

# 2019

Santa Casa da  
Misericórdia de Cinfães



## **PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL**



## PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

Código: PSA\_0012019

Versão: 1

Revisão: 02/12/2019

Data: 02/12/2019

### Índice

1. Introdução.....	2
2. Metas e Objetivos .....	2
2.1. Implementar uma política de sustentabilidade ambiental .....	3
2.2. Política Ambiental .....	3
2.3. Racionalizar os custos dos consumos de energia. ....	3
3. Energia.....	4
3.1. Iluminação.....	4
3.2. Consumo energético .....	5
4. Resíduos .....	5
4.1. Materiais Informativos.....	6
4.2. Procedimentos para a separação de resíduos .....	6
5. Reciclagem .....	7
5.1. Recolha de resíduos .....	7
6. Água.....	8
6.1. O que a SCMC implementou .....	8
7. Bibliografia / Webliografia .....	10



## PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

Código: PSA\_0012019

Versão: 1

Revisão: 02/12/2019

Data: 02/12/2019

### 1. Introdução

Na Santa Casa da Misericórdia de Cinfães (SCMC), o crescimento organizacional tem sido compatibilizado com o aumento de boas práticas ambientais que garantam a preservação do meio ambiente e a qualidade de vida das gerações futuras.

O compromisso com uma gestão racional dos recursos existentes é o nosso contributo para a construção de uma comunidade mais saudável e sustentável.

A integração de um Sistema de Gestão Ambiental no sistema global de gestão da instituição tem como objetivo a promoção e adoção de comportamentos eficientes e sustentáveis, ao mesmo tempo em que responde às exigências atuais, desenvolve a responsabilidade social da organização e promove a oportunidade de crescimento e inovação.

Uma gestão ambiental pró-ativa é geradora de valor e constitui um dever de todos quantos colaboram com a SCMC.


### 2. Metas e Objetivos

O objetivo do presente Plano de Sustentabilidade Ambiental é contribuir continuamente para a melhoria da qualidade ambiental inerente ao desenvolvimento das atividades, produtos e serviços da instituição.

São objetivos específicos do Plano de Sustentabilidade Ambiental:

- Controlar, minimizar ou eliminar os impactos ambientais;
- Promover serviços ecológicos e ambientalmente sustentáveis;
- Gerir as atividades no que diz respeito a políticas, programas e diretrizes relacionadas com o ambiente e gestão ambiental;
- Estabelecer um ambiente de trabalho saudável para os colaboradores e clientes da instituição;
- Sensibilizar para a preservação do ambiente.

Qualquer Instituição Particular de Solidariedade Social pode criar e implementar o seu próprio Plano de Sustentabilidade Ambiental, não recorrendo a qualquer norma ou regulamento, desde que garanta o cumprimento dos requisitos mínimos legais aplicáveis. Pode, numa fase posterior, requerer a certificação do seu Sistema de Gestão Ambiental, como forma de

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

evidenciar a terceiros o seu compromisso em avaliar, gerir e melhorar o seu desempenho ambiental.

### **2.1. Implementar uma política de sustentabilidade ambiental**

Esta publicação tem como principal objetivo complementar e evidenciar a atuação que tem vindo a ser desencadeada pela SCMC, no sentido de aperfeiçoar o comportamento ambiental da instituição, fomentando o compromisso assumido pela Direção na implementação desta política.

O documento que agora se apresenta contém sugestões práticas que visam a utilização sustentada de recursos, bem como o tratamento adequado dos resíduos.


### **2.2. Política Ambiental**

- Reconhecer o Sistema de Gestão Ambiental como parte integrante do desempenho institucional;
- Adotar medidas de proteção ambiental economicamente viável;
- Estabelecer maior integração com a sociedade, visando a ampliação da consciência ecológica e a conservação do meio ambiente;
- Desenvolver a consciência ambiental dos colaboradores e clientes, promovendo a educação e a formação, para assegurar o cumprimento da política ambiental;
- Compromisso com a melhoria contínua do desempenho ambiental e com a prevenção de práticas poluentes;
- Treinar e consciencializar continuamente os clientes e colaboradores nas atividades e práticas relacionadas ao meio ambiente, segurança e saúde.

### **2.3. Racionalizar os custos dos consumos de energia.**

Uma boa gestão energética na instituição permite uma seleção de soluções mais adaptadas para a racionalização de consumos e cumprir requisitos legais aplicáveis.

A energia deve ser considerada como um fator tão importante como o trabalho, o capital ou as matérias-primas, pelo que a SCMC deve, no exercício da sua atividade, promover uma

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

utilização racional de forma a evitar desperdícios e danos ambientais, promovendo a reutilização e reciclagem sempre que tal seja possível.

### **3. Energia**

Consciente da sua pégada ambiental, a SCM iniciou a sua incursão pelas energias renováveis pela aquisição de painéis solares para aquecimento de águas sanitárias.

Contudo, estão ainda a ser analisadas outras alternativas que permitam reduzir ainda mais a dependência energética realtiva à utilização de combustíveis fósseis.

