

12 PASSOS SIMPLES PARA...

**REDUCE
REUSE
RECYCLE**

**UM GUIA DE BOLSO COM INFORMAÇÕES ÚTEIS PARA
GERIR OS RESÍDUOS DA SUA CASA E RECICLAR
NO CONDADO DE DONEGAL.**



**Comhairle Contae
Dhún na nGall**
Donegal County Council

INTRODUÇÃO

Donegal é um condado único que reúne tudo aquilo que torna a Wild Atlantic Way tão especial.

Praias de areia com Bandeira Azul, montanhas imponentes, colinas, lagos, rios, florestas e oceanos de verde.

Paisagens que rivalizam com qualquer outra, uma abundância de flora e fauna, e um condado imerso em cultura e património.

O QUE NÃO HÁ PARA GOSTAR?

Cada um de nós tem um papel importante em garantir que a beleza do nosso condado seja preservada e protegida.

Este prático guia de bolso para a Gestão de Resíduos em Donegal fornece informações úteis sobre como todos nós podemos fazer a diferença em casa.



“Individualmente, somos uma gota. Juntos, somos um oceano.”

Satoro Ryūnosuke, Escritor/Poeta

Aviso Legal: Aviso: Este é um documento de orientação e não constitui uma interpretação legal de qualquer lei, regulamento ou portaria. Julho de 2022.

Impresso em papel 100% reciclado pós-consumo.

GESTÃO DOS SEUS RESÍDUOS

LISTA RÁPIDA



Uma lista simples para o ajudar a tirar o máximo partido da gestão dos seus resíduos em casa.

FAZ VOCÊ?

- ☐ Utiliza sempre um Recolhedor de Resíduos Autorizado?
- ☐ Tem um serviço de recolha de resíduos?
- ☐ Tem serviço de 2 contentores (resíduos indiferenciados e reciclagem porta a porta)?
- ☐ Tem serviço de 3 contentores (resíduos indiferenciados, reciclagem porta a porta e resíduos alimentares)?
- ☐ Utiliza os ecopontos locais para garrafas/frascos de vidro, latas de bebidas e aerossóis?
- ☐ Utiliza os Centros de Reciclagem locais?
- ☐ Faz compostagem em casa?
- ☐ Entrega os equipamentos elétricos e eletrónicos na loja, sem custos adicionais, quando compra um novo?
- ☐ Recicla equipamentos elétricos e eletrónicos no Centro de Reciclagem local, gratuitamente?
- ☐ Entrega as pilhas usadas nos pontos de recolha em lojas e não é necessário comprar nada (procure a Caixa Azul)?

E VOCÊ?

- ☐ Está familiarizado com os serviços disponíveis no seu Centro de Reciclagem local?

PASSO 1

PREVENÇÃO DE RESÍDUOS

A melhor forma de gerir os resíduos é não os produzir. Reduzir os resíduos significa usar menos recursos logo à partida, reduzindo o consumo e comprando menos.

AQUI ESTÃO ALGUMAS COISAS QUE TODOS NÓS PODEMOS FAZER PARA PREVENIR RESÍDUOS.

- Evitar produtos descartáveis – use uma garrafa reutilizável, marmitas, garrafas térmicas, copos reutilizáveis e sacos reutilizáveis.
- Apoiar os comércio locais que oferecem serviços de recarga.
- Escolher roupas em segunda mão.
- Pensar em reparar – será que pode ser consertado primeiro?
- Evitar correio publicitário – anule subscrições / coloque um autocolante “Sem Publicidade” na sua caixa de correio.
- Escolher embalagens reduzidas – prefira fruta e legumes a granel.
- Experimentar o upcycling – dar uma nova vida a algo usado.
- O site Mywaste tem ótimas dicas sobre Limpeza Verde, Jardinagem Sustentável e Casa Ecológica, disponíveis como guias no seu site.



PARA MAIS IDEIAS SOBRE PREVENÇÃO DE RESÍDUOS VISITE:

- » www.mywaste.ie
- » www.repairmystuff.ie
- » www.donegalcoco.ie
- » www.stopfoodwaste.ie
- » www.consciouscup.ie
- » www.refill.ie

O DESPERDÍCIO ALIMENTAR ESTÁ A ROUBAR-LHE DINHEIRO!



EVITE O DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Um estudo recente concluiu que a principal razão pela qual as pessoas desperdiçam alimentos é porque estes ultrapassaram a data de validade.

Pão, legumes, fruta e saladas são os alimentos mais comuns a serem deitados fora.

