

Guia do morador

Conselhos práticos sobre uso
e manutenção da habitação
e espaços exteriores

Câmara Municipal de Lagos - Serviços Municipais de Habitação





Ficha Técnica

Coordenação

Eng.º Martins Silva (Director do Departamento de Planeamento e Gestão Urbanística)
Dra. Lourdes Alexandre (Téc. Sup. de Serviço Social dos S.M.H.)

Colaboração

Eng.ª Ana Carreiro (Eng.ª Civil dos S.M.H. / D.E.M.)
Dr. Reis Rodrigues (Delegado Concelhio de Saúde)
Eng.º António Paulo (Firma OBRECOL, S.A.)
Eng.ª Ana Estrócio e Eng.º José Gonçalves (Firma BEMPOSTA, S.A.)
Eng.º Luís Duarte (Eng.º do Ambiente da D.E.M.)

Secretariado

Paula Fadinho
Susana Marreiros

Reprografia

Dina Santos
Célia Vieira

1ª Edição - Janeiro 2006, Câmara Municipal de Lagos
Conteúdos revistos e actualizados em Julho de 2011.

Nota de abertura

O Município de Lagos tem dedicado especial atenção às populações mais desprotegidas, intervindo ao nível da educação e do apoio social, por forma a possibilitar-lhes os meios de que necessitam para elevar a qualidade do seu nível-de-vida.

Sabemos que essa mudança é especialmente difícil quando não existe a condição mais básica da vivência humana: a habitação, alicerce fundamental da vida familiar e, conseqüentemente, da integração social dos membros que a constituem. Por essa razão, com o Instituto de Habitação e Reabilitação Urbana realizamos programa de habitação a custos controlados, com o objectivo de proporcionar casa condigna às famílias que nos procuram e que mais precisam de apoio, ponto de partida para uma inserção social plena, acção que não se pode esgotar no simples re-ajustamento. Continuará com todo um trabalho de apo-

io social, em articulação com as outras entidades que no concelho detêm competência nessa área.

Com esta publicação pretendemos ajudá-lo(a) na mudança e adaptação à sua nova habitação, e dar algumas indicações para a manter, cuidar e preservar em bom estado.

Desse cuidado dependerá o seu bem-estar, bem como o bem-estar de todos aqueles que o rodeiam: familiares, vizinhos e comunidade em geral. Tenha um bom "recomeço" numa casa digna com uma família feliz!

O Presidente da Câmara,


Júlio Barroso

Índice

Introdução

Conselhos Práticos sobre uso e manutenção da habitação e espaços exteriores

1. Direitos e deveres dos arrendatários
2. Melhorar a saúde da habitação
3. Uso e manutenção da habitação e espaços comuns
 - 3.1 - Interior da habitação
 - 3.2 - Espaços comuns
4. Viva Melhor, Proteja o Ambiente
 - 4.1 - Recolha de lixo
 - 4.2 - Estacionamento
5. Conselhos diversos

Introdução

A elaboração do presente manual teve como finalidade fornecer às famílias alvo de realojamento, um conjunto de informações sobre direitos e deveres de que são detentoras, após a atribuição de um fogo camarário, bem como um conjunto de conhecimentos básicos para um melhor uso e manutenção das suas habitações e espaços exteriores.

“A integração social das famílias realojadas” tem subjacente uma troca de informações nos dois sentidos, ou seja, procuramos promover os programas de construção dos fogos e a inserção das famílias a realojar

tendo em conta as suas necessidades e motivações.

Às famílias alvo de realojamento, o desejo de que a nova habitação contribua para elevar a sua qualidade de vida individual e conjunta.

Gostaríamos de salientar que, apesar das muitas dificuldades, acreditamos neste projecto e sentimos que por este ideal vale a pena continuar a trabalhar!

Conselhos práticos sobre uso e manutenção da habitação e espaços exteriores

1| Direitos e deveres dos arrendatários (moradores)

1.1. A atribuição de fogos municipais, para realojamento de famílias a viverem em situação abarracada, é feita mediante a assinatura de um contrato de arrendamento, onde são definidas as regras de cedência dos fogos.

1.2. A Câmara Municipal reconhece aos seus arrendatários o direito à aquisição dos fogos onde residem. Na altura considerada oportuna, serão apresentadas as normas

e valores de alienação dos fogos, de acordo com a legislação em vigor sobre o efeito.

1.3. As rendas a aplicar podem ser técnicas ou apoiadas e baseiam-se nos princípios instituídos pelo Decreto-Lei n.º 166/93, de 7 de Maio.

1.4. A renda é paga de 1 a 8 de cada mês, na Secção de Taxas e Licenças da Câmara Municipal, ou através de instituição bancária.

