
Pequenas Atitudes
Grandes Mudanças
Por um Consumo Consciente
ideia



Pequenas Atitudes Grandes Mudanças

Por um Consumo Consciente

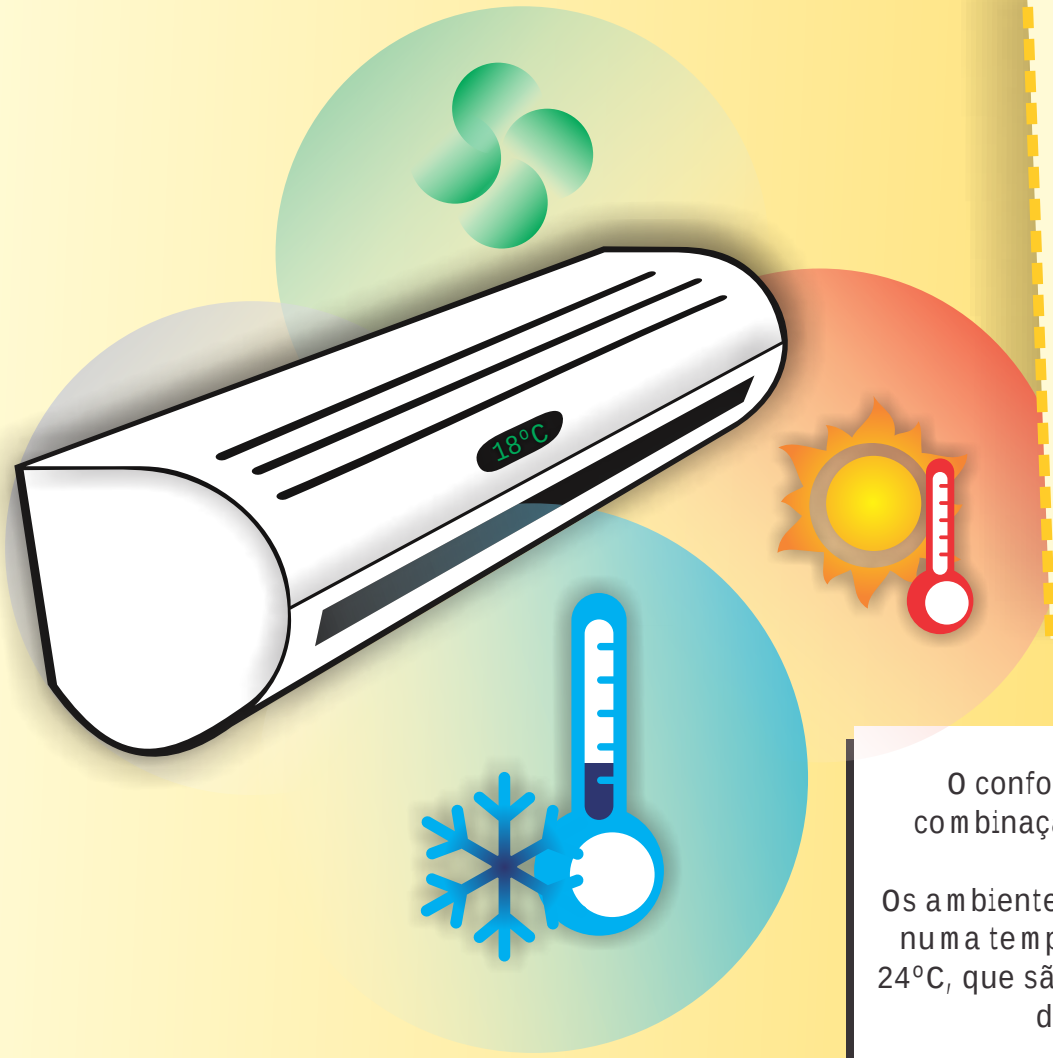
Seja um agente no combate ao desperdício, pequenas atitudes torna o mundo mais sustentável!



APRESENTAÇÃO

A cartilha “Pequenas Atitudes, Grandes Mudanças – Por um consumo consciente” é uma iniciativa da Secretaria de Administração do Governo de Pernambuco (SAD) em parceria com a Celpe e tem o objetivo de sensibilizar os servidores no uso consciente de energia elétrica nas instalações dos prédios públicos estaduais.

