



**TRILHA DO
CONSUMO
CONSCIENTE**
SUAS ESCOLHAS
TRANSFORMAM O MUNDO



TRILHA DO CONSUMO CONSCIENTE

**SUAS ESCOLHAS
TRANSFORMAM O MUNDO**

Mattar, Helio

Trilha do consumo consciente: suas escolhas transformam o mundo / Helio Mattar, Vinicius Saraceni e Meire Cavalcante. São Paulo: Vistadivina, 2009.

Inclui bibliografia

ISBN 978-85-61951-02-3

1. Consumismo e consumerismo 2. Consumismo – Impacto sobre o meio ambiente 3. Recursos naturais – Preservação 4. Carta da Terra, 1992.

I. Saraceni, Vinicius II. Cavalcante, Meire. III. Título.

CDD-339.47

Vistadivina
Rua Irmã Pia, 422 - 12º andar
05335-050 São Paulo SP
TEL e FAX (55 11) 3768-9999
www.vistadivina.com

CAPA: EBER EVANGELISTA

TRILHA DO CONSUMO CONSCIENTE

REALIZAÇÃO | Instituto Akatu
EXECUÇÃO E PLANEJAMENTO EDITORIAL | Vistadivina
PARCEIRO PIONEIRO | Hewlett Packard

EQUIPE TÉCNICA DO LIVRO (INSTITUTO AKATU)

Helio Mattar | DIREÇÃO
Camila Melo | COORDENAÇÃO GERAL
Naná Prado | COORDENAÇÃO DE CONTEÚDO

EQUIPE DE APOIO

Thaís Chaves Bortoni | Raquel Diniz Ezequiel | Eliana Arndt | Rafael Cinoto |
Fátima Cardoso | Ricardo Oliani | Frineia Rezende

INSTITUTO AKATU

DIRETORIA
Helio Mattar | DIRETOR-PRESIDENTE
Ricardo Vacaro | DIRETOR VICE-PRESIDENTE
Tomas Lanz | DIRETOR ADMINISTRATIVO-FINANCEIRO

CONSELHO DELIBERATIVO

Anamaria Cristina Schindler | Celina Borges Torrealba Carpi | Helio Mattar |
Luiz Ernesto Gemignani | Oded Grajew | Ricardo Cavaliere Guimarães
(Presidente) | Ricardo Vacaro | Ricardo Young Silva | Sérgio Ephim Mindlin
| Sidnei Basile

CONSELHO CONSULTIVO

André Trigueiro | Antonio Jacinto Matias | Carlos Rocha Ribeiro da Silva |
Daniela Nascimento Fainberg | Eduardo Bom Ângelo | Eduardo Ribeiro
Capobianco | Elcio Aníbal de Lucca | Fabio Feldmann | Geraldo Carbone |
José Eduardo Nepomuceno Martins | Juscelino Fernandes Martins | Lúcia
Maria Araújo | Maria Alice Setubal | Paulo Anis Lima | Ricardo Rodrigues
Carvalho | Thaís Corral

CONSELHO FISCAL

Eduardo Schubert | Elcio Anibal de Lucca | Guilherme Amorim Campos da Silva

ASSISTÊNCIA DA PRESIDÊNCIA

Eni dos Santos | Mari Liz Loureiro

GERÊNCIA DE OPERAÇÕES

Heloisa Torres de Mello | Mariana Chammas

GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO FINANCEIRA E DE RECURSOS HUMANOS

Mary Ellen Ferreira Santos | Mirna Folco | Priscila Zuchi Kelency

GERÊNCIA DE COMUNICAÇÃO E CONTEÚDO

Eliana Arndt | Fátima Cardoso | Naná Prado | Rogério Ferro

GERÊNCIA DE PESQUISAS E MÉTRICAS

Dorothy Roma Heimbecher | Rafael Cinoto

COORDENAÇÃO DE RELACIONAMENTO E MOBILIZAÇÃO DE RECURSOS

Ana Carolina Evangelista | Antonio Bara Bresolin | Dhenig Chagas |
Diego Schultz | Ludmila Frateschi | Marcelo Issa

COORDENAÇÃO DE PROJETOS DE CAPACITAÇÃO COMUNITÁRIA

Camila Melo | Fabíola Gaigher | Raquel Diniz Ezequiel | Ricardo Oliani |
Thaís Chaves Bortoni

COORDENAÇÃO DE JOGOS E DINÂMICAS

Ricardo Oliani

EQUIPE TÉCNICA DO LIVRO (VISTADIVINA)

Meire Cavalcante | COORDENAÇÃO EDITORIAL
Juliana Borges | EDIÇÃO
Verônica Mambrini | PESQUISA E TEXTO
FmaisG Projetos Visuais | PROJETO GRÁFICO E DIREÇÃO DE ARTE
Paulo Kaiser | REVISÃO DE TEXTO

VISTADIVINA EDITORA

Vinicius Saraceni | DIRETOR GERAL
Felipe Seibel | DIRETOR DE CONTEÚDO
Robson Viturino | EDITOR DE CONTEÚDO
Washington Oliveira | GESTOR FINANCEIRO
Ana Silvia Fernandes | COORDENADORA ADMINISTRATIVA
Bruna de Andrade | ASSISTENTE ADMINISTRATIVA
Juciléia Portugal | SUPORTE OPERACIONAL

SUAS ESCOLHAS TRANSFORMAM O MUNDO!

A vida na Terra encontra-se em um momento bastante delicado. Chegamos a um ponto em que ou mudamos os nossos modelos de consumo ou não teremos a garantia da sobrevivência da espécie humana. Por que será que, de repente, a sustentabilidade ambiental da vida no planeta começou a preocupar tanta gente? Não é difícil responder a essa pergunta: simplesmente porque a humanidade está vivendo de uma forma insustentável. Felizmente, você faz parte de uma geração que já vem pensando em alternativas para transformar o modo como consumimos os recursos existentes no nosso planeta.

O Instituto Akatu é uma organização não-governamental criada em 2001 com a missão de conscientizar e mobilizar o cidadão brasileiro para o seu papel, como consumidor, na construção da sustentabilidade da vida no planeta. A palavra “akatu” vem do tupi e significa, ao mesmo tempo, “semente boa” e “mundo melhor”.

A HP, parceira do Instituto Akatu e que apoia e patrocina este projeto, já possui programas na educação que contribuem no processo de aprendizagem profissional e prosperidade de jovens nas comunidades e, devido ao seu compromisso com o meio ambiente, desenvolve produtos, serviços e soluções que permitem a escolha consciente de seus clientes e garantem a redução do impacto ambiental, considerando aspectos desde o desenvolvimento do seu produto até a reciclagem e reutilização da matéria-prima reciclada em novos produtos, reduzindo o uso de recursos naturais na sua produção, para um mundo sustentável.

Este livro é um material especialmente elaborado para alunos do Ensino Fundamental II. Ele aborda temas relacionados ao consumo consciente e à sustentabilidade ambiental. Pode ser usado tanto dentro da sala de aula quanto em casa, com amigos e família.

Akatu e HP acreditam que, cada vez mais, você vai poder fazer suas próprias escolhas de consumo e, naturalmente, será um disseminador de suas ações e valores. O não-consumo não é possível, visto que precisamos consumir para viver. Mas um consumo diferente, solidário e sustentável – o consumo consciente – é, sim, possível. Neste livro, você poderá entender melhor o que significa tudo isso. Vamos fazer essa trilha juntos?

INSTITUTO AKATU e HP

REALIZAÇÃO:



PARCEIRO PIONEIRO:



EXECUÇÃO E PLANEJAMENTO EDITORIAL:



CARO ALUNO,

A partir daqui, você começa a percorrer um caminho que vai ajudá-lo a conhecer melhor a realidade do mundo em que vivemos e a perceber que o consumo de cada pessoa tem a ver com os desafios que a humanidade enfrentará pela frente. A expectativa é que, no final da Trilha, você tenha bagagem suficiente para fazer escolhas de consumo mais conscientes e que contribuam para a construção de um mundo mais justo e melhor para todos.

Para estar preparado, você está recebendo esta mochila ao lado. Como você pode ver, dentro dela há alguns objetos que não estão ali por acaso: uma lanterna, um dicionário e um diário de bordo. Cada um deles é uma ferramenta que vai fazer com que você entenda melhor alguns pontos importantes do caminho.

Ao longo da Trilha, você vai receber também outros quatro itens, que serão úteis para caminhar melhor e com mais segurança. São eles: um mapa, um binóculo, uma bússola e uma barraca. Eles serão entregues a você antes do início de cada capítulo e, na hora certa, você vai entender para que servem.

Pronto para começar? A seguir, encontre o roteiro desta aventura e receba o primeiro item para ajudá-lo.

Boa caminhada!

INSTITUTO AKATU

COMPANHEIRA DE TRILHA

Esta mochila vai te acompanhar em todo o percurso. Descubra como os objetos que estão dentro dela podem ser úteis nesta caminhada pelo consumo consciente!



CONHEÇA!

O dicionário ajuda a descobrir o significado de palavras e conceitos com os quais você vai deparar e que vão acompanhá-lo pela Trilha.



PESQUISE!

A lanterna ilumina os cantinhos escondidos do caminho e serve para você aumentar seu conhecimento sobre o percurso. Ela traz indicações de livros, filmes, sites e blogs relacionados ao tema abordado.



PENSE NISSO!

O diário de bordo serve para você registrar as principais aprendizagens e reflexões pelo caminho, com desafios e sugestões de temas inspiradores.

1

TERRA DO CONSUMO 10

CADA VEZ MAIS E MAIS! 12

TUDO VOLTA PARA A NATUREZA 14

TERRA, PLANETA ÁGUA 16

AQUECIMENTO GLOBAL 18

2

TUDO QUE VAI... VOLTA! 20

EFEITOS DE LONGO ALCANCE 22

MUITO MAIS QUE UM CACHORRO-QUENTE 24

RASTREANDO UMA CADEIA PRODUTIVA 26

UM JEITO DIFERENTE DE PLANTAR 28

3

O PODER DAS ESCOLHAS 30

EM CADA AÇÃO, UMA DECISÃO 32

UM DIA SEM CONSUMO É IMPOSSÍVEL 34

SERÁ QUE EU PRECISO DE TUDO ISSO? 36

VAMOS EVITAR O DESPERDÍCIO 38

NÃO DEIXE OS RECURSOS IREM POR ÁGUA ABAIXO 40

DINHEIRO JOGADO FORA 42

UM JEITO DE MUDAR O MUNDO 44

4

UMA TRILHA ADIANTE 46

UM PLANO PARA SALVAR A VIDA NA TERRA 48

RESPEITAR E CUIDAR DA COMUNIDADE DA VIDA 50

INTEGRIDADE ECOLÓGICA 52

JUSTIÇA SOCIAL E ECONÔMICA 54

DEMOCRACIA, NÃO-VIOLÊNCIA E PAZ 56

UMA IDEIA COM ASAS... 58

FERRAMENTAS PARA MULTIPLICAR A VOZ 60

EM BUSCA DE OUTRO COMEÇO 62

O CAMINHO ADIANTE 64

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 66

ATENÇÃO,
você está
recebendo um
MAPA
BOA SORTE!