1.5. Quando a renda não for paga no prazo estabelecido, o inquilino terá quinze dias para efectuar o seu pagamento, aumentada de 15% sobre o respectivo montante; decorrido este prazo, ficará o arrendatário obrigado a pagar, além das rendas em atraso, uma indemnização igual a 50% do que for devido.

1.6. A casa arrendada destina-se exclusivamente à habitação do arrendatário e do seu agregado familiar.

1.7. É proibida a sublocação (isto é, arrendar a casa a outras pessoas) total ou parcial.

1.8. O inquilino não poderá efectuar na habitação quaisquer obras, nem de qualquer forma alterar as suas características, sem consentimento prévio da Câmara Municipal.

1.9. No caso de infracção ao disposto no número anterior, é notificado o inquilino para repor a casa no seu estado anterior e, se não o fizer, poderá a Câmara Municipal resolver o contrato, sem prejuízo da responsabilidade do inquilino, pelas despesas que para aquele efeito tiveram de ser feitas.

1.10. O inquilino deve solicitar a instalação e ligação de contadores de água e energia eléctrica cujas despesas, bem como as dos respectivos consumos, são da sua conta.

1.11. Conservar no estado em que actualmente se encontram, não só a instalação eléctrica, mas ainda todas as canalizações e seus acessórios, pagando

à sua conta as reparações que se tornem necessárias por efeito de incúria ou indevida utilização.

1.12. Não conservar na habitação animais que incomodem os vizinhos ou causem quaisquer danos.

1.13. Não fazer ruídos que incomodem os vizinhos.

1.14. Não depositar lixo, senão nos locais para isso destinados.

1.15. A limpeza e conservação do interior da habitação e seu equipamento é da responsabilidade da família residente.

1.16. A limpeza, conservação e arranjo dos espaços comuns de serventia às habitações devem ser assegurados pelo conjunto dos moradores de cada bloco.

1.17. Não é permitida a alteração da zona de estendal.

1.18. Os serviços competentes da Câmara Municipal realizarão vistorias às habitações, sempre que tal se mostre necessário à boa conservação e utilização das mesmas.

1.19. Sem prejuízo dos casos já contemplados e dos previstos nas disposições da lei geral, pode a Câmara Municipal resolver o contrato de arrendamento antes do termo nele previsto, quando o inquilino:

- a) Não aceite a actualização da renda nos termos legais ou não proceda ao seu pagamento no prazo estabelecido;
- b) Não cumpra as obrigações de arrendatário, nomeadamente as expressas no contrato de arrendamento, bem como as existentes nas disposições legais em vigor.
- c) Não resida com carácter permanente e a título principal na habitação objecto do presente contrato.
- d) Detenha, bem como qualquer membro do agregado familiar, a qualquer título, outra habitação na área do concelho de Lagos ou em qualquer parte do território nacional.

1.20. Todas as formas de diálogo, sugestões e críticas construtivas serão bem aceites pela Câmara Municipal, desde que visem o bem estar individual e colectivo dos moradores destes Bairros.

Em resumo

Agora que se tornou morador numa habitação social é importante não esquecer que deve estimar o espaço, manter em dia as contas da casa e respeitar os vizinhos.

- A renda mensal é paga à Câmara Municipal de Lagos até ao dia 8 de cada mês e poderá fazê-lo no Gabinete do Múncipe (Edifício Paços do Concelho Séc. XXI) ou através de transferência bancária. Se não o fizer dentro do prazo fica sujeito ao pagamento de juros de mora.

- A instalação e ligação dos contadores de água e electricidade, bem como as despesas dos consumos são da sua responsabilidade.

- Deposite o lixo apenas dentro dos contentores da rua.

- Evite fazer barulho que incomode os vizinhos, principalmente depois das 22h.

- Mantenha a casa em bom estado de conservação e limpeza e evite ter animais em casa.



2| Melhorar a saúde da habitação

A habitação cuidada proporciona um ambiente saudável, muito importante para a saúde física e mental dos seus ocupantes, pois:

- Protege-os contra o frio, calor, humidade, vento, chuva, poluição, etc...

- Dá bem estar individual e colectivo. As pessoas vivem melhor e as visitas ficam agradadas.

Visando a saúde dos moradores, aconselhamos os seguintes comportamentos:

- Manter em boas condições de conservação as canalizações de água, gás e esgoto e proceder à recolha e deposição dos lixos domésticos, para prevenir o risco de adoecer, sobretudo com vômitos, diarreia e febres intestinais

- Arejar diariamente pela manhã a casa, as roupas da cama e os guarda-roupas (que devem ser abertos). Abrindo as janelas permitirá a entrada de sol e ar puro, o qual oxigenando o ar interior o purifica, libertando-o dos gases tóxicos, dos micróbios que provocam doenças, dos cheiros e fumos da cozinha e

casas-de-banho. A purificação do ar aumenta a sua concentração em oxigénio, fundamental para dar força e saúde.