PEQUENOS PASSOS SIMPLES PARA REDUZIR O DESPERDÍCIO ALIMENTAR:

1. Faça um plano de refeições.
2. Verifique o que já tem em casa antes de ir às compras.
3. Escreva uma lista de compras.
4. Congele! Congele os alimentos antes de passarem da data de validade.

Além das promoções, muitas vezes as pessoas compram produtos alimentares extra devido a impulso, pressão da publicidade e falta de planeamento.

ACEITE O DESAFIO STOP FOOD WASTE PARA DESCOBRIR COMO PODE POUPAR COMIDA E DINHEIRO!



O DESAFIO STOP FOOD WASTE

A POUPAR COMIDA E DINHEIRO!



CONHEÇA OS SEUS RESÍDUOS

Para reduzir o desperdício alimentar, primeiro é importante perceber o que e quanto deita fora.



1. Separe os seus resíduos alimentares

Coloque os restos de comida num recipiente separado para perceber quanto desperdiça realmente.



2. Registe os seus resíduos

Para se lembrar da comida que deita fora, porque não apontar?



3. Identifique as razões

Se souber porque está a deitar comida fora, pode começar a trabalhar para evitar que volte a acontecer

PLANEAMENTO

Um bom planeamento torna a vida mais fácil, poupa dinheiro e reduz o desperdício alimentar



1. Conheça a sua despesa

Antes de sair de casa, saiba o que já tem!



2. Faça o seu plano

Ao usar planos de refeições e receitas ajustadas às suas necessidades, vai poupar dinheiro



3. Escreva a sua lista

Uma lista de compras bem planeada vai poupá-lo e ajudar a evitar desperdício alimentar!

COMPRAS

Este é um dos locais onde desperdiçamos comida antes mesmo de a comprar... atenção consumidor



1. Antes – vá preparado

Saiba o que precisa antes de ir e não vá às compras com fome!



2. Durante – seja firme!

Leve a sua lista, cumpra-a e tenha cuidado: promoções e “bons negócios” muitas vezes acabam no lixo.



3. Depois – quanto poupou?

Talões mais curtos? Contentores mais leves? Veja o que conseguiu poupar.

ARMAZENAMENTO

Aproveite ao máximo o que comprou e dê à sua comida uma boa utilização



1. Guarde bem

Saber o local certo para guardar cada alimento é metade da solução



2. Use bem

Se comprou, então use! Conheça as datas de validade e não se deixe apanhar desprevenido.



3. Faça durar

Existem muitas formas de conservar os alimentos – mas sabe mesmo como?

COZINHAR

Agora chegamos à parte mais saborosa de evitar o desperdício alimentar.

Bom apetite!



1. Porções certas

Um prato cheio demais leva a um caixote cheio demais – saiba controlar as suas porções



2. Servir e reaproveitar

Aprenda a arte mágica de aproveitar e reutilizar



3. Receitas criativas

Há muitas formas de cozinhar uma batata, veja algumas ideias em stopfoodwaste.ie



PASSO 2

RECOLHA PORTA-A-PORTA

O serviço de recolha de resíduos porta-a-porta em Donegal é prestado por empresas privadas de recolha. O operador de recolha deve ter uma licença válida para recolher resíduos em Donegal.

Os operadores de recolha em Donegal oferecem um sistema de recolha seletiva, no qual recolhem resíduos indiferenciados, recicláveis secos mistos e resíduos alimentares.

CONTENTOR DOMÉSTICO DE RECICLAGEM

- ✓ Papel
- ✓ Papel cartão
- ✓ Revistas / Folhetos
- ✓ Plásticos flexíveis (sacos / embalagens, etc.)
- ✓ Plásticos rígidos (garrafas / caixas, etc.)
- ✓ Tetra Pak (cartões de bebidas)
- ✓ Latas de alimentos (aço)
- ✓ Latas de bebidas (alumínio)
- ✓ Todos os recicláveis devem estar limpos, secos e soltos.
- ✗ **NÃO COLOCAR VIDRO**





CONTENTOR DE RESÍDUOS INDIFERENCIADOS

- ✓ Embalagens ou recipientes contaminados / sujos
- ✓ Embalagens contaminadas com restos de comida
- ✓ Cinzas (frias)
- ✓ Tubos de pasta de dentes
- ✓ Resíduos sanitários
- ✓ Fraldas
- ✓ Cerâmica



PROCURE OPERADORES DE RECOLHA DE RESÍDUOS EM:

» www.nwcpo.ie

SAIBA MAIS SOBRE O QUE DEVE COLOCAR NOS SEUS CONTENTORES EM:

» www.mywaste.ie

RESÍDUOS ALIMENTARES

As empresas de recolha de resíduos domésticos estão a registar um aumento significativo no número de contentores de resíduos alimentares disponibilizados aos seus clientes em todo o condado.

