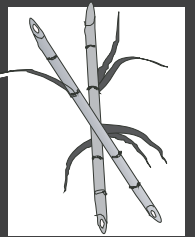


# Informativo GARAPA

TEL:0276-63-3111(Ramal 212) FAX:0276-63-3921  
E-mail kokusai@town.oizumi.gunma.jp

PREFEITURA DE OIZUMI  
DEPARTAMENTO DE PLANEJAMENTO  
SEÇÃO DE INTEGRAÇÃO E ASSUNTOS INTERNACIONAIS



ESPECIAL

25.6.2011

## COLOBOREM

# NA ECONOMIA DE ENERGIA ELÉTRICA

SETSUDEN

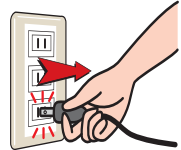


Com a ocorrência do terremoto e do acidente na usina nuclear, podemos prever a insuficiência do fornecimento de energia elétrica, principalmente, com o uso de ar condicionado neste verão rigoroso.

## Os 6 mandamentos para economizar energia em sua casa

### 1. Desligue todas as tomadas

Ligue as lâmpadas e os aparelhos eletrodomésticos somente quando for necessário. Quando não estiver utilizando procure desligá-la. Ou, se não for utilizar por longo tempo, retire o fio da tomada.



• **Ar condicionado:** Certifique se a temperatura do ar condicionado não está muito baixa, ou se está ligado direto

• **Luzes:** Certifique se as luzes dos quartos ou corredores estão acesas sem estar utilizando.  
• Mantenha as lâmpadas e a aréola sempre limpas.  
• Se a lâmpadas estiver suja, reduza a claridade.

• Troque as lâmpadas incandescentes pelas fluorescentes.

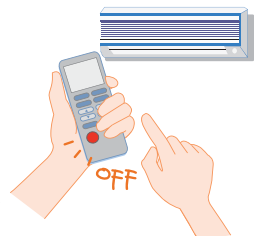
• **Televisão, computador, etc.:** se a televisão estiver ligada sem ter alguém assistindo, ou não tiver ninguém na sala com a televisão ligada, procure desligá-la.

### 2. Tome cuidado ao deixar no Stand by

Stand by é o termo usado para designar o consumo de energia elétrica em modo de espera de vários aparelhos eletrônicos como máquinas de lavar, televisores, rádios, DVDs, videogames, fornos de micro-ondas, computadores, etc.

Apesar da facilidade que esse recurso oferece ao usuário, dispensando a sua locomoção ao aparelho para ligá-lo, a criação desse sistema não se preocupou com o impacto ambiental que o mesmo provoca.

Estima-se que 15% do consumo de energia elétrica doméstico é provocado por aparelhos que estão no modo Stand by.



### 3. Quanto ao ar condicionado

Para isolar a entrada de luz do sol, utilize cortinas ou cortinas de bambu

Limpe o filtro do ar condicionado com frequência  
Evite colocar objetos ou coisas encima e ao redor do ar condicionado.

### 4. Quanto as geladeiras

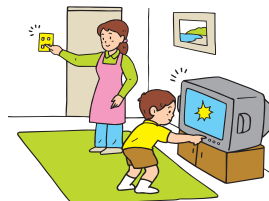
• Evite deixar a porta da geladeira aberta por muito tempo.  
• Evite ficar abrindo ou fechando a porta toda hora.  
• Evite entupir a geladeira de coisas.  
• Evite colocar comidas quentes.



### 5. Quanto a televisão

Ao desligar a televisão, desligue o botão principal  
Se desligar somente através do controle remoto, estará consumindo energia.  
Se tiver que ficar fora de casa por um bom tempo, desligue a tomada dos aparelhos.

Evite deixar a televisão com o som muito alto, evite também deixar a tela muito clara.  
Mantenha a tela do televisor sempre limpa



### 6. Mude seu estilo de vida



• Dormir e acordar cedo pode economizar energia  
• Vamos fazer as refeições em família,  
• Passar em família em um mesmo local, também pode economizar energia.  
• Lavar a roupa com a água da banheira.  
• Evite usar secadora de roupa, secando com o calor do sol.  
• Economizando energia na cozinha ecológica.  
- Retire toda a gota da água da panela antes de levar a panela ao fogão.  
- Procure colocar tampa, para que cozinhe mais rápido.

