

# INFORMATIVO DA CIDADE

広報ひこねポルトガル語版 JUNHO DE 2026

Homepage de Hikone.  
Página em português



Koho Hikone  
português



FB da prefeitura de Hikone  
(português)



## Leia nesta edição

- ▶ INSCRIÇÕES PARA MORADIAS MUNICIPAIS
- ▶ DIA ESPECIAL PARA JOGAR LIXO DE GRANDE PORTE E ELETRODOMÉSTICO PEQUENOS DIRETO NO CENTRO DE PROCESSAMENTO DE LIXO
- ▶ SOBRE A DISTRIBUIÇÃO DOS CUPONS DE APOIO FINANCEIRO
- ▶ ABERTURA DO GUICHÊ DE SERVIÇOS DO CARTÃO MAI NAMBA NOS FINAIS DE SEMANA



## SERVIÇO DE INTÉRPRETE DE PORTUGUÊS NA PREFEITURA

De segunda à sexta, das 9:00 às 12:00 e das 13:00 às 16:45.

Favor pedir na recepção geral "porutogaru-gô de onegaishimasu"

INFORMAÇÕES EM PORTUGUÊS Dizer "porutogaru-gô de onegaishimasu"

◆Prefeitura.....0749-22-1411 (linha geral)

◆Setor Jinken seisaku-ka.... 0749-30-6113

## Centro de Consultas para estrangeiros da Cidade de Hikone

(português, inglês, chinês, coreano, vietnamita, nepali, indonésio, tagalo (filipino), tailandês, espanhol, russo, hindi e japonês simplificado)

K  
O  
H  
O  
H  
I  
K  
O  
N  
E

## Aulas de Japonês para estrangeiros

Dia	Horário	Local	Organizador e contatos	Custos
<b>Sábado</b>	Das 14:00 às 16:00	Centro comunitário Naka-chiku Kouminkan	<b>VOICE Hikone Kokusai Kouryu-kai</b> ☎️ <b>090-5156-6916</b>	Gratuito
<b>De segunda a sexta</b>	① 9:30 às 10:50 ② 11:00 às 12:20 ③ 13:30 às 14:50 ④ 15:00 às 16:20 ⑤ Classe online	Inobeishon ofisu [Nayashichi]	<b>SUMAIRU MIZUNO</b> ☎️ <b>070-5661-7345</b>	¥200/ aula
<b>No 1º, 3º e 4º sábados do mês</b>	10:00 às 11:30	Higashi-chiku kouminkan	<b>Hikone Unesco Kyoukai Aulas de japonês para crianças JUMP</b> Aulas de reforço para estudantes do primário, ginásio etc ☎️ <b>090-2384-9760</b>	¥200
Academia de Língua Japonesa Mother Lake “Mazāreiku nihongo gakuin”		Aulas para quem está aprendendo japonês pela primeira vez. Para mais informações, entre em contato. Local: Omi Furusato Kaikan Contato: Academia de Língua Japonesa Mother Lake ☎️ <b>0749-47-3447</b>		

## Onde pegar o seu Informativo Koho Hikone

- Prefeitura e Sub-prefeituras, Biblioteca Municipal
- Centro de Assistência Social (Hirata cho)
- Salão de Intercâmbio Internacional (Chuou cho 2-26)
- Hospital Shiritsu (municipal) e Centro de Saúde Kusunoki
- Beisia (Hikone)
- Supermercado atacadista Gyomu Super (Loja Toga), Aeon Big
- Hello Work (Hikone)
- Super Center TRIAL (hipermercado de Hikone)
- Centro Comunitário Nakachiku (Nakachiku Kouminkan)
- Centro Comunitário Inae (Inae Chiku Kouminkan)
- Don Quijote de Toyosato



**Rádio FM HIKONE em português**  
**Dias: De segunda à sexta em dois horários**  
**11h30 e 19h00**

Publicação, Edição: Prefeitura de Hikone, Setor de Política dos Direitos Humanos, Serviços para Convivência Multicultural (Versão parcial do Kouho Hikone japonês)

## INFORMAÇÕES GERAIS

### DIA ESPECIAL PARA JOGAR LIXO DIRETO NO CENTRO DE PROCESSAMENTO DE LIXO -Somente lixo de grande porte e eletrodoméstico pequeno-

Data: dia 20 de junho (sábado) das 8:00 até 11:00

O Centro de Processamento de Lixo receberá de modo especial lixo de grande porte levados diretamente na data acima. Serão aceitos também eletrodomésticos pequenos.

