

Agenda Ambiental da Alerj



Alerj Sustentável.

Precisamos de você nesse compromisso.

A Alerj aderiu à Agenda Ambiental da Administração Pública.

Esse compromisso, significa que estamos trabalhando para diminuir nosso impacto sobre o meio ambiente com iniciativas simples, que todos nós podemos e devemos adotar.

A sua participação é essencial neste desafio.



AGENDA
AMBIENTAL NA
ADMINISTRAÇÃO
PÚBLICA

Mesa Diretora 2017-2018

Presidente: **Jorge Picciani**

1º Vice-presidente: Wagner Montes

2º Vice-presidente: André Ceciliano

3º Vice-presidente: Jânio Mendes

4º Vice-presidente: Marcus Vinícius

1º Secretário: **Geraldo Pudim**

2º Secretário: Samuel Malafaia

3º Secretário: Átila Nunes

4º Secretário: Pedro Augusto

1º Vogal: Carlos Macedo

2º Vogal: Zito

3º Vogal: Renato Cozzolino

4º Vogal: Bebeto



Diretor Geral da ALERJ: José Geraldo Machado

Comissão A3P da ALERJ:

Antonio Carlos Ribeiro Faria

Denise Setsuko Okada Ahmed

Geiza Gomes Rocha

José Geraldo Machado

Marco Antonio Calixto Gonzaga

Marcus Fernandes Bille

Pierre André da Rocha Andrade

Paulo Roberto dos Santos Poydo

Rafael Wallace de Barros Fernandes

Tatiana Monte Vercosa

Tainah Vieira Caetano de Jesus

Organização: Geiza Rocha / Projeto gráfico: Renata Fernandes



Links Interessantes:

Portal A3P: bit.ly/2lfj7VF

Cartilha A3P: bit.ly/2lfS9Ou

Instituto Akatu: www.akatu.org.br

Plano de Gerenciamento de Resíduos Sólidos A3P:
bit.ly/2kF85wn

Programa de Capacitação em Compras Sustentáveis
do CEBDS: bit.ly/2kEWRbf



Vamos trocar experiências?

Se você já pratica atitudes sustentáveis ou tem alguma sugestão, entre em contato pelo a3palerj@gmail.com. Estamos esperando seu email!



Jornal da Alerj

Acompanhe todas as ações da Comissão da A3P na coluna Alerj Sustentável na página 2.

Adote seu copo, sua caneca ou garrafinha. O copo descartável não vai ficar com ciúmes!



Alerj Sustentável.
Precisamos de você
nesse compromisso.



Quem somos?

Criada em maio de 2015, a Comissão de Implantação da Agenda Ambiental da Administração Pública tem como foco desenvolver programas e projetos que incorporem a sustentabilidade ao cotidiano da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (Alerj).

Compõem o grupo funcionários, designados pela diretoria geral, que identificam os gargalos e atuam de forma voluntária buscando mobilizar a alta administração para o tema.



O que é Agenda Ambiental da Administração Pública (A3P)?

Em 2015, a Alerj aderiu à Agenda Ambiental da Administração Pública (A3P) com o objetivo de tornar seus processos e gestão mais sustentáveis e de fazer cumprir as leis e normas ligadas à proteção do meio ambiente.

A A3P é um programa proposto pelo Ministério do Meio Ambiente para a implantar a responsabilidade socioambiental nas atividades administrativas e operacionais da administração pública. E prevê a inserção de critérios socioambientais em todas as esferas de governo e todos os poderes como forma de estimular os gestores a incorporá-los em suas atividades rotineiras, levando à economia de recursos naturais e à redução de gastos institucionais por meio da sensibilização e da capacitação.

Na prática significa mudar desde as compras e as contratações de serviços até uma gestão adequada dos resíduos gerados e dos recursos naturais utilizados, sem esquecer das pessoas. A A3P inclui em um dos seus eixos temáticos a qualidade de vida no ambiente de trabalho.

Substitua as lâmpadas incandescentes por LED, e só as ligue quando realmente necessário.

Sempre que possível aproveite a iluminação natural, abrindo as janelas. A energia consumida pelo LED é revertida em iluminação e não em calor, consequentemente não desperdiça energia. Uma lâmpada incandescente de 60W é igual a uma luminária LED de 4,5W com economia de 55,5 W/hora.



Prefira equipamentos com o Selo Procel: O selo Procel de Economia de Energia é a principal referência na hora de comprar equipamentos e eletrodomésticos. Ele aponta os níveis de eficiência energética, de acordo com cada categoria, garantindo economia na sua conta de energia.

Use madeira de reflorestamento ou certificadas: Verifique a procedência de todo material feito de madeira e adquira produtos preferencialmente com selo de certificação FSC.

Pinte os telhados de branco. Diminui o consumo com ar-condicionado, pois há uma queda da temperatura do ambiente interno.

