

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS
SUSTENTÁVEIS PARA
O COMÉRCIO E SERVIÇOS

“Não herdamos a terra dos nossos pais, pedimo-la emprestada aos nossos filhos.”

provérbio Índio

Introdução



O **Manual de Boas Práticas Sustentáveis dirigido aos comerciantes do Município de Estarreja** tem como principal objetivo apoiar no cumprimento de boas práticas sustentáveis¹ no decorrer da sua atividade económica.

Ao longo das últimas décadas o posicionamento da sociedade perante o desafio de alcançar o desenvolvimento sustentável tem tido cada vez mais expressão.

Esta necessidade de ter uma postura positiva face ao desafio de alcançar a sustentabilidade faz cada vez mais sentido uma vez que ao prejudicar o Planeta estamos a comprometer a satisfação das reais necessidades humanas das próximas gerações. Cidadãos, escolas, instituições públicas, empresas e comércio podem contribuir para melhorar os índices de sustentabilidade locais minimizando ao máximo o impacto negativo da sua atividade no Planeta.

É aos comerciantes do concelho de Estarreja que dedicamos este Manual, pois acreditamos que para além de contribuir para melhorar o conhecimento que dispõem sobre práticas sustentáveis pode ser igualmente encarado como um instrumento capaz de melhorar a imagem do comércio local junto dos consumidores².

¹ Relação entre resultados obtidos e os recursos empregados.

² No leque dos possíveis consumidores do comércio local podem estar residentes, empresários locais e visitantes/ turistas.

A atividade do comércio local, ainda que em pequena escala, tem um impacto negativo nomeadamente sobre o ambiente, já que é consumidor de recursos e gerador de resíduos. Torna-se importante, por isso, tomar as medidas necessárias para minimizar este impacto. Os fatores sobre os quais se possui uma maior margem de atuação são os seguintes:

- Consumo de água;
- Produção de resíduos;
- Gestão energética.



Para além destes fatores, existem outros, tais como:

- Biodiversidade e natureza;
- Consumo sustentável;
- Cidadania e participação pública;
- Mobilidade e transportes.

Em todos estes fatores é possível conseguir adotar comportamentos que controlem e reduzam o impacto negativo da atividade comercial na sustentabilidade local.

1

Desenvolvimento Sustentável

O Desenvolvimento Sustentável é definido como o desenvolvimento que procura satisfazer as necessidades do presente sem comprometer a capacidade das gerações futuras satisfazerem as suas próprias necessidades.

Por outras palavras o Desenvolvimento Sustentável significa a possibilidade de as pessoas se desenvolverem económica e socioculturalmente, usando os recursos da Terra de maneira consciente e de forma a preservar as espécies e os habitats naturais.

A Estratégia Nacional de Desenvolvimento Sustentável 2015 está organizada em torno dos seguintes sete objetivos (figura em baixo) aos quais todos devemos ser sensíveis.

Protecção e Valorização do Ambiente

Melhoria do ambiente e valorização do património natural

Melhor conectividade internacional do país e valorização equilibrada do território

Administração pública mais eficiente e modernizada

Papel activo de Portugal na construção Europeia e na cooperação internacional

Mais equidade, igualdade de oportunidades e coesão social

Crescimento sustentado e competitividade à escala global e eficiência energética

Preparar Portugal para a "Sociedade do Conhecimento"

Coesão Social

Desenvolvimento Económico

Nem toda a água que consumimos é visível e não porque se encontra no estado de vapor mas porque muita água é utilizada no processo de produção de outros bens que consumimos. A **água virtual** é um conceito recente e importante pois permite-nos ter uma ideia mais realista da água que efetivamente consumimos. **Ao fazermos uma refeição não estamos só a consumir a água que está no copo mas também a água que foi necessária para criar o animal que nos dá o bife, a água necessária para cultivar os legumes e até a água necessária para fazer o próprio copo da água.**



É possível conhecer alguns exemplos de água virtual em: www.traumkrieger.de/virtualwater.

O consumo de água depende de cada estabelecimento comercial, mas geralmente, a atividade que consome mais água é a da limpeza. De seguida, referem-se alguns conselhos para otimizar o consumo de água:

- Instalar torneiras com limitadores de pressão e atomizadores (impede os salpicos);
- Se as torneiras são normais, que sejam monocomando e com temporizador;
- Colocar boquilhas de fecho automático nas mangueiras;
- Monitorizar o sistema periodicamente, para que não ocorram fugas nas instalações;
- Ajustar as quantidades utilizadas dos produtos de limpeza, às doses recomendadas.



