



## As nossas sugestões ...

### **Cozinha e lavandaria**

1. Cozinhe os legumes ao vapor em vez de os cozer em água
2. Descongele a comida no frigorífico, e não numa bacia com água ou no balcão, ou na banca.
3. Utilize a água de cozer vegetais para confeccionar sopa e outros pratos
4. As máquinas de lavar a loiça e a roupa só devem ser utilizadas com a carga completa ou devem ser programadas para "meia máquina"
5. Limpe a loiça antes de a lavar, e deixe-a de "molho" se for necessário, mas não a passe por água antes de a colocar na máquina
6. Não lave a loiça peça a peça; junte-a e lave-a uma ou duas vezes por dia
7. Se lavar loiça à mão, encha o lava-loiça apenas com a água necessária e não deixe a água a correr continuamente
8. Use uma bacia ou um balde para enxaguar a roupa, em vez de o fazer com a água a correr continuamente
9. Adquira máquinas de lavar eficientes em termos de economia de água.

### **Casa de banho**

1. Prefira os banhos de chuveiro aos banhos de imersão e feche a torneira enquanto se ensaboa
2. Para lavar os dentes use sempre um copo ou uma caneca e feche a torneira enquanto durar a lavagem
3. Utilize uma bacia ou tape o lavatório quando fizer a barba

4. Ajuste, quando for possível, o autoclismo para o volume mínimo, regulando o mecanismo de enchimento colocado no interior
5. Coloque, quando possível, uma garrafa de água com areia no interior ou um pequeno tijolo, dentro do depósito do seu autoclismo (permite-lhe poupar cerca de 2 litros de água por descarga)
6. Substitua autoclismos velhos por modelos de baixo consumo de água.

## **Entrada, jardim e pátio**

1. regue os relvados de manhã cedo ou à noite
2. Use água reciclada (aquela que sobrou de cozer ovos, chaleiras eléctricas, lavar vegetais, desumidificadores, etc.) Para regar as plantas utilize preferencialmente grama em vez de relva
3. Cultive plantas típicas da região, mais adaptadas ao clima
4. Deixe crescer a relva pois ficará mais verde e necessitará de menos água
5. Cubra a terra do jardim ou dos vasos de plantas, com casca de pinheiro ou outro material
6. Evite regar desnecessariamente as plantas
7. Utilize sistemas de rega por distribuidores rotativos ou aspersores
8. Utilize temporizador no sistema de rega por aspersão, ajuste as cabeças dos aspersores e as ligações às mangueiras por forma a emitirem gotas grande em vez de um fino spray, o qual evapora mais facilmente
9. Equipe as mangueiras com uma torneira de fecho automático
10. Conserte todas as fugas nas mangueiras e nas suas ligações
11. Não deixe a água a correr durante a lavagem do carro

## **Lazer**

1. Proceda à recirculação da água de piscinas com tratamento intermédio
2. Utilize uma cobertura na sua piscina para reduzir a evaporação
3. Utilize nas piscinas um filtro que utilize menos água durante o processo de filtragem

4. Utilize água recirculada ou, até, reciclada, quando possível e adequado em fontes ou outros ornamentos com água

## **Na rua**

1. Avise a Câmara Municipal ou os SMAS se detectar uma fuga de água na via pública (rua ou jardim)

## **Regras gerais de poupança**

1. Mantenha sempre toda a canalização doméstica em bom estado de funcionamento e exploração; chame um canalizador se as torneiras não pararem de pingar

2. Feche sempre bem as torneiras e evite perdas em autoclismos, esquentadores ou máquinas de lavar

3. Instale nas torneiras dispositivos reguladores de caudal que permitam reduzir os consumos sem retirar pressão

4. Controle os seus gastos através de uma leitura regular do contador e da factura mensal da água

5. Reutilize água sempre que possível

## **O que fazer durante um período de seca?**

1. Reforce os cuidados com a poupança de água

2. Feche ligeiramente as torneiras de segurança de sua casa, de modo a diminuir o caudal

3. Em caso de cortes de abastecimento público de água, armazene apenas a quantidade necessária, utilizando-a só em consumos indispensáveis

4. Não lave a rua em frente à sua casa; deixe esse trabalho para as autoridades competentes

5. Não encha tanques ou piscinas