

# HIDRATE-SE!

## BEBA ÁGUA DA TORNEIRA

A água é essencial para o nosso organismo e é fundamental garantir um aporte diário adequado.

Sabe-se que as pessoas que consomem maior quantidade de água diariamente tendem a consumir menos calorias a partir de bebidas ricas em açúcar, menos gorduras e menos sal.

**1,5 A 2 L**   
POR DIA, EM  
PEQUENAS QUANTIDADES

De forma a aumentar o consumo diário de água, deve:

- Ingerir 1,5 a 2 litros de água, em média, por dia, procurando consumi-la ao longo do dia em pequenas quantidades;

- Evitar o consumo de bebidas ricas em açúcar, como os sumos, néctares e refrigerantes, assim como de bebidas alcoólicas. A água deve ser sempre a sua bebida de eleição;

- Aromatizar a água com rodela de fruta (como o limão), ervas aromáticas (como hortelã) e especiarias (como a canela) pode ser uma alternativa interessante para dar sabor à água. Outras opções incluem o chá e as infusões;

- Beba água da torneira. A água da torneira é a mais económica, é segura e de excelente qualidade.



## A ÁGUA NO SEU SMARTPHONE

myAQUA é uma aplicação gratuita para smartphones que permite ao Cliente consultar e gerir os seus dados de contrato, comunicar leituras de acordo com as suas preferências, consultar contas da água e muito mais.

O myAQUA permite ao Cliente aceder a mais do que um contrato, podendo consultar e gerir a informação relativa a vários locais de consumo de forma simples, cómoda e com um único código de acesso.

### O QUE PERMITE FAZER?

#### Gestão do Contrato

- Alterar/atualizar os dados do contrato

#### Leitura do contador

- Comunicar leituras com validação on-line  
- Consultar a data da última leitura efetuada pela Empresa e pelo Cliente  
- Receber alertas para comunicar a leitura, podendo personalizar a periodicidade (diária, semanal, mensal)

#### Faltas de água

- Aviso de suspensões no fornecimento que afetem o local de consumo do Cliente, com hora prevista de normalização.

#### Faturação

- Verificar se existem contas por regularizar  
- Aceder às referências de pagamento  
- Aderir à e-conta da água, envio da fatura por email  
- Aderir ao Débito Direto - SEPA  
- Aderir/aceder ao waterbeep, o serviço que permite ao Cliente controlar os seus consumos de água

#### Comunicação de anomalias

- Comunicar problemas relacionados com qualidade da água, pressão, fugas de água, faltas de água, roturas na via pública, entre outros.

### COMO ACEDER?

Basta aceder no seu smartphone à área de download de aplicações e instalar o myAQUA gratuitamente.

Esta aplicação está disponível para telemóveis com sistema Android (versão 4.0 ou superior), iPhone (versão iOS 5.1 ou superior) e Windows Phone (versão 7.5 ou superior).

Para entrar na aplicação é necessário um registo com os seguintes dados:

- Código de Entidade  
- Nº de Contribuinte  
- Email, para o qual serão enviados os códigos de acesso



## CUIDE DA SUA SAÚDE E DO AMBIENTE!

smas-vfxira.pt



 **Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Vila Franca de Xira**  
Avenida Pedro Víctor, 5  
2600-221 Vila Franca de Xira

 [expediente@smas-vfxira.pt](mailto:expediente@smas-vfxira.pt)  +351 263 200 600

# Xira água

Projeto para a promoção de água da rede pública para consumo humano



0,01€ ≈ 5L

DE ÁGUA DA TORNEIRA

CONSIDERANDO O 1º ESCALÃO DE CONSUMO, NÃO INCLUINDO A TAXA DE RESÍDUOS SÓLIDOS

# PROMOVEMOS A SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

99,8%

DE ÁGUA SEGURA NA REDE PÚBLICA



## 5 RAZÕES PARA BEBER ÁGUA DA TORNEIRA

Sabia que no Concelho de Vila Franca de Xira estão já disponíveis dispensadores de água da rede pública de abastecimento onde pode encher a sua garrafa sempre que necessitar? Para saber a sua localização, assim como dos bebedouros existentes no Concelho, aceda a [www.smas-vfxira.pt](http://www.smas-vfxira.pt) e consulte a aplicação WEB.