O **Projeto Rios** é um projeto de âmbito nacional onde quem quiser pode adotar um rio ou troço, caracterizá-lo e protegê-lo. O Projeto Rios poderá vir a ser implementado no Município de Estarreja. Pretende-se dar resposta à problemática, de âmbito global, referente à alteração e deterioração da qualidade dos rios e à falta de um envolvimento efetivo dos utilizadores e da população em geral. Saiba mais sobre o projeto em:

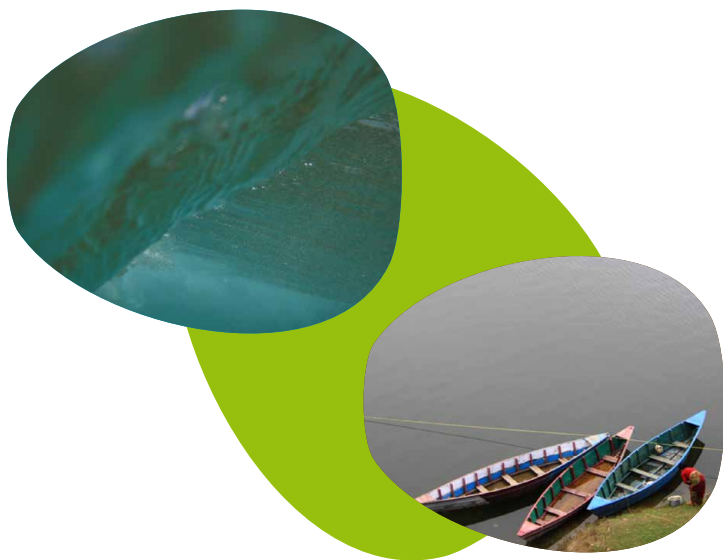
www.projectorios.org/

ou

www.projectorios.blogspot.com/

O consumo de água pode ser calculado através de:

www.epal.pt/epal/novosim.aspx.



Resíduos

3

Dependendo do tipo de atividade comercial gerar-se uma determinada variedade de resíduos. Estes podem classificar-se como:



Resíduos Sólidos Urbanos (RSU)

- Orgânicos;
- Vidro;
- Plásticos, recipientes e embalagens;
- Papel e cartão.

Resíduos perigosos

- Equipamentos elétricos;
- Eletrodomésticos;
- Pilhas usadas e baterias;
- Fluorescentes;
- Recipiente de produtos de limpeza;
- Óleos;
- Químicos diversos.



Emissões atmosféricas

(principalmente caldeiras de aquecimento)

A política dos 3R's aplicada aos resíduos consiste em:

- **1º Reduzir:** tentar reduzir a quantidade de resíduos que produz;
- **2º Reutilizar:** utilizar os materiais residuais em novas funções;
- **3º Reciclar:** se não for possível reduzir nem reutilizar.



Outros conselhos úteis:

- Sensibilizar os colegas de trabalho quanto à gestão e geração de resíduos;
- Separar os resíduos e aproveitar para outro uso todos os que forem possíveis;
- Se for possível, usar o correio eletrônico em vez do correio normal;
- Levar os resíduos perigosos a um ponto apropriado;
- Ao levar papel a reciclar, retirar agrafos, adesivos, etc.;
- Evitar danificar fluorescentes que emitam vapores tóxicos para a atmosfera.

O que colocar no contentor do papel/cartão?



- Embalagens de cartão liso;
- Compacto e canelado (ex.: caixas de cereais, invólucros de cartão, embalagens de papel);
- Embalagens de papel e papel de embalagem (ex.: sacos de papel, papel de embrulho);
- Jornais e revistas, livros, cadernos, papel de escrita.



O que não colocar no contentor do papel/cartão?



- Embalagens que tenham contido resíduos orgânicos ou gorduras (ex. papel de cozinha, guardanapos e lenços de papel);
- Embalagens que tenham contido resíduos tóxicos e perigosos (ex. sacos de cimento);
- Loíça de papel;
- Pacotes de batatas fritas e aperitivos;
- Papéis metalizados e plastificados ou sujeitos a tratamentos especiais (ex. papel de lustro, celofane, papel vegetal, papel químico, papel de fax, papel de alumínio, papel autocolante);
- Toalhetes e fraldas.