Nota: Nunca fume dentro de casa. O fumo do tabaco provoca cancro do pulmão.

- Não use alcatifas e se quiser tapetes, escolha os lisos e pequenos, fáceis de limpar. O chão não deve ser varrido, porque a varredura levanta poeiras que prejudicam a garganta, nariz, brônquios e pulmões. Use o aspirador ou a lavagem.

- Proteja-se contra o ruído (barulho). Não fale alto, não grite, reduza o volume dos aparelhos sonoros. O som alto danifica o ouvido, pode causar surdez e incomoda os vizinhos.

- Tape as tomadas de electricidade, não deixe o ferro de engomar, os aquecedores, o fogão, o esquentador ligados para além do necessário. Quando sair, certifique-se que deixou tudo desligado e que os fósforos e isqueiros não estão ao alcance das crianças. Assim, evita choques eléctricos, queimaduras e outros acidentes.

- A iluminação artificial deve ser feita de preferência por lâmpadas fluorescentes, que têm baixo consumo e molestem pouco a vista, porque têm pouco brilho e produzem luz semelhante à natural.

- O aquecimento nos meses frios deve manter o nível óptimo de temperatura ambiente 16-22° C.

- Areje bem a casa, para evitar a condensação do vapor de água nas paredes, móveis, roupeiros, etc., que pode dar origem ao aparecimento de bolor.

- Durante a noite, a temperatura óptima dentro dos quartos de adultos é de 12-16° C e 18-20° C nos das crianças, o que equivale a dizer que não deve estar nem muito quente, nem demasiado frio.

- Use aquecedores por convecção porque são mais económicos, menos prejudiciais e consomem menos oxigénio.

- Previna a invasão por baratas (que vêm do esgoto e podem causar doenças e envenenamentos, ao contactarem com os alimentos, porque transportam micróbios):

- Não deixando a loiça por lavar à noite.

- Guardando os alimentos e não deixando pacotes abertos.

- Arejando os locais quentes e húmidos.

- Deitando mensalmente nos canos do esgoto um desinfectante.

Em resumo

Como garantir um ambiente saudável dentro de casa. Para seu bem estar e da sua família estes conselhos vão ajudá-lo a manter a sua casa cuidada:

- Areje a casa diariamente, pela manhã;

- Procure deixar a cozinha arrumada e limpa depois das refeições, evitando assim a visita indesejada de insectos e parasitas;

- Para evitar doenças e contaminações, o lixo doméstico deve ser depositado dentro do contentor, no final do dia;

- Aspire e lave o chão em vez de o varrer, pois a varredura levanta pó;

- Evite fumar dentro de casa;

- Previna o acidente, antes de sair de casa certifique-se de que deixou tudo desligado (fogão, ferro de engomar, aquecedor, interruptores, torneiras, etc);

- Mantenha os canos em bom estado e nunca deite alimentos ou outros produtos que os possam entupir ou estragar.

3| Uso e manutenção da habitação e espaços comuns

3.1. Recomendações comuns às moradias unifamiliares e fogos em edifícios de habitação colectiva (apartamentos)

3.1.1. Pavimentos

O pavimento em todos os compartimentos da sua habitação é do tipo Mosaico cerâmico.

Deverá ser efectuada uma limpeza regular do pavimento, lavando-o com detergente normal. Não se devem aplicar ácidos e produtos abrasivos que danifiquem a superfície ou as juntas dos mosaicos.

3.1.2. Paredes

As paredes pintadas com tinta de água não requerem cuidados especiais, devendo ter-se

atenção a choques ou batidas que podem provocar a degradação das mesmas.

A limpeza das paredes revestidas com azulejo deverá ser efectuada com um pano húmido com água e detergente.

3.1.3. Portas

As portas do interior da sua habitação são de madeira.

A limpeza das portas de madeira deverá ser feita com óleo de cedro, ou outros produtos próprios para madeiras, e nunca com água.

Quando lavar o chão tenha cuidado para que a água não entre em contacto com as portas.

Deverá ter-se atenção para não bater com força as portas; tenha cuidado ao fechá-las para que estas não se danifiquem.

3.1.4. Janelas e Persianas

Os caixilhos das janelas são de alumínio e deverão ser limpos com um pano húmido. Não deverá ser utilizado qualquer material como a palha-de-aço, que risque a superfície contribuindo assim para a sua degradação.

Evite que a persiana suba ou desça com rapidez e brusquidão, porque pode estragar a fita, as réguas e as calhas.

3.1.5. Equipamento de Cozinha

A cozinha da sua habitação está equipada com: lava-louça em aço inoxidável, armário-bancada e armário superior em aglomerado melamínico e apanha fumos (exaustor).

