

Espalhe  
a Mensagem  
Ecológica.



# Guia



Boas Práticas Ambientais



[www.armazensdochiado.com](http://www.armazensdochiado.com)



[www.armazensdochiado.com](http://www.armazensdochiado.com)



<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>02</b>
<b>POLÍTICA DO AMBIENTE</b>	<b>04</b>
<b>DECLARAÇÃO DE COMPROMISSO</b>	<b>05</b>
<b>PRINCIPAIS ACÇÕES IMPLEMENTADAS</b>	<b>06</b>
<b>OBJECTIVOS A ATINGIR</b>	<b>07</b>
<b>BOAS PRÁTICAS A SEGUIR</b>	<b>08</b>
<b>SIMBOLOGIA ÚTIL</b>	<b>14</b>
<b>CONTACTOS DE EMERGÊNCIA</b>	<b>15</b>



Armazéns  
do Chiado.  
Sempre.

[www.armazensdochiado.com](http://www.armazensdochiado.com)

## Introdução

O centro comercial Armazéns do Chiado tem em prática um Sistema de Gestão Ambiental, com vista a controlar, monitorizar e diminuir os impactes ambientais decorrentes da sua normal actividade.

As características inerentes à actividade de um centro comercial levam a que as quantidades de recursos aturais consumidos e a produção de resíduos sejam considerados aspectos ambientais significativos.

É responsabilidade de todos nós (administração, lojistas, fornecedores e prestadores de serviços) dar continuidade e contribuir para a melhoria contínua do Sistema de Gestão Ambiental, como por exemplo diminuindo o consumo de água ou a produção de resíduos.

Este guia tem como principal objectivo dar a conhecer as principais regras e procedimentos que devem ser respeitados, na realização das nossas actividades e rotinas diárias.

Se este Guia ajudar a estabelecer uma maior consciência ambiental junto de quem lê, terá cumprido a sua Missão. Basta um pequeno gesto para fazer muito pelo ambiente.

**Porque cuidar do ambiente é tarefa de todos!**

### CERTIFICAÇÃO ISO14001

O Sistema de Gestão Ambiental dos Armazéns do Chiado está certificado sob a norma NP EN ISO14001.

A certificação é, em termos genéricos, uma garantia de conformidade relativamente a um referencial (ISO14001).

A certificação é concedida por uma entidade externa, independente e acreditada, após uma rigorosa avaliação a todas as disposições do sistema de gestão ambiental implementado.



# Política do Ambiente

A Multi Mall Management esforça-se por aplicar os princípios do desenvolvimento sustentável, na gestão de Centros Comerciais, como forma de conciliar estratégias de crescimento económico com a protecção do meio ambiente.

A Multi Mall Management Portugal assume, assim, o compromisso de promover a ecoeficiência no centro comercial Armazéns do Chiado por meio de:

- / Identificar e reduzir os impactes ambientais, utilizando os recursos naturais de forma ambientalmente responsável e prevenindo a poluição;
- / Melhorar os processos, os serviços e os produtos sem prejuízo dos níveis de segurança, conforto e bem-estar das pessoas;
- / Cumprir a legislação, a regulamentação e outros requisitos aplicáveis;
- / Manter programas de gestão ambiental para assegurar que os objectivos e as metas ambientais são alcançados;
- / Utilizar indicadores para avaliar a melhoria contínua do desempenho ambiental do centro comercial;
- / Promover junto dos fornecedores a aplicação de práticas ambientais;
- / Colaborar, a nível local e regional, na sensibilização para as questões do ambiente;

# Declaração de Compromisso

/ Divulgar esta Política Ambiental.

A Administração dos Armazéns do Chiado assume o compromisso de cumprir as disposições da Política Ambiental estabelecida pela Multi Mall Management Portugal, para a gestão e operação do centro comercial e de disponibilizar os recursos necessários ao cumprimento da mesma, contribuindo assim para a continuidade das políticas de sustentabilidade.

Todos os colaboradores estão empenhados no cumprimento da Política Ambiental e das regras definidas no sistema de gestão ambiental, com o objectivo de:

- / Minimizar os impactes ambientais gerados nas actividades de rotina;
- / Minimizar os consumos de água e de energia e a produção de resíduos;
- / Cumprir a legislação e outros requisitos relacionados com os aspectos ambientais.