O que colocar no contentor do vidro?



- Todo o tipo de embalagens de vidro;
- Garrafas;
- Frascos;
- Garrações;
- Boidões de água;
- Vinho;
- Cerveja;
- Sumos;
- Néctares e refrigerantes;
- Azeite e vinagre;
- Produtos de conserva;
- Compotas.



O que não colocar no contentor do vidro?



- Loias e cerâmicas: pratos, copos, chávenas, jarras, etc.;
- Azulejos;
- Tijolos;
- Pedra brita;
- Pedra da calçada;
- Vidro farmacêutico, proveniente de hospitais e laboratórios de análises clínicas;
- Vidros planos: janelas, vidraças, pára-brisas, etc.;
- Vidros especiais: armados, ecrãs de televisão, lâmpadas, espelhos, pirex, cristais, vidros corados, vidros cerâmicos, vidro opala, vidros não transparentes, embalagens de cosmética e perfumes, etc.;
- Tampas e rolhas das embalagens de vidro.

O que colocar no contentor de plástico/metal?

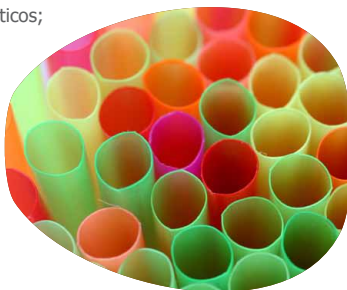
- Embalagens de cartão para líquidos alimentares com película metálica no interior, (ex.: pacotes de sumo, pacotes de leite);
- Esferovite limpa;
- Todo o tipo de embalagens de plástico;
- Garrafas;
- Garrações e frascos de água;
- Sumos;
- Néctares e refrigerantes;
- Sacos de plástico limpos;
- Detergentes;
- Produtos de higiene;
- Invólucros de plástico;
- Todo o tipo de embalagens de metal;
- Latas de bebidas;
- Enlatados (conservas, tabuleiros de alumínio ou latas de spray).



O que não colocar no contentor de plástico/metal?



- Embalagens de plástico que tenham contido gorduras (ex. margarina, manteiga e banha, cosmética gordurosa);
- Embalagens de plástico que tenham contido produtos tóxicos ou perigosos (ex. combustíveis e óleo de motor);
- Baterias;
- Talheres;
- Tachos e panelas;
- Eletrodomésticos;
- Borrachas;
- Couro;
- Seringas;
- Carpetes.



Regras a seguir

- É necessário escorrer as embalagens usadas para evitar maus cheiros;
- Sempre que possível, espalmar as embalagens usadas para reduzir o espaço que ocupam e facilitar o transporte;
- Retirar rolhas e tampas pois são, normalmente, de material diferente da embalagem.

Ecocentros

Os ecocentros são locais onde se depositam os resíduos recicláveis, que pelas suas dimensões não podem ser depositados nos ecopontos. Os resíduos depositados nos ecocentros são posteriormente enviados para tratamento e/ ou reciclagem. A Estação de Triagem de Estarreja é um dos ecocentros da ERSUC (Resíduos Sólidos do Centro, S.A.).

Nos ecocentros podem-se depositar resíduos de embalagem de papel e cartão, de plástico e de metal e embalagens de vidro de grandes dimensões; resíduos de equipamento elétrico e eletrónico (eletrodomésticos fora de uso, computadores, impressoras, lâmpadas fluorescentes, etc.); madeiras, pilhas, baterias e acumuladores e sucata. Os ecocentros estão abertos 24 horas por dia e estão disponíveis para receber os resíduos de qualquer município.