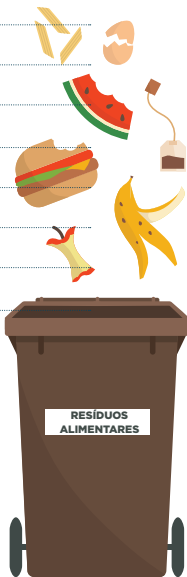
PARABÉNS A TODOS OS QUE ESTÃO A PARTICIPAR!

Ao separar este material, ele pode ser utilizado para produzir composto e energia renovável, criando oportunidades para uma maior autossuficiência a nível local.



RECICLAGEM DE RESÍDUOS ALIMENTARES (CONTENTOR CASTANHO)

- ✓ Restos de comida crua
- ✓ Restos de comida cozinhada
- ✓ Restos de pratos
- ✓ Carne, aves, peixe e ossos
- ✓ Produtos lácteos
- ✓ Ovos e cascas de ovos
- ✓ Borrás de café e saquetas de chá
- ✓ Fruta e legumes



i Lembre-se sempre de retirar as embalagens antes de colocar os restos no contentor de resíduos alimentares.

i Use um saco compostável ou algum papel para manter o contentor da cozinha limpo. Não use sacos de plástico.



PROCURE OPERADORES DE RECOLHA DE RESÍDUOS EM:

» www.nwcpo.ie

SAIBA MAIS SOBRE O QUE DEVE COLOCAR NOS SEUS CONTENTORES EM:

» www.mywaste.ie

ECOPONTOS (BRING BANKS)



- ✓ Certifique-se de que todas as garrafas ou frascos de vidro que coloca nos ecopontos estão limpos. Agora já pode colocar o vidro no mesmo contentor, independentemente da cor dele.
- ✓ Coloque latas de alumínio, latas de aço e aerossóis juntos no contentor das latas.
- ✓ Leve os seus sacos e caixas de volta para casa para os reutilizar.
- ✓ Certifique-se de que os têxteis domésticos estão limpos antes de os colocar no contentor de têxteis para reciclagem.

NÃO FAÇA

- ⊗ Não coloque cerâmica, azulejos, espelhos ou pirex nos ecopontos.

NUNCA

- ⊗ Não deixe lixo, caixas ou sacos vazios junto aos ecopontos. Isso é considerado depósito ilegal de resíduos. A multa imediata por infração é atualmente de €150.

PARA ENCONTRAR O ECOPONTO MAIS PERTO DE SI VISITE:

» www.donegalcoco.ie



PASSO 4

CENTROS DE RECICLAGEM

Bryson
Recycling

Existem seis Centros de Reciclagem em Donegal, localizados em Carndonagh, Letterkenny, Milford, Dungloe, Stranorlar and Laghey.

Estes centros têm uma ampla área de acesso gratuito e uma área de reciclagem paga. Resíduos como vidro, latas, têxteis, pilhas e equipamentos elétricos são todos aceites gratuitamente.





TAXAS DOS CENTROS DE RECICLAGEM

RECICLAGEM GRATUITA

- Vidro
- Latas
- Aerossóis
- Têxteis
- Lâmpadas fluorescentes
- Pilhas
- Baterias de automóvel
- Pequenos eletrodomésticos
- Grades eletrodomésticos
- Televisores e ecrãs
- Telemóveis
- Sucata metálica
- Máquinas de costura



TAXAS NOS CENTROS DE RECICLAGEM

As taxas variam entre €1 e €8 para os seguintes itens (separe os materiais antes de visitar os centros; todas as embalagens para reciclagem devem estar limpas, secas e soltas).

- | | |
|--|-----------------------|
| • Papel | separados dos |
| • Papel cartão | plásticos flexíveis) |
| • Cartolinas / embalagens tipo “cartons” | • Plásticos flexíveis |
| • Plásticos rígidos (manter | • Óleo de cozinha |
| | • Óleo de motor |

OUTRAS TAXAS:

- Pneus (€4 por pneu de carro)
- Garrafas de gás (€2 por garrafa)
- Tinta (€1 por lata de 5 litros)
- Poliestireno (apenas branco limpo, €2 por saco)
- Resíduos de jardim (€2 por saco)
- Resíduos alimentares (€1 até 2kg, €2 de 3-5kg, €4 de 6-10kg, apenas em saco compostável)
- Resíduos domésticos para eliminação (€0,55 / kg)
- Resíduos volumosos também são aceites, como colchões, sofás, madeira, etc. As taxas variam consoante o item.



