



www.smas-sintra.pt

CUIDAR DA ÁGUA É CUIDAR DO FUTURO

TODOS FAZEMOS PARTE
DA SOLUÇÃO





Tome duches rápidos

Prefira duches curtos em vez de banhos prolongados e feche a torneira enquanto se ensaboa. Por cada 2 minutos no banho com a torneira aberta, são gastos mais de 40 litros de água.



Feche a torneira enquanto escova os dentes ou se barbeia

Poupará entre 10 a 30 litros de água por dia.



Desligue a torneira enquanto lava a loiça ou a roupa

Se lavar roupa ou loiça à mão, utilize um alguidar ou a bacia do lava-loiça. Evite manter a torneira aberta enquanto faz a lavagem.



Use o autoclismo de forma responsável

Se não tiver um modelo de dupla descarga, diminua o seu nível de enchimento. Não use a sanita como caixote do lixo. Além de poder entupir os esgotos, cada descarga do autoclismo consome entre 10 e 15 litros de água. Utilize o autoclismo apenas quando necessário.



Regue as plantas ou o jardim à noite

Regue as plantas ou o jardim ao início da manhã ou ao final do dia, para evitar desperdiçar até 30% da água por evaporação. Adeque a rega à necessidade das plantas. Não regue em excesso. Escolha plantas autóctones ou de baixa rega.



Reutilize a água de lavar os alimentos e de outras atividades

Aproveite a água fria do início do duche, da lavagem de frutas e legumes para regar as plantas, para o autoclismo ou para lavar o chão.



Lave o carro com balde e esponja

Se lavar o carro em casa, recorra a um balde e esponja. Não use mangueira, que pode consumir até 400 litros de água. Se optar por centros de lavagem automática, escolha os que possuem sistemas de reciclagem e reutilização de água.



Use dispositivos de poupança de água

Instale redutores de caudal em torneiras e chuveiros. Pequenas mudanças geram grandes poupanças.



Verifique fugas e perdas de água

Uma torneira a pingar de 5 em 5 segundos, durante 24 horas, gasta cerca de 30 litros de água por dia, ou seja, mais de 10.000 litros de água por ano. Controle os gastos de água através da leitura mensal do contador ou da fatura da água.



Poupe água ao usar os seus eletrodomésticos

Ao comprar eletrodomésticos (como máquinas de lavar roupa), escolha os que consomem menos água. Utilize os programas eco e as máquinas sempre com a carga máxima.