Sugerem-se ainda algumas medidas para promover a sustentabilidade em espaços com escritórios:

- Colocar caixas de cartão de recolha de papel, identificadas, junto às fotocopiadoras e também junto a todas as secretárias, uma vez que o maior resíduo produzido nos escritórios é o papel;
- As impressoras a jacto de tinta usam 99% menos energia que as impressoras a laser, durante a impressão, e 87% menos quando inativas;
- Calcula-se que um em cada quatro documentos enviados por fax é posteriormente fotocopiado porque o original tende a perder visibilidade. Desta forma, gasta-se não só o papel de fax (normalmente não reciclável porque é revestido com produtos químicos que são aquecidos para a impressão), mas também o de fotocópia (conselho: adquirir um aparelho de fax que use papel normal, funcionando assim como fotocopiadora ou impressora em papel vulgar);
- Desligar o computador quando já não se precisa dele;
- Imprimir 2 a 4 páginas numa folha (há impressoras que permitem esta opção);
- Imprimir em modo “económico” ou “rascunho” quando não é necessária grande qualidade de impressão;
- Imprimir ou fotocopiar dos dois lados da folha de papel;
- Imprimir somente o que é necessário;
- Não deitar fora o computador antigo, ele foi concebido para facilitar a reciclagem;
- Os computadores portáteis consomem 1% da energia de um computador fixo;
- Preferir produtos reciclados;
- Reaproveitar papéis de fotocópias como rascunho, usando o verso para escrita;
- Reciclar tinteiros vazios;
- Utilizar lapiseiras e esferográficas recarregáveis.



Curiosidades:

- Na fabricação de uma tonelada de papel reciclado são necessários apenas 2.000 litros de água, ao passo que, no processo tradicional, este volume pode chegar a 100.000 litros por tonelada;
- Em média, economiza-se metade da energia, podendo-se chegar a 80% de redução quando se comparam papéis reciclados simples com papéis virgens;
- Teoricamente, as fábricas recicladoras podem funcionar sem impactos ambientais, pois a fase crítica de produção de celulose já foi feita anteriormente;
- Estima-se que, ao reciclar papéis, sejam criados mais empregos do que na produção do papel de celulose virgem.

Ao nível da restauração, uma parte de resíduos produzidos são de origem orgânica. Para estes resíduos existe um método de os valorizar, a compostagem. A compostagem é uma forma eficaz de valorizar a fração orgânica dos resíduos, produzindo o composto, um material rico em nutrientes que pode ser utilizado como fertilizante orgânico. Este é um fertilizante natural e, como tal, pode ser utilizado como adubo para as plantas nos jardins, quintais, etc.



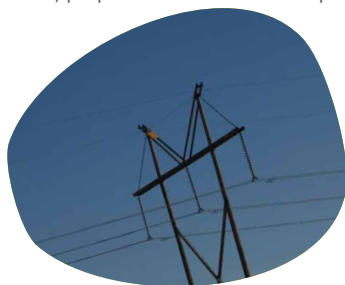
Energia

4

Para a produzir a eletricidade que chega a cada estabelecimento comercial é necessário utilizar e/ou transformar recursos naturais, o que pode resultar numa contaminação e/ou produção de resíduos.

Para reduzir ao mínimo o consumo e as consequências negativas no ambiente, é necessário uma série de equipamentos e adotar comportamentos e hábitos adequados.

É necessário adaptar o consumo de energia às verdadeiras necessidades dos estabelecimentos comerciais, poupando assim dinheiro e respeitando o ambiente.



Os escritórios são um local onde as fontes de consumo elétrico são significativas:

- Iluminação;
- Uso de equipamentos de ar condicionado;
- Funcionamento de equipamento informático:
 - Computadores pessoais;
 - Fax;
 - Fotocopiadora;
 - Impressoras;
 - Servidores;
- Alimentação das estações-base e centrais de comutação de telecomunicações:
 - Material eletrónico de receção/transmissão;
 - Sistemas de alarme.

Num edifício, o consumo de energia elétrica representa cerca de 25% do consumo energético total, com a iluminação das instalações. A utilização racional de energia elétrica ajuda à redução da fatura energética dos serviços, sem afetar minimamente a qualidade de trabalho e o nível de conforto. É possível uma empresa crescer e, simultaneamente manter ou reduzir os encargos energéticos.

Alguns conselhos:

- Utilizar lâmpadas de baixo consumo;
- Aproveitar toda a luz natural que possa;
- Desligar os aparelhos elétricos que não estejam a ser utilizados;
- Fechar portas e janelas quando os aparelhos de climatização estão ligados;
- Ao renovar o equipamento, ter em atenção o seu consumo energético;
- Utilizar materiais isolantes ao reformar as instalações e evitar fugas de calor ou frio;
- Assegurar a não utilização de mais iluminação que a necessária e instalar detetores de presença nos lugares de passagem;
- Utilizar um termóstato para controlar a temperatura do estabelecimento;
- Investir em equipamento com eficiência superior;
- Adquirir máquinas fotocopiadoras e outros equipamentos com modo "poupança de energia" (em períodos de não utilização, apresentam consumos mais reduzidos).