PARA INFORMAÇÕES SOBRE HORÁRIOS E MAIS DETALHES VISITE:

- » www.donegalcoco.ie
- » www.brysonrecycling.org

PASSO 5

RECICLAR GRATUITAMENTE EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS E ELETRÔNICOS



Dê uma segunda vida aos seus equipamentos elétricos antigos ou avariados... **Recicle gratuitamente!**

WEEE É TUDO O QUE TEM UMA FICHA OU BATERIA E CHEGOU AO FIM DA SUA VIDA ÚTIL

- Quando compra um novo equipamento elétrico, eletrónico ou a bateria, o retalhista ou fornecedor é obrigado a receber de volta o seu equipamento antigo, de forma gratuita, numa base de troca direta (“um por um”).
- Também pode reciclar pilhas, lâmpadas fluorescentes e qualquer equipamento elétrico ou eletrónico (com ficha ou bateria) no seu Centro de Reciclagem local – consulte a informação na página 15 **sobre os Centros de Reciclagem** em Donegal.
- Cada pilha que recicla nas caixas azuis da WEEE Ireland ajuda a angariar fundos para o Hospital Infantil LauraLynn, de Cuidados Paliativos da Irlanda
- As pequenas coisas contam: pequenos itens com ficha ou bateria também podem ser reciclados gratuitamente!



PARA MAIS INFORMAÇÕES VISITE:

» www.weeeiireland.ie

» www.brysonrecycling.org

COMPOSTAGEM CASEIRA

A compostagem é um processo natural de decomposição que transforma restos de jardim e resíduos alimentares vegetais num material escuro, solto e com cheiro a terra, chamado composto. O composto é rico em nutrientes e cheio de vida. Quando usado no jardim ou nas plantas, alimenta o ecossistema do solo e liberta lentamente os nutrientes que as plantas conseguem absorver.

Os contentores de compostagem doméstica são ideais para quem quer começar a compostar. Itens como fruta, legumes, cascas de ovos, saquetas de chá e aparas de relva podem ser usados. É uma ótima forma de reduzir este tipo de resíduos do seu contentor. Também pode interessar-se por outras técnicas de compostagem, como pilhas de composto, vermicompostagem (com minhocas) e outros sistemas.



**PARA MAIS INFORMAÇÕES
SOBRE SISTEMAS E TÉCNICAS DE
COMPOSTAGEM CASEIRA VISITE:**

» www.mywaste.ie

» www.donegalcoco.ie

PASSO 7

RESÍDUOS VERDES

Os resíduos de jardim são resíduos biodegradáveis, como podas de sebes, aparas de relva, ramos finos e folhas, que representam um recurso valioso para o seu jardim. Reciclar os resíduos do jardim no próprio espaço é a opção mais natural e sustentável, ajudando a reduzir o impacto no aquecimento global e a reforçar a capacidade do solo para se adaptar às alterações climáticas.

- Os resíduos de jardim podem ser reciclados no seu contentor de compostagem ou em pilhas de composto, juntamente com frutas e legumes crus, bem como papel e cartão.
- Se tiver muitos resíduos de jardim para compostar em casa, pode levá-los ao seu Centro de Reciclagem local com um custo de €2 por saco.
- Alguns operadores de recolha oferecem serviços específicos para resíduos de jardim – contacte o seu operador para mais detalhes.

GRASSCYCLING

O GrassCycling é a reciclagem natural da relva, deixando as aparas no relvado após o corte. Assim que estão no solo, as aparas, que contêm entre 80–85% de água, decompõem-se rapidamente, devolvendo nutrientes valiosos como o nitrogénio ao solo.



**PARA MAIS INFORMAÇÕES
SOBRE SISTEMAS E TÉCNICAS DE
COMPOSTAGEM CASEIRA VISITE:**

» www.mywaste.ie

» www.donegalcoco.ie

VEÍCULOS EM FIM DE VIDA (ELV)

A PENSAR EM DESFAZER-SE DE UM VEÍCULO ANTIGO? DUAS COISAS A TER EM CONTA

- Já contactei um operador autorizado de veículos em fim de vida, que garanta que o meu veículo será tratado e eliminado em conformidade com a legislação, regulamentos e de forma a proteger o ambiente?