#### Observações

- Apresentar a carteira de motorista ou outro documento para verificar o endereço de quem está se desfazendo do lixo
- O serviço é pago (os custos são de acordo com peso do lixo jogado). Não haverá custos para jogar eletrodomésticos pequenos.
- Aceita-se lâmpadas(inclusos as fluorescentes) que não estejam quebradas
- Não serão aceitos eletrodomésticos específicos (Tokutei kateiyou kiki): televisão, geladeira e freezer, ar condicionado, maquina de lavar roupa e secadora
- Não serão aceitos computadores
- Seguir as orientações locais do funcionário



Maiores informações Centro de Processamento de Lixo (Seiso Senta) tel 22-2734

### INSCRIÇÕES PARA MORADIAS MUNICIPAIS



Apartamentos que serão sorteados:

- ▶ INAE NISHI DANCHI 1 apto (Nº 107) para solteiro
- ▶ OKAMACHI DANCHI 1 apto (Nº4) para família
- ▶ NAKAYABU DANCHI 1 apto (Nº 403) para família
- ▶ SERIKAWA DANCHI 1 apto (Nº302) para família monoparental

★ **Período de inscrição: 5 a 19 de junho**

★ Data aproximada de ocupação da moradia: a partir de final de agosto

#### Sobre a inscrição

Deverá ser feito pessoalmente pelo solicitante ou familiares que moram ou vão morar juntos no setor Jutaku-ka da Prefeitura de Hikone. Na ocasião será necessário fornecer algumas informações para ver se está dentro dos critérios de inscrição.

Local: Setor de Habitação (Jutaku-ka), prefeitura 2º andar Tel 0749-30-6123

### SOBRE A DISTRIBUIÇÃO DOS CUPONS DE APOIO FINANCEIRO

Como forma de apoiar os cidadãos afetados pela alta dos preços, a cidade de Hikone está implementando este programa de distribuição de cupons de compras (seikatsu ouen cupon). O valor será de 8 mil ienes por morador residente para ser utilizado nos pontos comerciais da cidade.

#### Público-alvo:

Todos que tem registro de residência na cidade de Hikone na data de **1º de março de 2026**.

Atenção pois quem nasceu ou se registrou na cidade depois do dia primeiro de março não serão elegíveis.

- ▶ Os cupons serão enviados em nome do chefe da família. A correspondência será entregue pelos correios através de carta registrada, ou seja a entrega da correspondência será feita em mãos.
- ▶ A partir de 23 de junho já será possível carregar o cupom no aplicativo próprio e o uso começará no dia 1 de julho. Guarde com cuidado para não extraviar.
- ▶ Sobre o aplicativo, verifique no site da cidade sobre mais detalhes.

Informações: Central e Informações sobre os Cupons de Apoio Financeiro Tel. 0570-033-242  
Das 9:00 às 17:00 (exceto sábado, domingo e feriados)

## ABERTURA DO GUICHÊ DE SERVIÇOS DO CARTÃO MAI NAMBA NOS FINAIS DE SEMANA

Para os cidadãos que não podem ir até a prefeitura durante os dias de semana para trâmites do cartão mai namba, o guichê abrirá no dia abaixo para atendimento público.

**Dia: 12 (dom) de julho Horário: das 9:30 às 13:00 (a recepção das 9:30 até 12:30)**

**Atenção pois procedimentos para pegar o cartão mai namba só será possível com agendamento.**

Fazer o agendamento por telefone ou pela WEB (escaneie o QR code ao lado)

Não esquecer de trazer os documentos necessários para pegar o cartão mai namba.

Informações: Setor Laifu Sabisu Tel.30-6151

## O INGRESSO NO SEGURO DE PENSÃO NACIONAL COMEÇA AOS 20 ANOS

A inscrição no sistema previdenciário japonês é obrigatório dos 20 até 59 anos e todos, inclusive estrangeiros residentes devem ingressar no sistema. Os empregados assalariados são inscritos no SHAKAI HOKEN e contribuem para receber o KOUSEI NENKIN (seguro de pensão dos empregados).

Já estudantes, autônomos, desempregados etc ingressam no KOKUMIN NENKIN e contribuem para receber o KISO NENKIN (pensão básica).

Quando o trabalhador se desligar da empresa e o shakai hoken for cancelado deverá ir até a prefeitura para se inscrever no kokumin nenkin dentro de 14 dias.

