

## Protege o ambiente Poupando energia

Poupar energia significa diminuir a quantidade de energia utilizada quando da realização de qualquer acto do nosso dia-a-dia.

A produção de energia requer também alguns recursos naturais não renováveis, como por exemplo o carvão, o petróleo ou o gás. Assim, ao gastar menos energia poupamos e preservámos estes recursos.



**Gastar menos energia tem várias vantagens – poupa-se dinheiro e protege-se o ambiente!**

Não te esqueças, sempre que possível, aproveita as horas de luz natural para poupar energia!



**Pratica as “dicas” contidas neste folheto e dá a conhecer aos outros.**

**Com a colaboração de todos o futuro do planeta será mais risonho.**



Com o apoio e colaboração da Unidade de Saúde Pública do ACES Oeste Sul—Pólo Sobral de Monte Agraço  
Março de 2012



### Vamos Poupar Energia



### Descobre como...

Folheto elaborado por:  
Joana Eleutério  
5º ano Turma C

Agrupamento de Escola Joaquim Inácio da Cruz Sobral

Com a colaboração de Joana Barbosa  
Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa  
Ano lectivo: 2011/2012

# Energias Renováveis

## Energia da Biomassa

(biocombustão de resíduos)

## Energia Solar

(proveniente do sol)

## Energia das Marés

(proveniente das ondas)

## Energia Eólica

(proveniente do vento)

## Energia Hidroelétrica

(proveniente dos cursos de água doce)



## Algumas Vantagens das energias renováveis:

- São energias que não se esgotam.
- Reduzem a emissão de poluentes, o que torna o ar mais “limpo”.
- Algumas não geram resíduos e outras geram muito poucos.



## PROTEGEM O PLANETA



## E algumas Desvantagens

- Custos iniciais e de manutenção muito elevados.
- Impactos visuais negativos, por descaracterização da paisagem.
- Alguns impactos negativos na fauna e flora local.



Do ponto de vista ambiental e em defesa do planeta as vantagens das energias renováveis superam em larga escala as desvantagens mencionadas.



## Poupa Energia...



## Iluminação

- Sempre que for possível prefere a luz natural à luz artificial, quer em casa quer na escola.
- Não te esqueças de apagar as luzes que não estiveres a utilizar, quer em casa quer na escola.
- Sugere quer em casa quer na escola a troca de lâmpadas tradicionais por lâmpadas economizadoras ou lâmpadas fluorescente.



## Transportes

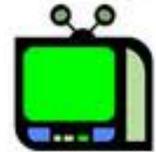
- Utiliza os transportes públicos, a bicicleta ou andar a pé. Porque o sector dos transportes é responsável, por um elevado consumo de energia associado à emissão de vários poluentes para o meio ambiente.
- Partilha o carro com vizinhos ou colegas quando vais para a escola.

## Electrodomésticos

• Sugere que na aquisição de qualquer electrodoméstico, se dê preferência aos modelos com a maior eficiência energética.



- Sempre que não estejas a utilizar: televisão, computador, consola, ... não te esqueças de os desligar.
- Depois de utilizares um aparelho eléctrico não te esqueças de desliga-lo no botão, para que não fique em Standby (ex. televisão, computador, consolas, ...)
- Não deixes os carregadores nas tomadas, isto porque continuarão a gastar energia (ex. telemóvel, MP3, computador, consolas,...)



• Verifica se em casa as máquinas (roupa e louça) são utilizadas correctamente; com a sua capacidade máxima e sempre que possível a baixas temperaturas.

- Evita abrir e fechar a porta do frigorífico muitas vezes seguidas, opta antes por retirar ou guardar tudo o que precisas de uma só