AR-CONDICIONADO



- Mantenha as janelas e as portas fechadas;
- Evite a incidência de raios solares no ambiente climatizado, pois aumentará a carga térmica para o condicionador de ar.
- Limpe o filtro do aparelho na periodicidade recomendada pelo fabricante;
- Mantenha livre a entrada de ar do condensador;
- Evite consumo de energia elétrica no horário das 17h30 às 20h30*, no qual o valor da tarifa é superior à cobrada nos demais horários do dia;
- Adeque os serviços de terceiros ao horário de funcionamento;
- Desligue os aparelhos de ar-condicionado, sempre que possível, meia hora antes do término do expediente.

*Horossazonal verde ou azul

O conforto térmico é uma combinação de temperatura e umidade.
Os ambientes devem ser mantidos numa temperatura entre 22°C e 24°C, que são adequadas à maioria das pessoas.

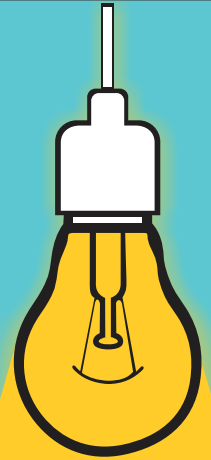
O ar-condicionado é responsável pela maior parcela de energia consumida nos prédios públicos.

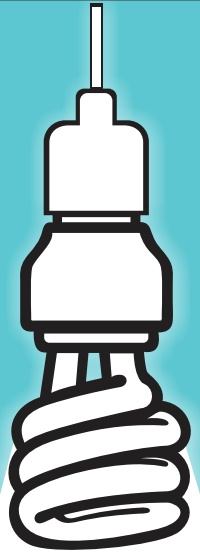
O aumento de 1° C na temperatura do ar condicionado diminui o consumo de energia do aparelho em 7%*. (Fonte:http: //www.ecodesenvolvimento.org)

ILUMINAÇÃO

- Aproveite a luz natural sempre que possível!
- Mantenha limpas as lâmpadas e as luminárias para permitir a reflexão máxima da luz.
- Reduza a iluminação em áreas de circulação, pátios de estacionamento e garagens, desde que não prejudique a segurança nos locais.
- Mantenha desligadas as lâmpadas das dependências desocupadas, bem como a iluminação ornamental interna e externa.
- Use preferencialmente luminárias abertas, retirando, quando possível, o protetor de acrílico, o que possibilita a redução de até 50% do número de lâmpadas sem perda da qualidade de iluminação. Neste caso observe o ofuscamento.
- Substitua lâmpadas incandescentes por fluorescentes compactas ou LED. O investimento inicial será compensado com a economia de energia.
- Use reatores eletrônicos com alto fator de potência.
- Instale sensores de presença ou iluminação variável, além de interruptores individuais por ambiente
- Rebaixe as luminárias quando o pé-direito for elevado, reduzindo, consequentemente, a potência total necessária.
- Utilize cores claras na pintura de tetos e paredes internas. A diminuição da carga de iluminação reduz, como consequência, a carga térmica para o sistema de condicionamento de ar.









	Incandescente	Fluorescente Compacta	LED**
Potência Média	60W	15W	9W
Consumo de Energia	175,20 kWh	43,80 kWh	26,28 kWh
Durabilidade	1 ano	6 – 10 anos	15 – 25 anos
Lâmpadas Trocadas	110	20	Zero
Utilização	60 W x 8h/dia x 365 d	15 W x 8h/dia x 365 d	9 W x 8h/dia x 365 d