Economizar energia elétrica,  
não quer dizer somente economizar dinheiro,  
mas também tentar garantir energia suficiente  
para passarmos o verão!

## 節電にご協力をお願いします

地震と原発事故の影響で、今年は電力が不足することが予測されます。  
特にエアコンがフル稼働する夏場は、電力消費はピークを迎えてしまいます。  
各家庭でこまめな節電をして夏を乗り切りましょう。

### 家庭でできる節電「6つのお願い」

#### 1. スイッチは「こまめ」に切って！

照明も電化製品も本当に必要な時だけ使い、使わないときは、こまめにスイッチを切りましょう。  
また、長時間使用しない場合は、プラグを抜いておきましょう。  
• エアコン…低すぎる温度に設定したり、つけっ放しにしていますか？  
照明…使っていない部屋や廊下に、ムダに明かりを点けていませんか？  
• テレビやパソコン…観ていない・使っていないのに、つけっ放しにしていますか？  
• ランプや電灯のかさを掃除して下さい。  
汚れていると明るさがダウンしていませんか。  
• 省エネ型の電球に変えてみましょう。

#### 2. 待機電力に気を付けて！

使っていない場合にも、電力が消費されてしまう「待機時の消費電力」。  
それを、いかに減らしていくかも重要な節電対策です。  
• 使わないときは、電気製品の「主電源」をOFFにしましょう。  
例えば、洗濯機、テレビ、ラジオ、DVDプレーヤー、電子レンジ、パソコンなどは、コンセントにさしておくだけで、電力を消費しています。  
すぐ使えて便利ですが、使わないときはコンセントから抜いておきましょう。  
エネルギーの15%は待機電力として消費されると考えられています。

#### 3. 「エアコン」からのお願い

• 日差しをカットするために、カーテンや「すだれ」などをうまく使きましょう。  
• こまめにフィルターの掃除をしましょう。  
• 室外機の上や周りに、ものを置かないように！

#### 4. 「冷蔵庫」からのお願い

• 扉を開けている時間を短くしましょう  
• 余分な開閉はしないようにしましょう  
• ものを詰め込みすぎないようにしましょう  
• 熱いものは冷ましてから入れましょう

#### 5. 「テレビ」からのお願い

• 消すときは主電源をOFFにしましょう  
リモコンのスイッチを切っただけでは、エネルギーの消費は抑えられません。  
• 旅行などで長期不在の時はプラグを抜きましょう  
• 音は大きすぎないように、画面は明るすぎないように！  
• 画面のホコリは、こまめにふきましょう

#### 6. 生活スタイルを見直しましょう

• 「早寝早起き」は節電につながります  
• ごはんを食べるときは、一家でそろって食卓を囲みましょう  
できるだけ一か所（一つの部屋）で生活することで照明やエアコンなどの節電につながります  
• 洗たくは、お風呂の残り湯をつかって、まとめて洗きましょう  
• 乾燥機よりも、太陽の光で乾かしましょう  
• エコクッキングを心掛けると、節電につながります  
①鍋の水滴は、拭いてから火にかけましょう  
②鍋にはフタをしましょう

特集：節電にご協力ください！

# CONSCIÊNCIA ECOLÓGICA

Como sabemos, a água é um bem natural precioso. Embora encontrada em grande quantidade em nosso planeta, seu tratamento é caro e trabalhoso. Se o consumo de água continuar nos níveis atuais (considerando o alto desperdício), futuramente poderemos enfrentar sérios problemas de falta de água. Além de colaborar com o meio ambiente, a prática de economia de água e seu consumo consciente, podem gerar uma boa economia na conta de água no final do mês.



## ? Quanto de água poderá desperdiçar durante um segundo, um minuto, etc?

Torneira aberta por um segundo, poderá desperdiçar em média de 200 ml de água. Se deixar a torneira aberta por 5 segundos, poderá consumir mais de um litro de água. Se deixar aberta por mais de 1 minuto, poderá consumir mais que 2 dúzia de garrafas pet (1 litro) cheia de água. A seguir, veja dicas de como economizar água (consumo consciente de água) e dinheiro sem prejudicar a saúde e a limpeza da casa e a higiene pessoal.