#### **3.1. Iluminação**


A produção e consumo de eletricidade está intimamente associada a emissões poluentes. Numa perspetiva de redução de consumos, os edifícios da SCMC estão estruturalmentes concebidos para aproveitar a luz natural através de clarabóias e janelas instaladas em corredores e salas.

A SCMC já iniciou o processo de substituição de lâmpadas incandescentes existentes por lâmpadas de baixo consumo.

A SCMC mantém uma rotina semanal de leituras e registo de consumos dos contadores elétricos, potenciando a deteção atempada de qualquer variação anómala, possibilitando a implementação de medidas corretivas.

#### Sugestões de melhoria

- Segmentação de setores, colocação de temporizadores e detetores de passagem;
- Aplicação de iluminação Led sempre que possível;
- Colocação de sinalética em locais estratégicos com conselhos práticos de poupança;
- Substituir, sempre que possível, a iluminação exterior por candeeiros solares.

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

### 3.2. Consumo energético

A energia é um bem escasso e gerador de enorme dependência, cujo preço é cada vez mais elevado. Todos os consumos energéticos têm um custo elevado, tanto do ponto de vista económico como ambiental. Assim, os esforços para a redução de emissões passam pela diminuição do consumo de energia e pela sua utilização de uma forma mais eficiente, sem renunciar aos níveis de conforto habituais. Este uso racional da energia significa obter um determinado bem ou serviço consumindo a menor quantidade de energia possível e, consequentemente, reduzir ao máximo os custos energéticos.

Um destes esforços está materializado através da etiqueta de “eficiência energética”, que foi criada com o objetivo de informar o consumidor no momento da compra, sobre determinadas características dos eletrodomésticos, utilizando uma classificação gráfica para identificar os mais e os menos eficientes. Em relação aos equipamentos elétricos a SCMC procura adquirir os mais eficientes do ponto de vista energético, com capacidade para reduzir o consumo de energia em modo “standby”.


#### Sugestões de melhoria

- Sempre que possível, estender a roupa depois de lavada, aproveitando o sol, o vento e economizando o uso da máquina de secar;
- Eliminação de pontes térmicas, para promoção de conforto, perdas de calor e infiltrações, reduzindo a necessidade de investir em sistemas de climatização.

### 4. Resíduos

Os resíduos são materiais que, tendo em conta a sua finalidade, perderam a utilidade e se deitam fora. Os resíduos sólidos urbanos, também chamados de lixo doméstico, incluem embalagens de produtos alimentares ou de outros produtos, como papel e papelão, pilhas, plásticos, roupa, latas, tinteiros e toners, óleos, restos de comida e outros. A produção de resíduos sólidos urbanos em grande quantidade e o seu destino tem sido um problema no plano nacional e mesmo internacional. O armazenamento do lixo por seu lado também tem vindo a ser analisado quer por falta de condições, quer por falta de conhecimento.

O conceito de “lixo” pode ser considerado como uma invenção humana, pois em processos naturais não há lixo - apenas produtos inertes. Embora o termo “lixo” se aplique aos resíduos

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

sólidos em geral, muito do que se considera lixo pode ser reutilizado ou reciclado, desde que os materiais sejam adequadamente tratados.

A reciclagem apenas poderá ser efetuada para os materiais que podem voltar ao estado original e serem novamente transformados num produto igual, em todas as suas características. Já o reaproveitamento ou reutilização consiste em transformar um determinado material em outro. Um exemplo claro da diferença entre os dois conceitos é a reciclagem do papel para fazer pasta de papel, por exemplo, ou o reaproveitamento das garrafas de água para voltar a encher e regar as plantas.

As maiores vantagens da reciclagem são a minimização da utilização de fontes naturais, muitas vezes não renováveis, bem como a minimização da quantidade de resíduos que necessitam de tratamento final, em aterro ou incineração.

#### **4.1. Materiais Informativos**

A regra de ouro dos 5 R's: Reduzir, Reutilizar, Reciclar, Responsabilidade, Respeitar.

#### **4.2. Procedimentos para a separação de resíduos**


##### No contentor amarelo deposite:

- Garrafas e garrafões de água, óleo alimentar, sumos e refrigerantes;
- Embalagens de iogurte (líquidos e sólidos);
- Pacotes de manteiga e margarina, embalagens de arroz e massas;
- Embalagens de detergentes e produtos de limpeza;
- Embalagens de produtos de higiene e beleza;
- Sacos, caixas e invólucros de plástico;
- Esferovite;
- Tampas de plástico.

Conselho prático: espalme e escorra as embalagens para que ocupem menos espaço e de modo a evitar odores desagradáveis.

##### No contentor azul deposite:

- Caixas de cartão;

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

- Caixas de cereais, bolachas chocolates e detergentes;
- Maços de tabaco;
- Invólucros de cartão dos conjuntos de iogurtes e cervejas;
- Sacos de papel, papel de embrulho, papel de impressão e de escrita;
- Jornais e revistas;
- Envelopes, panfletos publicitários e bilhetes de transportes públicos.

Conselho prático: espalme as embalagens para que ocupem menos espaço.

No contentor verde deposite:

- Garrafas de água, sumos, refrigerantes, cerveja, vinho e azeite;
- Boiões de iogurte;
- Frascos de doce e conserva.