“Hidrate-se! Beba água da torneira”



## PEGADAS

### Pegada de Carbono\*

\*Para mais informações consultar: [www.aguadatorneira.pt](http://www.aguadatorneira.pt)

Uma garrafa de 0,5 L de água tem uma pegada de carbono total de cerca de 82,8g de dióxido de carbono. A pegada de carbono da água da torneira pode ser até 300 vezes inferior à da água engarrafada.



### Pegada energética\*

Para a produção de uma garrafa de 1 L de água engarrafada, a pegada energética pode variar entre 5.6 e 10.2 Megajoule enquanto a produção de 1 L de água da torneira requer cerca de 0.005 Megajoule para tratamento e distribuição.



### Pegada hídrica\*

São necessários mais de 3 L de água para produzir 1 L de água engarrafada.



**★**  
A água da torneira é uma água controlada, uma garantia de segurança para a saúde dos consumidores. No nosso Concelho são realizadas anualmente mais de 9.000 análises laboratoriais, garantindo o cumprimento dos exigentes requisitos legais, nacionais e internacionais.

A água é controlada ao longo de toda a rede de abastecimento, desde o ponto inicial de captação, até à torneira do consumidor final.

A excelente qualidade da água é comprovada pela obtenção do “Selo de qualidade exemplar de água para consumo humano”, anualmente e de forma consecutiva, desde 2014 (selos atribuídos pela ERSAR).

**✓**  
Em Portugal continental, a % de água segura é de 98,66 %\*, um valor considerado de excelência.

No Concelho de Vila Franca de Xira, a % de água segura tem sido, desde o ano 2007, sempre superior a 99,5%, tendo-se atingido o valor de 99,8% no ano 2019<sup>(1)</sup>.

**€**  
A água da torneira apresenta um custo inferior ao da água engarrafada.

1 Cêntimo dá para cerca de 5L de água da torneira, sendo um custo significativamente mais reduzido do que na compra de um garrafão plástico para os mesmos 5 Litros de água.

As estatísticas da Águas Minerais e de Nascente em Portugal revelaram que o consumo de água engarrafada (incluindo a água com gás), em 2020, no mercado nacional, foi de 1.154,9 milhões de litros.

**+**  
Optar por beber água da torneira é uma forma de contribuir para a redução do desperdício de embalagens de plástico, responsáveis por 11,45%<sup>(1)</sup> dos resíduos produzidos em Portugal.

Em 2019, foram produzidas 1.072 milhões de embalagens para comercialização de água engarrafada, no mercado nacional<sup>(2)</sup>. Cerca de 85% destas embalagens são de plástico (aproximadamente 911 milhões)<sup>(3)</sup>.

Considerando os pesos médios das garrafas de 0,33 L e de 1,5 L verifica-se uma produção de plástico entre 10.342 a 24.867 toneladas<sup>(3)</sup>.

<sup>(2)</sup>Dados da APIAM – Associação Portuguesa dos Industriais de Águas Minerais Naturais e de Nascente.

<sup>(3)</sup>Dados retirados de [www.aguadatorneira.pt](http://www.aguadatorneira.pt).

A água é um elemento fundamental ao ser humano, desempenhando inúmeras funções vitais no organismo.

A água da torneira contém sais minerais essenciais para o bom funcionamento do nosso corpo, em composição e quantidade equilibradas – cálcio, ferro, magnésio, sódio e potássio.

Leve a água da torneira consigo, para beber durante o dia, de forma regular. Para o seu transporte e armazenamento opte por garrafas reutilizáveis, preferencialmente de vidro ou metal, por serem mais fáceis de higienizar e serem materiais que não contêm substâncias nocivas como pode acontecer em algumas garrafas de plástico.

<sup>(1)</sup>Dados de 2019 - últimos dados oficiais, publicados pela Entidade Reguladora de Serviços de Água e Resíduos (ERSAR).



FUNDO AMBIENTAL  
Ministério do Ambiente

