

# Boas práticas

PARA A GESTÃO CONSCIENTE  
DOS RECURSOS.

ECONOMIZAR  
É CUIDAR  
DO QUE  
É NOSSO.

#UFPR  
CONSCIENTE





# Simple attitudes

**TRANSFORMAM  
NOSSO DIA A DIA.**

Mudanças de hábito são fundamentais para somar forças e reduzir o consumo de recursos como água, energia elétrica, papel e telefone. O consumo consciente depende de todos!

Com o objetivo de promover o esforço coletivo de economia entre a comunidade acadêmica, preparamos este material: um guia de consumo consciente dos recursos públicos do espaço UFPR. Praticar simples atitudes todos os dias faz muita diferença; confira como você pode ajudar!

**#UFPR  
CONSCIENTE**

# *Ar condicionado*

VOCÊ SABIA QUE O AR CONDICIONADO  
É UM DOS APARELHOS QUE  
MAIS CONSOME ENERGIA?



# Ar condicionado

## POR ISSO, FIQUE ATENTO:

- Leia sempre os manuais.
- Um equipamento limpo e com a manutenção em dia reduz a conta de luz.
- Confira se a instalação está dimensionada corretamente, pois o volume de ar e o número de pessoas no local interferem no consumo.
- Regule a temperatura entre 23°C e 24°C.
- Otimize o uso ar condicionado. Ligue-o apenas no período de 10h às 16h.
- Mantenha portas e janelas fechadas, evitando o desperdício do ar climatizado e garantindo a circulação do ar.

#UFPR  
CONSCIENTE



# Iluminação



- Durante o dia, aproveite a luz do sol
- Ao sair do ambiente, sempre apague as luzes.

**#UFPR**  
CONSCIENTE

# Computadores

E OUTROS EQUIPAMENTOS  
ELETRÔNICOS





# Computadores

E OUTROS EQUIPAMENTOS  
ELETRÔNICOS

- Lembre-se de desligar os computadores e outros aparelhos eletrônicos depois do uso.
- Você pode programar o computador para apagar a tela após um período sem ser utilizado.
- Evite equipamentos ligados quando não necessário.
- Desligue os aparelhos das tomadas para que não consumam energia em stand by.

**#UFPR**  
CONSCIENTE



# Pias

## E TORNEIRAS

- Feche bem as torneiras depois de usá-las.
- Escove os dentes e lave a louça com a torneira fechada.
- Se notar algum vazamento no banheiro ou bebedouros, avise a equipe da manutenção.

**#UFPR**  
CONSCIENTE



# Papel

- Evite desperdício no momento da impressão: utilize os dois lados da folha e escolha a opção rascunho.
- Sempre que possível, use as alternativas digitais no lugar do tradicional papel. Além de ser mais barato, preserva o meio ambiente.

**#UFPR**  
CONSCIENTE





# *Desperdício*

SAIBA COMO EVITÁ-LO



# Desperdício

SAIBA COMO EVITÁ-LO



- Economize papel ao planejar e poupar impressões e produções de materiais.
- Chame um elevador de cada vez e poupe energia.
- Abra a geladeira somente quando necessário.
- Se você é a última pessoa a sair da sala, desligue a luz, o ar condicionado, o computador e o projetor.



# SUCCOM

SUPERINTENDÊNCIA DE COMUNICAÇÃO  
E MARKETING DA UFPR