### NO BANHEIRO

#### Hora do banho

O banho deve ser rápido. Cinco minutos são suficientes para higienizar o corpo.

A economia é ainda maior se ao se ensaboar fechar o registro

Banho de ducha por 15 minutos, com o registro meio aberto, consome 135 litros de água. Se fechamos o registro, ao se ensaboar, e reduzimos o tempo para 5 minutos, o consumo cai para 45 litros.

No caso de banho com chuveiro elétrico, também em 15 minutos com o registro meio aberto, são gastos 45 litros na residência. Com os mesmos cuidados que com a ducha, o consumo cai para 15 litros.



#### Ao escovar os dentes

Se uma pessoa escova os dentes em cinco minutos com a torneira não muito aberta, gasta 12 litros de água.

No entanto, se molhar a escova e fechar a torneira enquanto escova os dentes e, ainda, enxaguar a boca com um copo de água, consegue economizar mais de 11,5 litros de água.

#### Lavar o rosto

Ao lavar o rosto em um minuto, com a torneira meio aberta, uma pessoa gasta 2,5 litros de água. A dica é não demorar.

O mesmo vale para o barbear. Em 5 minutos gastam-se 12 litros de água. Com economia o consumo cai para 2 a 3 litros.



#### Descarga e vaso sanitário



Nunca acione a descarga à toa, pois ela gasta muita água.

Uma bacia sanitária com a válvula e tempo de acionamento de 6 segundos gasta de 10 a 14 litros.

Bacias sanitárias de 6 litros por acionamento, necessitam um tempo de acionamento 50% menor para efetuar a limpeza, neste caso pode-se chegar a volumes de 6 litros por descarga. Quando a válvula está defeituosa, pode chegar a gastar até 30 litros. Mantenha a válvula da descarga sempre regulada e conserte os vazamentos assim que eles forem notados.



### NA COZINHA

Ao lavar a louça, primeiro limpe os restos de comida dos pratos e padeiras com esponja e sabão e, só aí, abra a torneira para molhá-los.

Ensaboe tudo que tem para ser lavado e, então, abra a torneira novamente para novo enxágüe. Só ligue a máquina de lavar louça quando ela estiver cheia.

Numa casa, lavando louça com a torneira meio aberta em 15 minutos, são utilizados 117 litros de água. Com economia o consumo pode chegar a 20 litros.

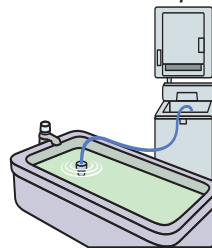


### ÁREA DE SERVIÇO

Junte bastante roupa suja antes de ligar a máquina ou usar o tanque. Não lave uma peça por vez.

Caso use lavadora de roupa, procure utilizá-la cheia e ligá-la no máximo três vezes por semana.

A lavadora de roupas com capacidade de 5 quilos gasta 135 litros. O ideal é usá-la somente com a capacidade total. Aproveite a água da banheira para lavar roupa.



Use um regador para molhar as plantas ao invés de utilizar a mangueira.

Ao molhar as plantas durante 10 minutos o consumo de água pode chegar a 186 litros. Para economizar, a rega durante o verão deve ser feita de manhãzinha ou à noite, o que reduz a perda por evaporação. No inverno, a rega pode ser feita dia sim, dia não, pela manhã. Mangueira com esguicho-revólver também ajuda. Assim, pode-se chegar a uma economia de 96 litros por dia!

#### Calçada e carro

Adote o hábito de usar a vassoura, e não a mangueira, para limpar a calçada e o pátio da sua casa.

Lavar calçada com a mangueira é um hábito comum e que traz grandes prejuízos. Em 15 minutos são perdidos 279 litros de água.

Use um balde e um pano para lavar o carro ao invés de uma mangueira. Se possível, não o lave durante a estiagem (época do ano em que chove menos).