SATU

1

TERRA DO CONSUMO

**AO LONGO DO TEMPO, MUITA COISA MUDOU.
DESCUBRA COMO E POR QUÊ**

Olhe bem para a ilustração ao lado. Estão mapeados três períodos distintos. Com certeza, você vai encontrar muitas diferenças entre eles. O estilo de vida mudou bastante, não é? Na segunda metade do século 20, passou-se a usar o termo “sociedade de consumo”. Isso porque o consumo passou a fazer parte do nosso dia a dia com tal intensidade que consumimos praticamente o dia todo. Se compararmos à geração dos nossos avós, passamos a consumir cada vez mais e, por consequência, utilizamos mais os recursos naturais do planeta – que não são infinitos – e geramos ainda mais poluição e lixo. Agora, adicione-se o fato de a população no mundo estar crescendo e, com isso, mais pessoas precisam de mais coisas e vão consumir mais. Olhando assim, parece que o mundo não tem jeito. Será? A partir de agora, vamos refletir juntos sobre a relação entre a maneira como produzimos e consumimos e o desequilíbrio social e ambiental que estamos vivendo. Como construir um futuro melhor para todos? Siga a trilha e procure as pistas.

CADA VEZ MAIS E MAIS!

Nesta primeira parte da Trilha, você vai entender por que esta viagem é importante para você, para toda a humanidade e para o planeta. É preciso saber que o nosso consumo cotidiano gera impactos positivos e negativos na natureza, na sociedade e na economia.

Muita gente não se dá conta, mas a produção de tudo o que adquirimos e os serviços que utilizamos exige o uso de recursos naturais. E esses recursos, muitas vezes, não são renováveis. Sendo não renováveis, isso significa que nosso consumo pode levar ao seu esgotamento, já que sua recomposição não se dá no tempo de vida da humanidade ou na velocidade do consumo.

Hoje já gastamos 30% mais recursos naturais do que o planeta tem disponível ou é capaz de renovar – em ar limpo, em água potável, em terras para agricultura ou em absorção de resíduos do consumo. Na Terra, existem 6,7 bilhões de pessoas e esse número aumenta ano a ano. O maior número de pessoas no mundo, consumindo cada vez mais, leva a essa situação insustentável de desequilíbrio social, econômico e ambiental. Neste capítulo da Trilha, você vai perceber e compreender o que está acontecendo no mundo. Afinal, só podemos interferir naquilo que conhecemos, não é mesmo?



PENSE NISSO!

Observe os objetos que estão ao seu redor e anote quais os recursos que você acha que foram usados para produzi-los.

TUDO QUE CONSUMIMOS VEM DA NATUREZA

Já pensou do que é feito o celular, a calça jeans, o lápis? Pois é, todos os produtos têm uma história

Logo que acordamos, usamos água, pasta de dente e sabonete. Depois, quando vamos tomar café da manhã, consumimos leite, pão e frutas. A energia elétrica é usada quase o tempo todo: para tomar banho, para assistir televisão, para carregarmos o celular ou para fazer a geladeira funcionar. Quando vamos para a escola, de carro ou de ônibus, utilizamos combustível, como a gasolina e o álcool, que

no Brasil vem da cana-de-açúcar. Na sala de aula, sentamos à carteira, usamos papel, lápis, borracha. Na hora do recreio, jogamos bola, que é feita de borracha e de derivados do petróleo. Descubra abaixo alguns dos recursos naturais presentes nos produtos que usamos diariamente, além da água e da energia, que são utilizados na produção de todos os bens e serviços.

1. CHOCOLATE

É feito da amêndoa que está presente em uma fruta chamada cacau. Após torrada, essa amêndoa é misturada com leite (que vem da vaca), com açúcar (obtido de plantações de cana) e com gorduras vegetais (extraídas de plantas).

2. REMÉDIO

São feitos com extratos naturais de plantas e de animais ou com ingredientes sintetizados em laboratório com base em substâncias químicas (algumas derivadas de petróleo, de origem mineral). É comum utilizar açúcar (que vem da cana) e gelatina (obtida de ossos, peles e outros tecidos animais).

3

1

2



PESQUISE

Você conhece o teste da Pegada Ecológica? Ele foi criado para mostrar o quanto de recursos da natureza utilizamos para sustentar nosso estilo de vida. Visite o site www.pegadaecologica.org.br e calcule sua pegada.

3. CALÇA JEANS

O tecido usado no jeans é feito de algodão (fibra natural branca obtida da árvore algodoeira) e de poliéster (produzido do petróleo). O metal utilizado no botão e no zíper é produzido de minério metálico.

4. COMPUTADOR

Entram na composição de um computador: o plástico – cuja matéria-prima, geralmente, é o petróleo (resultado da decomposição de compostos de origem animal, vegetal e mineral) –, a fibra de vidro – obtida do elemento químico sílica – e outros elementos, como cobre, estanho, alumínio, ouro e mercúrio.

5. CELULAR

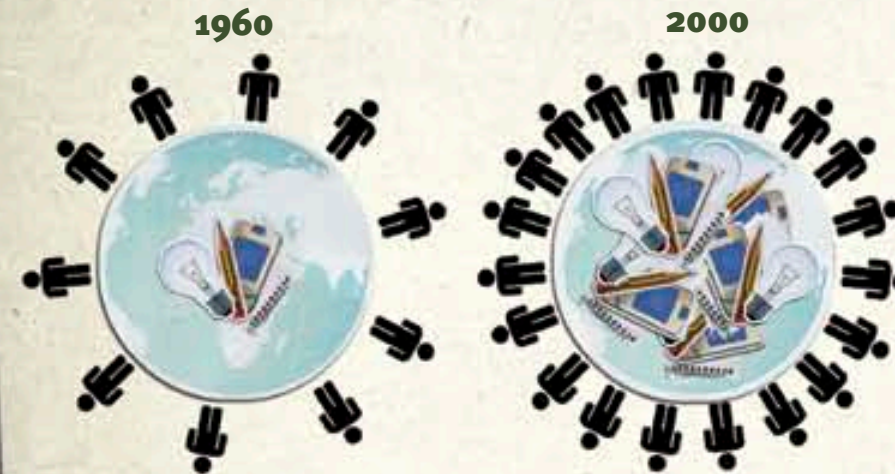
A fabricação deste aparelho exige, entre outros elementos, o silício, o alumínio, o plástico – cuja matéria-prima, geralmente, é o petróleo (resultado da decomposição de compostos de origem animal, vegetal e mineral) – e a borracha, obtida do látex da árvore seringueira.

COMO ANDA A VIDA NA TERRA

Muita gente, muito consumo e apenas um planeta para todos

25% da humanidade consome acima de suas necessidades, enquanto 75% consome ao nível mínimo necessário ou abaixo dele. Se não houver mudança nos padrões de produção e de consumo, em menos de 50 anos serão

necessários dois planetas para abastecer o consumo da humanidade. E, se todos os habitantes do mundo consumissem como os dos países desenvolvidos, seriam necessários mais de quatro planetas para supri-los.



NOSSOS RASTROS

Nesse período, a população mundial dobrou, saltando de 3 bilhões para 6 bilhões de pessoas. Já o consumo total dessas pessoas tornou-se quatro vezes maior. Naturalmente, o planeta continuou com a mesma quantidade de água, de ar e de terra... Com isso, a humanidade passou a consumir... a Terra!

ILUSTRAÇÕES NELSON PROVAZI

NEM TODO MUNDO CONSOME IGUAL

A grande maioria tem muito pouco acesso ao mercado de consumo

A preocupação com os impactos negativos do modo de consumir da sociedade de hoje tem uma razão muito importante: a humanidade está vivendo acima das possibilidades do planeta. Isso quer dizer que, para atender as nossas necessidades atuais, estamos tornando impossível a vida das gerações futuras, ou seja, nossos filhos e netos dificilmente poderão ter todas as suas necessidades básicas, como alimento, água e energia, garantidas.

Por outro lado, é fato que nem todo mundo consome igualmente. Milhões de pessoas não estão incluídas no mercado de trabalho e de consumo. Quase 1 bilhão de pessoas passa fome e vive em um ambiente que não pode ser chamado de humano. Esse desequilíbrio social e econômico acaba por gerar violência e conflitos. E isso, evidentemente, torna insustentáveis as relações na sociedade.



DIVISÃO DESIGUAL

20% da população mundial consome 80% dos recursos do planeta.

...E TUDO VOLTA PARA A NATUREZA

O lixo não desaparece em um passe de mágica. Mesmo fora de nossa casa, ele continua dentro do planeta

O ser humano sempre deixou um maior ou menor rastro de resíduos* por onde passou. Dizem até que é possível conhecer uma sociedade por meio dos resíduos que deixou, pois eles indicam características culturais, sociais e econômicas. A partir da segunda metade do século 20, com a aceleração do consumo e novas tecnologias de produção, surgem novas embalagens. Essas embalagens contribuem para aumentar a quantidade e a variedade de resíduos. Hoje, cada brasileiro joga no lixo, em média, mais de 1 kg de resíduos diariamente. No mundo, estima-se que sejam geradas 3,56 milhões de toneladas todos os dias.

Além da quantidade, o tipo de resíduo também mudou. Antes, os orgânicos eram o conteúdo principal. Aos poucos, passamos a consumir mais papel, papelão, plástico, isopor e eletrônicos. Com isso, sem nem perceber, muitas vezes jogamos na lixeira objetos com componentes tóxicos. Quando uma pilha ou bateria vai para o lixo comum, por exemplo, pode-se contaminar a água dos lençóis freáticos, uma importante fonte de abastecimento. Observe abaixo como o modo de consumo mudou a composição do lixo. O exemplo é da cidade de São Paulo**, mas algo parecido acontece em todas as cidades

DÉCADA DE 1930

Nessa época, as roupas eram feitas sob medida e era comum fazer reformas antes de se decidir por comprar uma roupa nova. Os bebês usavam fraldas de pano, as pessoas tomavam sopa feita em casa e bebiam leite transportado em garrafas reutilizáveis. Os brinquedos eram de madeira ou pano. As compras eram trazidas para casa em caixas ou sacolas duráveis e muitas frutas e verduras eram plantadas e colhidas no quintal ou perto de casa. Papéis e papelão já estavam presentes no dia a dia, mas em quantidades menores. Quase todo o lixo gerado nessa época já se decompôs até os dias de hoje, pois era formado por cerca de 80% de restos orgânicos. O plástico praticamente não existia, e apenas uma pequena parcela das peças era de ferro e de vidro, que provavelmente ainda não foi decomposta.