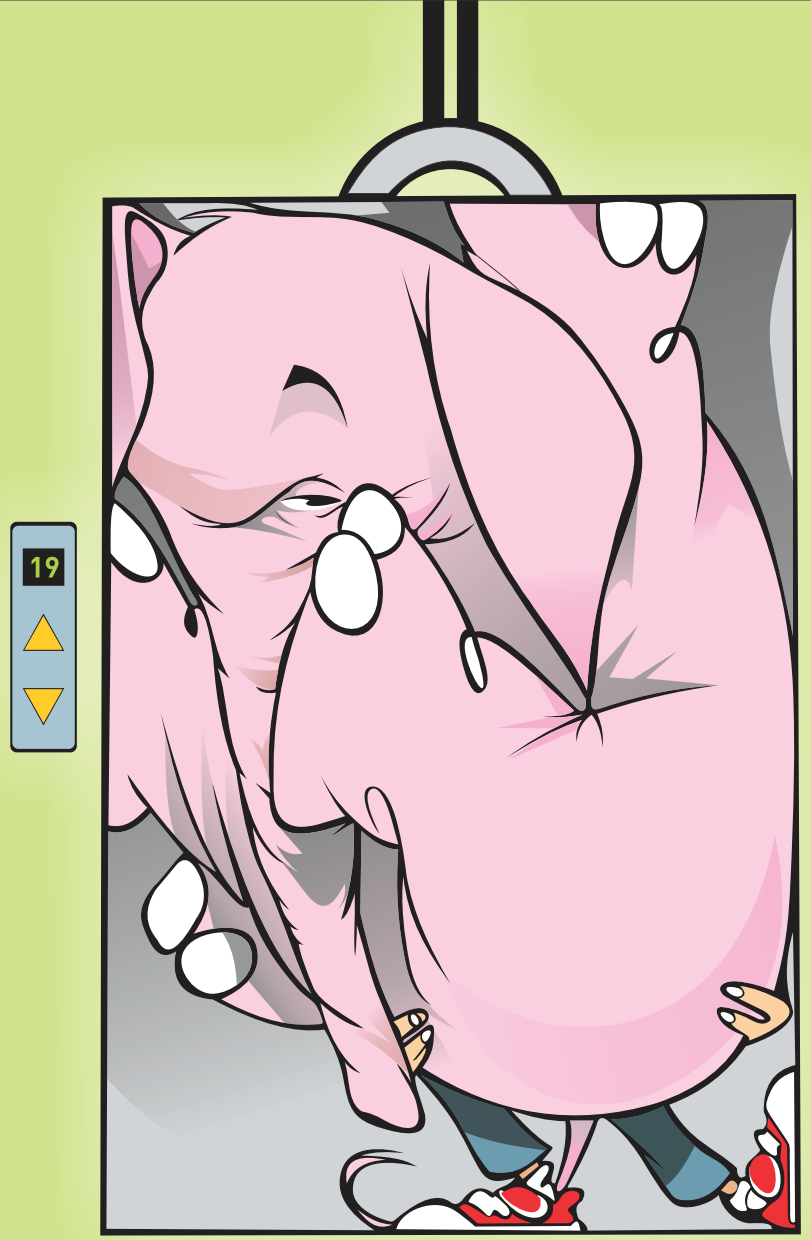
**Mesmo Fluxo Luminoso

Não deixe lâmpadas Acesas.
Se for o último ao sair do ambiente de trabalho, APAGUE a luz.



ELEVADOR

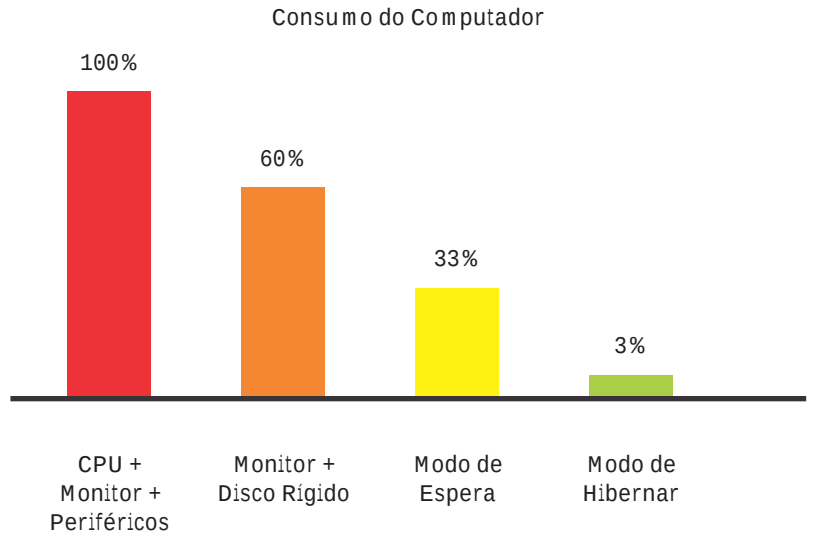
- Vai descer ou subir 1 ou 2 andares? Prefira as escadas, você economiza energia elétrica e queima calorias.
- Localizar os serviços de maior movimentação de indivíduos nos pavimentos inferiores.
- Para subir, acione apenas o botão superior, e para descer, apenas o botão inferior. Acionar os dois botões ocasionará paradas e saídas desnecessárias, provocando demoras e prejuízos para todos.
- Localizar os serviços de maior movimentação de indivíduos nos pavimentos inferiores.



