

VOCÊ ACABA DE RECEBER A CARTILHA DE SUSTENTABILIDADE **ATITUDE 10, DESPERDÍCIO 0** DA RISOTOLÂNDIA.

Você sabe o que é sustentabilidade e porque ela é importante?

A sustentabilidade está relacionada ao desenvolvimento sem agredir o meio ambiente, usando os recursos naturais de forma inteligente para que eles não falem no futuro.

Pensando nisso, a Risotolândia preparou essa cartilha com o objetivo de ajudar nossos colaboradores a adotarem hábitos mais conscientes, pensando sempre no bem de todos e no consumo mais responsável.

Aqui, você vai conhecer alguns conceitos sobre a sustentabilidade, dicas e sugestões sobre o uso da água, energia elétrica, reciclagem de materiais, consumo consciente e cidadania.

Tenha uma boa leitura e não esqueça de colocar em prática essas ações de sustentabilidade em nosso dia a dia de trabalho! Mãos à obra.

4Rs

Para garantirmos um mundo mais sustentável é necessário o consumo correto, com consciência e sem desperdício. Para atingirmos esse ideal e termos um futuro melhor para nosso planeta, devemos pôr em prática os 4Rs. Vamos conhecer?

•1. Repensar —> Hábitos de consumo e de descarte

Antes de comprar algum produto reflita se ele é realmente necessário. Repense seus hábitos, como a forma de lavar louça ou limpar a cozinha. Evite o desperdício diariamente com atitudes simples como apagar a luz ao sair dos ambientes.

•2. Reduzir —> O consumo desnecessário

Reduza o consumo e prefira produtos de melhor qualidade e com maior durabilidade. Utilize lâmpadas LED, use pilhas recarregáveis, por exemplo. Desta forma além de economizar, você reduz a quantidade de lixo. Diminuir o desperdício de comida também é muito importante para todos nós.

•3. Reutilizar —> Recuperar o máximo antes do descarte

Dê nova utilidade para produtos que já foram utilizados. Doe roupas que não usa mais e conserte móveis e eletrodomésticos quebrados, por exemplo. Outras formas de consumo consciente são reutilizar os copos descartáveis sempre que possível e usar o verso de folhas impressas como rascunho.

•4. Reciclar —> Materiais

Faça coleta seletiva no trabalho e na sua casa. Seu lixo será reciclado e transformado em outros produtos. A reciclagem economiza energia e recursos naturais, contribui para a redução da poluição e prolonga a vida útil dos aterros sanitários.

Faça a sua parte, coloque em prática os 4Rs e incentive todos à sua volta a adotarem práticas diárias mais sustentáveis.



Água

Uso responsável da água

A água é um recurso essencial para nossa vida e para o desenvolvimento do planeta. Mas, embora seja extremamente importante, muitos lugares já convivem com a falta da água, causando muitos problemas. Confira alguns hábitos e atitudes que você pode adotar no trabalho para ajudar a mudar essa realidade.

• Evite o desperdício

Quando não estiver utilizando a água, mantenha as torneiras bem fechadas. Em caso de vazamento, acione a Manutenção.

• Não jogue água fora

Ao lavar louça – pratos, copos, talheres ou pequenas panelas - encha a cuba, adicione detergente e esfregue a louça com a torneira fechada, seguindo o Manual de Boas Práticas.

• Na hora da limpeza

Varra o chão e junte o resíduo antes de lavar o local. Utilize, sempre que possível, baldes ao invés de mangueiras. Pratique a limpeza a seco, conforme o Manual de Boas Práticas.

• Higiene pessoal

Mantenha a torneira fechada enquanto escova os dentes e atente-se para o tempo de banho, o ideal são até 6 minutos no chuveiro.

Evite o desperdício

Modo de consumo de água	Desperdício por hora
Torneira que pinga	3 a 5 litros
Fio de água corrente	16 litros
Descarga de banheiro vazando	25 litros
Escovar os dentes com a torneira aberta	20 litros
Escovar os dentes utilizando um copo	1 litro
Tomar banho de banheira	150 a 200 litros
Tomar uma ducha	40 a 70 litros

Energia

Uso eficiente da energia

A energia move o mundo e é um recurso indispensável para nossa sobrevivência, mas você sabe como utilizá-la de maneira eficiente, reduzindo impactos ambientais e o consumo em nossas atividades?

• Verifique pontos de desperdícios

Mantenha a geladeira e freezer de acordo com as normas do Manual de Boas Práticas de Fabricação. Cuide sempre da manutenção destes eletrodomésticos.

• Utilize a quantidade de luz adequada

Luz demais pode atrapalhar a atividade, além de consumir energia desnecessária. Luz de menos pode trazer problemas de saúde e riscos de acidentes.

• Apague. Desligue.

Ao sair do ambiente, apague a luz. Também é muito importante desligar o computador quando ele não estiver em uso.

• Ajuste o ar-condicionado

Para uma climatização mais uniforme, mantenha sempre as portas e janelas fechadas, e defina uma temperatura para o aparelho trabalhar. Quando não tiver ninguém no ambiente, desligue.