CONHEÇA!

***RESÍDUOS:** o que sobra de uma atividade qualquer. Eles podem se tornar lixo quando descartados sem intenção de reutilização. Portanto, geramos e descartamos resíduos, e não lixo. Dependendo do seu processo de tratamento e aproveitamento, os resíduos poderão, então, se tornar lixo.

DÉCADA DE 1970

No Brasil industrializado, surgiram mais produtos e, com isso, mais resíduo foi gerado: brinquedos de plástico, embalagens de isopor e de alumínio e tecidos sintéticos são alguns exemplos. Os produtos, que antes eram vendidos a granel (sem embalagem e pesados na hora) e carregados em sacos de papel, passaram a ser produzidos em embalagens plásticas. O petróleo tornou-se matéria-prima de boa parte dos novos materiais, tornando difícil a decomposição do lixo na natureza. Aumentou a presença de metais, papel, papelão, tecidos sintéticos e vidros, que também demoram décadas para se degradar. Boa parte do lixo dessa época, portanto, ainda não foi decomposta. O lixo orgânico no Brasil passou a representar 62% do total, mas o volume total cresceu muito devido ao desperdício.

MAIS RENDA, MAIS LIXO

Quanto mais alta a classe social, maior a geração de resíduos. Os dados abaixo mostram esse fato no Brasil

| CLASSE ALTA | CLASSE MÉDIA | CLASSE BAIXA |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 700 kg por pessoa ao ano | 400 kg por pessoa ao ano | 100 kg por pessoa ao ano |

ANOS 2000

Hoje, os resíduos orgânicos representam apenas 57% do que é jogado no lixo. As embalagens plásticas, as caixas de papelão, os sacos plásticos usados para levar os produtos para casa alteraram muito a composição dos resíduos. Pilhas e baterias, que contêm substâncias tóxicas, misturam-se ao lixo doméstico e podem contaminar o solo. Isso é especialmente verdade no Brasil, onde quase 60% do lixo vai para lixões e não para aterros sanitários. Além disso, existe o problema do desperdício de embalagens: 80% são usadas uma única vez e jogadas fora. E há outro vilão: as sacolinhas plásticas. O Brasil consome 12 bilhões de sacolas plásticas por ano. Cada brasileiro utiliza cerca de 66 sacolas por mês***. E os saquinhos estão por aí entupindo bueiros, flutuando nos rios e lagos, poluindo o mar, matando peixes, tartarugas e outros animais. As pessoas não se dão conta de que muita coisa poderia ganhar vida nova se fosse consertada ou reutilizada. E também não se dão conta de que não existe a possibilidade de “jogar fora”, pois, para o planeta Terra, o “fora” não existe.

QUANTO TEMPO RESTA

Se continuarmos consumindo no ritmo atual, alguns minérios desaparecerão da Terra em menos de 70 anos. Veja o tempo que resta até que alguns deles deixem de existir:



360 anos
platina



133 anos
lítio



92 anos
níquel



45 anos
ouro



42 anos
chumbo



13 anos
índio

TERRA, PLANETA ÁGUA

Quase toda a superfície da Terra é líquida, mas 1/3 da população sofre com a falta de água

Sem água, não há vida. É um bem precioso, indispensável a todas as atividades humanas: plantar, beber, cozinhar, lavar. A Organização Mundial da Saúde estima que uma pessoa precisa de 110 litros por dia para viver de forma digna. No Brasil, o consumo diário médio é de 149,6 litros por habitante, sendo que, no Sudeste, esse número atinge 173,8 litros. Já nos Estados Unidos e na Europa, a média é de 400 litros por dia por pessoa! Por outro lado, há pelo menos 1 bilhão de pessoas sobrevivendo com apenas 5 litros diários. E, com relação ao saneamento básico, isto é, rede de água tratada e coleta de esgoto, 2,6 bilhões de indivíduos não têm acesso a esse serviço.

O planeta Terra é chamado de Planeta Água, já que é constituído de 3/4 de água. Porém, de toda essa água, 97,5% é de água salgada e apenas 2,5% de água doce. Desses 2,5%, apenas 0,004% é de água potável e os estoques estão distribuídos de forma irregular no planeta. Uma grande parte da água é usada para a produção (veja na ilustração). E uma boa parte da água é desperdiçada, o que não ocorre só em casa, quando exageramos, por exemplo, no tempo do banho, mas também nas indústrias, na agricultura e nos centros urbanos (devido principalmente a vazamentos). Além disso, a falta de sistemas de saneamento faz com que a água contaminada polua os rios com esgoto doméstico e com dejetos químicos. Daí a importância de todos buscarmos preservar esse recurso, do qual depende a vida na Terra.

BRUNO ALGARVE



ÁGUA SALGADA
NO PLANETA
97,5%

A maior parte da água está nos oceanos e, por ser salgada, não pode ser consumida

ÁGUA TOTAL DO PLANETA

PARECE MUITO, MAS NÃO É BEM ASSIM

Entenda por que apenas uma pequena parcela

da água existente na Terra pode ser utilizada

Para você entender melhor como, apesar de a Terra ter tanta água, apenas uma parte bem pequena pode ser utilizada, observe a ilustração abaixo. Se toda a água salgada do mundo coubesse num balde, proporcionalmente a água doce ocuparia apenas um copo. É pouco, né? É menos ainda se conside-

rarmos que 70% dessa água está em forma de gelo, nas calotas polares. É uma aparente abundância. No Brasil, possuímos 12% da água doce superficial do planeta. Veja, na ilustração abaixo, como o recurso é distribuído e usado no mundo e reflita sobre o seu papel de consumidor.



ÁGUA DOCE
NO PLANETA
2,5%

De toda a água doce disponível, cerca de 70% dela está congelada nas geleiras. Outros 29% estão em aquíferos subterrâneos e só 1,2% fica na superfície

ÁGUA POTÁVEL
NO PLANETA
0,004%

Da água doce do planeta, uma parcela mínima está em condições de ser consumida pelo homem



O USO DA ÁGUA POTÁVEL

EM CASA

A água para fins domésticos responde por 20% do consumo na América Latina. Na Europa e nos Estados Unidos, o consumo em casa representa entre 13 e 15% do consumo total. E é em casa que podemos, de imediato, evitar o desperdício, mudando nossa forma de consumo.

AGRICULTURA

A agricultura é a atividade humana que mais consome água. Em média, equivale a 70% do consumo total. O gasto tem relação com o nível de desenvolvimento econômico. Na Europa, equivale a 32% e, nos Estados dos, a 39%, enquanto na América Latina, a 70%.

INDÚSTRIA

A indústria consome 20% da água no mundo. Na América Latina, as indústrias consomem 10% do total. Já no continente africano, o número é de 4%. Nos países mais industrializados, quase metade de toda água se destina a essa função.

DESPERDÍCIO

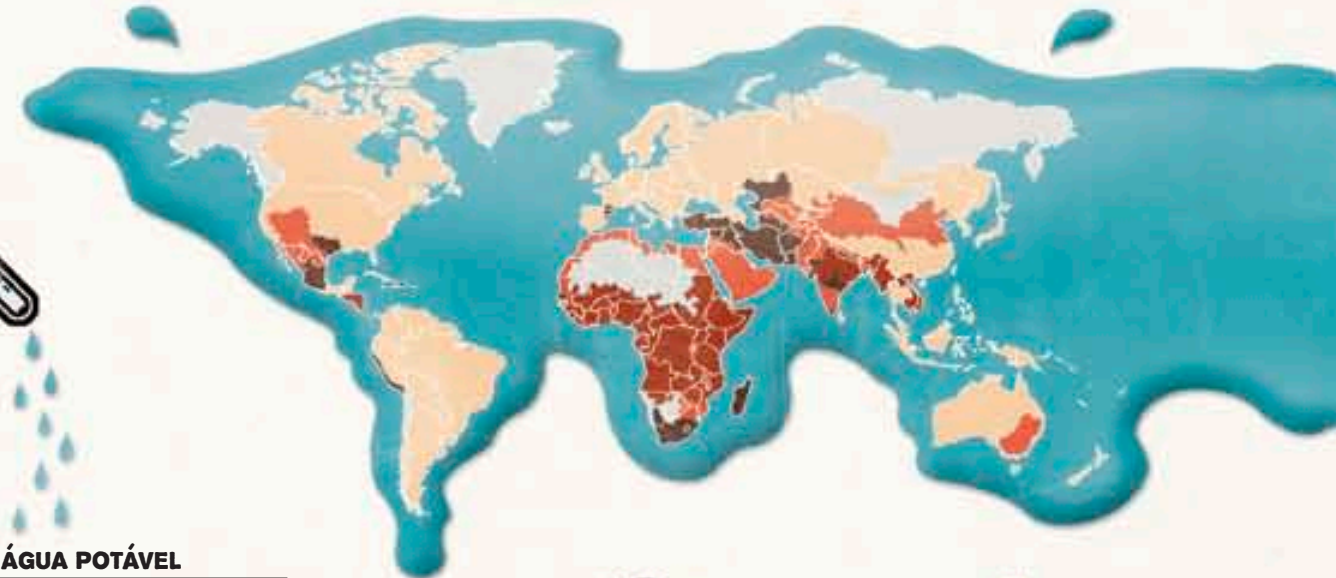
Embora a agricultura seja considerada uma das grandes vilãs do desperdício de água no Brasil, muita água se perde diariamente por vazamentos na distribuição e nos locais onde ela é utilizada, além do desperdício em todas as utilizações.

DISPONIBILIDADE DE ÁGUA DOCE NO MUNDO

Confira no mapa-múndi abaixo onde existe mais e menos escassez desse recurso natural

Em alguns lugares do mundo, o acesso à água é mais difícil do que em outros. Há dois tipos de escassez de água: a física, em lugares onde há poucos estoques de água doce, e a

econômica, onde a distribuição de água não é socialmente justa e, por isso, ela não chega a todas as camadas da população. Veja no mapa como se distribui a água no mundo:



- pouca ou nenhuma escassez
- escassez física
- escassez física crescente
- escassez econômica
- informação não disponível



PESQUISE!

Os países que mais consomem água são Índia, China, Estados Unidos, Paquistão, Japão, Tailândia, Indonésia, Bangladesh, México e Rússia, além do continente europeu. Pesquise com seus colegas qual a relação entre o consumo de água, a riqueza produzida por cada país e a sua população.

FONTE: ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2009

AQUECIMENTO GLOBAL

As atividades humanas contribuem para as mudanças climáticas

Você sabe o que tem feito a temperatura do planeta subir nas últimas décadas? É o aumento da concentração dos gases de efeito estufa* na atmosfera (veja o texto da página ao lado). E esse aumento é consequência do quê? Do nosso estilo de vida, que está ligado ao modelo de produção e consumo exagerado e que causam o aquecimento global.