Conselho prático: escorra as embalagens para evitar odores desagradáveis. Retire as tampas.

## 5. Reciclagem


A reciclagem é um termo geralmente utilizado para definir o reaproveitamento de materiais beneficiados como matéria-prima para criar um novo produto. Entre os materiais reciclados, destacam-se: plástico, papel, papelão e vidro.

### 5.1. Recolha de resíduos

A SCMC tem vindo a promover a separação seletiva de resíduos. Na posse de contentores como pontos de recolha, faz a separação dos lixos por plásticos e metal, papel e papelão, vidro e recolha de pilhas. Ainda sem ter estruturado a ideia da reciclagem como uma prioridade por questões ambientais, iniciou a reutilização de plástico e papel no desenvolvimento das atividades de trabalho manuais realizadas nas respostas sociais.

A SCMC multiplicou nos últimos anos a utilização deste tipo de artigos nas atividades diárias dos clientes, nomeadamente pela reciclagem de papel de jornal e revistas para criar



	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

marcadores de livros, embrulhos e componentes para o fabrico de utilidades. Relativamente ao plástico, a sua reutilização foca sobretudo a reutilização.

Melhorias a implementar:

- Separar as pilhas e guardar as que são recarregáveis. Adquirir um carregador e reutilizá-las (telecomandos, relógios de parede, outros equipamentos...);
- Incentivar os colaboradores e clientes a desenvolverem atividades de reutilização dos vários resíduos recolhidos, por exemplo, as garrafas PET.
- Trocar todas as lâmpadas existentes por lâmpadas LED à medida que se estraguem.

## 6. Água

A água, nos seus três estados: sólido, líquido e gasoso e é um bem finito. Cerca de 97% da água existente no planeta é salgada, restando apenas menos de 3% de água doce, da qual, cerca de 2% encontra-se nos glaciares, no estado sólido, o que significa que não pode, para já, ser utilizada para consumo. Assim, menos de 1% de água encontra-se localizada no subsolo, nos rios e outros cursos de água e é esta que constitui a reserva de água potável.

### 6.1. O que a SCMC implementou

Estruturalmente, os edifícios da SCMC apresentam torneiras com controlo de fluxo de água e fluxómetros no lugar dos autoclismos, o que permite uma economia considerável no gasto de água.

Todas as casas de banho estão equipadas com um caixote de lixo para que não sejam depositados nas sanitas quaisquer resíduos, bem como contentores asséticos para contaminantes.

A SCMC mantém como rotina semanal na leitura e registo dos valores do contador da água, potenciando a deteção atempada de qualquer variação preocupante nos valores obtidos, possibilitando a tomada de medidas que se imponham, em tempo útil.

Também a utilização de água de uma mina e das águas pluviais para a rega dos espaços exteriores tem sido uma prática recorrente.

Sugestões de melhoria



## PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL


Código: PSA\_0012019

Versão: 1

Revisão: 02/12/2019

Data: 02/12/2019

- Verificar regularmente, com periodicidade mensal, o estado de conservação de todas as torneiras da instituição, no sentido de detetar anomalias e programar manutenções/reparações;
- Substituição de chuveiros existentes por outros com regulador de fluxo;
- Reajustar os sistemas de rega para que se iniciem em períodos de menor calor.
- Recolher a água da chuva e armazená-la em depósito no local de recolha, que permitirá a sua utilização para rega;
- Analisar técnicas de limpeza de pavimentos e, sempre que possível, proceder a uma limpeza a seco (mopa);
- A lavagem das viaturas é uma atividade que promove a autonomia dos nossos clientes. Tem uma periodicidade trissemanal, segue uma lista de marcações e, por isso mesmo, podem ser lavadas no mesmo dia mais do que uma viatura.

	<b>PLANO DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL</b>	Código: PSA_0012019
		Versão: 1
		Revisão: 02/12/2019
		Data: 02/12/2019

## 7. Bibliografia / Webliografia

Manual de Boas Práticas - REN - Rede Elétrica Nacional

Manual de Boas Práticas - UERN - União das Associações Empresariais da Região Norte

Plano de ação para a sustentabilidade - PASOS ISEP - Instituto superior de Engenharia do Porto

Portal do Ambiente e do Cidadão - <http://ambiente.maiadigital.pt/ambiente/agua/mais-informacao-1/sobre-a-importancia-de-preservarmos-a-agua>

CHATRON - Climatização e Energia - <http://www.chatron.pt/engine.php?cat=232>

UQSL - [http://www.uqsl-arquitectura.com/2010\\_12\\_01\\_archive.html](http://www.uqsl-arquitectura.com/2010_12_01_archive.html)

CM - Aveiro - [http://www.cmaveiro.pt/www/output\\_efile.aspx?id\\_file=7890&id\\_object=27418](http://www.cmaveiro.pt/www/output_efile.aspx?id_file=7890&id_object=27418)

Tratolixo - <http://www.tratolixo.pt/Paginas/Default.aspx>

Aprovação pela Mesa Administrativa em 12.12.2019

---



---



---



---



---