

#### Sustentabilidade ambiental no local de trabalho:

- **Transportes** - Utilize meios de transporte amigos do ambiente. Se possível, substitua o carro por bicicleta, partilhe boleias ou utilize os transportes coletivos;
- **Materiais descartáveis** – Sempre que possível, evite copos e garrafas descartáveis. Utilize materiais reutilizáveis (ex: vidro);
- **Desperdício alimentar** – Leve comida de casa e evite almoçar fora. Com a comida leve também uma toalha de pano para não usar papel;
- **Papel** – Utilize o papel de forma racional e sustentável. Sempre que possível, comunique por email. Evite imprimir. Se não houver alternativa, imprima em frente e verso. Reutilize o papel impresso para notas ou rascunhos;
- **Separação de resíduos** – Proceda à separação dos resíduos nos contentores instalados para o efeito;
- **Iluminação** - Desligue os equipamentos de trabalho se se ausentar por um período longo. Sempre que possível, prefira a iluminação natural. Lembre-se que o monitor e o rato podem e devem ficar desligados mesmo que trabalhe em casa por VPN;
- **Ar condicionado** – Assegure o equilíbrio térmico dos locais de trabalho, mantendo a temperatura entre os 18º e os 21º. Prefira a ventilação natural para renovação do ar interior;
- **Desperdício de água** – Utilize a água de forma sustentável, responsável e consciente. Assegure-se que não deixa as torneiras abertas e reduz o fluxo utilizado. Nos autoclismos, ajuste a opção de descarga parcial ou total;
- **Plantas nos locais de trabalho** – Coloque plantas nos locais de trabalho. Fornecem oxigénio e purificam o ar.

#### Sites de interesse:

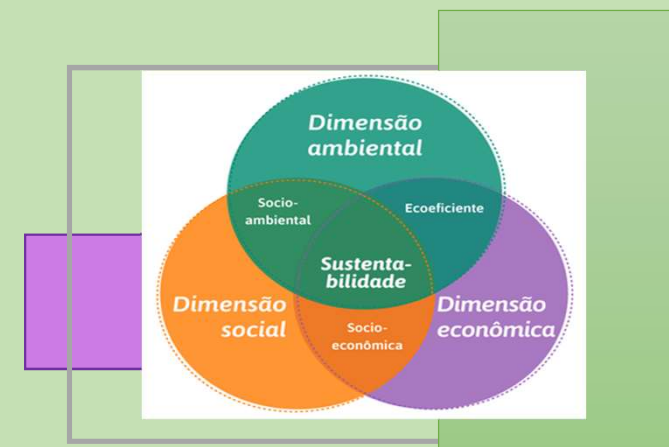
<https://www.beecircular.org/post/diagrama-de-borboleta>  
[https://myplanet.pt/artigos/o-que-e-a-sustentabilidade/?gclid=EAIaIQobChMluO3Oqv-c\\_QIV6ZBoCR18DARDEAAAYASAAEglikfD\\_BwE](https://myplanet.pt/artigos/o-que-e-a-sustentabilidade/?gclid=EAIaIQobChMluO3Oqv-c_QIV6ZBoCR18DARDEAAAYASAAEglikfD_BwE)  
<https://www.beecircular.org/post/pilares-da-sustentabilidade>

Imagens retiradas da internet a título ilustrativo

## COMARCA DO PORTO 12 MESES/12 TEMAS TEMA 02/2023 SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL



### PROTEJA-SE!



#### Sabia que:

- Em colaboração com a LIPOR, RESINORTE e SULDOURO, a Comarca do Porto implementou, a partir de 2018, a separação de resíduos em todos os seus edifícios?
- Foi recentemente certificada com o “**Coração Verde**”, em reconhecimento das boas práticas de sustentabilidade ambiental?
- Aderiu, no decorrer de 2022, ao **Pacto para o clima**“?;
- Participou na **Semana Europeia de Prevenção dos Resíduos**?

**A sua colaboração em todo este processo foi fundamental. Obrigada!**

#### Consulte:

<https://www.porto.pt/pt/noticia/certificacao-coracao-verde-permitiu-a-recolha-seletiva-de-600-toneladas-de-residuos-em-2022>

[https://pactoparaoclima.portodigital.pt/?page\\_id=5894](https://pactoparaoclima.portodigital.pt/?page_id=5894)