



**PODER JUDICIÁRIO**

Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

Núcleo de Responsabilidade Social e Ambiental - NURSA

# CARTILHA

## Consumo Consciente e Boas Práticas Ambientais no Ambiente de Trabalho







**PODER JUDICIÁRIO**

Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

# CARTILHA

---

Consumo Consciente e Boas Práticas  
Ambientais no Ambiente de Trabalho



# APRESENTAÇÃO

---

Em um contexto de profunda crise socioambiental global, decorrente de um modelo de desenvolvimento econômico marcado pelo consumismo desenfreado de recursos naturais, é grande a preocupação mundial com o impacto das ações humanas sobre o meio ambiente.

Nesse sentido, numa tentativa de preservar o meio ambiente e de garantir às gerações futuras recursos naturais disponíveis, surge uma nova concepção de desenvolvimento, pautado na responsabilidade socioambiental e na sustentabilidade, enquanto alternativa para a redução da exploração irracional da natureza.

Diante desse panorama, a Administração Pública, como grande consumidora de recursos naturais, desempenha papel relevante na promoção de mudanças para o estabelecimento de um novo modelo comportamental, moldado na gestão ambiental responsável e na construção de uma cultura institucional diferenciada, pautada na adoção de princípios socioambientais.

Nesse contexto, cada servidor é peça fundamental na efetiva implantação de um novo modelo de gestão ambiental, a partir da promoção da cultura do uso racional de recursos naturais e insumos, e do fortalecimento de práticas de sustentabilidade.

A presente cartilha não tem a pretensão de esgotar todas as formas de se preservar o meio ambiente. Trata-se, na verdade, de uma síntese de simples atitudes relacionadas à gestão de resíduos sólidos que, se incorporadas às nossas práticas cotidianas no ambiente de trabalho, poderão resultar em grande diferença para o meio ambiente e qualidade de vida das gerações presentes e futuras.

---

# AFINAL, O QUE SÃO RESÍDUOS?

---

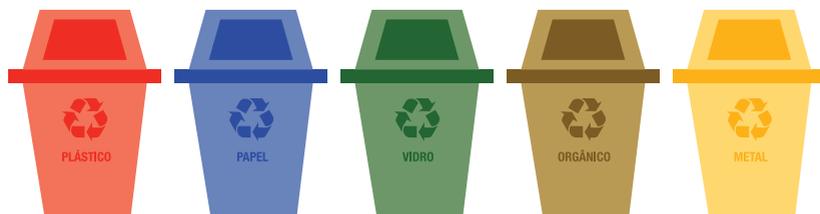
Resíduo pode ser considerado qualquer material que sobra após uma ação ou processo produtivo. Diversos tipos de resíduos (sólidos, líquidos e gasosos) são gerados nos processos de extração de recursos naturais, transformação, fabricação ou consumo de produtos e serviços.



## O QUE É COLETA SELETIVA?

---

A coleta seletiva é um sistema de recolhimento de materiais recicláveis (papéis, plásticos, vidros, metais e orgânicos), previamente separados na fonte geradora e que podem ser reutilizados ou reciclados. A coleta seletiva funciona também como um processo de educação ambiental, na medida em que sensibiliza a comunidade sobre os problemas do desperdício de recursos naturais e da poluição causada pelos resíduos produzidos no nosso dia a dia.



## O QUE É RECICLAGEM?

---



Reciclagem é o processo que visa transformar materiais usados em novos produtos com vista a sua reutilização. Por este processo, materiais que seriam destinados ao lixo permanente podem ser reaproveitados.

É possível reciclar diversos materiais, como vidro, plástico, papel ou alumínio. A reciclagem desses materiais proporciona uma utilização mais racional de recursos naturais não renováveis e uma redução na poluição da água, do ar e do solo.

## TEMPO DE DECOMPOSIÇÃO DOS RESÍDUOS?

---

Muitos materiais que consumimos no nosso dia a dia podem durar até centenas de anos para se decomporem na natureza, por isso é de suma importância a conscientização quanto a necessidade de reduzir o consumo e reaproveitar ou reciclar os produtos utilizados.

Materiais	Tempo de decomposição
Papel	De 03 a 06 meses
Metal	Mais de 100 anos
Alumínio	Mais de 200 anos
Plástico	Mais de 400 anos
Vidro	Mais de 1.000 anos
Borracha	Tempo indeterminado

Um caminho para a solução dos problemas relacionados com o lixo é apontado pelo Princípio dos Cinco Erres (5 R's): **Reduzir**, **Reaproveitar**, **Reciclar**, **Recusar** e **Repensar**.

