

Dia Mundial da Energia 29 de maio

Para o ajudar, o Projeto Eco-Escolas deixa-lhe algumas **dicas para poupar energia** no seu dia-a-dia e que em muito contribuirão no uso mais eficiente da energia.

- Utilize em sua casa lâmpadas economizadoras em vez das tradicionais incandescentes; e evite ter luzes e equipamentos ligados, quando não são necessários;
- Aproveite ao máximo a luz natural e evite lâmpadas com potência excessiva em relação ao uso pretendido;
- Antes de comprar novos equipamentos verifique a etiqueta energética, e compre o mais eficiente (Classe A ou superior);
- Desligue os equipamentos no botão, e não apenas no comando, porque seus equipamentos no modo de standby, continuam a consumir energia;
- Evite o abrir e fechar constante da porta do frigorífico e verifique periodicamente o estado das borrachas das portas do frigorífico;
- Planeie as refeições do dia seguinte e passe os alimentos do congelador para o frigorífico. Desta forma, estes alimentos estarão a dar frio ao frigorífico, reduzindo o consumo diário do equipamento em 2%;
- Utilize as máquinas de lavar, sempre com a carga completa e a baixas temperaturas;
- Separe os diferentes resíduos domésticos;
- Aproveite a capacidade do forno e cozinhe vários alimentos ao mesmo tempo. Evite abrir a porta do forno durante a confeção da refeição. Por cada vez que abre a porta durante 10 segundos, vai precisar de mais 8% de consumo de energia para completar um cozinhado de 20 minutos ;
- Baixar o lume dos cozinhados após estes iniciarem a sua fervura, consome menos gás e mantém a temperatura de cozedura. Desligue o lume um pouco antes de terminar o cozinhado, pois o calor presente no tacho é suficiente para acabar de cozer os alimentos.



O AMBIENTE e a sua carteira AGRADECEM estes simples gestos!

**Agrupamento de Escolas de Góis
Projeto Eco-Escolas**