No caso brasileiro, diferentemente de alguns países mais desenvolvidos, a maior parte das emissões de gases de efeito estufa vem do desmatamento das florestas e do uso do solo para a agricultura e para a pecuária. Outros fatores são a queima de combustíveis fósseis no transporte e o uso de energia nos processos industriais. Assim, as atividades humanas em qualquer país contribuem para as mudanças no clima do planeta, podendo gerar eventos climáticos extremos, como chuvas fortes e ondas de seca. Vem também causando o derretimento de geleiras nos polos e nas montanhas, o aumento do nível do mar e a diminuição da produção agrícola.

Por meio de nosso consumo, cada um de nós é parte do problema e pode ser parte da solução. Veja, na ilustração ao lado, como o consumo está relacionado a algumas das atividades que geram os gases do efeito estufa.

ILUSTRAÇÕES NELSON PROVAZI



CONHEÇA!

* GASES DE EFEITO ESTUFA (GEE): os principais são Dióxido de Carbono (CO₂), Óxido Nitroso (N₂O), Metano (CH₄), Hidrofluorcarbono (HFC), Perfluorcarbono (PFC) e Exafluoreto de Enxofre (SF₆).



TRANSPORTE

A queima dos combustíveis fósseis, como gasolina e diesel, derivados de petróleo, é uma das causas do aquecimento global. Podemos reduzir a emissão de gases de efeito estufa usando menos o carro e mais os transportes públicos e até a bicicleta. Nos casos do carro flex, que podem usar álcool (etanol) e gasolina, a sugestão é usar apenas o álcool, já que ele é produzido da cana-de-açúcar, que, em seu processo de crescimento, absorve gás carbônico e compensa 95% dos gases emitidos pela queima do etanol nos motores.

PECUÁRIA

O processo de digestão e os dejetos de bois e vacas emitem metano, um gás 21 vezes mais poderoso que o gás carbônico para causar efeito estufa. Além disso, a expansão das áreas usadas para a criação de gado é uma das maiores causas da devastação de florestas, principalmente da Amazônia. Porém a produção de leite e queijo, por exemplo, emite duas vezes mais gases de efeito estufa do que a de carne. Assim, substituir a carne e os derivados de leite bovino por outras fontes de proteína (como grãos e frango) é uma boa opção para combater o aquecimento global.

DESMATAMENTO

A destruição de matas nativas é a maior fonte de emissões de gases de efeito estufa no Brasil, pois é responsável por 55% das emissões totais. Isso ocorre porque as árvores deixam de reter carbono quando são derrubadas. A madeira extraída ilegalmente é vendida no próprio mercado brasileiro. Assim, para evitar o desmatamento, é importante comprar produtos feitos com madeira certificada, aquela que tem o SELO FSC (veja na pág. 23) e, portanto, provém de manejo sustentável de florestas nativas ou de reflorestamento.

EFEITO ESTUFA

Ele é muito bom, mas na medida certa

O efeito estufa, em si, é benéfico e necessário para a vida na Terra. Se não fossem os gases de efeito estufa (GEEs), o nosso planeta seria gelado, o que impossibilitaria a existência de vida.

Cerca de um quinto da radiação solar que atinge a Terra é refletida de volta ao espaço pela própria atmosfera. O restante atinge a superfície. Parte dessa energia é absorvida pelo solo e pelas águas, e outra é refletida de volta na forma de calor (radiação infravermelha).

Os gases do efeito estufa deixam passar a radiação que chega do Sol, mas absorvem a radiação infravermelha, que sai do solo, retendo uma parte do calor no próprio planeta.

Há milhares de anos, períodos de temperaturas mais altas estão associados à maior concentração de GEEs gerados por variações normais na natureza. O problema é que as atividades humanas estão fazendo com que a concentração desses gases chegue a níveis mais altos do que a de qualquer outro período. O gás carbônico (CO₂) é o primeiro GEE da lista quando se consideram as atividades humanas. Está relacionado à queima de combustíveis fósseis (carvão, petróleo e gás natural) para produzir energia. Em 650 anos, nunca houve um concentração de CO₂ tão grande na atmosfera como agora.

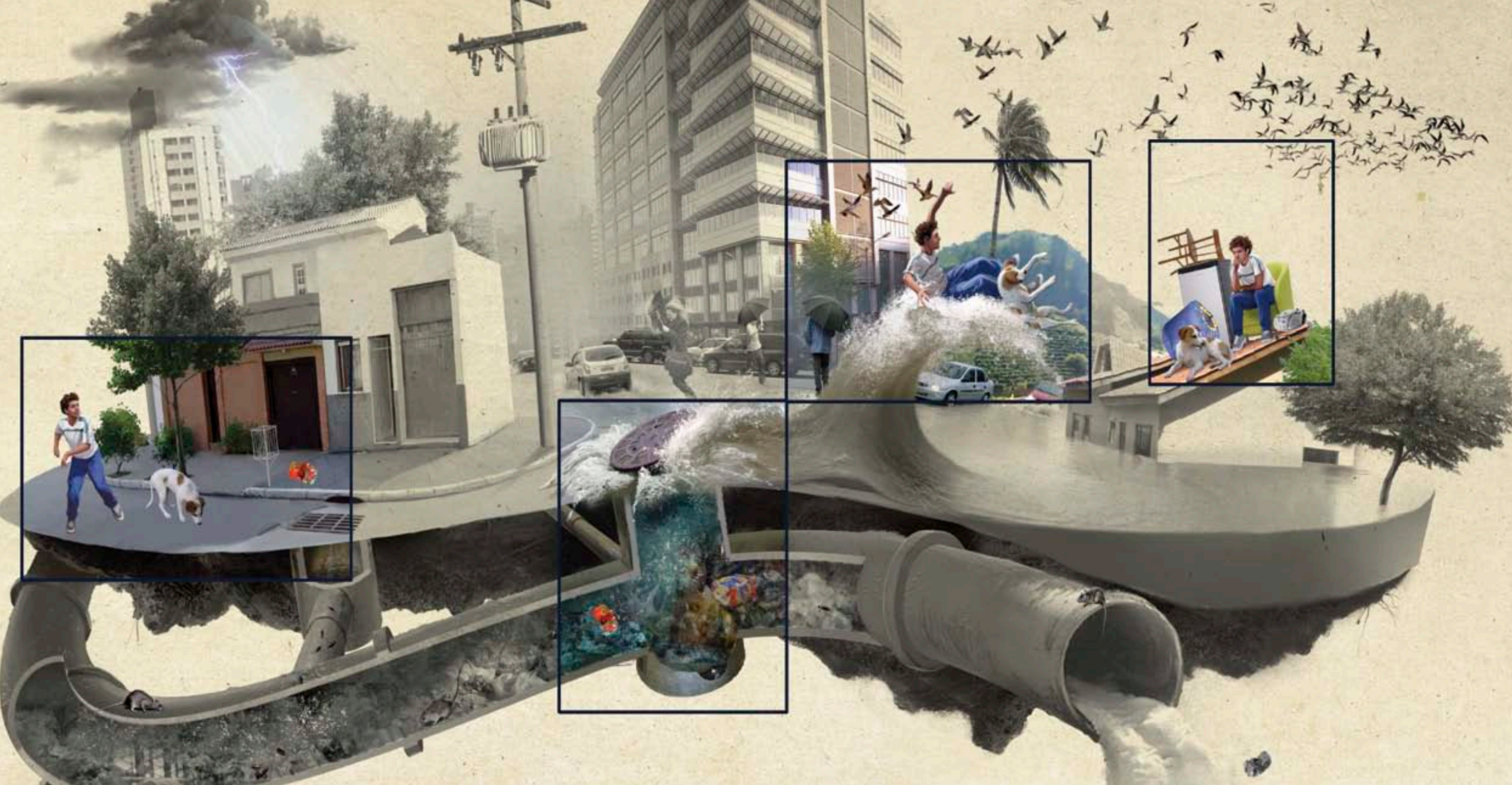
INDÚSTRIA

A fabricação de qualquer produto envolve extração e processamento de matéria-prima, o que exige o uso de água e de energia, além do transporte das matérias-primas até as fábricas e dos produtos até as lojas. Todos esses processos causam a emissão de gases de efeito estufa. Hoje, muitas empresas estão buscando saber qual é o volume desses gases emitidos em seus processos de produção, nas fábricas, nos escritórios e na frota de distribuição.

ATENÇÃO,
você está
recebendo um

BINÓCULO
BOA SORTE!





SATU

2 TUDO QUE VAI, VOLTA!

**POR TRÁS DE CADA AÇÃO, HÁ SEMPRE
CONEXÕES ENTRE PESSOAS E LUGARES**

O binóculo que você acabou de receber tem o poder de destacar uma realidade que muitas vezes não é percebida à primeira vista. As ações de consumo são assim. Mesmo as mais simples têm impacto na natureza, na economia e na nossa própria vida. No dia a dia, podemos nem perceber, mas atitudes simples podem gerar uma reação em cadeia. Como exemplo, um simples papel de bala ou uma latinha jogados no chão podem acabar entupindo os bueiros e contribuindo para uma enchente. As enchentes são devastadoras e famílias podem perder tudo. Para recuperar as áreas afetadas pelas águas, o governo gasta um dinheiro que poderia ser investido em outras coisas importantes, como melhorar as escolas e trazer mais postos de saúde para os bairros. Não seriam gastos mais úteis do que corrigir os problemas derivados das enchentes? Neste capítulo, você saberá por que nossas escolhas de consumo têm uma relação direta com a situação de insustentabilidade à nossa volta.

EFEITOS DE LONGO ALCANCE

Até agora você viu que tudo o que consumimos vem da natureza e volta para ela. Mas não somos os únicos habitantes do planeta. Além de nós, milhões de espécies de plantas, animais, fungos e micro-organismos coabitam em sistemas harmônicos, chamados de ecossistemas, em que as formas de vida dependem umas das outras e de um ambiente propício para sobreviver.

Os ecossistemas estão em constante movimento. Como há interdependência entre as formas de vida, qualquer mudança pode gerar uma verdadeira reação em cadeia, afetando todos os sistemas em maior ou menor grau.

Existem vários ecossistemas na Terra. As florestas são um deles. Elas acolhem muitas espécies de árvores e de outras formas de vida e as relações de sobrevivência entre elas estão totalmente interligadas. Da mesma forma, o ser humano é parte do ambiente em que vive e, ao extrair recursos naturais para a produção de alimentos, roupas e outros itens para sua sobrevivência, muda o ambiente original de onde esses recursos foram extraídos.

Para poder fazer escolhas com consciência, que gerem menos impactos negativos e priorizem os positivos, é necessário entender o alcance dos impactos de nossas ações de consumo. Muitas vezes não nos damos conta de que esses impactos não afetam somente a natureza, mas também a economia, a sociedade e a nós mesmos. Veja nesta página como nosso estilo de vida está alterando o **bioma*** amazônico.