## PRATICANDO OS 5 R's

---

Os 5 R's fazem parte de um processo educativo que tem por objetivo uma mudança de hábitos no cotidiano dos cidadãos. O seu objetivo é que se repense valores e práticas, com a redução do consumo e o reaproveitamento dos materiais por meio da reciclagem.



**REDUZIR** - Evitar a produção de resíduos, com a mudança de hábitos de consumo (Exemplo: utilizar canecas de louça ou copos de vidro no lugar de copos descartáveis; imprimir frente e verso ou reaproveitar o papel como rascunho).

**REAPROVEITAR** - Reaproveitar é uma forma de se evitar que vá para o lixo aquilo que não é lixo, reutilizando os materiais ainda em bom estado. É ser criativo e inovador, usando um produto de diferentes maneiras.

**RECICLAR** - Reciclar significa transformar materiais usados em matérias-primas para outros produtos por meio de processos industriais ou artesanais.



**DICA!**

Nas atividades desenvolvidas pelos servidores do Poder Judiciário goiano, há grande consumo de papel A4 que, após utilizado, poderá ser separado e encaminhado para a reciclagem.

**RECUSAR** - Recusar possibilidades de consumo desnecessário e produtos que gerem impactos ambientais significativos.

**REPENSAR** - Repensar a necessidade de consumo e os padrões de produção e descarte adotados.

# **BOAS PRÁTICAS AMBIENTAIS NO AMBIENTE DE TRABALHO**



No dia a dia dos servidores do Poder Judiciário goiano é grande o consumo de insumos, em especial do papel e de copos descartáveis. Simples mudanças comportamentais poderão resultar em grande diferença para o meio ambiente e qualidade de vida das gerações presentes e futuras.

Se cada um fizer o seu papel, juntos poderemos mais!



# PAPEL

---

Você é daqueles que imprime tudo e depois joga fora os documentos que não são mais necessários ou que havia algum erro na redação? Se sim, precisamos mudar esse comportamento, afinal, **nem todo papel é lixo!**

A elaboração de documentos e a necessidade de imprimi-los é uma questão quase que incontornável no âmbito do Poder Judiciário. Diariamente se confecciona uma infinidade de ofícios, memorandos, despachos, decisões, sentenças, acórdãos, etc., o que alavanca o consumo de papel e, de consequência, a produção de resíduos sólidos, gerando custos para a Administração Pública e danos ao meio ambiente.

Se no cenário atual ainda não é possível extinguir por completo a utilização de folhas de papel no desempenho de nossas funções, pequenas condutas podem auxiliar na redução desse consumo, contribuindo para um uso mais racional dos recursos públicos e para um meio ambiente mais equilibrado.

Por meio de **simples ações** é possível atingir **resultados surpreendentes**. Vamos colaborar para essa mudança?

 **VOCÊ SABIA?**



A produção de papel está entre os processos industriais que mais consomem água no planeta. Para cada 01 kg de papel são necessários 540 litros de água;

A reciclagem de 50 kg de papel usado evita o corte de 01 árvore e ajuda a diminuir a necessidade de ampliação das áreas para o plantio de espécies produtoras de celulose, além de reduzir o consumo de água;

O processo de reciclagem gasta metade da água utilizada para a produção de papel novo.

## **06 AÇÕES QUE CONTRIBUEM PARA A REDUÇÃO DO CONSUMO DE PAPEL E PRODUÇÃO DE RESÍDUOS SÓLIDOS:**

- 1)** Revise sempre seu texto na tela do computador, imprimindo apenas a versão final do arquivo;
- 2)** Mantenha a impressora configurada para imprimir frente e verso e no modo rascunho, só com isso já se reduz o consumo de folhas em branco pela metade e economiza os insumos utilizados na impressão;
- 3)** Nas comunicações internas, prefira a utilização do e-mail, malote digital, SPARK (programa de chat/mensagem instantânea) ou outros instrumentos digitais disponibilizados aos servidores;
- 4)** Não imprima e-mails ou arquivos inseridos no Processo Judicial Digital (PJD/PROJUDI) ou no Processo Administrativo Digital (PROAD). Todos esses sistemas permitem que se faça o download dos arquivos;
- 5)** Separe um local próximo da impressora para aqueles papéis impressos apenas em um lado e os reutilize como rascunho;
- 6)** Separe os papéis impressos frente e verso e aqueles em que o reaproveitamento não é possível e os encaminhe para a reciclagem. Algumas comarcas no Estado de Goiás possuem convênios firmados com cooperativas de catadores de materiais recicláveis. Com isso, colaboramos com o meio ambiente e com o próximo.

