

# O que é a sociedade ponto verde?

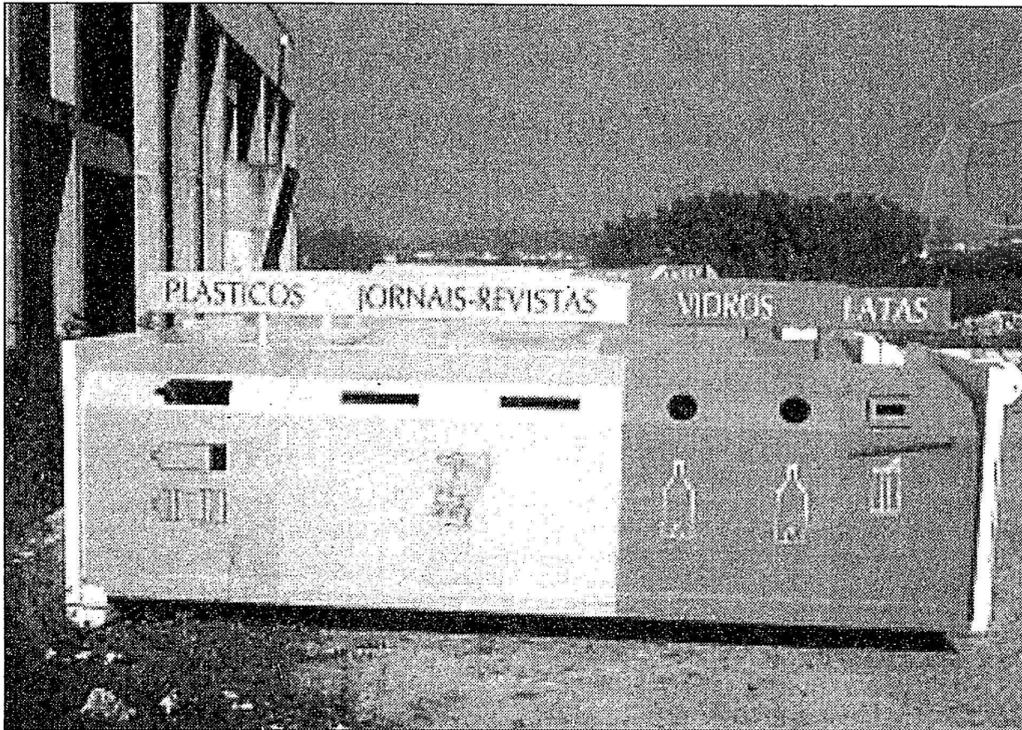


Em número recente da revista "Pro Teste", faz-se uma apresentação muito directa e explícita do que é a "Sociedade Ponto Verde".

Sobre este assunto, e considerando o panorama actual, diremos que a problemática da valorização dos resíduos é muito recente entre nós. Até há muitíssimo pouco tempo, quantidades consideráveis de embalagens não reutilizáveis de vidro, de papel, de cartão e de plástico, entre outros resíduos, eram, pura e simplesmente, esquecidas em lixeiras comuns. Aprovada a Directiva "Embalagens", Portugal ficou obrigado, até ao final de 2005, a valorizar pelo menos metade do peso total de resíduos de embalagem. Desse total, Portugal tem ainda que reciclar pelo menos 25%, com um mínimo de 15% para cada tipo de material. Uma embalagem valorizada é aquela cujo material é reaproveitado para outras embalagens ou que é incinerada (a chamada valorização energética). Mas há outras operações complexas a ter em conta. Primeiro, é necessário fazer a recolha selectiva, separando o lixo orgânico das embalagens, do vidro, do papel e das pilhas. Segundo, as metas estabelecidas pela Directiva "Embalagens" levantam dois problemas: ao definir uma percentagem para a reciclagem das embalagens, é difícil obrigar cada autarquia a reciclar uma percentagem dos seus resíduos sólidos urbanos, e daí que a reciclagem não seja encarada como uma prioridade para todos os autarcas; por outro lado, uma vez que a recolha selectiva é bastante mais cara do que a recolha indiferenciada, contam-se pelos dedos das mãos as autarquias que têm capacidade financeira para o fazer.