QUEM CONTRIBUI PARA O DESMATAMENTO DA AMAZÔNIA

Um móvel de madeira extraída sem permissão ou a carne de um rebanho instalado em área ilegal pode ir parar na sua casa...

A Amazônia é um dos **biomas*** mais ricos do mundo, pois as diversas formas de vida que ela abriga são sustentadas pelas complexas relações entre os seres vivos e a diversidade de condições ambientais.

A região está sendo ameaçada pelo **desmatamento ilegal****. A extração ilegal de madeira, o plantio de soja e a criação de gado são os principais motivos pelos quais a floresta está sendo destruída. A madeira, a soja e a carne produzidas na região abastecem supermercados e lojas de todo o Brasil. E, cada vez que alguém compra produtos vindos de áreas de desmatamento da Amazônia, está contribuindo para essa situação insustentável. Como consumidores, nós temos um enorme poder para mudar essa situação.

TUDO INTERLIGADO

Saiba quais são as três etapas principais de uma cadeia produtiva que colabora com o desmatamento da floresta amazônica

Se você mora no Sul ou no Sudeste do Brasil, a Amazônia pode parecer algo muito distante da sua realidade. Mas ela muitas vezes está muito mais próxima do que você imagina. Sem perceber, o bife que você come ou um móvel que seus pais compram podem estar colaborando para o desmatamento da floresta. Quer saber como? Veja no infográfico ao lado.



CONHEÇA!

- * **BIOMA:** uma região com o mesmo tipo de clima e vegetação e que pode ser considerado um conjunto de ecossistemas.
- ** **DESMATAMENTO ILEGAL:** ocorre quando excede 20% da área total das propriedades, com exceção das Áreas de Proteção Permanente (APP), que não podem ser desmatadas.
- *** **MONOCULTURA:** plantação de apenas um tipo de produto agrícola (como soja e algodão), geralmente em grandes fazendas.

A exploração ilegal dessa floresta é feita por empresas que extraem a madeira para a fabricação de diversos produtos que são consumidos em todos os mercados e, especialmente, nas grandes metrópoles. Hoje, 80% da madeira vendida no Brasil vem do desmatamento da Amazônia.

Além da devastação, a extração ilegal desse recurso traz outros impactos negativos.

Como a fabricação desses produtos provocou desmatamento, também contribuiu para o aquecimento da Terra e para as alterações climáticas em diversas regiões do país. Também causa danos à vida dos povos locais e à biodiversidade, ambos dependentes da existência da floresta.

1. DESMATAMENTO DA FLORESTA

A floresta é derrubada para a extração de madeira e as áreas desmatadas são ocupadas por pasto e por **monoculturas*****, sendo que a mais comum é a da soja. Esses usos da terra prejudicam o ecossistema, causando erosão do solo, aumento da emissão de gases do efeito estufa devido às queimadas e ameaça à fauna e à flora locais. Além disso, em muitos casos, os trabalhadores são submetidos a condições degradantes, com jornadas intensas de trabalho.

2. BENEFICIAMENTO DO PRODUTO

A madeira extraída ilegalmente é cortada em toras e transportada para depósitos, serrarias e fábricas. O gado é enviado até os frigoríficos. O transporte, tanto das madeiras como dos animais, é feito em barcos e caminhões, que consomem combustível, o que contribui para o aquecimento global. Quanto maior a distância a ser percorrida, maior a emissão de gases do efeito estufa.

3. VENDA AO CONSUMIDOR

Os produtos feitos de madeira, como móveis e cadeiras, saem das fábricas, geralmente de caminhão, e são levados até as lojas e os supermercados. O mesmo acontece com a carne. Nas lojas, eles vão para prateleiras e ficam à venda até serem comprados pelo consumidor, que na maioria das vezes não conhece nem uma pequena parte desse processo.

FONTE: CONEXÕES SUSTENTÁVEIS SÃO PAULO - AMAZÔNIA, INICIATIVA DO FÓRUM AMAZÔNIA SUSTENTÁVEL E MOVIMENTO NOSSA SÃO PAULO.



OS SELOS DE CERTIFICAÇÃO E O CONSUMO

Uma maneira de saber se um produto foi produzido de forma sustentável é verificar os selos nele apresentados

Os selos de certificação auxiliam as nossas escolhas de consumo. Eles surgiram para mostrar quais produtos atendem a determinadas características sobre sua eficiência e o modo como foram produzidos.

No caso da madeira, por exemplo, o selo FSC (Conselho de Manejo Florestal, ou Forest Stewardship Council, na sigla em inglês) é um dos mais conhecidos e utilizados no mundo todo. Ele certifica que a madeira seguiu padrões corretos de manejo florestal. Isso quer dizer que a produção atendeu a princípios de adequação ambiental, econômica e social estabelecidos pelo FSC.

O selo FSC permite que o consumidor, no momento da compra, possa optar por produtos que não degradam o meio ambiente e contribuem para o desenvolvimento social e econômico das comunidades próximas às florestas. Para isso, o processo de certificação estabelece critérios a serem seguidos na produção da madeira que asseguram o uso de técnicas adequadas de manejo florestal e a boa qualidade dos empregos e da atividade econômica gerados.

Portanto, o selo FSC possibilita fazer escolhas conscientes, de forma simples e ao alcance de todos, que evitam o desmatamento e geram atividades econômicas socialmente adequadas.

ALEXANDRE LUBIAN

MUITO MAIS QUE UM CACHORRO-QUENTE

Você já pensou em tudo o que acontece para que um sanduíche chegue até as suas mãos?

Do que é feito um cachorro-quente? Resposta fácil: pão, salsicha, mostarda e ketchup. Mas de onde vêm esses ingredientes? Como foram produzidos? O que é preciso acontecer para que o lanche chegue quentinho e delicioso em nossas mãos?

Por trás de tudo o que a gente compra ou consome, existe o que se chama de “cadeia produtiva”. Em outras palavras, para produzir os ingredientes de um lanche, é preciso que exista uma fazenda com animais tratados e com plantações bem cuidadas, que sejam feitos a colheita, o manuseio, o transporte de diversos produtos até as fábricas e a extração de matérias-primas, além de outros processos de produção.

Em todas as etapas de uma cadeia produtiva, há consumo de água, de energia e algum tipo de transporte. Cada vez que se come um pão, a água usada para produzir o trigo no campo e para todas as etapas de preparação da massa também é consumida por nós.

Portanto, mesmo quando não consumimos diretamente esses recursos, estamos contribuindo para que sejam utilizados. Por isso, é tão importante combater o desperdício: quando deixamos comida estragar ou jogamos fora um alimento em bom estado, estamos desperdiçando também litros de água e muita energia usados na produção e emitindo mais carbono na atmosfera por meio do transporte.



PENSE NISSO!

Os itens produzidos pela indústria química estão presentes em uma infinidade de produtos, desde os insumos agrícolas até os conservantes usados na salsicha e no pão. Uma parte desses aditivos químicos é extraída de derivados do petróleo, o que significa que ao comer um cachorro-quente estamos consumindo petróleo... Em alguns casos, os produtos contêm menos aditivos e defensivos, como os alimentos orgânicos (saiba mais nas páginas 28 e 29).

ENERGIA ELÉTRICA

Usamos energia em todas as etapas da cadeia produtiva de qualquer produto. Com o cachorro-quente, não é diferente: a energia é usada no transporte das sementes, na colheita e na fabricação da farinha de trigo e do pão. É também usada nas fazendas, onde é criado o gado, na refrigeração dos alimentos, na produção de embalagens... Há energia elétrica em todas as etapas da cadeia produtiva!

TRANSPORTE

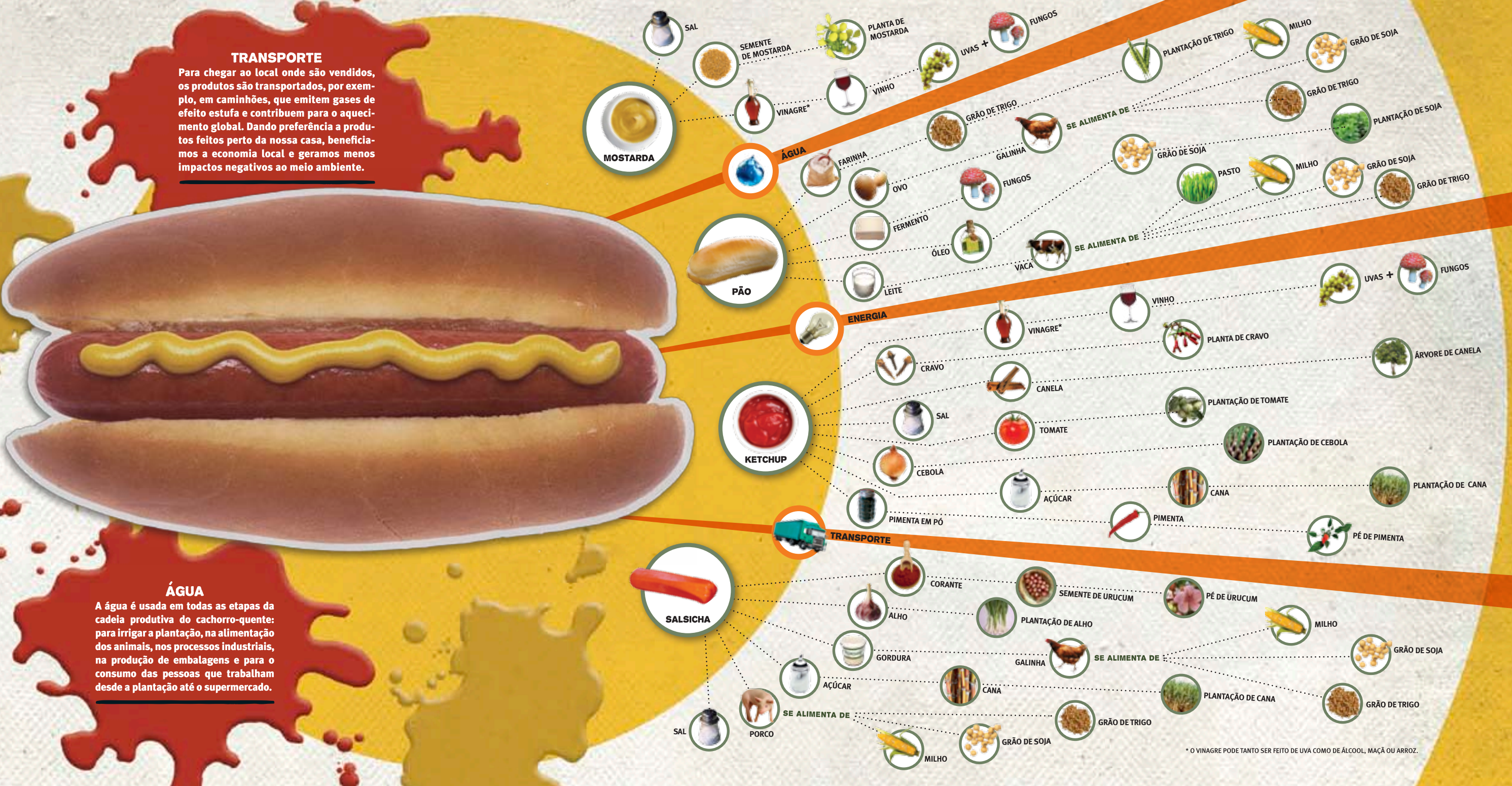
Para chegar ao local onde são vendidos, os produtos são transportados, por exemplo, em caminhões, que emitem gases de efeito estufa e contribuem para o aquecimento global. Dando preferência a produtos feitos perto da nossa casa, beneficiamos a economia local e geramos menos impactos negativos ao meio ambiente.