Muita gente gasta até 30 minutos ao lavar o carro. Com uma mangueira não muito aberta, gastam-se 216 litros de água. Com meia volta de abertura, o desperdício alcança 560 litros. Para reduzir, basta lavar o carro somente uma vez por mês com balde. Nesse caso, o consumo é de apenas 40 litros.

#### ■ Você é «Eco» na vida?

«Eco» é consciência. Vamos lá!

Água é um bem natural precioso. Embora encontrada em grande quantidade em nosso planeta, seu tratamento é caro e trabalhoso. Se o consumo de água continuar nos níveis atuais (considerando o alto desperdício), futuramente poderemos enfrentar sérios problemas de falta de água. Além de colaborar com o meio ambiente, a prática de economia de água e seu consumo consciente, podem gerar uma boa economia na conta de água no final do mês.

#### Seu «Eco» está em ordem?

Q1 A água que sai da torneira, 1 segundo, quanto desperdiça?

A1 A água que sai da torneira, 1 segundo, desperdiça 200 ml de água.

5 segundos desperdiça 1 litro de água.

1 minuto desperdiça 12 litros de água. 1 hora desperdiça 720 litros de água.

#### Seu «Eco» está em ordem?

##### • Banheiro

Se deixar a torneira aberta por um segundo, poderá desperdiçar em média de 200 ml de água. Se deixar a torneira aberta por 5 segundos, poderá consumir mais de um litro de água. Se deixar aberta por mais de 1 minuto, poderá consumir mais que 2 dúzia de garrafas pet (1 litro) cheia de água. A seguir, veja dicas de como economizar água (consumo consciente de água) e dinheiro sem prejudicar a saúde e a limpeza da casa e a higiene pessoal.

##### • Escovar os dentes

Se uma pessoa escova os dentes em cinco minutos com a torneira não muito aberta, gasta 12 litros de água.

##### • Lavar o rosto

Ao lavar o rosto em um minuto, com a torneira meio aberta, uma pessoa gasta 2,5 litros de água. A dica é não demorar. O mesmo vale para o barbear. Em 5 minutos gastam-se 12 litros de água. Com economia o consumo cai para 2 a 3 litros.

##### • Máquina de lavar

Junte bastante roupa suja antes de ligar a máquina ou usar o tanque. Não lave uma peça por vez. Caso use lavadora de roupa, procure utilizá-la cheia e ligá-la no máximo três vezes por semana.

##### • Área de Serviço

Use um regador para molhar as plantas ao invés de utilizar a mangueira. Ao molhar as plantas durante 10 minutos o consumo de água pode chegar a 186 litros. Para economizar, a rega durante o verão deve ser feita de manhãzinha ou à noite, o que reduz a perda por evaporação. No inverno, a rega pode ser feita dia sim, dia não, pela manhã. Mangueira com esguicho-revólver também ajuda. Assim, pode-se chegar a uma economia de 96 litros por dia!

##### • Calçada e Carro

Adote o hábito de usar a vassoura, e não a mangueira, para limpar a calçada e o pátio da sua casa. Lavar calçada com a mangueira é um hábito comum e que traz grandes prejuízos. Em 15 minutos são perdidos 279 litros de água.

Use um balde e um pano para lavar o carro ao invés de uma mangueira. Se possível, não o lave durante a estiagem (época do ano em que chove menos). Muita gente gasta até 30 minutos ao lavar o carro. Com uma mangueira não muito aberta, gastam-se 216 litros de água. Com meia volta de abertura, o desperdício alcança 560 litros. Para reduzir, basta lavar o carro somente uma vez por mês com balde. Nesse caso, o consumo é de apenas 40 litros.

##### • Limpeza e Manutenção

Use um balde e um pano para lavar o carro ao invés de uma mangueira. Se possível, não o lave durante a estiagem (época do ano em que chove menos). Muita gente gasta até 30 minutos ao lavar o carro. Com uma mangueira não muito aberta, gastam-se 216 litros de água. Com meia volta de abertura, o desperdício alcança 560 litros. Para reduzir, basta lavar o carro somente uma vez por mês com balde. Nesse caso, o consumo é de apenas 40 litros.

Você é «Eco» na vida?