

# 10

# DICAS PARA

# POUPAR PAPEL



Rumos | Knowledge  
education | sharing



# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 1. Evite imprimir

Opte por **anotar o link** ou **guardar o documento** em PDF no seu smartphone, tablet ou portátil. Não só **poupa papel** como evita **andar carregado** com folhas para todo o lado.



A woman with dark hair, wearing a white button-down shirt, is looking down at a stack of papers on a desk. In the background, there is a white cup of coffee on a saucer. The scene is lit with soft, natural light, and the overall color palette is muted and professional.

# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 2. Use os dois lados da folha

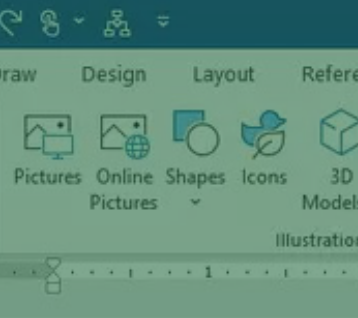
Se quer mesmo imprimir documentos, **use os dois lados da folha**. É uma das dicas para **poupar papel e reduzir volume** nas capas de arquivo!

# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 3. Evite erros na impressão

Aquando da impressão crie o hábito de **pré-visualizar** todos os documentos **antes de imprimir**. Se houver um **engano** na impressão, **cancele** assim que se aperceber, para poupar folhas.





# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 4. Aproveite melhor o espaço

Outra forma de poupar papel na impressão é **colocar mais palavras em cada página. Reduza também o espaçamento, o tamanho da letra e use tipos de letra mais eficientes.**

Lorem ipsum dolor sit  
tempor incididunt ut l  
diam quis enim lobort  
tristique sollicitudin ni  
volutpat. Est placerat  
massa id neque aliqua

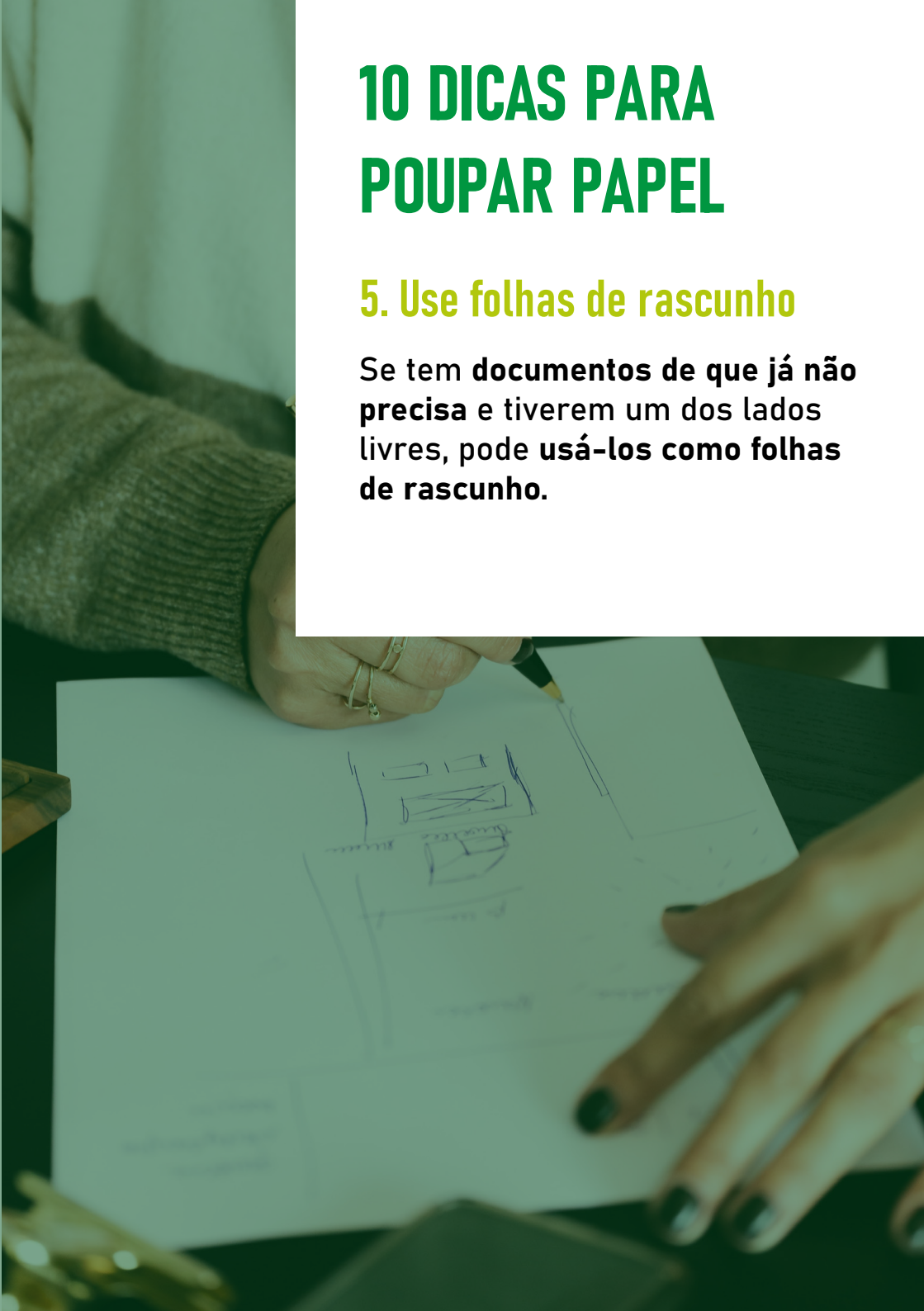
purus ut faucibus pulvinar elementum. Aliquam vestibulum morbi  
blandit cursus risus at. Sit amet cursus sit amet dictum sit amet. Enim  
nec dui nunc mattis enim ut tellus elementum.