## Sociedade Ponto Verde

Para cumprir as metas de valorização e reciclagem atrás defini-



das, os ministérios do Ambiente e da Economia licenciaram a "Sociedade Ponto Verde" para gerir o sistema integrado de gestão de resíduos de embalagens, o qual visa promover a recolha selectiva dos resíduos sólidos urbanos nas autarquias, associações de municípios ou mesmo empresas gestoras de sistemas municipais ou intermunicipais (caso da Valorsul, da Lipor e da Amtres).

O funcionamento do sistema assenta no princípio de que quem polui, paga, ou seja, uma vez que são os produtores, embaladores ou importadores, quem põe as embalagens em circulação, serão eles a assumir a responsabilidade pela gestão e pelo destino final dos seus resíduos.

A partir de 1 de Janeiro de 1995, estas entidades foram obrigadas a pagar uma determinada quantia por cada embalagem não consignada (ou seja, sem retorno ou tara) que colocam no mercado. O símbolo "Ponto Verde", apresentado nas embalagens, atesta que, para essas, o fabricante pagou uma contribuição a uma sociedade nacional que gere

os resíduos da embalagem ao abrigo da legislação em vigor.

Referiu-se atrás que estes processos de recolha selectiva, triagem e sensibilização dos consumidores representam um acréscimo de custos difícil de ser suportado integralmente pelas autarquias. Por isso, muitos municípios vêem como tábua de salvação a "Sociedade Ponto Verde", a qual financia uma parte dos custos associados à operação de recolha selectiva. Daí que parte das receitas desta sociedade seja canalizada para as autarquias que a ela se queiram associar.

Actualmente, de um total de 274 municípios existentes no Continente, 66 já aderiram à "Sociedade Ponto Verde" através da celebração de contratos ou de acordos voluntários. Há municípios que optaram por estabelecer contratos directos com empresas de reciclagem, recebendo contrapartidas financeiras e há municípios que, pelo facto de não chegarem a acordo quanto às contrapartidas financeiras que deveriam receber pela recolha selectiva, continuam a colocar todo o lixo "num mesmo saco".

Segundo o Instituto dos Resíduos, a instalação de ecopontos e ecocentros, com ou sem apoio financeiro da "Sociedade Ponto Verde", está em curso em 100 municípios, o que, infelizmente, é insuficiente para cumprir a tempo as metas impostas pela legislação comunitária. E porquê? Enquanto os municípios discutem com esta empresa ou outras entidades recicladoras, as contrapartidas financeiras do lixo que fornecem, o tempo vai sendo cada vez mais escasso para implementar as infra-estruturas que permitirão atingir, no mínimo, as percentagens definidas a nível europeu.

Impõem-se, pois, soluções urgentes e concretas por parte das autarquias, apostando na sensibilização dos cidadãos e colocando à sua disposição meios de recolha selectiva em número suficiente.

O essencial, agora, é implementar essas infra-estruturas, reduzindo progressivamente as "lixeiras em céu aberto", com que tantas vezes nos deparamos ao passar na rua... e esta medida fundamental de preservação ambiental é da competência exclusiva das autarquias.

## Como poupar no IRS?

Em recente número do boletim "Poupança Quinze", publicação quinzenal destinada à informação dos aforristas e investidores em geral, procede-se a uma síntese dos produtos que, em 1999, permitem poupar no IRS. Antes de mais, há que ter em atenção que, entre os vários produtos que dão acesso a benefícios fiscais, é muito possível que nem todos se adequem ao leitor enquanto investidor. Por exemplo, as contas poupança-habituação que funcionam como um depósito a prazo, têm fins específicos: compra de casa para habitação própria permanente ou para arrendamento, realização de obras, amortização de empréstimo à habitação. Os titulares destas contas podem deduzir ao IRS 25% dos montantes depositados neste ano, havendo que realizar uma aplicação de 420 mil escudos. Os planos poupança-reforma (PPR), poupança-educação e poupança-reforma/educação são uma aplicação de longo prazo com uma duração mínima de 5 anos. O reembolso (nos casos dos PPR) terá lugar nas situações de reforma por velhice ou a partir dos 60 anos. Os PPR só são interessantes para quem tiver mais de 40 anos. Para benefícios fiscais, cada contribuinte não tem qualquer interesse em investir mais de 428 mil escudos, os quais podem ser aplicados num só produto ou repartidos entre eles. Os planos de poupança em acções (PPAs) são uma aplicação que deve ser realizada por quem esteja disposto a aceitar o risco inerente ao investimento em acções. As entregas efectuadas por cada subscritor durante o período de vigência do plano não podem ser superiores a 3 mil contos. O valor aplicado em planos de poupança em acções é dedutível ao valor do IRS, até 75% das entregas efectuadas, em 1999, com o limite de 37 mil e 500 escudos por subscritor. Para deduzir esta quantia, necessita de investir 500 contos.

