TUDO A QUE TENS DIREITO

DIREITOS EM AÇÃO

AÇÃO DE CAPACITAÇÃO

PROGRAMA DE ACELERAÇÃO



Financiado pela União Europeia

CONSUMO CONSCIENTE

MÓDULO 6

“Com jeitinho, tudo se arranja.”

DO QUE VAMOS FALAR HOJE

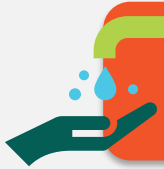
DECO SEMPRE CONSIGO
TUDO A QUE TENS DIREITO



CONSUMO SUSTENTÁVEL E ECONOMIA CIRCULAR



REDUÇÃO, REUTILIZAÇÃO REPARAÇÃO E RECICLAGEM



UTILIZAÇÃO EFICIENTE DA ÁGUA, ENERGIA E OUTROS RECURSOS



SABER IDENTIFICAR PRÁTICAS DE GRENWASHING



ESCOLHAS DE CONSUMO RESPONSÁVEIS



DESPERDÍCIO ALIMENTAR

DOO, VENDO OU DEITO FORA?





Comprei uma bicicleta estática para treinar em casa no início do ano. Atualmente serve apenas de cabide para a roupa no quarto.

O que faria?

Doava | Vendia | Deitava fora

E antes disso, o que podia ter feito?

Evitava | Reutilizava | Reparava | Reciclava



Comprei uma tenda e equipamento completo de campismo para umas férias de uma semana. Não voltei a acampar e o material está a apanhar pó na garagem.

O que faria?

Doava | Vendia | Deitava fora

E antes disso, o que podia ter feito?

Evitava | Reutilizava | Reparava | Reciclava

DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

CONSUMO SUSTENTÁVEL E ECONOMIA CIRCULAR

CONSUMO SUSTENTÁVEL



Hoje em dia, o **mercado é cada vez mais complexo** e está **repleto de estratégias** pensadas para nos levar a **comprar por impulso**. Por isso, é fundamental que os consumidores:

- Tenham **acesso a informação clara**
- Compreendam o **impacto real das suas escolhas**
- Sejam capacitados para **exercer os seus direitos**, **comprando** de forma **informada** e **consciente.**

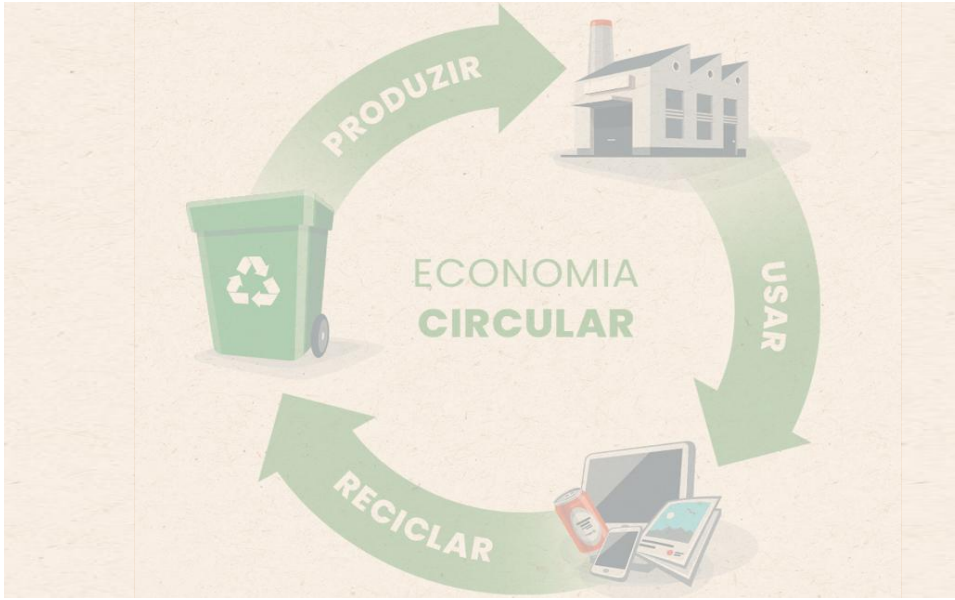
Só assim é possível transformar o ato de comprar numa escolha verdadeiramente livre, e não numa decisão induzida por quem vende.

NO MODELO LINEAR:



EXTRAIR → PRODUZIR → UTILIZAR → DEITAR FORA

NA ECONOMIA CIRCULAR, PROCURA-SE:



EVITAR → REDUZIR → REUTILIZAR → REPARAR → RECICLAR

O objetivo é manter os produtos e materiais em utilização durante o maior tempo possível, reduzindo o consumo de recursos e a produção de resíduos.