Duis tristique sollicitudin nibh sit amet commodo nulla facilisi nullam.  
Tincidunt nunc pulvinar sapien et ligula ullamcorper malesuada. Risus at  
ultrices mi tempus. Accumsan lacus vel facilisis volutpat est velit egestas  
dui id. Odio ut enim blandit volutpat. Congue quisque egestas diam in  
arcu cursus euismod quis viverra. Vitae suscipit tellus mauris a diam  
maecenas sed. laculis urna id volutpat lacus. Eget nulla facilisi etiam  
dignissim diam quis enim lobortis scelerisque. Sed vulputate odio ut  
enim blandit volutpat maecenas. Consequat ac felis donec et odio  
pellentesque diam volutpat commodo. In massa tempor nec feugiat nisl.  
Sit amet consectetur adipiscing elit ut aliquam purus sit. Sit amet  
consectetur adipiscing elit pellentesque habitant. Ut venenatis tellus in  
metus vulputate eu scelerisque felis.

# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 5. Use folhas de rascunho

Se tem **documentos de que já não precisa** e tiverem um dos lados livres, pode **usá-los como folhas de rascunho**.



# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 6. Adote o formato digital

O consumo excessivo de papel pode ser facilmente reduzido se nos rendermos à tecnologia, sobretudo no trabalho.



# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 7. Adira às faturas eletrónicas

Hoje em dia é possível receber extratos do **banco** e faturas de **eletricidade, água, telefone e internet** no **email** em vez de na caixa do correio.

Ms  
Current Name  
Street Name: 1  
70000 City Name

## Invoice

Dear Ms Current N  
I authorize myself t

Num.	Qty	Units	Article Nr.	Goods, Service		
1	1	pcs		Food photography for summer menu. Menu design and printing on glossy cardboard DIN A5 double sided 50 pieces	273,11 €	273,11 €
1	33	pcs.		Single product photo on white background	2,52 €	83,16 €
1	1	pcs.		Photo Licenses for Certificates	16,80 €	20,00 €
<b>Total</b>						273,11
<b>VAT 19%</b>						51,89 €
<b>Total Amount Payable</b>						325,00



# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 8. Diga NÃO à Publicidade

Outra das dicas para poupar papel de forma indireta é **colocar uma etiqueta na sua caixa de correio a rejeitar a colocação de folhetos e desdobráveis publicitários.**