Biodiversidade e natureza

5

Quase tudo o que nos circunda precisou de algum recurso natural para ser produzido tal como o petróleo para os transportes, a madeira para o mobiliário, a água para beber, o solo para habitar, etc.

A agravante da problemática da biodiversidade não está na utilização de recursos mas sim no seu excessivo uso incapacitando a normal capacidade destes se regenerarem na nossa escala temporal. O petróleo, carvão ou gás natural, recursos não renováveis na nossa escala temporal, assim como os recursos renováveis como a água e a madeira, **estão a ser usados a um ritmo em que capacidade de regeneração se encontra comprometida.**

Os estabelecimentos comerciais, como sector relevante da sociedade, devem compartilhar a responsabilidade pela atual situação de deterioração do Planeta, assim como apresentar soluções de melhoria, começando por implementar algumas ações como:

- Imprimir só o que é necessário;
- Comprar em segunda mão;
- Apagar as luzes;
- Deixar o carro em casa;
- Comprar produtos portugueses certificados;
- Mudar para lâmpadas mais eficientes;
- Colocar redutores de caudal nas torneiras.



CURIOSIDADE...

Apesar de ter apenas 92.152 km², Portugal encontra-se entre os países com maior biodiversidade do espaço europeu, mercê da sua situação biogeográfica e da história evolutiva desta região do mediterrâneo ocidental. (Fonte: QUERCUS).

Lembre-mos que o Planeta proporciona-nos inúmeros recursos naturais com grande utilidade para a nossa sobrevivência e qualidade de vida. Da floresta retiramos madeira para a construção, pasta de papel, resina, frutos, mel, oxigénio em troca de dióxido de carbono, água limpa e proteção dos solos (entre outros). Da água retiramos alimento, podemos utilizá-la para atividades de desporto/lazer e ainda usá-la para beber, para a nossa higiene e para produzir energia (entre outros). Das rochas e minerais, do ar, do sol, da biodiversidade e de outros ainda podemos retirar mais um sem fim de matérias-primas e serviços que nos permitem viver com qualidade.

O ser humano é o único ser vivo no Planeta que consome muito além das suas necessidades e desta forma está a levar ao esgotamento de muitos destes recursos que deixam de ter capacidade de recuperar para o nosso usufruto. Alguns estudos estimam a extinção de 30% das espécies atuais dentro de 90 anos.

Uma correta gestão dos recursos naturais é fundamental para o desenvolvimento sustentável, a qual deve fomentar o desenvolvimento social e económico das sociedades e contribuir para a redução da pobreza.



A Convenção sobre Diversidade Biológica (CDB), de 1992, é o mais importante acordo internacional sobre biodiversidade, assente sobre os três componentes da biodiversidade: ecossistemas, espécies e genes. A CDB, ainda hoje uma referência, estabelece três objetivos fundamentais:

1. A conservação da biodiversidade;
2. O uso sustentável dos recursos biológicos;
3. A distribuição equitativa dos benefícios advindos do uso da biodiversidade.

Fonte: www.cbd.int.

Consumo sustentável

6

A temática do consumo sustentável tem relevância para todos os sectores da sociedade. O comércio local, para a realização do seu negócio necessita também de uma série de produtos/serviços que podem ter mais ou menos impacto na sustentabilidade local, consoante as suas características.



A sociedade tem adquirido cada vez mais produtos/serviços sem muitas vezes pensar nas melhores opções de compra ou até evitar de comprar certos produtos/serviços para não criar efeitos adversos na sustentabilidade local.

Antes de optarmos pela compra de um determinado produto ou serviço, devemos ponderar sobre aqueles que foram concebidos com um ciclo de vida sustentável.





Para saber onde adquirir produtos com o **Rótulo Ecológico Europeu** consulte a Loja online. É uma base de dados onde se pode pesquisar que produtos estão disponíveis em Portugal e noutros países europeus. www.eco-label.com/portuguese.