EQUIPAMENTOS DE INFORMAÇÃO



Se der uma pausa do trabalho, DESLIGUE o monitor de vídeo.
Mas se a ausência for superior a meia hora, vale a pena DESLIGAR o computador.



Programar o computador para entrar no modo espera após cinco minutos sem uso.

Fonte: USE – Uso Sustentável da Energia : Manual de Economia de Energia Autor: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
http://www.pucrs.br/biblioteca/manualuse.pdf

FREEZERS, GELADEIRAS E BEBEDOUROS

- Evite deixar portas abertas desnecessariamente e a colocação de alimentos quentes.
- Faça degelo periódico.
- Manter o termostato regulado no mínimo necessário e localizar a geladeira fora do alcance de raios solares ou de outras fontes de calor.

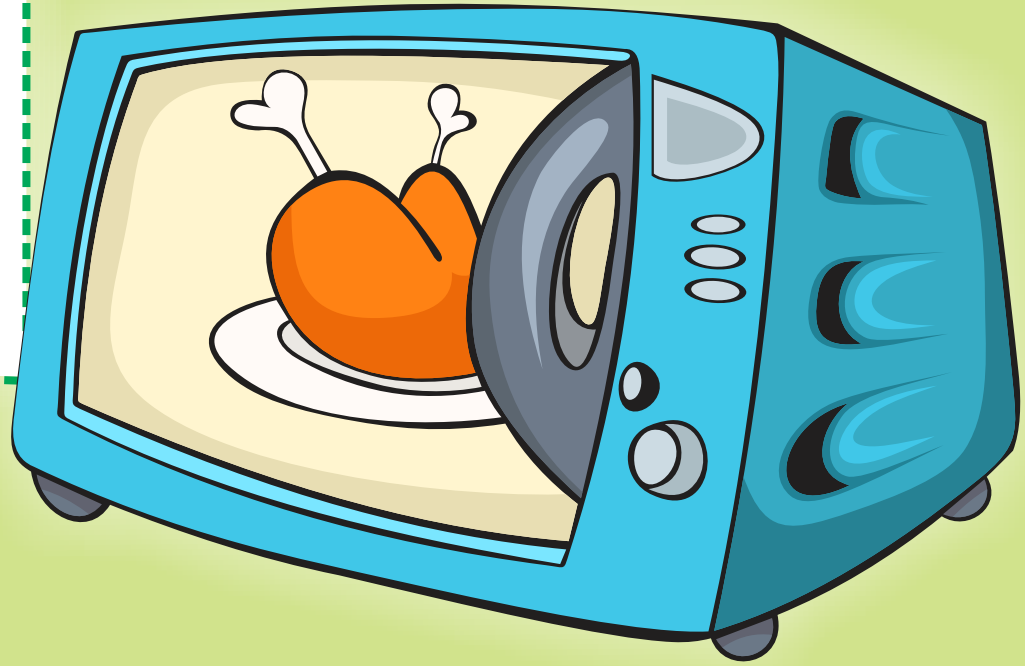


Fica a Dica!

Para saber se a borracha de vedação está boa, ponha uma folha de papel encostada no batente da geladeira/freezer e feche a porta.
Em seguida, puxe a folha. Se ela deslizar facilmente, é sinal de que a borracha não está garantindo vedação. Faça esse teste em volta de toda a porta.

MICRO-ONDAS

- Utilizar o micro-ondas para refeições pequenas.
- Descongelar os alimentos ao natural sempre que tiver tempo.
- Utilizar os suportes apropriados para aquecer dois pratos simultaneamente.
- Manter o interior limpo – a presença de restos orgânicos pode levar a um maior consumo de energia e à proliferação de bactérias.
- Retire o aparelho da tomada sempre que não for utilizá-lo.



TELEVISÃO

- Não deixe a TV ligada quando você não estiver assistindo.
- Durante o período em que se encontra em stand-by, a televisão continua a consumir energia!
- Retire o aparelho da tomada sempre que não estiver utilizando.



EQUIPAMENTOS

- Na aquisição de equipamentos utilizar as especificações que atendam aos requisitos inerentes à eficiência energética. Dê preferência aos que possuem Selo PROCEL de Economia de Energia, isso faz a diferença.
- Caso não tenha o Selo, escolha o Inmetro A.
- O Governo de Pernambuco possui um convênio com a Celpe para consultoria na compra de equipamentos elétricos que consomem menos energia.





SECRETARIA DE ADMINISTRAÇÃO

GOVERNO DO ESTADO

Pernambuco

JUNTOS, FAZEMOS MAIS.