## **QUAIS PAPÉIS PODEM SER RECICLADOS?**

Reciclável	Não reciclável
Envelopes, papéis timbrados e papel de fax;	Papéis sanitários (papel higiênico e lenços de papel);
Papelão;	Papéis plastificados;
Jornal e revista;	Papéis metalizados;
Cartões e papel-cartão;	Papéis parafinados;
Rascunhos e impressos em geral;	Copos descartáveis de papel;
Embalagens Tetra Pak.	Papel carbono;
	Papel fotografia;
	Fitas adesivas;
	Etiquetas adesivas;
	Guardanapos.



### DICA!

#### CUIDADOS COM O PAPEL A SER RECICLADO:

- Não destine papéis sujos como guardanapos ou papéis higiênicos para a reciclagem;
- Evite amassar, rasgar ou molhar o papel. Procure preservá-lo ao máximo. E lembre-se de usá-lo bem antes de destiná-lo para a reciclagem;
- O papel a ser reciclado não deve ser misturado com resíduos úmidos ou secos nas lixeiras comuns;
- Destine uma caixa para armazenar o papel até que a equipe responsável pela limpeza o colete e o destine para a reciclagem.

# COPOS DESCARTÁVEIS

---

Você sabia que o copo descartável pode levar até 400 (quatrocentos!) anos para se decompor na natureza?!

O Poder Judiciário goiano é um grande consumidor deste produto, só no ano de 2016 foram 1.402.800 copos descartáveis de 200 ml e 473.100 copos descartáveis de 50 ml consumidos. Podemos transformar essa realidade através de simples mudanças em nosso comportamento diário. E não faltam razões para isso!

## AQUI VÃO 10 (DEZ) RAZÕES PARA VOCÊ SUBSTITUIR O COPO DESCARTÁVEL POR CANECA OU OUTRO RECIPIENTE REUTILIZÁVEL:

- 1)** A matéria-prima dos copos plásticos é o petróleo, fonte não renovável. Sua extração implica em grande impacto ao meio ambiente;
- 2)** O processo de fabricação de copos descartáveis utiliza água e energia;
- 3)** A fabricação de copos descartáveis provoca a emissão de CO2 e outros gases responsáveis pelo aquecimento global;
- 4)** O copo descartável é um dos resíduos que mais gera poluição, reduzindo a vida útil de aterros sanitários e lixões;
- 5)** A reciclagem dos copos descartáveis é muito pequena em relação à quantidade produzida no Brasil. Apenas 20% de todo o insumo é efetivamente reciclado;

- 6)** Os copos descartáveis precisam ser lavados antes do processo de reciclagem, consumindo ainda mais água;
- 7)** Para ingerir os 2 litros diários de água recomendados pela comunidade médica, são necessários 10 copos descartáveis de 200 ml todos os dias. Uma pessoa utilizaria em um ano cerca de 3.650 copos de plástico;
- 8)** Uma caneca, copo de vidro, xícara, garrafinha/squeeze ou qualquer outro recipiente reutilizável podem ser reaproveitados diversas vezes e por um período indeterminado, não produzindo lixo;
- 9)** O dano ambiental causada pelo uso desses recipientes reutilizáveis é bem menor, uma vez que a água utilizada para lavá-los é uma fonte renovável, diferente dos insumos utilizados na produção do copo descartável; e
- 10)** O uso de copos descartáveis reforça a cultura do desperdício, que vai na contramão do consumo consciente.

Vamos adotar práticas sustentáveis em nosso dia a dia? Não custa quase nada e só depende de você!



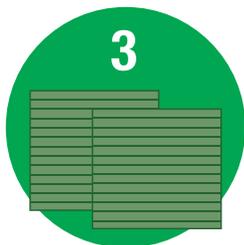
# PASSO A PASSO DA COLETA DE RESÍDUOS NO TJGO

---



O servidor separa os materiais recicláveis produzidos na sua unidade, armazenando-os em local adequado;

Os terceirizados responsáveis pela limpeza passarão periodicamente para coletarem, exclusivamente, os materiais recicláveis separados;



O material será armazenado em espaço reservado para tal fim no prédio do Poder Judiciário goiano;



As cooperativas de catadores de materiais recicláveis farão a coleta.

# EXPEDIENTE

---

## REALIZAÇÃO

Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

Núcleo de Responsabilidade Social e Ambiental do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

Secretaria de Gestão Estratégica

## ADMINISTRAÇÃO

Desembargador GILBERTO MARQUES FILHO  
Presidente do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

Desembargadora ELIZABETH MARIA DA SILVA  
Presidente do Núcleo de Responsabilidade Social e Ambiental do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

Patrícia Teles Carvalho  
Secretária do Núcleo de Responsabilidade Social e Ambiental do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás

## PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Hariel Carneiro Zoccoli

## IMPRESSÃO

Serviço de Impressão Digital do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás





## **PODER JUDICIÁRIO**

Tribunal de Justiça do Estado de Goiás