Dependendo da situação financeira, o contribuinte poderá solicitar o Sistema de Isenção/adiamento de Pagamento (KOKUMIN NENKIN HOKEN RYO MENJO) na prefeitura ou no Escritório de Seguro Pensão. O governo avaliará o caso e enviará a resposta via correios.

Para ter direito a receber as aposentadorias (por idade, por invalidez, pensão por morte) é necessário o tempo mínimo de contribuição e o pagamento das taxas. Para aposentadoria por idade o tempo mínimo de contribuição no Japão são de 10 anos.

Setor Hoken Nenkin ka Tel. 30-6136

## SERVIÇOS DE CONSULTAS DIVERSAS

As consultas acima são em japonês. Se você não domina a língua precisará levar um intérprete.

Tipo de consulta	Data e horário	Local	Observações
Consultas sobre legislação (Houritsu soudan) (Associação de Advogados de Shiga) Shiga bengoshi kai	<b>26 de junho</b> Das 13h às 16h  <b>Necessário reserva</b>	Machizukuri Suishin-ka  <b>Tel. ☎ 0749-30-6117</b>	<b>Reserva:</b> <b>17 de junho</b> a partir das 9h00 da manhã. <b>Tel. ☎ 0749-30-6117</b> Custo: 5,500 ienes pagos no dia.
Consultas sobre Direitos Humanos em diversos idiomas (tagengo ni yoru jinken soudan)	De segunda à sexta (excetos feriados) Das 9h às 17h	0570-090-911 Telefone próprio para consultas	<b>Atendimento em:</b> Chinês, coreano, inglês, filipino, português, vietnamita. Consultas sobre assuntos diversos relacionados a Direitos Humanos
Linha direta para Consultas sobre Ijime e Futouko (o aluno não consegue frequentar a escola) (Ijime/futouko soudan hotline)	De segunda a sexta <u>Das 9h as 17h</u>	Comitê de Educação Gakkou shien shitsu	Este setor é responsável para encontrar uma solução sobre o assunto junto com a família e a escola <b>Tel. ☎ 0749-24-7977</b>

<b>Consultas sobre direitos do consumidor (Shou hi seikatsu soudan)</b>	De segunda à sexta Das 9h às 12h e 13h às 16h15	Setor de direitos do consumidor (Shouhi seikatsu senta) <b>Tel. ☎ 0749-30-6144</b>	Consultas sobre defesa do consumidor (problemas com compras, dívidas, contratos, etc).
Consultas sobre problemas familiares, rotina de vida <b>Kodomo ya wakamono ni kansuru katei sōdan ya seikatsu sōdan (seikatsu shūkan, hikikomori, gyakutai-tō)</b>	Dias úteis das 9h00 às 16h45	Hikone shi Kodomo Katei senta Hikomaru (Kodomo Wakamono Shien-ka Hikone FukushiSenta <b>Tel. ☎ 0749-26-0994</b>	Sobre assuntos como hábitos de vida, isolamento social, abuso, etc. relacionados a crianças e jovens
<b>Consultas sobre transtorno de desenvolvimento (autismo, hiperatividade/ Deficit de atenção, etc) (Hattatsu soudan)</b>	De seg a sexta (exceto feriados) Das 8h30 as 12h 13h as 17h15	Centro de Apoio para Transtornos Globais de Desenvolvimento (Hattatsu Shien Senta)  <b>Tel. ☎ 0749-26-8282</b>	As consultas são para pessoas acima de 4 anos, residentes na cidade de Hikone. Também atende a família ou outros que estão preocupados. Vamos pensar juntos sobre os apoios necessários.
<b>Consultas sobre problemas da fala e linguagem (Kotoba no soudan)</b>	<b>Necessário fazer reserva por telefone ou diretamente no centro</b>		Consultas sobre dificuldades na pronúncia e outros problemas relacionados à linguagem. As consultas são para famílias com crianças pré-escolares sendo necessário reservar horário por telefone ou diretamente no balcão de atendimento do centro.
<b>Consultas sobre acidentes de trânsito (Koutsu jiko soudan)</b>	<b>Consulta presencial</b> Terças e quintas Das 9h às 12h e 13h às 16h <b>Consulta por telefone</b> Segunda a sexta das 9h às 12h e das 13h às 16h	〒 522 - 0071 Hikone-shi Motomachi 4-ban 1-gō (Shiga ken Kotō gōdōchōsha 1-kai) (Predio ao lado da prefeitura) Motomachi	Consultas sobre acidentes de trânsito para vítima ou infrator. Escritório de assuntos relacionados a acidentes de trânsito da província – Filial Hikone <b>Tel. ☎ 0749-27-2230</b>  (Não atende nos sábados, domingos, feriados nacionais e feriados de Ano Novo)
<b>Consultas sobre imóveis desocupados por telefone (AKIYA denwa soudan)</b>	De segunda à sexta-feira das 10:00 às 18:00	Hikone shi Akiya Banku Jimu Kyouku  (Escritório de Banco de Dados Akiya de Hikone)	Este é um serviço de banco de dados AKIYA (de moradias desocupadas). Público alvo: donos de imóveis desocupados, pessoas interessadas em morar e fazer uso desses imóveis. <b>Tel. ☎ 0749-23-2123</b> (Com Sr. Maetani)
<b>Consultas sobre tratamento e recuperação do câncer (Gan Kanjya san no ryouyou soudan)</b>	De segunda à sexta-feira das 9:00 às 16:00	<b>Hospital Municipal de Hikone</b> <b>Centro de Apoio de Consultas sobre câncer</b>	Necessário agendar <b>Tel. ☎ 0749-22-6050</b> <b>Shiritsu Byouin gan soudan shien senta</b>
<b>Consultas individuais sobre como adequar tratamento e trabalho (Chiryō to shigoto to no ryoujitsu ni kansuru kobetsu soudan)</b>  <b>Necessário agendamento</b>		<b>Hospital Municipal de Hikone</b> <b>Centro de Apoio de Consultas sobre câncer</b>  Informações : <b>Tel. ☎ 0749-22-6050</b> <b>Shiritsu Byouin gan soudan shien senta</b>	Consultas para pessoa em tratamento que tem possibilidade de trabalhar e quer trabalhar.  ● <b>Apoio ao trabalho</b> Dia 01 de julho 13:30 às 15:30 ● <b>Apoio às pessoas que querem continuar a trabalhar</b> Dia 17 de junho das 13:30 às 15:30