Proximamente referir-nos-emos aos seguros de capitalização, às contas poupança-condomínio e às acções de empresas privatizadas. Para mais informações sobre opções judiciosas, contactar o boletim "Poupança Quinze", na Edideco Editores para a Defesa do Consumidor Lda., Av. Eng. Arantes e Oliveira, nº 13, 10 B, 1900-221 Lisboa. Telef: 218410800 e Fax: 218410802.

# Começar bem o dia

EMILIO PERES \*

Nos dois artigos anteriores chamámos a atenção para três condições indispensáveis para a saúde e para a qualidade do desempenho de cada um. São elas:

- Comer a intervalos não superiores a 3 horas e meia, para o que será necessário intercalar merendas entre refeições e, eventualmente, tomar uma pequena ceia quando se vai tarde para a cama.

- Comer equilibradamente, ou seja, (1) grandes porções de hortaliça, legumes e frutos em natureza; (2) quantidades razoáveis de alimentos fornecedores de amido -pão e outros à base de cereais, batata e leguminosas; (3) lacticíneos quanto baste; (4)

rações modestas de pescado, de carne e de ovo; e, finalmente, (5) óleos e gorduras com muita parcimónia.

Variar tanto quanto possível de alimentos dentro de cada um dos cinco grupos acabados de referir.

Hoje vamos testemunhar como deve ser um pequeno almoço a sério.

1 - Deve satisfazer a necessidade de energia indispensável para o arranque do novo dia. Para o efeito, nada melhor do que alimentos ricos de amido; por exemplo, pão, flocos de aveia, arroz doce, aletria, bolo caseiro. Doçarias e açúcar não chegam aos calcanhais do amido, embora sejam também hidratos de carbono. Os preparados de "fi-

bras" e os chamados "cereais de pequeno-almoço" são de valor discutível porque, além de geralmente açucarados e salgados, contêm moléculas alteradas de amido; pelo menos não devem ser comidos todos os dias.

2 - Deve fornecer proteínas de qualidade, como são as de leite, iogurte, bio, requeijão e queijo.

A escolha de leite e de iogurte deve preferir meio-gordo. Gordo e magro são apenas adequados para dietas. No entanto, o magro pode ser correntemente usado por adultos desde que consumam alguma manteiga, onde há a vitamina A que falta no leite e derivados magros.

A escolha de queijo, caso se use todos os dias, deve preferir

magro ou, pelo menos, pobre de gordura.

Pode ser necessário reforçar a ração proteica de crianças, adolescentes, grávidas e desportistas. Um ovo cozido, quente ou escalfado, ou 20 a 30g de presunto ou de fiambre extra, são suficientes nesta refeição.

3 - Deve abastecer o corpo com minerais, vitaminas, fibra alimentar e anti-oxidantes. Para isso, ao pequeno-almoço, nunca deve faltar fruta ao natural (melhor, porque exige mastigar) ou batidos frescos de fruta. Sumos, sejam caseiros ou de compra, perdem parte do seu valor porque a valiosíssima ganga fibrosa fica na máquina.

Alguns frutos têm ainda a vantagem de estimular a descar-

ga da vesícula e de facilitar a defecação. A este respeito, quivi é excepcionalmente útil. Mas também são muito interessantes laranja, toranja, framboesa, amora, morango, ananás e papaia. Porque não uma salada?

4 - Deve ser hidratante; e, se for como dizemos, é. Mas há vantagem em, logo ao acordar, beber boa porção de água (eventualmente morna) ou de hipercão, limonete ou outra infusão com efeito digestivo, ou de água com limão.

5 - Deve ser variado, tranquilo, com tempo, e pouco gordo. Nem à inglesa, nem a correr.

Caro leitor: honre o primeiro-almoço.

\* Médico endocrinologista