Neste caso, e por iniciativa da Câmara Municipal de Lagos, foi também instalado esquentador e fogão.

Os móveis de cozinha deverão ser mantidos sempre bem limpos, para evitar a acumulação de gorduras e detritos, mas com cuidado e de forma a não afectar os materiais de que são feitos. Quando verificar que o isolamento (mástique) das juntas do tampo da bancada está deteriorado, proceda a um novo isolamento, pois a infiltração de água pelas juntas abertas, levará à deterioração de peças da bancada.

Não deverão ser despejadas na cuba do lava-louça substâncias que possam entupir ou estragar as canalizações (em P.V.C.), tais como restos de comida ou óleos e azeites a ferver.

3.1.6. Equipamento de Casa-de-Banho

As louças (banheira, sanita, lavatório, etc.) devem ser utilizadas com cuidado, não devendo sobrecarregá-las com pesos nem deixar cair sobre elas materiais pesados ou objectos

que causem fracturas ou fissuras.

Na banheira, quando for detectada falta de esmalte (consequência de qualquer pancada), deverá proceder-se à pintura desses pontos com um spray de tinta de esmalte própria, evitando assim o aparecimento de ferrugem.

Não deixe passar para os canos restos de alimentos; cabelos e unhas; papel higiénico em grandes quantidades; outros tipos de papel; líquidos gordurosos e materiais que contenham plástico. O entupimento das canalizações, causa por vezes problemas graves na habitação, sendo em certos casos muito difícil e cara a sua resolução (levantamento das canalizações, reposição de pavimentos, etc.).

3.1.7. Instalação de Água



Feche a torneira de segurança geral, junto ao contador, sempre que sair de casa por muito tempo.

Feche a torneira de segurança sempre que haja rebentamento de

canos ou fuga de água e chame um canalizador para resolver o problema.

3.1.8. Instalação de Esgotos

As tubagens de esgotos são em PVC e estão embutidas no pavimento.

As recomendações para este tipo de instalações já foram referidas na alínea 3.1.6. referente ao equipamento de casa-de-banho. Lembre-se que não deve efectuar despejos de produtos ou materiais não orgânicos que provoquem obstrução da rede (plásticos, borrachas, panos, elementos duros, etc.).

Os sifões devem ser revistos periodicamente para assegurar que não lhes falte água.

3.1.9. Instalação Eléctrica

Desligue o quadro antes de mexer na instalação eléctrica. Não abra as tampas das caixas de derivação.

Quando sair de casa, desligue todos os aparelhos que não precisam de ficar ligados (televisão, rádio, etc.).

Evite usar extensões ou ligar muitas fichas na mesma tomada, pois pode originar um curto-circuito e provocar um incêndio.

Proteja as crianças, colocando dispositivos de segurança nas tomadas e não as deixe usar aparelhos eléctricos.

3.1.10. Instalações Telefónicas

As moradias dispõem de uma rede de tubagem para enfiamento de cabos e condutores telefónicos da rede dos T.L.P. e respectivas caixas.

Esta instalação só pode ser manipulada por técnicos dos T.L.P..

3.1.11. Instalação de Gás

Apresentamos-lhe, de seguida, algumas medidas de segurança e regras de actuação, de modo a evitar possíveis riscos:

- Não permita que os líquidos a ferver se deramem e apaguem o lume, ficando o gás a sair livremente pelo queimador;
- Não acenda o fósforo depois de abrir o gás no aparelho e, se o fósforo se apagar, feche o gás antes de acender um segundo fósforo;
- Quando detectar cheiro a gás:
 - Feche de imediato a válvula geral da rede de gás;
 - Não accione interruptores eléctricos, aparelhos eléctricos ou quadros eléctricos;
 - Apague as chamas;
 - Areje o local, abrindo portas e janelas;

- Nunca use chamas para procurar a fuga: use um produto espumífero (ex.: espuma de sabão).

3.1.12. Instalação de Antena de TV

Se vai habitar uma moradia então, na instalação da antena individual na cobertura, deverá ter cuidado especial na abertura de furos para a fixação do poste da antena. Estes devem ser impermeabilizados para que se evitem infiltrações de água para dentro da habitação.

Existe uma pré-instalação de cabos para antena na cobertura da habitação, bastando apenas proceder à respectiva ligação.