• Evite o modo descanso

Desligue os equipamentos elétricos quando não estiver utilizando, por exemplo: liquidificador, processador, descascador, espremador de frutas.

• Não utilize a mesma tomada

Nunca conecte vários equipamentos ao mesmo tempo em uma única tomada, pois eleva muito o consumo de energia, além de existir risco de acidentes.

Gás

Consumo consciente de gás

Pequenas mudanças em nosso dia a dia podem ajudar e resultar em grandes economias. Na hora de cozinhar, por exemplo, é possível economizar gás, evitando assim o desperdício de recursos naturais e contribuindo com o meio ambiente. Conheça algumas dicas que podem ajudar.

- **Escolha a chama certa**

Escolha a boca adequada ao tamanho da panela. Não use panela pequena na maior chama do fogão, tentando ganhar tempo. Neste caso, boa parte do calor é perdida nas laterais.

- **Use apenas o necessário**

Acenda o fogão e ferva água apenas quando necessário. Não deixe água fervendo durante todo o tempo, essa prática não é necessária e gera muito desperdício.

- **Tampe bem as panelas**

Mantenha as panelas bem fechadas enquanto cozinha, desta forma você mantém o calor e acelera o cozimento dos ingredientes.

- **Atenção para a cor das chamas**

A chama do fogão deve ser azul. Se estiver de outra cor, acione a Manutenção.

- **Fogão e forno sempre limpos**

Mantenha o fogão e forno limpos, de acordo com o Manual de Boas Práticas de Fabricação.

- **Evite acidentes**

Caso sinta cheiro de gás, acione imediatamente a Manutenção.

Resíduos orgânicos

Sustentabilidade na cozinha

A primeira regra para trabalharmos com sustentabilidade na cozinha é evitar o desperdício. Veja dicas fundamentais para ajudar em nosso dia a dia.

- **Siga seu gestor**

Siga as orientações do seu gestor sobre as quantidades de alimentos a serem produzidas cada dia.

- **Feriados, férias e recessos**

Atenção a feriados, férias e recessos, quando a quantidade a ser produzida pode diminuir.

- **Evite o desperdício**

No momento do porcionamento, tenha cuidado para não derrubar o alimento.

- **Recebimento de produtos**

No recebimento de produtos siga sempre o Manual de Boas Práticas de Fabricação.

- **Preparando carnes**

No processo de manipulação de carnes, evite o desperdício: não descongele mais do que o necessário e siga o Manual de Boas Práticas.

- **Acerte no descarte**

Não misture resíduos orgânicos com outros tipos de resíduos.

Papel e plástico

Simple atitudes que diminuem o descarte

Diminuir o volume de lixo reciclável é um hábito cada vez mais urgente e esse processo já começa nas escolhas que fazemos. Por isso, fique atento às nossas dicas e vamos fazer a nossa parte.

- **Somente o necessário**

Imprima somente o necessário e, se possível, utilize a frente e o verso do papel.

- **Rascunho**

Caso não possa utilizar o verso para a impressão, utilize como rascunho.

- **Lixeira azul**

Descarte o papel inteiro na lixeira de cor azul, sem amassar ou rasgar.

- **Uso consciente**

Utilize guardanapos e copos plásticos com moderação.

- **Reduza o consumo**

Reutilize copos plásticos sempre que possível.

- **Separe!**

Separe corretamente as embalagens plásticas de fornecedores, quando secas e limpas.

Óleo de cozinha, por que reciclar?

Cada litro de óleo descartado de forma indevida em ralos pode poluir cerca de 1 milhão de litros de água, a quantidade que uma pessoa consome ao longo de 14 anos de vida.

Prejuízos do óleo de fritura ao meio ambiente:

- Impermeabiliza o solo ocasionando o aumento das enchentes.
- Cria uma fina camada na superfície da água, causando danos à vida aquática.
- Causa mau cheiro e poluição.

- Quando descartado em ralos domésticos pode causar entupimento e volta do esgoto.

Dicas para entregar seu óleo de fritura usado:

- O óleo deve ser armazenado, de preferência, em garrafas de plástico transparente.
- Consulte pontos de coleta.

Faz bem saber!

Consumo consciente

É muito importante escolher bem os produtos que consumimos e não apenas comprar por comprar. Por isso, compre apenas o que você vai usar realmente, evitando o desperdício e o acúmulo de lixo, além de economizar dinheiro.

Como reciclar

Muitos materiais podem ser reciclados, entre eles óleos usados, eletrodomésticos, pilhas, baterias, borracha, madeira, livros, automóveis, etc. Mas, para que esse processo aconteça, o lixo deve ser separado em lixeiras diferentes. Conheça:



Orgânicos



Plásticos



Vidros



Papéis



Metais

Caro colaborador,

É muito importante que todos nós continuemos praticando essas ações de redução no consumo dos recursos naturais. Estas pequenas atitudes ajudarão a termos um futuro melhor para nós e para as próximas gerações.

Faça a sua parte e incentive todos à sua volta a adotar práticas sustentáveis.