

**JUNTOS** PODEMOS SALVAR OS OCEANOS!  
TOGETHER WE CAN SAVE THE OCEAN!

Lagos na  
**onda**  
do Verão  
Bandeira Azul

[Código Eco-conduta / Eco-conduct code]

## O Lixo marinho é um problema global

Cerca de 70% de todo o lixo marinho é constituído por plásticos. Os restantes 30% correspondem a vidro, papel, metal, têxteis entre outros.

De acordo com o Programa das Nações Unidas para o Ambiente (UNEP), 15% do lixo marinho flutua à superfície, 15% está na coluna de água (a mais de 40 centímetros de profundidade). Os restantes 70% estão nos fundos marinhos, fora da nossa vista.

O lixo marinho constitui uma séria ameaça aos ecossistemas. Muitas espécies de animais e plantas morrem por asfixia, intoxicação ou com ferimentos causados pelos detritos.

O lixo marinho também afecta a saúde das pessoas, os seus bens e as atividades económicas (pesca e turismo).

## Marine Litter - a global problem

Marine debris, in particular plastics and synthetics, is a problem that pervades the entire globe. Plastic materials make up 70% of all the marine litter.

According to the United Nations Environmental Programme (UNEP) 15% of marine debris floats to the surface, 15% is in the water column (more than 40 inches deep). The remaining 70% are on the seabed, out of our sight.

Countless marine animals have been killed or harmed by marine debris primarily because they either become entangled in it, or, they mistake plastic debris for food and ingest it.

## TOP 10 LIXO ENCONTRADO NA COSTA E NO MAR TOP 10 ITEMS FOUND

1

CIGARROS E FILTROS  
cigarettes / cigarette filters



2

INVÓLUCROS  
food wrappers / containers



3

GARRAFAS DE PLÁSTICO  
beverage bottles (plastic)



4

SACOS DE PLÁSTICO  
bags (plastic)



5

TAMPAS E CARICAS  
caps, lids



6

PRATOS, COPOS  
E TALHERES  
cups, plates, forks,  
knives, spoons



7

PALHINHAS  
straws, stirrers



8

GARRAFAS DE VIDRO  
beverage bottles (glass)



9

LATAS DE ALUMÍNIO  
beverage cans



10

EMBALAGENS DE PAPEL  
bags (paper)



## SABIA QUE

Anualmente morrem cerca de 2 milhões de aves marinhas e 100 mil mamíferos marinhos, vítimas dos resíduos de plástico, abandonados nas praias e nos Oceanos?



## DID YOU KNOW THAT

Every year about 2 million seabirds and 100 thousand marine mammals die, victims of plastic waste, abandoned on beaches and Oceans?

# 10 COISAS QUE PODEMOS FAZER PARA AJUDAR A SALVAR OS OCEANOS

## 1. Controlar os consumos energéticos e as emissões de CO2

Utilize os meios de transporte coletivos, desloque-se a pé ou de bicicleta e deixe o carro em casa sempre que possível; use as escadas, em vez do elevador; substitua as lâmpadas normais por lâmpadas de baixo consumo e evite ligar o ar condicionado, desta forma poupa energia e contribui para reduzir as emissões de CO2 na atmosfera.

## 2. Escolher peixe e mariscos de forma segura e sustentável

Quando for às compras informe-se sobre a origem e método de captura, ou criação da espécie que vai adquirir. Escolha produtos do mar que tenham sido obtidos de forma sustentável e que não estão ligados a práticas destrutivas.

## 3. Reduzir o consumo de produtos de plástico

Use garrafas de água reutilizáveis, armazene os alimentos em recipientes não descartáveis, leve um saco de pano quando for ao supermercado e recicle o que for possível.

## 4. Ajudar a cuidar das praias

Deixe o areal limpo e deposite sempre o lixo em contentores próprios. Explore e aprecie o oceano sem interferir com a vida selvagem e encoraje os outros a respeitarem o meio marinho.

## 5. Não adquirir objetos que abusem da vida marinha

Evite comprar objetos feitos a partir de espécies marinhas (como por exemplo: corais, carapaça de tartarugas e tubarão).

## 6. Ser um dono «amigo dos oceanos»

Quando escolher a alimentação da sua mascote assegure-se que está a respeitar a sustentabilidade marinha.

Evite encher o aquário com peixes de água salgada apanhados em estado selvagem e nunca liberte peixes de aquário no oceano.

## 7. Apoiar organizações que trabalhem para a proteção dos oceanos

Apoie uma organização nacional ou regional de proteção ambiental. Se vive junto à costa, junte-se a um grupo ou envolva-se em projetos de limpeza da praia.

## 8. Influenciar a mudança na sua comunidade

Pesquise sobre campanhas de proteção da natureza desenvolvidas por forças políticas locais e partilhe ideias que possam contribuir para dinamizar ações de sensibilização ambiental.

## 9. Percorrer o oceano de forma responsável

Pratique atividades recreativas aquáticas de forma responsável e sem causar danos à vida marinha. Se pensar em fazer um cruzeiro nas próximas férias, procure a oferta que seja mais amiga do ambiente.

## 10. Saber mais sobre os oceanos e a vida marinha

Os oceanos cobrem cerca de 70% da superfície da Terra, representam 99% do espaço disponível à vida, contribuem para a regulação do clima, fornecem alimento através das pescas e são responsáveis pela prestação de inúmeros serviços ao Homem.

Partilhe os seus conhecimentos e ajude a educar e a inspirar os outros.

# 10 THINGS YOU CAN DO FOR TRASH FREE SEAS





Respeite e evite perturbar a atividade de outros utilizadores do mar, sejam eles pescadores, desportistas náuticos ou simples apreciadores da vida marinha.

Preserve o património cultural e natural do local que visitar.

#### ADOTE O LEMA

“Nada tire senão fotografias, nada deixe senão pegadas, nada leve senão memórias”.

Respect and avoid disrupting the activity of other users of the sea, whether fishing, nautical sportsmen or simply lovers of marine life.

Preserve the cultural and natural heritage of places.

#### ADOPT THE MOTTO

"Take nothing but photographs, leave nothing but footprints, take nothing but memories."



**FAÇA A SUA PARTE.**  
JUNTOS PODEMOS SALVAR  
OS OCEANOS!

**DO YOUR PART.**  
TOGETHER WE CAN SAVE  
THE OCEAN!

# Tempo de degradação dos resíduos pela natureza

How long does it take for trash to decompose?



Latas de alumínio  
50 anos

Tin cans  
50 years



Papel higiénico  
2 a 4 semanas

Paper Towel  
2 - 4 weeks



Fraldas descartáveis  
450 anos

Disposable diaper  
450 years



Pilhas  
100 a 500 anos

Batteries  
100 - 500 years



Pontas de Cigarros  
2 anos

Cigarette butts  
2 years



Restos de Comida  
2 a 12 meses

Food waste  
2 - 12 months



Sacos e garrafas de plástico  
20 a 50 anos

Plastic cans and bags  
20 - 50 years



Garrafas de vidro  
+ 1000 anos

Glass bottles  
+ 1000 years



ONYRIA PALMARES  
BEACH & GOLF RESORT



Marina Club  
LAGOS RESORT  
Suite Hotel & Apartments



TIVOLI  
LAGOS  
BEACH CLUB  
& GOLF  
★★★★



Intermarché  
30 VITCS.FELO.MELIKR.ENME.BABATO