Desembrulhe menos e descasque mais. Uma alimentação adequada é, sem dúvida, um dos pilares mais importantes e essenciais para obtermos saúde e qualidade de vida. Prefira alimentos frescos a industrializados

Dicas para levar para casa



Reduza o consumo de água e escove os dentes de torneira fechada. Se todos os moradores do Brasil fecharem a torneira ao escovar os dentes, a água economizada durante um mês equivalerá a um dia e meio do volume de água que cai nas Cataratas do Iguaçu!

Faça a captação e o aproveitamento da água da chuva: Esta medida reduz o uso de água potável em manutenção; contribui para a redução dos custos públicos para tratamento e distribuição da água; diminui o custo da fatura.

Separe o lixo para reciclagem!

De cada dez caminhões de lixo recolhido no Brasil, apenas um vai para reciclagem. Escolha produtos com menos embalagens e envie tudo que puder para reciclagem.



Use sacolas retornáveis para fazer compras!

Sacos plásticos representam 40% das embalagens jogadas no lixo e levam mais de 100 anos para se decompor.

Faça compostagem: O ato de transformar resíduos orgânicos em adubo é benéfico para o meio ambiente.

Não jogue óleo de fritura pelo ralo. Além de entupir o encanamento, esta prática polui os rios e dificulta o tratamento da água.

Em suas ações, a agenda ambiental tem priorizado como um de seus princípios a política dos 5 R's: Repensar, Reduzir, Reaproveitar, Reciclar e Recusar consumir produtos que gerem impactos socioambientais significativos. Esse último "R" define o sucesso de qualquer iniciativa ambiental no local de trabalho.

Praticando 5R's

Repensar: Muitas ações no dia a dia são feitas de forma automática, sem que possamos refletir sobre suas consequências práticas. Você precisa imprimir todo o livro para ler? E o ar condicionado? Você sabia que manter a temperatura interna agradável é uma recomendação da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa)? Por meio da Resolução nº 9, a Anvisa orienta que a faixa temperatura recomendável no verão deve variar de 23°C a 26°C, com exceção de ambientes de arte que deverão operar entre 21°C e 23°C.

Reduzir: Uma pessoa utiliza em média sete copos descartáveis por dia em um dia de trabalho. Já pensou em usar apenas um copo durante todo o dia e só depois descartá-lo?

Reaproveitar: Muitas vezes descartamos objetos que podem ser reutilizados para o mesmo ou outros fins. Um bom exemplo é reaproveitar aquelas impressões em um lado da folha para fazer blocos de rascunho.

Reciclar: Se não é possível reutilizar, a reciclagem é a melhor alternativa. Ao reciclar qualquer produto reduz-se o consumo de água, energia e matéria-prima, além de gerar trabalho e renda para milhares de pessoas. Faça a coleta seletiva e contribua com um mundo mais sustentável.



Recusar: Quando você recusa produtos que prejudicam o meio ambiente está contribuindo para um mundo mais limpo. Prefira empresas que tenham compromisso ambiental. Recuse sacos plásticos e embalagens não recicláveis, aerossóis e lâmpadas incandescentes.



Separe o lixo seco do molhado

Essa iniciativa é simples e faz muita diferença na hora de reciclar. Defina no seu departamento ou gabinete qual a lixeira que receberá o lixo seco (papel, revista, plástico, ...) e qual será para o lixo molhado, também conhecido como orgânico (casca de frutas, café, restos de comida...) e comece agora



Feche bem a torneira

Uma gota por segundo equivale a 46L de água por dia. Viu um vazamento? Ligue para Oficina no ramal 1437 e peça para eles consertarem.



Apague a luz ao sair

Use a energia de forma eficiente e ajude a combater o desperdício.



Gabinete/Departamento Sustentável

Ao assumir o compromisso com o meio ambiente imediatamente começamos a olhar à nossa volta e influenciar várias outras mudanças no “nosso ambiente”. Confira as medidas que podem ser adotadas por seu grupo e participe! Começa por você a mudança do seu local de trabalho:



Desligue o computador durante o almoço

No decorrer de um ano, a economia decorrente de desligar o aparelho durante esta uma hora de almoço será de 60 kw/h.



Substitua copos descartáveis pelos duráveis

Um copo plástico pode levar até cem anos para se decompor. Considerando a média de 7 copos que uma pessoa usa num dia de trabalho, essa medida permite uma economia de 2 mil copos por ano



Só imprima o que realmente vai utilizar

A cada mil quilos de papel, 12 árvores são derrubadas.



Atenção ao descarte de recursos especiais

Óleo, lixo eletrônicos, pilhas e baterias não podem estar misturadas ao lixo comum e já têm destino certo. Fique de olho nas campanhas para o recolhimento desse material.

Eixos da A3P

Diante da importância que as instituições públicas possuem em “dar o exemplo” para redução de impactos socioambientais negativos, a A3P foi estruturada em cinco eixos temáticos prioritários, listados abaixo. Nas próximas páginas você vai conhecer as ações que a Alerj já adotou para atender a cada um desses eixos.