3.2. Espaços Comuns

As recomendações para o uso e manutenção dos espaços comuns das habitações, em edifícios de habitação colectiva, são as seguintes:

- As zonas comuns (patamares, escadas e corredores) devem estar sempre limpas, ficando a limpeza a cargo de todos os moradores.
- Mantenha sempre a porta de entrada fechada.
- Abra e feche as portas com cuidado para evitar avarias, vidros partidos e ruídos que incomodem os vizinhos.
- Utilize adequadamente a caixa do correio, não forçando a abertura sem chave, nem amassando a respectiva porta.
- Não danifique as paredes e pavimentos com o transporte de móveis, electrodomésticos, bicicletas, etc....
- Não suje as paredes com as mãos, pés, bicicletas, tintas, etc....
- Não é permitida a colocação de objectos nas zonas comuns do edifício, excepto vasos com plantas, desde que não prejudiquem a normal circulação de pessoas e objectos. Os vasos devem ser colocados sobre um recipiente de base, de modo a evitar alagamentos no chão.

- Os dispositivos das várias instalações (electricidade, telefone, água e gás) cuja manipulação é vedada, só é permitida aos técnicos dos respectivos serviços.

- As instalações de antena colectiva de televisão não poderão ser manipuladas individualmente. A resolução de problemas com estas instalações deverá ser deixada a cargo da administração do edifício.

Em resumo

Como utilizar e cuidar da habitação

A limpeza e manutenção da casa são tarefas que podem tornar-se menos trabalhosas se todos os membros da família ajudarem. Também poderão ser aligeiradas se forem distribuídas pelos dias da semana.

O chão e as paredes devem ser limpos regularmente, porém evite utilizar produtos que não conhece e que possam danificá-los. Aqui ficam algumas dicas para facilitar essa limpeza:

- Lave o chão com água e detergente normal;
 - As paredes de azulejo (cozinha e casa-de-banho) podem ser limpas com um pano húmido;
 - A limpeza das portas e madeiras deve ser feita com óleo de cedro;
 - Procure limpar os móveis e equipamentos de cozinha após a preparação de refeições para evitar a acumulação de gorduras e cheiros. Pode fazê-lo com um pano, água e detergente;
 - Limpar, regularmente, o pó evita o desenvolvimento de alergias, principalmente nas crianças;
 - Os vidros são fáceis de limpar com um pano ou papel e os vulgares limpa-vidros;
 - As louças da casa-de-banho, torneiras e lava-loiças podem ser limpos com um pano humedecido numa solução de água e vinagre;
- Lembre-se que “a sua casa é o seu castelo” e, por isso, deve evitar comportamentos que a estraguem, tais como:
- Deixar cair bruscamente as persianas: estraga a fita, as régua e as calhas;
 - Sobrecarregar com pesos ou deixar cair objectos pesados nos lavatórios e louças da casa-de-banho: estraga os apoios e o esmalte e provoca o aparecimento de ferrugem;
 - Despejar nas canalizações objectos e materiais que não se dissolvem na água (restos de comida, cabelos, objectos de plástico, papel em grande quantidade): entope os canos;
 - Ligar muitas fichas na mesma tomada: pode originar um curto-circuito e provocar um incêndio;
 - Deixar as crianças brincar com aparelhos eléctricos: pode acontecer um acidente com consequências graves;
 - Deixar comida ao lume sem vigilância: se derrear apaga o lume mas o gás continua a libertar-se através do queimador, podendo causar uma explosão;
- Os espaços comuns são todas as zonas que são utilizadas por mais do que um morador: os patamares, as escadas e os corredores. Estes espaços são da responsabilidade de todos os moradores.
- Mantenha estes espaços limpos;
 - Feche sempre a porta da entrada;
 - Evite ruídos e comportamentos que perturbem os vizinhos;
 - Não estrague o chão e as paredes;
 - Não coloque objectos que atrapalhem a circulação de pessoas.

4| Viva melhor. proteja o ambiente

4.1. Recolha de Lixo

Quando se está a mudar para uma casa nova, os lixos podem ser um problema. Além de ter uma quantidade maior de embalagens e caixas, há novas regras que devem ser cumpridas para que a limpeza e o bom ambiente na sua zona se mantenha.

Alguns conselhos a seguir:

- Nos primeiros dias, terá no seu lixo uma maior quantidade de cartão. As caixas de cartão devem ser espalmadas e colocadas no ecoponto, no contentor para papel e cartão, que

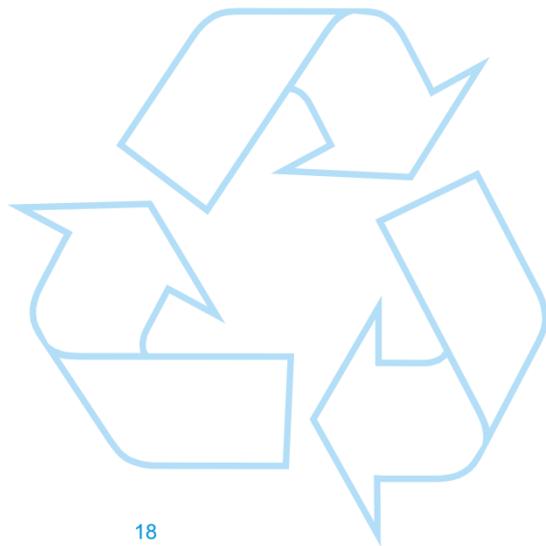
está identificado com a cor azul.

