
Clube Verde

EDUCAÇÃO AMBIENTAL

GUIA PRÁTICO



POUPANÇA DE ÁGUA



NOTA DE ABERTURA

A água é vida. Sem ela não há alimentos, não há saúde, não há futuro. Mas este recurso essencial está a tornar-se cada vez mais escasso e vulnerável. O desperdício de hoje pode ser a sede de amanhã.

Em Angola, como no resto do mundo, a água sustenta famílias, comunidades e ecossistemas inteiros. Cada litro poupado significa mais resiliência para enfrentar secas, mais segurança para as próximas gerações e menos pressão sobre os rios e aquíferos que nos alimentam.

Este guia prático convida-nos a olhar para a água com outros olhos: não como algo garantido, mas como um tesouro que precisa de ser cuidado. Com atitudes simples no dia a dia, podemos transformar desperdício em preservação e construir juntos um futuro mais sustentável.

ÍNDICE

Poupança de água e os seus benefícios	3
Cuidados gerais em casa	4
Na casa de banho	5
Na cozinha	6
Na lavandaria	7
No jardim e espaços exteriores	8
No trabalho e comunidades	9
Nota final	10



POUPANÇA DE ÁGUA E OS SEUS BENEFÍCIOS



A poupança de água é o uso responsável e eficiente deste recurso, evitando desperdícios e reduzindo o consumo desnecessário.

Pode ser feita através de hábitos conscientes (como fechar a torneira ao escovar os dentes ou ao lavar a loiça), do uso de equipamentos adequados (torneiras com redutores de caudal, autoclismos de dupla descarga) e da adoção de soluções sustentáveis (como recolha da água da chuva ou reaproveitamento da água usada em casa).

Benefícios da poupança de água:

- **Ambientais:** protege rios, lagoas e aquíferos, ajudando a conservar ecossistemas e a biodiversidade;
- **Económicos:** reduz a conta da água e os custos de abastecimento e tratamento;
- **Sociais:** garante maior acesso à água potável, promovendo justiça e segurança hídrica para as comunidades;
- **Tecnológicos:** estimula a criação e utilização de sistemas mais eficientes e de baixo consumo;
- **De bem-estar:** assegura água limpa para saúde, higiene e qualidade de vida, sem comprometer os recursos das futuras gerações.

DICAS PRÁTICAS



▪ Cuidados gerais em casa

- Verifique e repare fugas em torneiras, autoclismos e canos (mesmo uma pequena gota pode gastar centenas de litros por mês);
- Feche a torneira sempre que não estiver a usar (ao escovar os dentes, ensaboar as mãos ou a loiça);
- Instale redutores de caudal em torneiras e chuveiros;
- Reaproveite a água da chuva para regar plantas ou lavar o quintal;
- Utilize baldes ao invés de mangueiras para lavar carros, varandas ou quintais.



DICAS PRÁTICAS



▪ Na casa de banho

- Tome duches rápidos (reduza alguns minutos e poupe dezenas de litros);
- Prefira chuveiro ao invés de banheira;
- Reserve num balde a água que sai do chuveiro enquanto aquece;
- Instale autoclismos de dupla descarga ou coloque uma garrafa cheia dentro do depósito para reduzir o consumo por descarga;
- Feche a torneira enquanto ensaboa as mãos, escova os dentes ou faz a barba;
- Verifique regularmente se há fugas no autoclismo.



DICAS PRÁTICAS

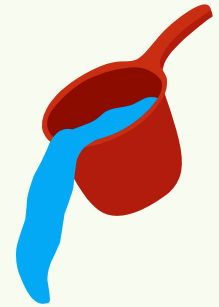


▪ Na cozinha

- Lave a loiça numa bacia com água ao invés de lavar com água corrente;
- Ao lavar com água corrente, feche a torneira enquanto ensaboa a loiça;
- Utilize a máquina de lavar loiça apenas quando estiver cheia;
- Não descongele alimentos debaixo da torneira — deixe-os fora do congelador com antecedência;
- Reaproveite a água de lavar vegetais para regar plantas;
- Prefira cozinhar a vapor (usa menos água e conserva nutrientes).



DICAS PRÁTICAS



▪ Na lavanderia

- Utilize a máquina de lavar apenas quando houver roupa suficiente para encher a máquina;
- Sempre que possível, lave a roupa numa bacia com pouca água, evitando deixar a torneira aberta;
- Reutilize a água da máquina de lavar para lavar quintais ou casas de banho;
- Prefira detergentes biodegradáveis, que poluem menos a água.

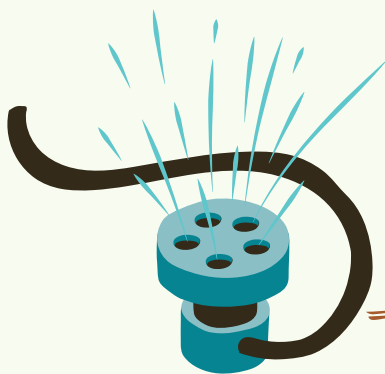


DICAS PRÁTICAS



▪ No jardim e espaços exteriores

- Regue plantas de manhã cedo ou ao fim da tarde para reduzir a evaporação;
- Use regadores ao invés de mangueiras;
- Prefira espécies nativas e resistentes à seca (precisam de menos rega);
- Cubra o solo com folhas secas ou palha para manter a humidade;
- Recolha e armazene água da chuva para irrigação.



DICAS PRÁTICAS



▪ No trabalho e comunidades

- Instale torneiras temporizadas ou com sensores em espaços colectivos;
- Incentive campanhas de sensibilização para o uso responsável da água;
- Promova a manutenção regular das canalizações para evitar perdas;
- Reaproveite águas residuais (quando possível e seguro) para limpezas;
- Valorize tecnologias de baixo consumo em escolas, empresas e instituições.





NOTA FINAL

Poupar água é respeitar a natureza, garantir saúde e qualidade de vida para as nossas comunidades e deixar um legado de responsabilidade para as próximas gerações. O futuro depende das escolhas que fazemos hoje.



A EcoAngola é uma organização não governamental e sem fins lucrativos, dotada de personalidade jurídica como “Associação para a Sustentabilidade e Ambiente, R.L.”, vocacionada para a promoção da sustentabilidade, com o objectivo de preservar o ambiente e promover o bem-estar social em Angola.

Este guia prático foi criado pela equipa de colaboradores do Departamento de Educação e Ciência da EcoAngola, dentro do seu programa de educação ambiental “Clube Verde”.

Mais informações e download gratuito em:
www.ecoangola.com/clube-verde