- O operador irá fornecer-me um certificado de destruição (COD) para os meus registos, de modo a comprovar que cumpro as minhas obrigações ao abrigo da Lei de Gestão de Resíduos de 1996 (com as alterações em vigor) como proprietário registado do veículo? Os CODs também são necessários para poder reclamar qualquer reembolso de imposto automóvel a que tenha direito.



DO BERÇO À COVA

AVALIAÇÃO DO CICLO DE VIDA DO VEÍCULO



PASSO 9

QUEIMADAS EM CASA

AS QUEIMADAS EM CASA REFEREM-SE À QUEIMA DESCONTROLADA DE RESÍDUOS.

Isto inclui a queima de qualquer tipo de resíduo em:

- fogueiras
- fogões a lenha
- outros equipamentos a combustível sólido, bem como ao ar livre.

**É ILEGAL QUEIMAR RESÍDUOS DOMÉSTICOS
OU DE JARDIM DE QUALQUER FORMA.**





Queimar resíduos em casa ou no jardim pode prejudicar a sua saúde, bem como a dos seus filhos e vizinhos. Estas práticas ilegais levam à libertação de dioxinas tóxicas, que representam um perigo real para a saúde das pessoas e para o ambiente.

Se o seu vizinho ou outra pessoa que conhece estiver a queimar resíduos ilegalmente, no interesse da sua saúde e do ambiente, denuncie a situação. As informações sobre como denunciar estão na página 27.



PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE QUEIMADAS EM CASA VISITE:

» www.donegalcoco.ie

» www.epa.ie

RECOLHEDORES DE RESÍDUOS NÃO AUTORIZADOS

- Certifique-se de que o seu operador de recolha de resíduos é uma empresa autorizada com licença válida.
- Os operadores autorizados levam os resíduos para instalações próprias, onde estes podem ser tratados de forma adequada.
- Não se deixe enganar por pessoas que oferecem soluções “baratas” para se livrar do lixo.
- A atividade ilegal de recolha de resíduos pode causar séria poluição ambiental, prejudicar a indústria legal de gestão de resíduos e criar riscos para a saúde pública.
- Os seus resíduos são da sua responsabilidade. Se forem despejados, enterrados ou queimados ilegalmente, poderá enfrentar ações legais.
- Se estiver a realizar obras em casa que gerem resíduos (por exemplo, renovações), continua a ser responsável pela correta gestão desses resíduos.



**PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE
OPERADORES DE RECOLHA AUTORIZADOS
VISITE:**

- » www.nwcpo.ie
- » www.mywaste.ie
- » www.donegalcoco.ie



PASSO 11

DENUNCIE

CONSELHO DO CONDADO DE DONEGAL

Para denunciar atividades ilegais de recolha de resíduos, ligue para o Conselho do Condado de Donegal: 074 91 53900 Segunda a quinta-feira: 9h00 – 16h30 e Sexta-feira: 9h00 – 16h00.

EPA

Linha Nacional de Reclamações Ambientais: 1850 365121 Aplicativo “See it? Say it?” para telemóvel. Estes serviços funcionam 24 horas por dia.

O Conselho do Condado de Donegal está empenhado em investigar minuciosamente todas as denúncias recebidas.

O SEU CONDADO. O SEU LIXO?

O despejo ilegal de resíduos é um crime.

Vamos todos assumir a nossa responsabilidade.

#ChegaDeDespejoIlegal



**PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE
COMO DENUNCIAR VISITE:**

- » www.donegalcoco.ie
- » www.epa.ie



PASSO 12

CONTACTE-NOS

CONSELHO DO CONDADO DE DONEGAL

Ligue: 074 91 53900

Email: info@donegalcoco.ie

Website: www.donegalcoco.ie

ENCONTRE MAIS RECURSOS:

- Conselho do Condado de Donegal - www.donegalcoco.ie
- My Waste - www.mywaste.ie
- Bryson Recycling - www.brysonrecycling.org
- National Waste Collection Permit Office - www.nwcpo.ie
- EPA - www.epa.ie
- Irish Statute Book - www.irishstatutebook.ie
- WEEE Ireland - www.weeeireland.ie
- Refill - www.refill.ie
- Stop Food Waste - www.stopfoodwaste.ie
- Conscious Cup Campaign - www.consciouscup.ie

OBRIGADO!

Obrigado por dedicar o seu tempo a ler este Guia de Bolso. Se já terminou de o utilizar, por favor passe-o a outra pessoa ou certifique-se de que o recicla!

Mantenha-se atento aos vários sites mencionados neste guia para obter sempre as informações mais atualizadas.