- Se o contentor existente não for suficiente ou se não houver ecoponto, ou ainda se a limpeza pública precisar de melhoria, colabore, contactando o Departamento de Ambiente e Serviços Urbanos, pelo telefone n.º 282780520.

- Se quer deitar fora um móvel ou um electrodoméstico velho, não o faça no primeiro recanto, contacte a Câmara Municipal através do telefone n.º 282780520 e beneficie de um serviço gratuito de recolha que se deslocará à sua porta.

A utilização do contentor da sua zona deve ser feita de acordo com as seguintes regras:

- Coloque o lixo sempre dentro de saco plástico.
- Se não tiver sacos próprios, qualquer outro saco serve, desde que possa ser atado depois de cheio, evitando assim, que o lixo cheire mal, o contentor se suje por dentro e atraia moscas.
- Quando abre o contentor, evite que a tampa caia para trás ruidosamente, incomodando todos os vizinhos, e não se esqueça de o fechar.
- Deite o lixo no contentor depois das 8 horas da noite.



O tempo de permanência do lixo no contentor será reduzido, já que a recolha é nocturna e, assim, haverá menos moscas e cheiros, pois o lixo não estará dentro do contentor, ao sol, durante o dia.

- Se o contentor está cheio, escolha outro dia para pôr o lixo. Se a situação se repetir, contacte a Câmara Municipal.
 - Se o seu filho é pequeno, não lhe peça para ir deitar o lixo no contentor, pois ele não chegará certamente à tampa e não conseguirá segurá-la para pôr o lixo lá dentro, ficando assim, o lixo no chão. Pense no exemplo que lhe está a dar.
 - Separe sempre o vidro, mesmo partido, os papéis, os cartões e as embalagens, do restante lixo. Será um bom hábito ter um saco para por os resíduos recicláveis junto ao balde do lixo.
 - Ao separar o lixo, irá verificar que terá muito menos volume de lixo e não se desloca tantas vezes ao contentor.
- Habitue o seu filho a levar os resíduos recicláveis ao ecoponto. Se tiver dúvidas, contacte o Departamento de Ambiente da Câmara Municipal.
- O ecoponto também tem pilhão, não deite as pilhas velhas no lixo.

4.2. Estacionamento

Se tem automóvel, o problema do estacionamento pode ser fácil, desde que siga as seguintes regras:

- Estacione só em locais autorizados.

Os passeios são para os peões. Pense nos idosos e nas crianças e nas mães com carrinhos de bebé, que são obrigadas a circular pela via quando os passeios estão ocupados por carros.

Os passeios não estão preparados para suportar o peso dos carros e ficam facilmente danificados.

- Respeite as garagens e as saídas de emergência.

Finalmente, agora que a sua zona está limpa, porque você colabora na limpeza, porque não colaborar também na conservação dos espaços verdes e das árvores?

Se ainda não há árvores na sua zona, contacte a Câmara Municipal. O bom ambiente e o bem estar da sua zona dependem de si.

Em resumo

O que fazer ao lixo

Existem vários tipos de lixo e para cada um foi criado um sistema de recolha próprio. Por exemplo, as embalagens de papel e cartão devem ser espalmadas e depositadas no ecoponto azul; as de plástico e metal depositam-se no ecoponto amarelo e as de vidro no ecoponto verde. Os materiais destas embalagens são recicláveis, isto é, podem voltar a ser utilizados na produção de novos objectos.

O lixo orgânico é aquele que resulta da preparação de alimentos e da limpeza da casa. Estes resíduos devem ser devidamente ensacados e colocados no contentor da sua zona, depois das 20h. Nunca deverá deixar o lixo fora do contentor.

Se tiver um móvel ou electrodoméstico velho e/ou sem utilização contacte o Serviço de Recolha de Monos da Câmara Municipal. É gratuito e pode pedi-lo por telefone (282 780 520).

Estacionamento

Lembre-se que só pode estacionar o carro nos locais autorizados. Não estacione em passeios nem à entrada de garagens e saídas de emergência.

5| Conselhos diversos

Segurança contra incêndios

Apresentamos, de seguida, medidas preventivas que poderão ser tomadas facilmente no seu dia a dia para evitar situações de risco:

- Evite que as crianças mexam no fogão; se tiver que sair mesmo por pouco tempo, apague o fogão e não deixe as crianças sozinhas em casa.
- Quando utilizar o ferro eléctrico e sempre

que tenha de interromper o trabalho por qualquer motivo e por muito pouco tempo que seja, não se esqueça de o desligar e o colocar no suporte adequado.