## **ATIVIDADES NO CENTRO DA CRIANÇA (KODOMO SENTA)**

Telefone para informações e reservas: 28-3645

### **DESCOBRINDO O MUNDO MICROSCÓPIO**

As crianças terão a experiência de explorar o misterioso mundo microscópio utilizando um microscópio profissional e lupa.

Data: dia 27 de junho (sáb) das 10:00 até 11:30

Para crianças do curso primário (acompanhado pelos pais) e ginásial

Vagas: 15 (conforme ordem de inscrição)

Custos: 500 ienes

Inscrições: de 12 a 20 de junho

### **Confecção de cadeira em miniatura usando madeira**

Vamos confeccionar junto com os alunos da Escola de Ensino Médio Estadual Hikone Kougyo.

Data: dia 11 de julho (sáb) das 10:00 até 11:30

Para crianças do curso primário (acompanhado pelos pais) e ginásial

Vagas: 15 (conforme ordem de inscrição)

Custos: 1,200 ienes

Inscrições: de 26/06 a 04/07

### **CONCERTO PARA FAMÍLIA**

O Coral de Crianças de Hikone (Hikone Jidou Gashou dan) vai realizar esta apresentação.

Data: dia 06 de junho (sábado) a partir das 14:00

## **OUTROS EVENTOS**

### **HIKONE ECOMARKET “Yume batake”**

Feirinha ecológica de venda de produtos diversos, trabalhos manuais etc.

**Data: dia 21 de junho (dom) das 9:30 às 13:00**

Local: Otemae Kouen (Parque Ōtemae) Konki chō(nos arredores do Castelo de Hikone)

### **FESTIVAL DA CULTURA E ARTES NO BUNKA PLAZA DE HIKONE 2026**

Apresentação de vários grupos de artes. Vamos prestigiar?

Entrada gratuita

Local: Hikone Bunka Plaza (Nose cho 187-4) Tel. 23-7810

- Exposição de trabalhos artísticos: **De 05 à 07 de junho das 9:30 às 17:00**  
Nas salas de exposições, de cursos etc
- Apresentação de palco: **dia 07 de junho às 13:00 (recepção a partir das 12:30)**  
No salão Eco-hall

## **FEIRA LIVRE EM HIKONE**

**Dia e Horário: 21 de junho das 8:00 às 12:00.**

Aproveite as vendas de produtos alimentícios da região, artesanatos, barracas de comida e muito mais!