Alguma vez pensou na quantidade de “natureza” necessária para manter o seu estilo de vida? **Calcule e monitorize a sua Pegada Ecológica** fazendo uma estimativa da quantidade de recursos necessária para produzir os bens e serviços que consome e absorver os resíduos que produz.

www.pegadaecologica.org.br ou independent.footprint.world.org.uk.

Cidadania e participação pública

7

A presença no território de comércio tradicional corresponde ele mesmo num elemento que eleva os níveis de sustentabilidade locais. A existência num território de índices de boa qualidade de vida e de sustentabilidade pode corresponder à existência de um comércio local atrativo e dinâmico.

Seguem-se alguns exemplos de como o comércio local pode influenciar a animação de um território e a sua capacidade de atrair pessoas (residentes, turistas, visitantes).



O evento **"Noite Branca"** em Estarreja, pela 2ª edição (2011), conseguiu animar o território através da presença de duas mil pessoas vestidas a rigor onde puderam assistir ao desfile de 5 lojas participantes. O comércio local aderiu mais uma vez a esta iniciativa, e as montras dos seus estabelecimentos vestiram-se a rigor, aproximando mais o comércio local dos seus potenciais clientes. Foi dinamizado ainda uma Feira de Artesanato Urbano e a Feira de Doçaria de Antuã, nesta última foi distinguido o melhor Pastel do Antuã.



A DESTAC – Associação para o Desenvolvimento do Centro Urbano de Estarreja promoveu a campanha do Dia da Mãe no comércio local que decorreu nos dias 30 de Abril, 1 e 2 de Maio. Este tipo de ações tem a finalidade de atrair clientes e criar hábitos de compra no comércio local. Algumas atividades da campanha consistiram no seguinte:

- Criação de um Menu do Dia da Mãe nos restaurantes locais aderentes.
- Oferta de vales de desconto em lojas de produtos de maquilhagem e outras de chocolates, licores, chás, etc.
- Realização de um Sorteio Dia da Mãe na compra superior a 15€ nas lojas aderentes.



A DESTAC promoveu a campanha "Quem compra no comércio local, entra no Carnaval". Esta iniciativa consistiu em sortear bilhetes para assistir ao desfile de Carnaval aos clientes que adquirem no comércio local produtos de valor superior ou igual a 5€.

No âmbito do processo de regeneração urbana da cidade de Estarreja encontra-se em fase de implementação o **Concurso EcoEstarreja**. Este concurso atualmente com 18 participantes, tem como objetivo estimular e premiar atuações responsáveis, promovidas pelos estabelecimentos comerciais, que contribuam para tornar a sua Cidade e o seu Concelho numa referência em termos de desenvolvimento sustentável.

Se quiser obter informações sobre o concurso aceda ao site:

<http://ecocidade.cm-estarreja.pt/actividades.htm>



Se o seu estabelecimento comercial está na lista de participantes da atual edição do Concurso Ecoestarreja (2011) reveja as suas ações pois as entidades organizadoras farão brevemente uma nova visita ao seu estabelecimento comercial e seria desejável que apresentasse as suas novas boas ações.

8

Mobilidade e transportes

O sector dos transportes é o responsável por cerca de um terço do consumo de energia e por mais de um quinto das emissões de GEE (gases com efeito de estufa). Também é responsável pela poluição atmosférica e sonora e pela emissão de partículas causadoras de problemas respiratórios. Os estabelecimentos comerciais podem contribuir para a mitigação desses efeitos através da redução das viagens de automóvel e através da racionalização das deslocações casa-trabalho.

O tema da mobilidade e transportes influencia a dinâmica da atividade comercial de um local. Modos de mobilidade sustentável potenciam e valorizam a imagem do comércio local.

Utilize e incentive uma mobilidade sustentável no seu estabelecimento comercial:

- Privilegiar todos os serviços de proximidade;
- Planear os seus afazeres diários de forma a seguir um trajeto organizado e assim poupar dinheiro em combustível e tempo;
- Atestar o depósito para evitar muitas deslocações aos postos de abastecimento;
- Conduzir devagar para poupar o ambiente e minimizar risco de acidentes;
- Promover o uso da bicicleta e andar a pé;
- Partilhar o automóvel;
- Favorecer o uso de transportes públicos (disponibilizar horários dos comboios);
- Organizar ações de formação em técnicas de condução amigas do ambiente.