**AQUI NÃO**

**OBRIGADO**

Lei Nº 6/99, de 27 de Janeiro de 1999



# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

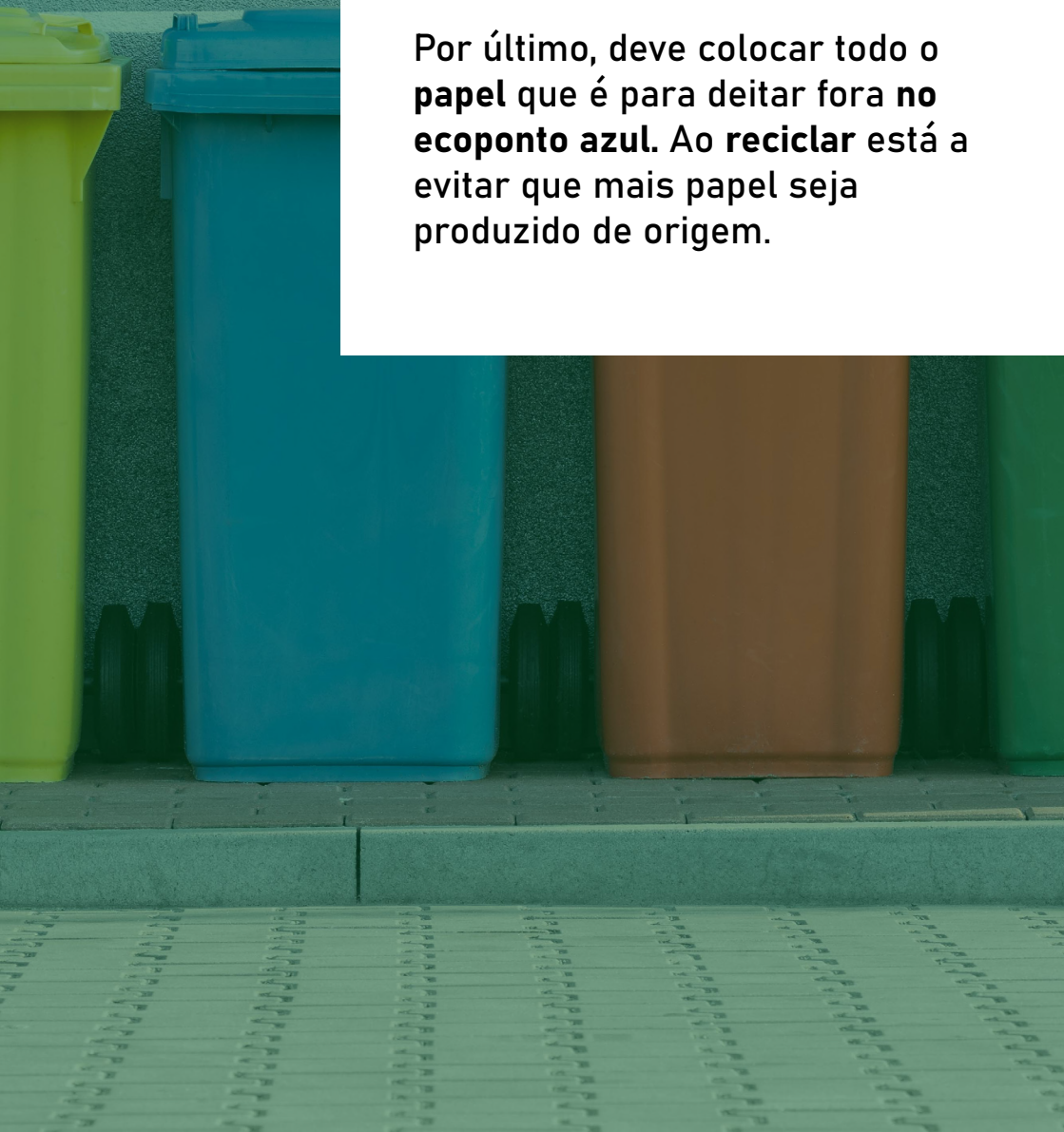
## 9. Reutilize papel de embrulho

Guarde o papel das prendas de Natal e aniversário que não esteja danificado ou escrito. Pode **reutilizá-lo** numa próxima ocasião festiva e ajuda a poupar árvores.

# 10 DICAS PARA POUPAR PAPEL

## 10. Recycle

Por último, deve colocar todo o **papel** que é para deitar fora no **ecoponto azul**. Ao **reciclar** está a evitar que mais papel seja produzido de origem.



# SÓ POUPAMOS O QUE VALORIZAMOS!