILUMINAÇÃO

# ILUMINAÇÃO



## 9% DA ENERGIA É CONSUMIDA NA ILUMINAÇÃO

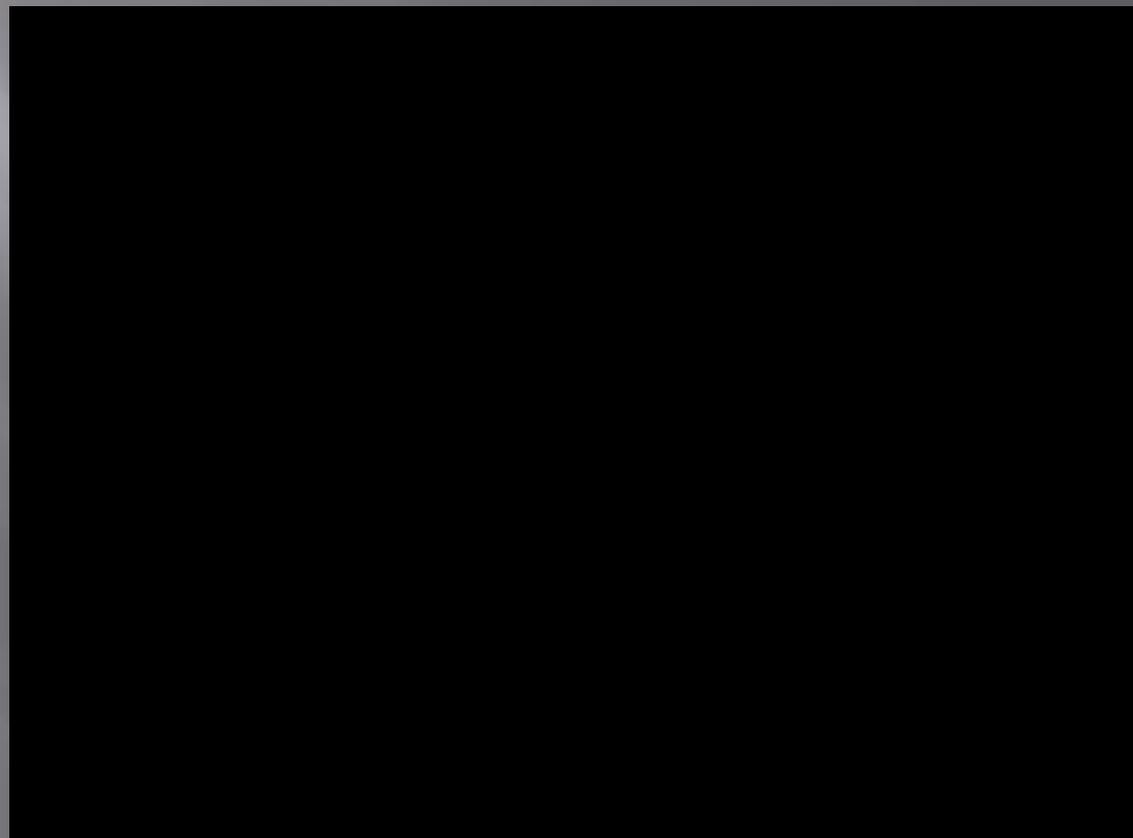


- Aproveite ao máximo a luz solar;
- Desligue a luz quando esta não for necessária;
- Pintar as paredes e o tecto com cores claras, que reflectam melhor a luz, reduzindo a necessidade de iluminação artificial;
- Instalar sensores de movimento para controlo de iluminação nos locais de passagem, por exemplo: garagens e vestíbulos.



- Substituir as lâmpadas incandescentes por lâmpadas fluorescentes compactas, podendo reduzir até 80% o consumo de energia eléctrica;
- Considerar a hipótese de usar lâmpadas LED para substituir as lâmpadas de halogéneo;
- Usar lâmpadas fluorescentes tubulares em locais onde a qualidade da luz não é tão importante (cozinha e garagem) e optar por balastos electrónicos.

Solução?



# CLIMATIZAÇÃO

16% DA ENERGIA É  
CONSUMIDA  
NA CLIMATIZAÇÃO

16% DA ENERGIA É CONSUMIDA  
NA CLIMATIZAÇÃO

## COMO DIMINUIR O CONSUMO ENERGÉTICO

No inverno, maximizar a entrada da luz solar.