# Principais Acções Implementadas

Desde a sua abertura, o centro comercial Armazéns do Chiado implementa várias medidas com vista à ecoeficiência do edifício. No decorrer da implementação do nosso Sistema de Gestão Ambiental, estas políticas foram reforçadas e sistematizadas, das quais podemos destacar:

/ Implementação de um Sistema de Gestão Ambiental certificado, de acordo com a norma NP EN ISO14001;

/ Criação de condições estruturais para a recolha selectiva de resíduos produzidos nos Armazéns do Chiado:

Papel e Cartão  
Plástico e Metal  
Vidro  
Indiferenciado

/ Implementação da recolha de óleos usados em todos os restaurantes, com posterior envio para reciclagem;

/ Criação de um sistema de encaminhamento de resíduos perigosos, nomeadamente:

Lâmpadas  
Embalagens contaminadas  
Panos e desperdícios absorventes contaminados  
Resíduos técnicos eléctricos e electrónicos

/ Estabelecimento de um plano de formação e simulacros para os colaboradores e prestadores de serviço dos Armazéns do Chiado, por forma a minimizar os impactes ambientais resultantes de situações de emergência;

/ Realização de uma auditoria com vista à caracterização do ruído pelo centro comercial Armazéns do Chiado e o seu impacte ambiental;

Pilhas e baterias

/ Realização de uma auditoria com vista à caracterização das emissões gasosas pelo centro comercial Armazéns do Chiado e o seu impacte ambiental.

## Objectivos a Atingir

O controlo dos impactes ambientais é parte integrante da estratégia de futuro dos Armazéns do Chiado, pelo que o nosso compromisso assenta na implementação de um processo de melhoria contínua que permita:

- / Manter a certificação do Sistema de Gestão Ambiental de acordo com a norma de referência NP EN ISO14001;
- / Promover a melhoria de todos os indicadores ambientais existentes, por forma a potenciar o desenvolvimento sustentável e a ecoeficiência do edifício.



# Boas Práticas a Seguir

## ÁGUA

- / A água é um bem escasso, essencial à vida;
- / Minimize os consumos de água;
- / Mantenha em boas condições de manutenção todos os equipamentos (canalizações, torneiras, máquinas, etc.) por forma a evitar pingos, derrames, inundações, etc.;
- / Não deixe torneiras a pingar;
- / Caso detecte alguma situação de desperdício de água informe-nos através de um telefone de apoio do centro ou através do número 21 321 06 02.

## ENERGIA ELÉCTRICA

- / Minimize os consumos de energia eléctrica;
- / Utilize lâmpadas fluorescentes economizadoras;
- / Desligue todas as luzes da sua loja após o fecho;
- / Mantenha os equipamentos de refrigeração em bom estado de manutenção para evitar consumos excessivos;
- / Mantenha as lâmpadas limpas por forma a evitar consumos excessivos.

## GÁS

- / Minimize os consumos de gás;
- / Utilize utensílios com fundos de base mais larga que os queimadores do fogão e tape-os enquanto cozinha;
- / Mantenha os queimadores do fogão em bom estado de manutenção.

## PAPEL

- / Minimize os consumos de papel e evite o desperdício. O papel é reciclado um número limitado de vezes;
- / Reutilize as embalagens de cartão e os envelopes de circulação interna;
- / Sempre que possível utilize papel reciclado;

- / Utilize preferencialmente suporte informático para enviar e analisar documentos. Imprima apenas os documentos estritamente necessários;
- / Encaminhe todos os resíduos de papel e cartão para reciclagem.

## RESÍDUOS

- / Separe correctamente os resíduos Verdoreca (embalagens plástico e metal, vidro, papel e cartão), nos contentores reservados para o efeito, localizados no piso 1 – cais de resíduos;
- / Transporte os resíduos em contentores fechados;
- / Evite os derrames de líquidos e sólidos nas zonas públicas e nas zonas técnicas do edifício;
- / Espalme as embalagens de plástico e o cartão por forma a ocuparem menos espaço;
- / Não coloque sacos de resíduos fora dos locais próprios para o efeito;
- / Não misture cartão sujo com cartão limpo;
- / Garanta que os resíduos perigosos (lâmpadas, pilhas, resíduos de operações de manutenção) são recolhidos pelas empresas que prestam o serviço na loja;
- / Promova junto de todos a separação selectiva de resíduos com vista à reciclagem.

## SISTEMA DE ÁGUAS RESIDUAIS

### BOAS PRÁTICAS A IMPLEMENTAR:

- / As unidades de restauração devem instalar equipamentos de retenção e decantação de gorduras por forma a evitar o lançamento deste tipo de matérias para a rede comum do centro comercial;
- / Estes equipamentos devem ser limpos e mantidos regularmente, por empresas especializadas, por forma a manter a sua boa manutenção e funcionamento;
- / As matérias retidas devem ser encaminhadas para um destino final adequado.

### O QUE NÃO FAZER:

- / Lançar na rede de esgotos matérias sólidas que possam provocar entupimentos (sacos de plástico, copos de plásticos, luvas, panos, etc.);
- / Lançar na rede de esgotos gorduras e óleos alimentares;

/ Lançar na rede de esgotos líquidos corrosivos, tóxicos ou quaisquer produtos perigosos que possam contaminar as águas residuais.