- Se possuir aquecedores, não os utilize para enxugar a roupa e não os coloque junto aos cortinados ou de peças constituídas por materiais facilmente combustíveis.

- Não deixe fósforos e isqueiros ao alcance das crianças, pois elas têm uma tendência natural para imitar os adultos.

- Tenha cuidado com as botijas de gás, as quais devem ficar em local arejado, longe das fontes de calor.

- Tenha cuidado com as instalações eléctricas. Não ligue simultaneamente equipamentos e aquecedores a extensões eléctricas.

- Tenha cuidado com os produtos inflamáveis (ex. gasolina, álcool, acetonas e outros). O seu armazenamento e utilização deverá ocorrer longe de qualquer fonte de calor e chama.

- Não utilize fogareiros a carvão, pois podem libertar à sua volta fagulhas incandescentes e, em recintos fechados, consomem o oxigénio e libertam gases tóxicos.

- As chaminés e ventiladores deverão manter-se permanentemente limpos, desobstruídos e sem grandes acumulações de gordura.

- Na decoração da sua habitação evite a utilização de materiais muito combustíveis ou que produzam gases tóxicos (por ex. plásticos).

Poupe electricidade em sua casa

Na sua habitação existem vários electrodomésticos: fogão, frigorífico, máquina de lavar roupa, etc... Todos estes aparelhos consomem energia, consumo esse que pode

ser reduzido se tiver em conta algumas regras básicas de utilização, por exemplo:

- Antes de comprar qualquer electrodoméstico, compare o consumo dos vários modelos. Escolha bem e de acordo com as suas necessidades, nem demasiado grande, nem pequeno.

- A dimensão dos utensílios para a cozinha (tachos e panelas), deve adaptar-se ao tamanho das placas eléctricas ou dos queimadores de gás do seu fogão.

- Para melhor rendimento do seu frigorífico, o ar deve circular livremente, por trás e por baixo. Afaste-o ligeiramente da parede e escolha uma zona mais fresca da cozinha para colocar o frigorífico.

- A formação de gelo nas paredes do congelador diminui o rendimento do frigorífico, pelo que deverá descongelá-lo regularmente.



- Quanto mais cheia estiver a arca congeladora, menos energia consome; empilhe os alimentos da maneira mais compacta possível.

- Para aproveitar o máximo rendimento da máquina de lavar roupa, esta deve estar bem cheia. Utilize, de preferência, a máquina de lavar só à noite, porque há mais energia disponível.

- Desligue sempre o ferro de engomar, mesmo que seja por pouco tempo.

- Ao utilizar o aquecedor, certifique-se que não existe nenhuma barreira à difusão do calor. Use aquecedor a óleo ou ventiladores com termostato, que desligam automaticamente ao atingir a temperatura.

- O calor acumulado em sua casa durante o dia, foge para a rua durante a noite; feche as persianas e os estores.

- A chama do esquentador consome bastante gás. Desligue o esquentador quando não necessitar dele.

- Apague a luz que não necessita.

- O rendimento das lâmpadas fluorescentes tubulares é cinco vezes superior ao das incandescentes para o mesmo efeito e, além disso, duram mais. Coloque lâmpadas fluorescentes nas divisões onde está mais tempo, como por exemplo, na cozinha.

- Adapte a potência das lâmpadas às suas necessidades.

- Apague a televisão sempre que sair da sala, a televisão consome tanto como várias lâmpadas.

Como poupar água

Algumas propostas fáceis:

- Escolha as suas máquinas considerando o consumo de água. Além de poupar água, poupa electricidade, pois quanto menos água a máquina gastar, menos água tem que aquecer para a lavagem.

- Não lave a louça em água corrente, além de poupar água, poupa detergente.

- Use água morna e não quente para lavar a louça; a água excessivamente quente, por si só não remove a gordura.

- Regule o esquentador ou o termoacumulador para Verão e Inverno. Além de poupar água, poupa energia, pois é desnecessário aquecer excessivamente a água, para depois, no banho, a arrefecer juntando mais água fria.

- Se tem carro, lave-o com um balde, nunca à mangueira, poupará água e detergente.

- Tome banho de chuveiro, não de imersão; feche a torneira durante as várias fases de banho; mesmo quando lava os dentes feche a torneira, poupará entre 30 a 50 litros de água.

- Se o seu autoclismo tem botão económico, utilize-o, descarregando apenas a água necessária.

- Sempre que tiver avarias na rede de águas, repare-as ou chame um técnico. Uma simples torneira a pingar, pode gastar-lhe dezenas de litros de água por dia.

Evite ruídos em sua casa

O problema do ruído, quando se vive num prédio agrava-se. Hábitos normais em habitações isoladas, podem agora incomodar os seus vizinhos.