Uso racional dos recursos naturais e bens públicos



Gestão adequada dos resíduos gerados



Qualidade de vida no ambiente de trabalho



Sensibilização e capacitação dos servidores



Licitações sustentáveis

Como participar?

Do rol de ações e compromisso da agenda, uma série de iniciativas já foram adotadas. E o protagonista dessa história é você!

Veja como aderir pessoalmente à agenda ambiental:

Eixo 1

Economia na impressão de documentos



Desde dezembro de 2015, a portaria DG/Nº 052/2015 estabelece como preferencial o uso da Ecofont Vera Sans nas impressões de documentos da Casa. A Ecofont é um software projetado para reduzir o uso de tinta em até 50% nas impressões econômicas, sem perda de qualidade. Ela já foi instalada em todos os computadores da Alerj e para utilizá-la basta ir em “fonte” e trocar para Ecofont. Caso não a encontre, ligue para o Help Desk da Alerj - Ramal 8434/1777. Além do uso da fonte econômica, a impressão frente/verso, já configurada nas máquinas, contribui para o consumo consciente de papel.

Biblioteca Sustentável “Tira Livros”

Eixo 3

A Comissão de Implantação da A3P da Alerj em parceria com a Subdiretoria de Cultura lançou o projeto “Tira Livros”, que tem como objetivo ampliar o acesso à leitura dos funcionários e cidadãos que frequentam a Assembleia Legislativa. Para abrigar o projeto foram disponibilizadas duas estantes, uma no Palácio Tiradentes (térreo) e outra no Palácio 23 de Julho (térreo). Participe:

COMO PARTICIPAR DA BIBLIOTECA SUSTENTÁVEL?

Doe livros em bom estado para nossa estante

Fique à vontade para pegar livros e embarcar nessa aventura!

Acabou a leitura? Devolva para que outra pessoa possa ler também!

Logos: Casa de Cultura da Alerj, Alerj, A3P, and other institutional logos.

Fique ligado!

A Escola do Legislativo da Estado do Rio de Janeiro (Elerj) é nossa parceira na realização de ações de capacitação. Os editais de todos os cursos e palestras são publicados no Diário Oficial do Poder Legislativo. Ramal da Elerj: 1373



Você Sabia?

Papéis impressos em apenas um dos lados não precisam ser descartados. É possível transformá-los em blocos. Basta ir a Gráfica Alerj e solicitar que os seus rascunhos sejam transformados em blocos. A ideia é estimular o consumo responsável com o reuso do papel. Junte as impressões que iriam para o lixo e leve-as para a Gráfica. Saiba+: Ramal 1449

Descarte de pilhas e baterias

Eixo 2



Outra iniciativa da Comissão da A3P da Alerj é o descarte correto de pilhas e baterias usadas. Todo material recolhido é entregue para uma organização especializada em reciclar esses itens, que emite um certificado oficial. Para participar dessa iniciativa, é só trazer seu resíduo para os pontos de coleta que estão localizados no Palácio Tiradentes (Térreo), no Prédio Administrativo (Térreo) e no Palácio 23 de Julho (Hall de Entrada).

Aulas online de ginástica laboral

Eixo 3

Os funcionários da Alerj têm acesso a aulas de ginástica laboral online. Nas aulas, os trabalhadores são estimulados a dar uma pausa no trabalho em prol da promoção da saúde, com exercícios que propiciam a concentração e relaxamento, aumentando a disposição e eficiência, evitando lesões e otimizando a produtividade. Sustentabilidade é mudança de hábitos, e por que não começar com a forma como lidamos com o computador? E aí o que você está esperando para começar? Assista a playlist com todas as aulas ou acesse o vídeo de cada uma e faça os exercícios:

Playlist ginastica laboral: <http://bit.ly/2kjinBgW>

Aula Manhã - <http://bit.ly/2kKIAXH>

Aula Tarde - <http://bit.ly/2k9b6CG>

Aula Final do dia - <http://bit.ly/2k98AMr>



Educação financeira

Eixo 3

A Comissão da A3P na Alerj desenvolveu, em parceria com a Escola do Legislativo (Elerj) e o Conselho Regional de Contabilidade (CRC-RJ) um programa de educação financeira em 2016. A primeira atividade foi o curso ministrado pelo professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) Luiz Antonio Leal, que abordou temas como endividamento, investimentos, compras, aposentadoria e seguros. Dos 50 alunos que participaram das aulas na Escola do Legislativo (Elerj), 17 decidiram criar um grupo de WhatsApp para se reunir, trocar experiências e avançar no planejamento financeiro. Acompanhe os eventos deste ano e entre neste grupo você também!

Saiba mais

Escola de Educação Financeira do Rioprevidência

<http://bit.ly/2kM2sc3>

Guia do Planejamento Financeiro - bit.ly/2jjoDp5

Planilha CVM Sobre Guia Financeiro - bit.ly/2jBI2T6

Educação Financeira na TV Alerj - bit.ly/2kxLa6w