Antes de deitar fora, devemos perguntar:

Ainda pode ser utilizado, reparado, reutilizado ou ter uma nova vida ?

Comprei um computador recondicionado porque queria uma opção mais económica e sustentável.

Ao fim de 4 meses deixou de funcionar.

O vendedor diz que, por ser recondicionado, não tenho os mesmos direitos que teria se fosse novo.

É verdade?



REDUÇÃO
REUTILIZAÇÃO
REPARAÇÃO E
RECICLAGEM



OS 5 R DO CONSUMO SUSTENTÁVEL:

RECUSAR o que é desnecessário

REDUZIR o consumo excessivo

REUTILIZAR sempre que possível

REPARAR em vez de substituir

RECICLAR para valorizar os materiais

Estes cinco gestos simples traduzem uma mudança profunda na forma de consumir

REPARAR É UM DIREITO, MAS TAMBÉM UMA BOA OPORTUNIDADE.

Os **fabricantes** devem **garantir a disponibilidade de peças sobresselentes e de assistência técnica** por um período mínimo razoável após a colocação do produto no mercado. Esta obrigação visa assegurar que os bens possam ser reparados durante vários anos, **reduzindo o desperdício** e promovendo a **durabilidade.**

UM CONSUMIDOR QUANDO RECORRE A UM SERVIÇO DE REPARAÇÃO, DEVE EXIGIR SEMPRE:

- Um orçamento escrito **antes** de autorizar a intervenção;
- Uma **descrição detalhada dos trabalhos realizados** e das **peças substituídas;**
- E um **comprovativo da reparação, datado e assinado.**

O frigorífico já não está na garantia, mas mandei-o reparar há três meses e voltou a avariar.

Tenho direito a alguma coisa?



UTILIZAÇÃO EFICIENTE DA ÁGUA, ENERGIA E OUTROS RECURSOS

CONSUMIR MENOS TAMBÉM É CONSUMIR MELHOR

A utilização eficiente dos recursos depende tanto das escolhas que fazemos como da forma como utilizamos os produtos e equipamentos.

CONSUMISMO



CONSUMO



CONSUMIR MENOS TAMBÉM É CONSUMIR MELHOR



6 Dicas para reduzir consumos e desperdícios:

1. Conheça os seus consumos
2. Compare consumos ao longo do tempo
3. Evite utilizações desnecessárias
4. Utilize corretamente os equipamentos
5. Esteja atento a consumos anormais
6. Opte por equipamentos eficientes quando precisar de os substituir

A fatura é também uma ferramenta de controlo:

permite acompanhar consumos e identificar alterações que mereçam atenção.

A ETIQUETA ENERGÉTICA

Através da escala de classes, que vai das categorias mais eficientes às menos eficientes, o consumidor consegue avaliar:

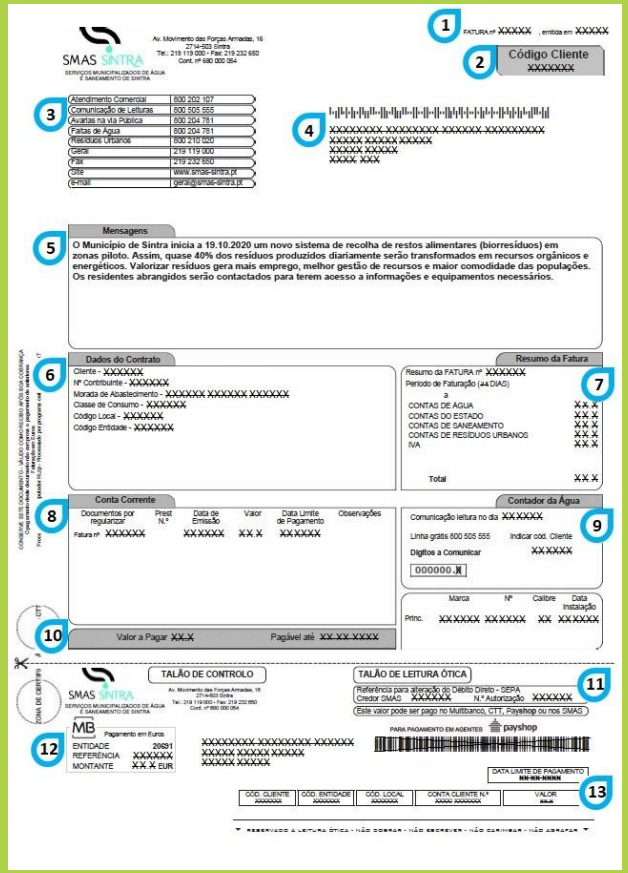
- ✓ A comparação direta entre modelos semelhantes
- ✓ O consumo anual de energia
- ✓ A eficiência em diferentes modos de funcionamento
- ✓ O ruído
- ✓ A capacidade
- ✓ Outras características relevantes conforme o tipo de equipamento

Uma escolha eficiente deve considerar não apenas o preço de compra, mas também os recursos consumidos durante a utilização.