Local: Dentro da área do templo Gokoku Jinjya (Perto do Castelo de Hikone)

Tel. 24-4461 (em japonês) E-mail: [hikonedesaichi55@gmail.com](mailto:hikonedesaichi55@gmail.com)

## **ATIVIDADES COM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE SHIGA**

O campus disponibilizará seu espaço externo para que as crianças possam brincar livremente! Várias atividades foram preparadas pelos estudantes.

Público-alvo: crianças do curso primário (se acompanhado pelos pais podem participar crianças pré-escolares)

**Data e Horário: dia 11 de junho e 2 e 23 de julho das 17h às 18h**

Local: Universidade de Shiga, Campus Hikone (Baba-cho 1)

Vagas: 30 para cada dia (preenchimento conforme ordem de inscrição)

Inscrições: pela Web form (escanear o QR code), poderá se inscrever até o dia anterior de cada data

Informações: Shiga daigaku tel. 090-9537-4365 (Sr. Ogura)

## **ATIVIDADE CULTURAL PARA CRIANÇAS -Curso de verão para crianças-**

“Criação de pergaminhos de pendurar em miniatura

Aprendendo formas tradicionais de pintura e caligrafia japonesa

Público-alvo: Crianças que moram ou estudam nas escolas primárias de Hikone

**Data: dia 01 de agosto**

<Sessão da manhã> 10h às 12h para público-alvo do 4º ao 6º ano

<Sessão da tarde> 13h30 às 15h30 para público-alvo do 1º ao 3º ano

**Vagas: 20 (preenchido conforme ordem de inscrição)**

Custos: 500 ienes

Inscrições: de 01 de junho até 6 de julho, pela Web form (escaneie o QR code)

Local/ Informações: Museu do Castelo de Hikone, Setor de Curadoria e Materiais Históricos

( Hikonejō hakubutsukan gakuhei shiryō-ka) Tel. 22-6100

## **28º FESTIVAL DE VERÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SHIGA**

Vamos animar este verão quente com muitos eventos organizados pelos estudantes (apresentações de palco, barracas de comida, feira de artesanatos etc)

Venham participar!

**Data> dia 13 de junho (sáb) das 10h até 20h**

Local: Campus da universidade estadual de Shiga (Hassaka cho)

Comitê executivo do festival koufu-sai Tel: 28-8614 e-mail [kofoo@outlook.jp](mailto:kofoo@outlook.jp)

## CONSULTAS DE SAÚDE E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

A criança desde seu nascimento passa por várias fases de desenvolvimento. As consultas são importantes para checar o desenvolvimento físico e cognitivo de seu filho.

É necessário agendar a data através do aplicativo HIKONE SUKUSUKU APURI.

O aplicativo permite a configuração em 12 idiomas estrangeiros ( inglês, português, vietnamita etc) utilizando a ferramenta de tradução Google

**Local:** No Centro de Saúde *Kusunoki* (ao lado do Hospital Municipal) **Hassaka cho**

**Setor Boshi Hoken-ka Tel 24-3931**

**Horário:** das 12h45 ~ 14h

- ★ Verifique no quadro abaixo a dia do exame de acordo com a data de nascimento da criança
- ★ Não haverá aviso pessoal. Verifique sempre na Caderneta do Desenvolvimento Saudável (*Sukusuku Techo*) os detalhes sobre os exames.
- ★ Favor avisar caso não possa comparecer na data do exame
- ※ Se necessitar de intérprete para ajudar no dia da consulta entre em contato com o Centro de Consultas para Estrangeiros de Hikone (tel 30-6113)  
Entre em contato com o centro antes de agendar a data no aplicativo para poder combinar a data com a intérprete.



### CONSULTAS NO MÊS DE JULHO

Tipos de consultas	Dias	Para as crianças nascidas nas datas abaixo
<b>Consulta de Saúde e desenvolvimento do bebê de 1 mês</b>		A consulta deverá ser prestada numa instituição autorizada dentro do município de Hikone
<b>Consulta de Saúde e desenvolvimento do bebê de 4 meses</b>		
Saúde e desenvolvimento do bebê de 10 meses	14	De 22 de agosto – 14 de setembro de 2025
Saúde e desenvolvimento da criança de 1 ano e 6 meses	17, 24	Nascidos em dezembro de 2024
Saúde e desenvolvimento da criança de 2 anos e 6 meses	9	Nascidos em dezembro de 2023
Saúde e desenvolvimento da criança de 3 anos e 6 meses	13, 27	Nascidos em dezembro de 2022

## CUIDADO COM A INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

O verão quente e úmido do Japão favorece o aumento das bactérias que causam a intoxicação alimentar. Muitas vezes não há como saber se o alimento está apto ao consumo apenas olhando a cor e sentindo seu cheiro. Observe os 3 pontos abaixo e vamos nos prevenir contra a intoxicação alimentar!