No verão, evitar a entrada dos raios solares directos durante o dia e facilitar a ventilação natural de noite, abrindo as janelas em lados opostos da casa;



# ISOLAMENTO

Um bom isolamento evita perdas de calor e as infiltrações, reduzindo a necessidade de investir em sistemas de climatização.

Existem vários materiais e técnicas disponíveis para o isolamento, tais como a celulose, aglomerado de cortiça, entre outros.

# ELECTRODOMÉSTICOS

## ELECTRODOMÉSTICOS

A redução dos consumos energéticos é possível através da aquisição de equipamentos de classe A ou superior (mais eficientes), e também da sua utilização mais responsável.



- Não deixar os aparelhos em modo "Stand by".
- Utilizar tomadas múltiplas com interruptor.
- Utilizar relógios programadores para planejar o horário de funcionamento dos equipamentos.

### Energia

Fabricante  
Modelo

Mais Eficiente



Menos Eficiente

COMPUTADOR

AR CONDICIONADO

TELEVISÃO

FRIGORÍFICO

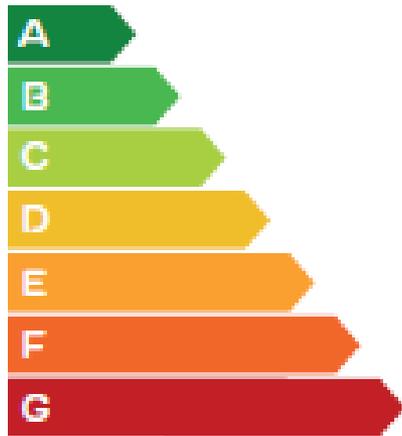
TERMOACUMULADOR

MICROONDAS

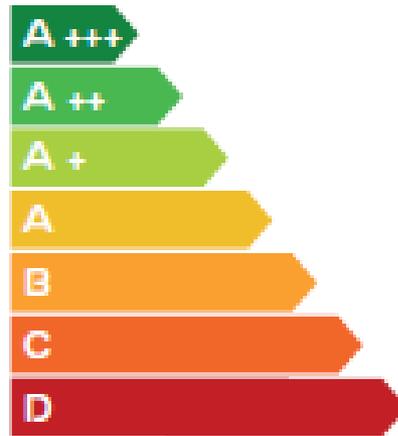
MÁQUINAS DE LAVAR

FORNO E FOGÃO

# ETIQUETA ENERGÉTICA



etiqueta antiga



etiqueta nova

A etiqueta energética informa o consumidor sobre a eficiência dos equipamentos domésticos.

# ETIQUETA ENERGÉTICA

Para alguns equipamentos, a etiqueta de eficiência energética é obrigatória (por exemplo, aparelhos de frio doméstico, máquinas de lavar roupa e loiça, entre outros)

Para a mesma capacidade e características, um aparelho classificado como A+++ é considerado mais eficiente e económico.



20% DA ENERGIA É  
CONSUMIDA  
EM EQUIPAMENTOS  
DE FRIO

COMO DIMINUIR O  
CONSUMO  
ENERGÉTICO?

Manter o frigorífico afastado de fontes de calor;

Não abrir a porta desnecessariamente e reduzir o tempo de abertura;

Manter o controlo de temperatura do frigorífico entre os 3.º C e 4.º C e do congelador nos 18.º C;

Deixar arrefecer os alimentos antes de os colocar no frigorífico;

Afastar a grelha traseira no mínimo cerca de 10 cm da parede, e limpá-la pelo menos uma vez por ano.;

Quando se ausentar por tempo prolongado, esvaziar os equipamentos de frio e desligá-los.

## COMO DIMINUIR O CONSUMO ENERGÉTICO?

11% DA ENERGIA É CONSUMIDA EM MÁQUINAS DE LAVAR E SECAR



Na compra do equipamento, escolher o mais eficiente energeticamente (classe A+ ou superior).

Evitar usar o ciclo de pré-lavagem lavagem, que deve ser utilizado apenas com loiça muito suja;

Controlar os ciclos de lavagem da máquina, de acordo com as necessidades da família;

Usar o programa com temperaturas mais altas ou o ciclo de pré-lavagem, apenas em caso de comida ressequida ou queimada;

Lavar com a carga máxima indicada pelo fabricante;

Manter os filtros sempre limpos.