Para que não seja incomodado, nem incomode os outros moradores, siga os seguintes conselhos:

- Nos primeiros dias da sua nova casa, vai ter que instalar acessórios nas paredes; lembre-se que este ruído se propaga pelas mesmas, incomodando todo o prédio e até o prédio ao lado. Assim, procure usar o berbequim durante o dia.

- Faça a arrumação dos seus móveis apenas durante o dia, coloque borrachas ou alcatifa nos pés dos que precisa de mover diariamente, por exemplo em cadeiras e mesas.

Pequenos ruídos podem incomodar os seus vizinhos, como por exemplo:

- O circular pela casa usando sapatos de salto alto.
- Brincadeiras demasiado ruidosas das crianças, tal como saltar do sofá ou da cama para o chão.
- Utilizar o autoclismo durante a noite, com a torneira de entrada de água completamente aberta.
- Se gosta de música, pense que o seu vizinho pode não ter as mesmas preferências e pode até querer descansar, quando você quer ouvir música. Baixe o volume do seu aparelho e feche as janelas.
- A fala humana, pela sua natureza é facilmente transmitida pelo ar; não fale alto em casa, lembre-se que a chaminé da sua cozinha e o respiradouro da casa-de-banho estão ligados ao tubo geral do prédio, permitindo assim a transmissão do som.
- Lembre-se que o ruído provoca perturbações de ordem psicológica e física. Se não puder evitar o ruído, faça-o apenas durante o dia, até às 22.00 horas, altura em que as crianças começam a repousar.

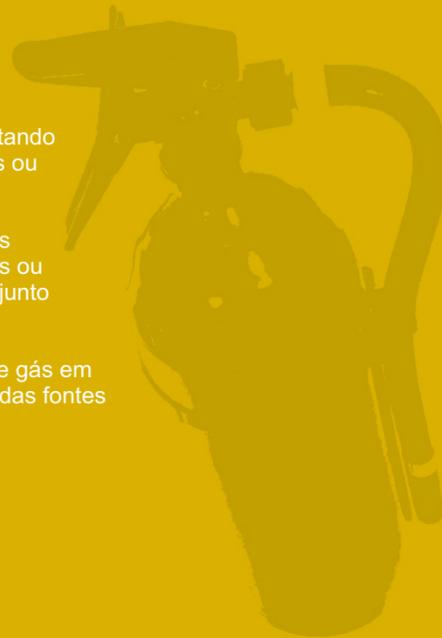
Animais domésticos

- Não deve ter cães ou outros animais em casa. Lembre-se da higiene, das doenças que podem ser transmitidas e do ruído. Imagine se todos os seus vizinhos tivessem cão!

Em resumo

Previna o incêndio

- Utilize os equipamentos eléctricos apenas durante o tempo necessário;
- Sempre que sair de casa certifique-se de que desligou os aparelhos eléctricos e a gás;
- Nunca deixe as crianças sozinhas em casa;
- Vigie as crianças evitando que alcancem fósforos ou isqueiros;
- Evite secar roupa nos aquecedores eléctricos ou a gás e de os colocar junto aos cortinados;
- Coloque as botijas de gás em locais arejados e fora das fontes de calor;



- Evite a utilização de extensões eléctricas para ligar simultaneamente vários aparelhos à mesma tomada;

- Os produtos inflamáveis (álcool, gasolina, acetona, outros) devem ser guardados em locais fora do alcance das crianças e das fontes de calor;

- Limpe regularmente a chaminé e os ventiladores da sua casa;

Poupe electricidade

- Descongele regularmente o frigorífico, pois a formação de gelo nas paredes do congelador reduz o rendimento do frigorífico e aumenta o consumo energético;

- Sempre que possível utilize a máquina de lavar roupa com a cuba cheia;

- Isole as portas e janelas por forma a conservar a temperatura dentro de casa. À noite feche as persianas e os estores.

- Desligue o esquentador sempre que não precise dele;

- Evite ter as luzes acesas desnecessariamente;

Poupe água

- Opte pelo banho de chuveiro ao de banheira;

- Durante o banho ou ao lavar os dentes feche a torneira sempre que não precise da água;

- Certifique-se que as torneiras estão em condições e não pingam;

Evite o barulho em casa

- Procure não incomodar os vizinhos;

- A utilização de máquinas e ferramentas ruidosas deve ser feita, preferencialmente, durante o dia;

- Evite arrastar móveis. Coloque borrachas nos pés das cadeiras e mesas;

- Controle as brincadeiras das crianças, principalmente à noite;

- Reduza o som da televisão e dos equipamentos de áudio;

Animais domésticos

- Evite ter animais domésticos em casa, mas se os quiser ter, não descuide a sua higiene e a vacinação.