Todas as descargas provenientes das unidades de restauração são recebidas numa caixa de retenção comum do centro comercial, fazendo-se aqui a última recolha de gorduras antes de serem lançadas para a rede pública. Este equipamento tem capacidade para 9m<sup>3</sup> de resíduos e é limpo regularmente.

O cumprimento destas regras garante que as águas que saem do sistema de esgotos do centro e que são descarregadas no colector público da Câmara Municipal de Lisboa cumprem os requisitos impostos por esta entidade.

## RESÍDUOS PERIGOSOS

### RESÍDUOS PERIGOSOS MAIS COMUNS NA NOSSA ACTIVIDADE:

- / Lâmpadas fluorescentes e outros resíduos contendo mercúrio;
- / Tintas, colas e resinas;
- / Óleos de lubrificação usados;
- / Pilhas, baterias e acumuladores;
- / Produtos químicos de fotografias;
- / Resíduos de construção, demolição e obras;
- / Resíduos de equipamentos eléctricos e electrónicos (equipamentos informáticos e afins).

Todos os resíduos enumerados carecem de tratamento adequado, através do envio para destino final apropriado através de um operador devidamente licenciado.

Os Armazéns do Chiado criaram procedimentos para encaminhar correctamente todo o tipo de resíduos perigosos resultantes da sua actividade directa, ou da actividade das suas equipas de limpeza e manutenção e/ou que fazem parte dos equipamentos das áreas comuns do centro.

Os resíduos perigosos resultantes das actividades específicas das lojas, bem como das suas actividades de manutenção/remodelação, deverão ser objecto de tratamento/encaminhamento pelas próprias lojas ou pelos seus respectivos fornecedores.

### O QUE FAZER:

- / Ter sempre em sua posse (e em local acessível) uma ficha de segurança actualizada de todos os produtos perigosos;
- / Confirmar, através da ficha de segurança, o correcto manuseamento dos produtos perigosos em questão;
- / Exigir uma Guia de Acompanhamento de Resíduos à empresa que procede ao seu levantamento e guardá-la sempre;
- / Manter os produtos perigosos em locais reservados, próprios para o efeito, verificando a zona pelo menos uma vez por semana;
- / Contactar a administração em caso de dúvida ou para qualquer esclarecimento adicional.

### O QUE NÃO FAZER:

- / Empilhar contentores de resíduos perigosos;
- / Armazenar resíduos que libertem odores;
- / Manusear um produto perigoso de que não conhece a ficha de segurança, bem como a sua composição e reacção.

## A nossa Gestão Ambiental já dá Frutos

### EM 2010 NOS ARMAZÉNS DO CHIADO:

- / Foram processadas mais de 430 toneladas de resíduos;
- / 35% dos resíduos foram encaminhados para reciclagem (papel, cartão, plástico, metal e vidro);
- / Enviou-se cerca de 280 toneladas de resíduos indiferenciados para valorização energética. A energia produzida permite abastecer uma casa de habitação durante 9 anos;
- / Foram enviadas para reciclagem cerca de 80 toneladas de papel e cartão, evitando-se desta forma o abate de 1550 árvores;
- / Foram enviadas para reciclagem cerca de 5 toneladas de vidro;
- / Consumiu-se um total de 13.242 m<sup>3</sup> de água;
- / Consumiram-se 1 969 305 KWh de energia eléctrica. A poupança de energia registada em relação a 2010 evitou a emissão de 88 toneladas de CO<sub>2</sub>. Este valor representa CO<sub>2</sub> emitido por um veículo ligeiro de 1819 viagens Lisboa-Porto.

## Simbologia Útil

### PICTOGRAMAS DE PRODUTOS PERIGOSOS



Tóxico



Explosivo



Corrosivo



Inamável



Perigo para o Ambiente



Nocivo (Xi)



Nocivo (Xn)



Comburente

### PICTOGRAMAS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL



É obrigatório o uso de máscara respiratória



É obrigatório o uso de capacete de protecção



É obrigatório o uso de protecções nos ouvidos



É obrigatório o uso de luvas de protecção



É obrigatório o uso de óculos de protecção



Perigo



Eletricidade



Proibido fazer lume



Proibido fumar

## Contactos de Emergência

Balcão de Informações	213 210 600
-----------------------	-------------

PT Comunicações	800 202 202
-----------------	-------------

INEM	112
------	-----

Intoxicações (CIAV)	808 250 143
---------------------	-------------

Bombeiros Voluntários de Lisboa	213 460 475
---------------------------------	-------------

Regimento de Sapadores B.L.	213 963 141
-----------------------------	-------------