Sugestão de atividades para um comércio local sustentável

Dia dos namorados “sustentáveis”

Atividade: organizar um sorteio de bilhetes destinado aos clientes do comércio local tendo como prêmios bilhetes para assistir a um espetáculo no Cineteatro de Estarreja e jantares nos restaurantes locais.

Possíveis promotores: comerciantes locais, DESTAC, SEMA, Cineteatro de Estarreja, restaurantes locais.

Concurso melhor árvore de natal ecológica

Atividade: organizar um concurso destinado aos comerciantes locais com o objetivo de escolher as árvores de natal mais ecológicas e criativas.

Possíveis promotores: comerciantes locais, DESTAC, SEMA.

Carrossel do Natal

Atividade: instalar na época natalícia um carrossel natalício destinado às crianças cujos pais tenham feito compras de Natal no comércio local.

Possíveis promotores: comerciantes locais, SEMA, DESTAC.



Celebração do São Martinho

Atividade: organizar junto com os comerciantes locais um magusto no centro da Cidade de Estarreja. Esta atividade destina-se aos clientes do comércio local.

Promotores: comerciantes locais, SEMA, DESTAC.

Comércio mostra produtos do BioRia

Atividade: acolher no comércio local os produtos do BioRia: livros, pequenas lembranças, guias, T-shirts, chapéus, DVD, etc.

Promotores: comerciantes locais, BioRia.



Contactos úteis

10

Câmara Municipal de Estarreja

Praça Francisco Barbosa

3864-001 Estarreja

Telefone: 234 840 600

www.cm-estarreja.pt

E-mail: geral@cm-estarreja.pt

Biblioteca Municipal de Estarreja

Praça Francisco Barbosa 3860 ESTARREJA

Telefone: 234 840 614

<http://estarreja.libware.net/portalweb/>

E-mail: biblioteca.municipal@cm-estarreja.pt

Corporação de Bombeiros Voluntários de Estarreja

Rua Desembargador Oliveira Pinto – Apartado 76 – 3864-909 Estarreja

Secretariado – 234 810 650 / 234 842 944

www.bombeirosestarreja.com



BioRia

Câmara Municipal de Estarreja

Projecto Bioria

Praça Francisco Barbosa

3864-001 Estarreja

Telefone: 234 840 600

www.bioria.com

Email: bioria@cm-estarreja.pt

Cegonha – Associação de Defesa do Ambiente de Estarreja

Endereço: Rua Dr. Alberto Vidal, 3864-909 Estarreja

Telefone: 933 564 079

Escola Municipal do Desporto

Praça Francisco Barbosa

3860-001

Telefone: 234840600

<http://emdestarreja.net/php/>

PACOPAR – Painel Consultivo Comunitário do Programa de Atuação Responsável

Quinta da Indústria Poente

3860-529 Estarreja

Telefone: 234 811 002

<http://www.acestarreja.pt/>

E-mail: info@pacopar.org

Associação do Carnaval de Estarreja

Apartado 157 – 3864 Estarreja

Telefone: 966 044 634

E-mail: carnaval@acestarreja.pt

Cine-Teatro de Estarreja

Rua Visconde Valdemouro

3860-389 Estarreja

Telefone: 234 811 300

www.cineteatroestarreja.com/

E-mail: cineteatro@cm-estarreja.pt

DESTAC- Associação para o Desenvolvimento do Centro Urbano de Estarreja

Praça Francisco Barbosa

3860-001 Estarreja

Telefone: 234 840 600

www.estarrejacentro.com/

Email: destac@cm-estarreja.pt

SEMA – Associação Empresarial

Rua Dr. Alberto Vidal, Nº 63

3860-368 – Estarreja

Telefone: 234 841 482

www.sema.pt/contactos/

Email: geral@sema.pt



CO-FINANCIAMENTO



UNIÃO EUROPEIA
Fundos Europeus
de Desenvolvimento Regional

PROMOTOR



APOIO TÉCNICO



Dê sugestões ao município sobre como esta e outras instituições podem melhorar os níveis de sustentabilidade local.

Envie para:

<http://ecocidade.cm-estarreja.pt/contactos.htm>.

Evite fazer impressões deste documento. Poupe o ambiente.