Na compra do equipamento, escolher o mais eficiente energeticamente (classe A+ ou superior).

Lavar com a carga completa e tentar separar as roupas por tipos de tecido, cor e grau de sujidade;

Evitar a pré-lavagem, excepto quando a roupa estiver muito suja;

Fazer lavagens com água a temperaturas baixas. Ao diminuir a temperatura de lavagem de 60°C para 30°C, pode economizar até 60% do consumo;

Manter o filtro sempre limpo.



Utilizar o sol e o vento sempre que possível para secar a roupa;

Centrifugar a roupa na sua máquina de lavar a uma velocidade elevada, para retirar o máximo de água possível antes da secagem;

Secar as toalhas e peças mais pesadas separadamente;

Utilizar a máquina na sua capacidade de carga máxima, mas sem a sobrecarregar, pois poderá provocar mais vincos na roupa e assim aumentar o consumo no processo de engomar;

Confirmar se o tubo da máquina para o exterior é o mais curto possível, de modo a aumentar o rendimento de secagem.



## Microondas

Descongelar sempre os alimentos ao natural;

Utilizar os suportes apropriados para aquecer dois pratos em simultâneo.

Manter o interior limpo.

## COMO DIMINUIR O CONSUMO ENERGÉTICO?

### Fogão e Forno

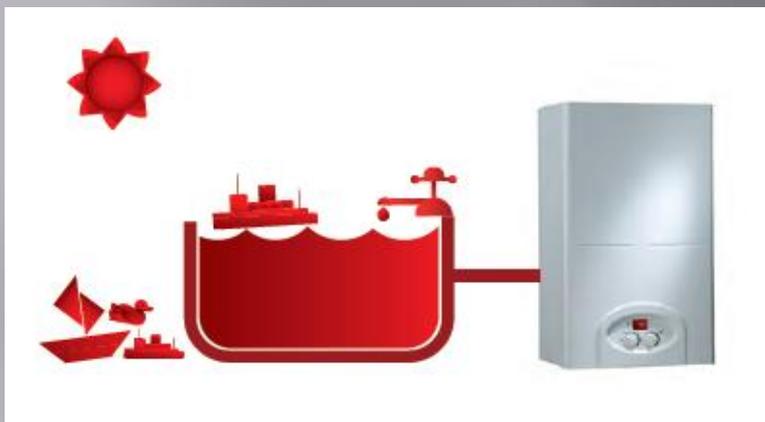
Cozinhar, certificando-se de que a placa elétrica ou o bico do fogão não é maior de que a base do recipiente;

Evitar abrir a porta do forno, durante os cozinhados;

Verificar se a porta do forno veda bem;  
Substituir juntas e borrachas;

Desligar o fogão/ forno antes do fim do cozinhado.

2% DA ENERGIA  
É CONSUMIDA  
A COZINHAR



5% DA ENERGIA É  
CONSUMIDA  
NO AQUECIMENTO DE ÁGUA

Se possível, combinar o termoacumulador com a instalação de painéis solares térmicos, que lhe podem garantir entre 60% a 80% da energia necessária ao aquecimento de águas;

Utilizar torneiras e chuveiros eficientes - poupa entre 40% a 70% de água sem perder a sensação do conforto de um bom duche;

Utilizar uma tomada com controlador horário para privilegiar o funcionamento do termoacumulador no período nocturno.

14% DA ENERGIA É CONSUMIDA  
EM EQUIPAMENTOS DE ESCRITÓRIO  
E ENTRETENIMENTO





Não utilizar a televisão só para fazer companhia, nem adormecer com ela ligada;

Evitar ter várias televisões ligadas ao mesmo tempo.

Desligue no botão e não apenas no comando;

Durante o período que se encontra em stand-by a televisão continua a consumir energia.

Utilize multtomadas com interruptor de corte de corrente, permite desligar os equipamentos associados.





Não temos nas nossas mãos as soluções para todos os problemas do mundo, mas diante de todos os problemas do mundo temos as nossas mãos.

Friedrich Schiller

Obrigada!