ÁGUA

A água é usada em todas as etapas da cadeia produtiva do cachorro-quente: para irrigar a plantação, na alimentação dos animais, nos processos industriais, na produção de embalagens e para o consumo das pessoas que trabalham desde a plantação até o supermercado.

EMBALAGEM

O cachorro-quente é servido, no mínimo, sobre um guardanapo, certo? Fazendo o lanche em casa ou comprando pronto, a salsicha, o ketchup, a mostarda e o pão vêm em embalagens de papelão ou plástico. Essas embalagens irão terminar no lixo. Quanto mais lixo, mais dinheiro é gasto com coleta, transporte e tratamento que se joga.



* O VINAGRE PODE TANTO SER FEITO DE UVA COMO DE ÁLCOOL, MAÇÃ OU ARROZ.

RASTREANDO UMA CADEIA PRODUTIVA

Todo produto tem a sua história. E ela pode ser mais – ou menos – sustentável

Imagine duas camisetas aparentemente iguais. Na produção de uma delas, suponha que os impactos ambientais foram reduzidos, que todos os trabalhadores tiveram boas condições de trabalho e receberam pagamento justo e que a peça vai durar muitos anos, com cara de nova. Na produção da outra, suponha que houve impactos negativos na natureza, que os trabalhadores não tiveram condições adequadas de trabalho e não receberam um pagamento justo e que o produto vai desbotar depois de poucos meses de uso. Essas duas situações mostram que camisetas aparentemente iguais podem ter causado impactos ambientais e sociais totalmente diferentes. Assim, uma cadeia produtiva pode ser mais – ou menos – sustentável de acordo com as escolhas sociais e ambientais que o produtor faz.

Nas cadeias produtivas menos sustentáveis, o produto final poderá ser inclusive mais barato. O que o consumidor em geral não percebe é que, embora vá pagar menos pelo produto, um dia esse barato vai sair caro. Um exemplo são os impactos de uma camiseta feita com algodão orgânico comparados com outra de algodão não orgânico. Os agrotóxicos da produção não orgânica possivelmente trarão maior produtividade ao algodão, que custará mais barato. No entanto, vão poluir a terra, a água subterrânea e o ar. Todos sofrerão as consequências dessa poluição.

Da mesma forma, quanto mais uma cadeia produtiva atende a critérios de sustentabilidade, mais benefícios ela vai trazer à sociedade como um todo. Uma empresa pode adotar controles ambientais rígidos, escolher fontes de energia renováveis, tratar seus funcionários de maneira justa e dentro da lei e pagar todos os impostos exigidos. Veja exemplos do que pode acontecer na produção de duas camisetas aparentemente iguais.

IDÊNTICOS? QUE NADA!

Compare dois jeitos diferentes de produzir uma camiseta, desde o campo até a loja



AGRICULTURA ORGÂNICA: não utiliza agrotóxicos nem produtos químicos danosos à saúde humana e ao meio ambiente. Dessa forma, mantêm-se a fertilidade dos solos e a diversidade dos seres vivos. Além disso, fazendas de produção orgânica só são certificadas se obedecem às leis ambientais e trabalhistas.



RESPEITO ÀS CONDIÇÕES DE TRABALHO: um processo mais sustentável não tem trabalho infantil, fornece equipamentos de segurança necessários, remunera adequadamente a todos os trabalhadores e garante seus direitos trabalhistas. É assim que acontece em uma cadeia produtiva socialmente correta.



PRODUÇÃO CONSCIENTE: em uma cadeia produtiva mais sustentável, as empresas se preocupam em economizar água e energia elétrica, não despejam resíduos poluentes no meio ambiente e fazem o rastreamento dos fornecedores para garantir que eles também cumprem as normas sociais e ambientais.



COMÉRCIO FORMAL: as empresas podem emitir nota fiscal em cada etapa da produção. Isso garante que o consumidor possa saber a origem de cada uma das matérias-primas usadas na fabricação. Outra vantagem é que a nota fiscal indica que os produtores estão pagando impostos, que irão beneficiar a toda sociedade.



MONOCULTURA: a substituição da cobertura vegetal original por uma única plantação é danosa ao solo e à biodiversidade. O algodão, por exemplo, tem avançado sobre as áreas de cerrado e, segundo o Ministério do Meio Ambiente, estão em risco pelo menos seis áreas de alta biodiversidade desse bioma.



TRABALHO DEGRADANTE: outro fator que pode estar presente em cadeias produtivas menos sustentáveis são as más condições de trabalho geralmente utilizadas na produção. Pode ocorrer, por exemplo, abuso na carga de trabalho, pagamento de salários muito baixos e uso de mão de obra infantil.



CONDIÇÕES INADEQUADAS: uma cadeia produtiva menos sustentável emprega pessoas sem registro na carteira de trabalho e as remunera mal. Outro exemplo é quando há condições de trabalho inadequadas, por exemplo, devido ao uso de produtos químicos sem manejo correto, o que afetará a saúde dos trabalhadores.



COMÉRCIO INFORMAL: outro possível aspecto dessa cadeia produtiva é a venda das camisetas no comércio informal, ou seja, sem emitir nota fiscal e sem pagar os impostos. Assim, é impossível ter certeza de onde vieram as camisetas e como foram produzidas. E, se desbotarem na primeira lavagem, o consumidor não terá a quem reclamar.

BRUNO ALGARVE

CONHECENDO OS IMPACTOS

Nosso consumo pode contribuir para relações mais corretas

Comprar uma camiseta de algodão orgânico com nota fiscal é a garantia de que a peça passou por processos sustentáveis? Nem sempre. Mas a existência da nota é um indicador de que os processos de produção foram legais.

Quando o algodão é orgânico, há uma certificação específica para comprovar isso. O selo aparece aqui, novamente, como aliado do consumidor, garantindo que a produção teve baixo impacto ambiental, não utilizou trabalho escravo nem infantil, economizou água e energia e reduziu de modo significativo os impactos ambientais negativos.

Está aumentando o número de empresas que geram empregos de qualidade, preservam o meio ambiente e incentivam o consumo consciente. É importante que, ao escolher o que comprar, se levem em conta os fatores sociais e ambientais, e não apenas o preço do produto. Afinal, quando compramos de quem segue as normas sociais e ambientais, contribuímos para a construção de um mundo mais sustentável.



PESQUISE!

Busque na internet o filme *História das Coisas*, um documentário de 20 minutos que revela as conexões entre diversos problemas ambientais e sociais e mostra como eles afetam comunidades em diversos países.

UM JEITO DIFERENTE DE PLANTAR

Os alimentos orgânicos reduzem os impactos no meio ambiente
– e ainda fazem bem à saúde

É cada vez mais comum vermos pessoas que se preocupam com a alimentação. Saúde, qualidade de vida e cuidado com o meio ambiente são levados em consideração ao escolher o que colocar no prato. Por isso, muitas pessoas estão optando pelos alimentos orgânicos. Frutas, verduras, hortaliças, cereais: a cada dia, há mais variedade desses produtos produzidos de maneira sustentável. Essa é uma opção saudável em que há a preocupação em reduzir os impactos negativos desde a produção até o momento do consumo.

Os alimentos orgânicos são produzidos em sistemas que não utilizam, por exemplo, agrotóxicos ou insumos artificiais em sua produção, como inseticidas, herbicidas, fungicidas e adubos químicos. Eles também não podem ser organismos geneticamente modificados (OGM), como os transgênicos. Para um alimento processado ser considerado orgânico e receber o selo de certificação, é preciso que ele contenha pelo menos 95% de ingredientes originados da agricultura orgânica.

Um alimento orgânico segue alguns critérios de produção diferentes do processo tradicional utilizado na agricultura. Nos produtos orgânicos, tudo é planejado e controlado de forma a causar o menor impacto nos recursos naturais e valorizar a comunidade produtora. Na horta ao lado, você pode ver alguns pontos importantes relativos aos alimentos orgânicos.

MEIO AMBIENTE

Por não utilizarem agrotóxicos em sua produção, o risco de contaminação do solo e dos lençóis freáticos é reduzido. Assim, os alimentos orgânicos preservam a fertilidade do solo e a qualidade da água e dos demais recursos naturais.

INCENTIVO SOCIAL

A produção orgânica valoriza e incentiva o trabalho da agricultura familiar. Isso contribui para melhorar a qualidade de vida dessas famílias e previne que elas deixem as áreas rurais. Uma das condições para o produto ser certificado como orgânico é uma boa condição de trabalho para todos os seus trabalhadores e o não-uso de mão de obra infantil.

CONTROLE BIOLÓGICO NATURAL

Os próprios recursos da natureza são usados em substituição aos inseticidas para controlar as pragas: pássaros e insetos são polinizadores e também se alimentam das pragas. Compostos orgânicos são feitos com cascas de frutas e de legumes. Os resíduos orgânicos podem ser empilhados e, em mistura com a umidade e o ar, se transformam em alimento para a terra.

SAÚDE

Os consumidores que compram produtos orgânicos prezam uma alimentação saudável, natural e equilibrada. Muitas vezes, acabam pagando um pouco mais para garantir que estão ingerindo alimentos sem produtos químicos e, com isso, diminuem a probabilidade de contrair doenças.



PENSE NISSO!

Comprar produtos orgânicos não significa que estamos zerando os impactos, afinal, não há maneira de ter produção agrícola sem transporte, que gera impactos ao meio ambiente. Isso significa que mesmo a produção de orgânicos irá contribuir para o aquecimento global, mas pelo menos a intensidade ou o tipo dos impactos são menores.

ATENÇÃO,
você está
recebendo uma
BÚSSOLA
BOA SORTE!





