



# O QUE PODES FAZER PARA AJUDAR O AMBIENTE ENQUANTO POUPAS?

1

## APAGA AS LUZES

Sempre que mudares de divisão, não te esqueças de desligar as luzes.



2

## EVITA O CONSUMO FANTASMA

Desliga todos os aparelhos eletrónicos que não estejas a utilizar. Sabias que ao deixares em stand-by, estás a consumir energia?



3

## REDUZ, REUTILIZA E RECICLA

Com estes três pequenos passos podes ajudar a diminuir a quantidade de lixo que produzimos!



4

## USA UMA GARRAFA REUTILIZÁVEL

Compra uma garrafa reutilizável e bebe água da torneira. É uma compra amiga do ambiente que te ajuda a poupar em garrafas descartáveis



5

## USA OS TRANSPORTES PÚBLICOS

Ao usar os transportes públicos em vez do carro ajudas a reduzir as emissões de CO<sub>2</sub>.



PARA MAIS DICAS VISITA

[ADAPT4CITY.COM](http://ADAPT4CITY.COM)