A minha fatura de água aumentou.

O que posso fazer para reduzir o consumo?



SMAS SINTRA
SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE SINTRA
Av. Movimento das Forças Armadas, 16
2714-503 Sintra
Tel.: 219 119 000 - Fax: 219 232 650
Cont. nº 600 000 054

1 FATURA nº XXXXX , emitida em XXXXX

2 Código Cliente XXXXXXX

3

Atendimento Comercial	800 202 107
Comunicação de Leituras	800 505 555
Avarias na via Pública	800 204 781
Faltas de Água	800 204 781
Resíduos Urbanos	800 210 020
Geral	219 119 000
Fax	219 232 650
Site	www.smas-sintra.pt
e-mail	geral@smas-sintra.pt

4 XXXXXXXX XXXXXXXX XXXXXX XXXXXXXXX
XXXXX XXXXX XXXXX
XXXXX XXXXX
XXXX XXX

5 **Mensagens**

O Município de Sintra inicia a 19.10.2020 um novo sistema de recolha de restos alimentares (biorresíduos) em zonas piloto. Assim, quase 40% dos resíduos produzidos diariamente serão transformados em recursos orgânicos e energéticos. Valorizar resíduos gera mais emprego, melhor gestão de recursos e maior comodidade das populações. Os residentes abrangidos serão contactados para terem acesso a informações e equipamentos necessários.

6 **Dados do Contrato**

Cliente - XXXXXX
Nº Contribuinte - XXXXXX
Morada de Abastecimento - XXXXXX XXXXXX XXXXXX
Classe de Consumo - XXXXXX
Código Local - XXXXXX
Código Entidade - XXXXXX

7 **Resumo da Fatura**

Resumo da FATURA nº XXXXXX
Período de Faturação (44 DIAS)
a
CONTAS DE AGUA XX,X
CONTAS DO ESTADO XX,X
CONTAS DE SANEAMENTO XX,X
CONTAS DE RESÍDUOS URBANOS XX,X
IVA XX,X
Total XX,X

8 **Conta Corrente**

Documentos por regularizar	Prest N.º	Data de Emissão	Valor	Data Limite de Pagamento	Observações
Fatura nº XXXXXX		XX/XX/XX	XX,X	XX/XX/XX	

9 **Contador da Água**

Comunicação leitura no dia XX/XX/XX
Linha grátis 800 505 555 Indicar cód. Cliente
Dígitos a Comunicar XX,XXX
000000,X

Marca	Nº	Calibre	Data instalação
Princ. XXXXXX	XXXXXX	XX	XX/XX/XX

10 Valor a Pagar XX,X Pagável até XX-XX-XXXX

CONSERVE ESTE DOCUMENTO - ÚTIL/O COMO RECIBO APÓS SUA COMPRA
Caso pretenda que a sua fatura seja enviada para o seu endereço de e-mail, preencha o formulário disponível em www.smas-sintra.pt ou envie um e-mail para geral@smas-sintra.pt
Prazo máximo de 5 dias úteis após a data de pagamento

DOBRA DE CENTRO

TALÃO DE CONTROLO

SMAS SINTRA
SERVIÇOS MUNICIPALIZADOS DE ÁGUA E SANEAMENTO DE SINTRA
Av. Movimento das Forças Armadas, 16
2714-503 Sintra
Tel.: 219 119 000 - Fax: 219 232 650
Cont. nº 600 000 054

MB Pagamento em Euros

12

ENTIDADE	20931
REFERÊNCIA	XXXXXX
MONTANTE	XX,X EUR

TALÃO DE LEITURA ÓTICA

11 Referência para alteração do Débito Direto - SEPA
Credor SMAS XXXXXX N.º Autorização XXXXXX
Este valor pode ser pago no Multibanco, CTT, Payshop ou nos SMAS

PARA PAGAMENTO EM AGENTES payshop

XXXXXXXX XXXXXXXX XXXXXX
XXXXX XXXXX XXXXX
XXXXX XXXXX

DATA LIMITE DE PAGAMENTO
MM-AA-AAAA

COD. CLIENTE	COD. ENTIDADE	COD. LOCAL	CONTA CLIENTE Nº	VALOR
AAAAAA	AAAAAA	AAAAAA	AAAA AAAAAA	####

13

RESERVADO À LEITURA ÓTICA - NÃO DOBRAR - NÃO ESCREVER - NÃO GRAMPEAR - NÃO AMASSAR

GREENWASHING

GREENWASHING: SEPARAR O TRIGO DO JOIO

GREENWASHING

Técnica de Marketing em que a marca **diz que cumpre objetivos ecológicos ou que tem um bom desempenho ambiental,** mas isso **não corresponde à realidade.**