3

O PODER DAS ESCOLHAS

MUDAR NOSSAS ATITUDES DE CONSUMO REDUZ OS IMPACTOS QUE CAUSAMOS AO MEIO AMBIENTE

Pense em tudo o que você fez hoje – banho, alimentação, transporte, compras. Como vimos no capítulo anterior, nossas escolhas diárias de consumo têm impacto sobre o desequilíbrio ambiental e social que observamos no mundo. Isso significa que, se cada um mudar seu comportamento de consumo, é possível reverter a situação atual. Por isso você recebeu uma bússola. Afinal, você é quem determina a direção das suas escolhas. Mas será que a ação de uma só pessoa transforma alguma coisa? A boa notícia é que sim. Por exemplo, ao escovar os dentes com a torneira fechada três vezes ao dia, uma pessoa economiza em dois anos 10 mil litros de água, o equivalente a um caminhão-pipa cheio de água. Outros exemplos de ações que você pode adotar: tomar um banho mais rápido, desligar as luzes ao sair de um local, desligar o aparelho eletrônico quando não está em uso, separar o lixo e enviar para a coleta seletiva. Neste capítulo, você verá como os nossos atos individuais de consumo podem contribuir para construir um mundo melhor para todos.

ALEXANDRE IUBRAN

EM CADA AÇÃO, UMA DECISÃO

Não existe um jeito único de fazer as coisas. Para ir à escola, por exemplo, alguns vão de carro, outros pegam um ônibus, outros vão a pé ou de bicicleta. Na sala de aula, você pode escrever dos dois lados do papel ou apenas de um lado. Ao andar na rua, é possível escolher entre jogar no chão um papel de bala ou guardá-lo no bolso até aparecer uma lata de lixo. De volta para casa, é hora de decidir de novo. Ler ou brincar? Reunir-se com amigos para jogar videogame ou para praticar algum esporte? Na hora de ajudar a família nas tarefas domésticas, de novo podemos escolher. Para lavar a louça, é possível deixar a torneira fechada enquanto se passa esponja nos pratos ou fechá-la e economizar água. Ao pegar alguma coisa na geladeira, podemos poupar energia pegando rapidamente o alimento desejado ou desperdiçar eletricidade ao deixar a porta aberta por um tempo mais longo do que o necessário.

Em algumas decisões, fica claro qual é a opção mais benéfica para todos. Deixar a torneira aberta sem necessidade, por exemplo, vai desperdiçar a água que pode faltar para outras pessoas. Em outras situações, pode ser mais complicado ter certeza sobre os impactos de nossas escolhas. Nesses casos, é preciso pensar ou até mesmo pesquisar sobre a origem do que consumimos. O fato é que o tempo todo fazemos escolhas de consumo e, quanto mais preparados estivermos para lidar com elas, melhor saberemos dos impactos que elas trarão para nós mesmos e para o mundo em que vivemos.

DO COMEÇO AO FIM

Conheça as três etapas envolvidas no processo de consumo

O processo de consumo envolve ações de compra, uso e descarte. A compra não acontece só nas lojas. A eletricidade e a água, por exemplo, chegam até nós por meio de uma compra com pagamento mensal. Já o uso de uma cadeira ou de um copo é uma das etapas do consumo desse objeto, mesmo que você nem saiba quando ele foi adquirido. Da mesma forma, o descarte não significa necessariamente jogar fora. Em vez de ir para o lixo, ele pode ser doado. Faça uma reflexão sobre as

etapas do consumo de alguns objetos que você tem em casa. Por exemplo, você já notou se a televisão da sua casa fica ligada mesmo se ninguém está assistindo? O que acontecerá com ela daqui a alguns anos? Vai ser trocada por outra? Será doada para alguém? Se quebrar e não tiver conserto, ela será aproveitada de outra forma? Com perguntas como essas, você perceberá o número enorme de escolhas que fazemos no processo de consumo sem nos darmos conta.



COMPRA

Quando compramos algo, podemos fazer o pagamento antes do uso, como no caso de um caderno, ou depois do uso, como nas contas de energia elétrica ou água. Para evitar o desperdício, não devemos comprar ou gastar mais do que precisamos. Será que precisamos de uma TV no quarto e outra na sala? Além disso, dependendo da maneira como a empresa fabricante da TV trata os seus funcionários, o meio ambiente e a comunidade, ao comprar um produto dessa empresa, indiretamente estamos concordando com a sua forma de agir.



PENSE NISSO!

Do que é composto um aparelho de TV? Ele é feito com materiais como petróleo, areia e metais, que são extraídos da natureza. Muitos componentes da TV são produzidos em diferentes fábricas (ou países!) e transportados até o local onde o produto é montado, distribuído e vendido. Tente escrever as etapas do ciclo de vida de uma televisão e imagine quanta água e energia foi necessária.



USO

Ao comer uma fruta, ligar a TV ou dar a descarga, estamos utilizando algum produto ou serviço. No uso de um produto, é sempre possível encontrar formas de evitar o desperdício. Tirar o fio da TV da tomada ou desligar o botão on/off é um exemplo de redução de desperdício de energia elétrica, já que, para manter o stand-by funcionando para ligarmos a TV com controle remoto, há o gasto de energia elétrica.



DESCARTE

Depois de usarmos um produto, temos que saber como descartá-lo. Pode ser o momento de dar uma nova vida a um produto. Se sua família for comprar um aparelho de TV novo, pode mandar arrumar o antigo e doá-lo a alguém que não tem. A TV pode também ser mandada para reciclagem, de forma que os seus materiais e componentes sejam reaproveitados.

ATITUDES E EMOÇÕES

Ser feliz não depende das nossas ações de consumo

Vivemos em uma sociedade cheia de apelos ao consumo e às compras. Basta ligar a televisão ou abrir uma revista e aparecem ofertas de viagens maravilhosas, roupas cheias de estilo, aparelhos de última geração. As propagandas dão a entender que esses produtos vão tornar nossa vida melhor e, até mesmo, que vamos ser felizes ao comprá-los.

Em muitos casos, é verdade que o nosso bem-estar será maior pelo fato de comprar certo produto. Mas será que, se pensarmos duas vezes antes de comprar e comprarmos apenas o que realmente necessitamos, não vamos ser felizes? Há muitas coisas que podem trazer alegria e realização sem que haja a necessidade de efetuar uma compra. Ajudar ou ser ajudado são gestos de solidariedade fundamentais para que uma pessoa se sinta bem. Ter a certeza de uma amizade sincera nos traz uma grande sensação de acolhimento. Elogiar alguém com sinceridade pode trazer mudanças positivas na própria vida e na vida das outras pessoas. Valores como respeito e dignidade são muito importantes para o nosso bem-estar. Assim, certamente não dependemos da compra de um celular de última geração ou de uma mochila dos sonhos para sermos felizes. E questionar o desejo de comprar tem uma vantagem enorme: podemos refletir sobre as nossas reais necessidades.

UM DIA SEM CONSUMO É IMPOSSÍVEL

A personagem Ritinha contou em seu blog como descobriu isso. Confira a seguir!

Comprar, usar e descartar são ações que fazem parte do processo de consumo, como você já viu na página anterior. A verdade é que você consome muita coisa ao longo do seu dia e nem se dá conta. Por exemplo: se você ganha um chocolate de um amigo, abre o pacote e come, está consumindo o produto mesmo não tendo pago por ele. Quando o professor acende a luz da sala de aula, consome-se energia elétrica. A merenda que se come na escola tem alimentos produzidos e comprados

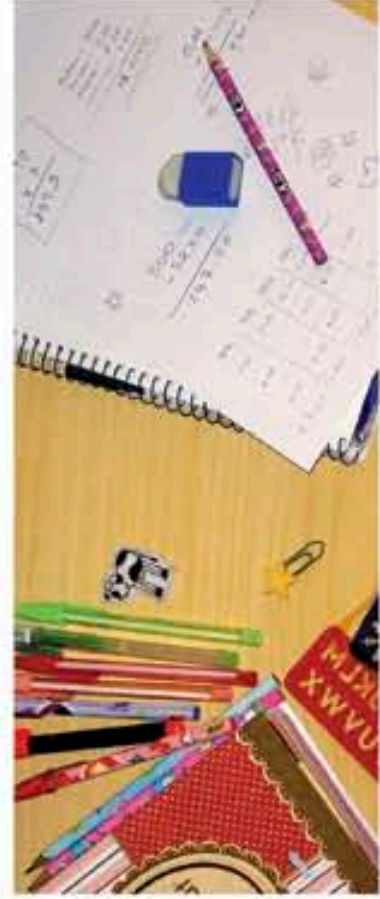
por alguém. Se você usar prato e copo para comer, será preciso água e sabão para lavá-los. Portanto, em praticamente todas as ações do nosso cotidiano, estamos consumindo.

Mas será que é possível passar um dia sem consumir nada? A personagem Ritinha tentou responder a essa pergunta e escreveu tudo num blog, uma página pessoal na internet onde se publicam textos, fotos, áudio e vídeos. O que será que ela descobriu sobre o seu consumo ao longo de um dia inteiro?

Blog da Ritinha

jun 15, 2009 **o que eu consumo num dia?**

Eu me coloquei um desafio: ver se consigo passar um dia sem consumir... Mas, logo que comecei, vi que ia ser difícil. Mesmo tomando banho rápido e escovando os dentes com a tomeira fechada, gastei água. Como acordei morrendo de fome, tomei leite e comi pão com manteiga. Mas não foi só isso. Tomei o ônibus para ir para a escola e gastei o passe escolar. Pensei em não comer a merenda, mas não resisti. Na aula, para consumir menos, em vez das várias canetas coloridas, que eu adoro, decidi usar apenas um lápis. Ficou meio sem graça, mas ficou mais fácil corrigir os erros com a borracha em vez de usar corretivo. Bom, vou almoçar e depois conto sobre a minha tarde (lá vem mais consumo, rsrsrs)... **POSTADO PELA RITINHA ÀS 12:15 H**



COMENTÁRIOS



LUANA DISSE: Oi, Ri. Tudo bem? Eu nunca tinha parado para pensar no consumo de água, mas vi que uso bastante também! Além do banho, de escovar os dentes e da descarga, rego o jardim de casa todo dia. Será que preciso? Ah! Já falei para minha mãe não usar mais a mangueira para lavar a calçada. Vamos tentar economizar nessas pequenas ações. Já ajuda, né? Beijinhos!!

jun 15, 2009 **menos consumo, mais passeio**

Pessoal, a gente consome demais! Juro que estou tentando, mas tá difícil ficar sem consumir. Ok, não deixei sobrar comida no prato no almoço e tentei despistar minha mãe e não escovar os dentes, mas não deu... hehe. Depois, fui ajudar a lavar a louça e acabou o detergente.