### 1. Evitar que as bactérias entrem em contato com os alimentos

- Lave bem as mãos antes de cozinhar;
- Lave as mãos sempre que tocar em alimentos como carnes, peixes e ovos
- Desinfete bem a faca e a tábua onde cortou as carnes e peixes. Utilize outra tábua para cortar os vegetais.

### 2. Lave bem as mãos depois de usar a toalete, assoar o nariz, ter contato com animais de estimação, etc

#### Evitar a proliferação das bactérias

- Adquirir produtos frescos e sempre guardá-los na geladeira

### 3. As bactérias se proliferam nas comidas preparadas mesmo dentro da geladeira. Portanto consuma-as rapidamente!

#### Eliminar as bactérias

- Cozinhar completamente os alimentos até o seu interior (acima de 75°C por mais de 1 minuto)
- Ao requeimar caldos, deixe ferver bem
- Ao consumir vegetais crus, lave-os bem em água corrente
- Desinfete bem as tábuas e panos utilizando produtos como água sanitária (Hyohakuzai) ou água quente. E seque bem no sol.

## OS CUIDADOS COM A INSOLAÇÃO

A insolação ocorre principalmente no verão devido as altas temperaturas e umidade do ar elevada. Porém, o calor parece estar chegando cada vez mais cedo, por isso vamos começar a tomar os devidos cuidados! O aumento da temperatura poderá causar um desequilíbrio entre os líquidos e os sais minerais do corpo. Caso isso ocorra, o organismo não conseguirá equilibrar a temperatura corporal, desencadeando vários sintomas como tontura, enjôo, cansaço, etc. Nos casos mais graves poderá acontecer convulsão e perda de consciência. É necessário tomar muito cuidado, pois há riscos de insolação mesmo estando dentro de casa e sem que esteja fazendo grandes atividades. Crianças pequenas, idosos e quem está doente precisam ainda mais de atenção!

Alguns itens a serem seguidos

- Beber água com frequência !
- Fora de casa usar chapéu e protetores solares !
- Estar com a saúde física em dia!



## DICAS PARA DIMINUIR LIXO

Aproximadamente 30% dos resíduos queimáveis em Hikone são de restos de comida. Por isso, quando for descartar esse tipo de lixo é importante “escorrer” bem o líquido antes de jogar. No Japão, para evitar o desperdício alimentos utiliza-se o “3 kiri” ou seja “escorrer bem a água, comer tudo não deixando sobras de comida, utilizar todos os ingredientes”.

Nesta edição vamos refletir sobre COMER TUDO”

Não significa “comer forçado”, mas sim aproveitar o máximo da comida comendo com prazer.

Para isso há dois pontos importantes a serem observados:

1) Preparar a comida na quantidade certa

- ★ Compre apenas a quantidade que você e sua família conseguem consumir
- ★ Cozinhe apenas a quantidade que você e sua família conseguem comer
- ★ Quando for comer fora, pedir uma quantidade razoável de pratos

2) Comer sem deixar sobras

- ★ Quando a quantidade for grande, comer dividindo com todos da família
- ★ Quando não conseguir comer tudo, guardar num local apropriado e na temperatura adequada e consumir o mais rápido possível.

Sempre sobra muita comida nas festas !

Para evitar que sobre comida:

- ▶ Primeiros 30 minutos: Este é o momento para desfrutar plenamente da sua refeição sem se levantar.
- ▶ Últimos 10 minutos: Volte ao seu lugar, desfrute da refeição mais uma vez e termine tudo.

Vantagens

- ▶ Você pode reduzir os gastos desnecessários com a alimentação
- ▶ A quantidade de lixo diminuirá facilitando o transporte
- ▶ Isso pode reduzir o uso de sacos de lixos específicos

Aviso do Centro de Processamento de Lixo (Seiso Senta)

No dia 15 de junho a coleta geral de lixo será suspenso devido obras de reparo nos equipamentos

Centro de Processamento de Lixo (Seiso Senta) Tel 22-2734