P.S.P. 2ª Esquadra	213 427 379
--------------------	-------------

P.S.P. 8ª Esquadra	213 427 380
--------------------	-------------

P.S.P. Divisão de Trânsito	213 584 600
----------------------------	-------------

Hospital de S. José	218 841 000
---------------------	-------------

EDP – PT nº 9202	800 506 506
------------------	-------------

Protecção Civil	217 825 240
-----------------	-------------

EPAL	800 201 600
------	-------------

## Sabia que...

- / Cada 50 quilos de papel usado, transformado em papel novo, evita que uma árvore seja cortada.
- / A cada tonelada de papel produzida, 12 árvores são abatidas.
- / Apenas 3% da água existente na Terra é doce.
- / Um autoclismo que esteja a perder água pode desperdiçar, em seis meses, mais de 171.000 litros de água.
- / Uma máquina de lavar roupa consome cerca de 150 litros por lavagem.
- / Em cada descarga do autoclismo gastam-se 10 a 15 litros de água.
- / Um português produz em média 1 kg de resíduos por dia, correspondendo às 3,67 milhões de toneladas de resíduos sólidos produzidos no ano 2000 em Portugal.
- / Uma garrafa plástica ou de vidro pode levar 1 milhão de anos para se decompor e reintegrar-se no meio ambiente.
- / Uma lata de alumínio pode levar de 80 a 100 anos a decompor-se.
- / 50 quilos de alumínio usado e reciclado, evita que sejam extraídos do solo cerca de 5.000 quilos de minério.
- / Portugal é, a nível europeu, dos países com mais horas de sol por ano.
- / Cerca de 30% do consumo doméstico de electricidade em Portugal é originado pelo frigorífico e pela arca congeladora.

## Depósito de Resíduos e Procedimentos de Recolha

## Local de Deposição

RESÍDUOS	DEPOSITE	NÃO DEPOSITE	PROCEDIMENTOS	
 <p>Contentores 800I e Grades de Recolha</p>	<p>Embalagens de cartão</p> <p>Embalagens de cartão e papel de embalagens</p> <p>Jornais / revistas</p> <p>Papel de escrita</p>	<p>Resíduos orgânicos</p> <p>Guardanapos e lenços de papel</p> <p>Toalhetes e fraldas</p>	<p>Desmanche as embalagens</p> <p>Espalme-as</p> <p>Deposite-as verticalmente nas grades de recolha</p>	ZONA AZUL DO CAIS DE RESÍDUOS
 <p>Contentores 360I</p>	<p>Garrafas de plástico</p> <p>Embalagens de plástico e metal</p> <p>Embalagens de metal ferroso (aço)</p> <p>Embalagens de metal não ferroso (alumínio)</p> <p>Sacos plásticos limpos</p>	<p>Embalagens de óleo ou combustível</p> <p>Embalagens de manteigas, margarinas ou produtos gordurosos</p> <p>Objectos de metal que não sejam embalagens (ex. talheres, panelas, ferramentas, etc.)</p> <p>Pilhas e baterias</p>	<p>Esorra as embalagens</p> <p>Espalme-as (se possível)</p> <p>Evite derrames</p>	ZONA AMARELA DO CAIS DE RESÍDUOS
 <p>Contentores 240I</p>	<p>Garrafas de vidro</p> <p>Frascos de vidro</p> <p>Boiões de vidro</p>	<p>Loiças e cerâmicas (pratos, copos, chávenas, jarras, etc.)</p> <p>Materiais de construção civil</p> <p>Janelas, vidraças, espelhos</p> <p>Lâmpadas</p>	<p>Tire as tampas e rolhas das embalagens</p> <p>Esorra-as</p>	ZONA VERDE DO CAIS DE RESÍDUOS - PISO 1
	<p>Óleos vegetais usados</p>	<p>Óleos vegetais usados nos ralos e esgotos</p>	<p>Coloque o óleo vegetal no recipiente próprio para o efeito</p> <p>Autorize o prestador de serviço a recolher as barricas cheias por unidades vazias</p>	RECOLHA PORTA A PORTA ÀS UNIDADES DE RESTAURAÇÃO
 <p>Contentores 800I</p>	<p>Restos de comidas e detritos resultantes da confecção</p> <p>Detritos resultantes de limpezas de lojas</p> <p>Outros detritos que não possam ser colocados nos contentores recicláveis</p>	<p>Resíduos que possam ser colocados nos contentores de recicláveis</p> <p>Entulhos provenientes de obras e pequenas reparações</p> <p>Pilhas ou baterias</p> <p>Outros resíduos perigosos</p>	<p>Coloque sempre os resíduos orgânicos em sacos hermeticamente fechados</p> <p>Utilize contentores estanques com rodas</p> <p>Mantenha fechadas as tampas para evitar cheiros</p>	ZONA "INDIFERENCIADOS" DO CAIS DE RESÍDUOS