"ECO", "NATURAL" OU "VERDE"

- **Ausência de provas** concretas das alegações ambientais
- Uso de termos vagos como "**eco", "natural" ou "verde"**
- **Falta de transparência** sobre o ciclo de vida dos produtos
- Destaque dado a um aspeto positivo menor **ignorando impactos maiores**

Comprei umas cápsula de café porque na embalagem dizia “0% plástico” e “100% biodegradável”.

Vim agora a saber que as cápsulas têm bioplásticos e degradam-se apenas em compostagem industrial.

Isto é greenwashing?



DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

ESCOLHAS DE CONSUMO RESPONSÁVEIS

8 CRITÉRIOS PARA ESCOLHER PRODUTOS SUSTENTÁVEIS

DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

1 Necessidade e Utilidade do Produto

Avalie se o produto resolve uma necessidade real e se existe uma alternativa mais sustentável ou eficiente.

2 Durabilidade

Considere a vida útil prevista e a resistência do produto ao desgaste ao longo do tempo.

3 Possibilidade de Reparação

Verifique a facilidade de conserto, a disponibilidade de peças de substituição e a existência de assistência técnica.

4 Consumo de Água e Energia

Analise a eficiência energética do equipamento e os recursos consumidos durante o seu fabrico e utilização diária.

5 Materiais Utilizados

Opte por produtos fabricados com matérias-primas recicladas, renováveis, de origem local ou com certificação ecológica.

6 Possibilidade de Reutilização

Priorize artigos que possam ser reaproveitados, doados, reciclados ou integrados na economia circular no fim de vida.

7 Informação Ambiental Disponibilizada

Confirme a transparência e veracidade dos rótulos e certificações ambientais, evitando alegações enganosas (*greenwashing*).

8 Preço de Compra e Custo de Utilização

Pondere não apenas o valor inicial de aquisição, mas também os custos operacionais e de manutenção a longo prazo.

CRITÉRIOS PARA ESCOLHER PRODUTOS SUSTENTÁVEIS

NÃO EXISTE NECESSARIAMENTE UM PRODUTO "MAIS SUSTENTÁVEL" EM TODOS OS ASPETOS.

A escolha deve basear-se em **informação relevante e comparável.**









Uma escolha de consumo responsável começa por perceber **se precisamos realmente de comprar** e por comparar as alternativas disponíveis.

ECOLABEL



O **EU Ecolabel** é o rótulo ecológico oficial da União Europeia.

É voluntário e baseia-se em **critérios definidos para cada categoria de produtos ou serviços**. Os critérios consideram os principais impactos ambientais ao longo do ciclo de vida e podem abranger aspetos como:

- **Desempenho**
- **Durabilidade**
- **Reutilização e reciclabilidade**
- **Utilização de recursos e substâncias**

DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

DESPERDÍCIO ALIMENTAR: Uma Responsabilidade Partilhada

DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

O DESPERDÍCIO ALIMENTAR OCORRE AO LONGO DE TODA A CADEIA ALIMENTAR:











DESPERDÍCIO ALIMENTAR: Uma Responsabilidade Partilhada

A prevenção do desperdício em 5 ações:

1. Evitar a produção e disponibilização de alimentos em excesso
2. Melhorar a gestão, conservação e distribuição dos alimentos;
3. Facilitar o aproveitamento e o escoamento dos alimentos que ainda podem ser consumidos
4. Disponibilizar ao consumidor informação clara sobre conservação e datas
5. Promover escolhas e práticas de consumo que reduzam o desperdício

Fui a um restaurante de sushi com buffet. Deixei algumas peças no prato e cobraram-me 5 € de "taxa de desperdício". Não estava à espera.

Isto é legal?



O Técnico Municipal como Agente de Capacitação Local

Capacitar para Decidir

Orientar o cidadão na escolha de produtos duráveis, reparáveis e eficientes, capacitando-o a rejeitar práticas de greenwashing.

Transparência no Mercado

Cada atendimento no Espaço DECO aproxima a comunidade de um modelo de consumo mais justo, que valoriza a reparação e reconhece o verdadeiro custo dos bens



DECO SEMPRE CONSIGO

TUDO A QUE TENS DIREITO

OBRIGADA











