

### Sabia que...

A economia do papel não só contribui para a preservação das florestas, mas também para poupança de água. Cada kg de papel necessita de cinco mil litros de água para a sua produção. Utilize papel reciclado.

Os produtos reciclados consomem menos água do que os produzidos a partir da matéria-prima virgem.



#### Sede Águas Vale do Tejo

Rua Dr. Francisco Pissarra de Matos, n.º 21, r/c  
6300 -693 Guarda

Telefone: +351 271 225 317

Fax: +351 271 221 955

Email: [geral.advt@adp.pt](mailto:geral.advt@adp.pt)

Site [www.advt.pt](http://www.advt.pt)

#### Sede EPAL

Avenida da Liberdade, 24  
1250-144 Lisboa

Telefone: +351 213 251 000

Fax: +351 213 251 397

Email: [geral.epal@adp.pt](mailto:geral.epal@adp.pt)

Site [www.epal.pt](http://www.epal.pt)



**Poupar água** é aprender a não desperdiçar nos consumos inúteis. Uso eficiente da água é utilizar somente o que realmente necessita no seu dia a dia, sem pôr em causa o seu conforto e a sua qualidade de vida.

#### Algumas dicas úteis...

Se houver corte de abastecimento na sua zona, armazene a quantidade que necessitar.

Se sobrar água, não a deite fora. Utilize-a para as limpezas da casa, sanita ou fazer a rega das plantas.

Controle o contador da água para perceber os seus consumos.

*Dicas*  
de uso eficiente  
da água

## Uso Eficiente

### Use só o que precisa

A água é um bem essencial à vida e é fundamental termos consciência de que não é ilimitado.

Para poupar centenas de litros de água por mês, bastará alterar pequenos hábitos diários, que não irão reduzir o seu conforto.



Não lave a loiça à mão! **Utilize a máquina de lavar loiça.** Há modelos recentes com menores consumos, apresentando uma média de 22 litros por lavagem.

Utilize sempre a máquina com a carga completa e no programa económico. Utilize também detergentes que sejam amigos do ambiente e que produzam pouca espuma. Assim, menos água a máquina necessitará para lavar a loiça.



Na **rega de jardins** deve ter em atenção que esta se destina a suprir as necessidades das plantas quando a chuva for insuficiente.

Regar com a mangueira pode gastar 18 litros por minuto. Para fazer a rega de forma eficiente aproveite as horas de menor calor: antes das 8h da manhã e após as 18h. Desta forma terá menos perdas de água por evaporação.

Concilie as condições climatéricas com as regas do seu jardim.



## Dicas...

**Uma torneira a pingar** pode representar cerca de 6000 litros anuais de desperdício. Verifique sempre se fechou as torneiras, quando fizer a barba ou lavar as mãos. Cerca de 10 000 litros são desperdiçados deixando a torneira aberta enquanto realiza a sua higiene diária.

**O duche ou banho de imersão exagerados** são responsáveis por grande parte do desperdício do consumo médio de uma habitação. Cada banho de imersão leva cerca de 200 litros, e um duche prolongado pode levar cerca de 100 litros. Opte por duchas rápidos de 5 minutos, e feche a torneira enquanto se ensaboa.

**Utilize a máquina de lavar roupa** com a carga completa e detergentes amigos do ambiente. Os modelos antigos podem gastar 220 litros para a lavagem de 5kg de roupa.

Modelos mais recentes e mais eficientes têm consumos inferiores a 50 litros por lavagem.

**Um autoclismo desvedado** pode desperdiçar cerca de 200 mil litros de água por ano. Ajuste o autoclismo para o volume de descarga mínimo. Não deite lixo na sanita, pois desta forma evitará descargas desnecessárias.

**Lavar o carro** não pode ser feito como rotina. Utilize as estações de serviço ecológicas, que possuem temporizadores na utilização da água, e lave-o apenas quando está sujo. Pode também aproveitar os dias de chuva para o fazer, ou então utilize balde e esponja.

Lembre-se que quando lava o carro, está a fazê-lo com água boa para consumo humano.