Tive que pegar outro, afinal não dava para deixar a louça suja, eca! Mas usei só o suficiente. A lição de casa era só estudar um capítulo do livro, então não comprei e não gastei nada. O livro é emprestado, inclusive... Agora vou aproveitar que está o maior sol e vou ver se consigo me divertir sem consumo. Sem bola de vôlei, sem passear no shopping e sem tomar sorvete. Duvidam? Combinei com a Júlia que vamos de bicicleta ver o jardim novo no parque perto da escola, dizem que está lindo. Fui! **POSTADO POR RITINHA ÀS 16:55 H**



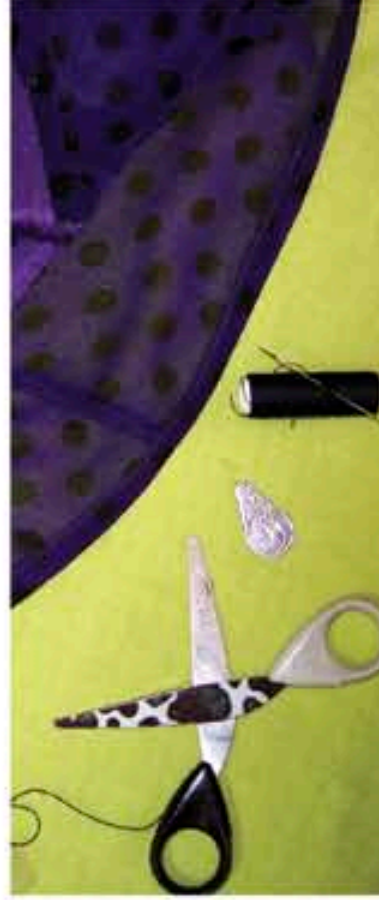
COMENTÁRIOS



RENAN DISSE: Oi, Ri. Tudo bem? Bonito isso... Furou o vôlei com a gente só por causa dessa história de não consumir. Só para te avisar, não adiantou nada, viu? Você usou coisa para caramba além do detergente, hehe. Além das bikes, eu vi você e a Júlia tomando água no bebedouro do parque. Pensa que só por que está lá de graça não conta? Bom, mas vim aqui para avisar que a gente remarcou o jogo para amanhã. Topa? Beijos!

jun 15, 2009 **basta estar vivo para consumir**

Gente, vocês não dão desconto, né? Mas, tirando a água, minha tarde foi quase sem consumo: muitas risadas, muita conversa... Para continuar, de noite resolvi ler um livro em vez de ver televisão. Foi bem divertido. Então, vi minha mãe consertando algumas roupas e pedi para ela me mostrar como se faz. Aprendi a pregar botão e fechar alguns furos. Sim, consumi linha e agulha... Eu sei. Mas, tudo bem, ganhei de volta um vestido que eu amo! Deu até vontade de ser estilista! Não deu para ficar sem consumir, mas percebi que, prestando atenção, a gente consome bem menos e de outro jeito. É diferente! Acabei descobrindo também coisas bem legais para fazer, que eu não tinha pensado antes. Boa noite para quem fica! **POSTADO POR RITINHA ÀS 22:17 H**



COMENTÁRIOS



JÚLIA DISSE: Eu sabia que você não ia ficar sem consumir, haha. Mas gostei de ver, Ritinha. Fez tudo direitinho... Eu sou contra o desperdício também. Se quiser, a gente passa em casa amanhã depois do vôlei que eu vou te mostrar as pulseiras que eu fiz de material reciclado, são lindas! Te ensino a fazer. Beijinhos e até amanhã!

O que ela nem percebeu...

MANHÃ

Ritinha não percebeu, mas consumiu bem mais do que contou no blog. No banho: água, xampu e sabonete. Ao escovar os dentes: água, escova e pasta de dente, além do fio dental. O leite e o pão foram servidos em uma xícara e um prato, que depois foram lavados, consumindo água e sabão. Para ir para a escola, Ritinha foi de ônibus, que é movido a diesel, um combustível fóssil. Na escola, a energia elétrica está por toda parte: na sala de aula, na geladeira da cantina, nos computadores, na iluminação dos corredores. O caderno e o lápis estão também sendo consumidos. Além do consumo na sala de aula: as carteiras, a lousa, o giz, o apagador...

TARDE

O almoço de Ritinha só existiu porque a mãe da menina comprou comida e preparou. Além do consumo de gás e dos alimentos, a família usou panelas, talheres, copos e pratos, que também foram comprados e, algum dia, vão precisar ser trocados por outros. Para lavar a louça, ela usou uma esponja, água e detergente e enxugou a louça com um pano de pratos, que logo precisou ser lavado. Mesmo sem ter comprado o livro, ao usá-lo, Ritinha estava consumindo o produto. Para ela poder ter o livro em mãos, ele teve de ser escrito, impresso, distribuído, o que significou o consumo de muita coisa. A bicicleta que Ritinha usou para chegar ao parque foi fabricada usando muitos materiais. E de vez em quando precisa de manutenção. E para o jardim estar florido e bonito, foram consumidos sementes, água, adubo, ferramentas.

NOITE

Ao trocar a tevê pela conversa, ainda que não tenha usado o mesmo tanto de energia elétrica, Ritinha consumiu a luz que iluminava a casa. Usou o livro para leitura e, junto com a mãe, usou linha e agulha para consertar o vestido. E não podemos nos esquecer de tudo o que estava presente o dia todo na rotina dela: as roupas e o tênis, a toalha do banho, a mesa da cozinha e muitos outros objetos, como a mochila, o estojo... Até mesmo a casa onde ela mora faz parte de seu consumo! Além, claro, do computador, que ela usou para digitar os posts do seu blog, que precisou de conexão com a internet e de energia elétrica. Em cada ação, pequena que fosse, houve consumo.



PESQUISE!

Os blogs são sites que permitem publicar conteúdo na internet de forma fácil e rápida. Que tal pesquisar blogs interessantes e juntar ideias para criar conteúdos sobre o consumo consciente? A Ritinha teve uma ideia interessante. Você também pode ter.

SERÁ QUE EU PRECISO DE TUDO ISSO?

Repensar o nosso estilo de vida é um jeito de fazermos escolhas de consumo mais conscientes

Perceber que podemos fazer escolhas ao consumir é o primeiro passo. Agora vamos pensar em como aumentar os impactos positivos de nossas escolhas e reduzir os negativos. Sabe como isso pode ser feito? Repensando nosso estilo de vida, isto é, a maneira de nos comportarmos, nossa alimentação, as roupas que vestimos, a maneira como nos divertimos, a forma como usamos a tecnologia, a forma como nos transportamos, como nos relacionamos com nossos amigos e nossa família.

Para nos tornarmos consumidores mais conscientes, bastam simples atitudes que levem em conta os impactos

da compra, o uso ou o descarte de produtos ou serviços, além de fazermos escolhas de empresas das quais comprar em função de seu compromisso positivo com o desenvolvimento socioambiental.

É claro que não se espera que as pessoas pensem em todas essas questões a cada vez que forem comprar um pãozinho. Mas, aos poucos, cada um pode desenvolver seu próprio processo de reflexão sobre os impactos do consumo, como o personagem abaixo. Consumir de forma consciente não significa só comprar menos, mas aproveitar os atos de compra, uso e descarte como oportunidades de reflexão.

POR QUE COMPRAR

Mudar o estilo de vida é, em primeiro lugar, pensar na real necessidade de comprar mais um objeto. Daí, me questiono: por que comprar? Essa reflexão é o primeiro passo para um consumo consciente. Será que eu preciso mesmo comprar mais esse objeto ou apenas desejo tê-lo? Será que só estou querendo satisfazer minhas vontades ou realmente preciso desse objeto? É hora de saber o que é realmente necessário e o que é dispensável para minha vida.

O QUE COMPRAR

Outro dia, minha mãe disse que precisava de um sofá novo para a sala. Resolvi questioná-la sobre as características desse produto. Deve ser grande ou pequeno? De pano, de material sintético ou de couro? Com base de madeira ou de ferro? Vamos optar por um sofá um pouco mais caro, mas mais durável? Minha mãe e eu pensamos bastante antes de escolher o tipo de sofá que iríamos comprar. Foi um exercício legal. Farei mais vezes.

COMO COMPRAR

Não é fácil decidir como comprar um produto ou um serviço. A compra pode ser feita perto ou longe de casa, em uma loja maior ou menor, a crédito ou à vista. Pensando em cada opção, percebi que cada uma terá impactos diferentes, tanto positivos como negativos, para nós mesmos e para a sociedade e o meio ambiente. Por exemplo, comprar perto de casa implicará em menos transporte e, por isso, gerará menos emissões de gases de efeito estufa e contribuirá menos com o aquecimento global.

COMO USAR

Mês passado, o celular do meu pai quebrou pela terceira vez e ele decidiu comprar um novo. Aproveitei para contar a ele sobre o que aprendi sobre os impactos das nossas escolhas de consumo. Pesquisei com ele sobre os cuidados sociais e ambientais dos diversos fabricantes de celulares. Comparamos preços, pesquisamos sobre a durabilidade de cada produto na internet e em conversas com amigos e parentes.

Depois disso, meu pai e eu fizemos a escolha da empresa e do modelo que meu pai iria comprar e acho que escolhemos muito bem. Um dos pontos que nos chamaram a atenção foi que a fabricante que escolhemos se compromete a reciclar os componentes do celular quando meu pai for descartá-lo, o que é muito bom. Mas isso vai demorar, já que os produtos são bem duráveis e temos um bom período de garantia.

DE QUEM COMPRAR

Minha avó resolveu ir à feira perto de casa com seu carrinho e comprar frutas e legumes orgânicos. Ela conversou com o feirante, que mostrou a ela a certificação dos produtos como orgânicos. Minha avó já faz bastante para reduzir os impactos negativos de seu consumo e aumentar os positivos. E eu falei pra ela que, no momento de usar o que comprou, ela poderá fazer ainda mais. Ela poderá, por exemplo, reduzir o desperdício, aproveitando integralmente os alimentos, além de prepará-los de maneira saudável.

VAI PAGAR COMO?

Gastar com consciência também é importante

Você pode não ter um emprego e um salário ainda, mas um dia terá de lidar com esse assunto. E a melhor maneira de nunca faltar dinheiro é aprender a usá-lo com sabedoria. Afinal, como você já viu até agora, não se vive sem consumir. O consumo tem um custo e é preciso pagar por ele. Então, como pagar pelo que consumimos?

Você já reparou que muitas lojas oferecem parcelamentos em um número muito grande de pagamentos? Embora pareça uma vantagem pagar parcelas menores, o que pagamos na soma de todas as parcelas ao longo do tempo é, geralmente, muito mais do que se fizermos o pagamento à vista.

A tomada de empréstimos ou financiamentos, principalmente por meio dos cartões de crédito, é cada vez mais comum. Comprar a crédito, usando o banco para pagar pela compra e você pagando de volta ao banco o valor emprestado, pode ser útil em algumas situações. Mas é importante perceber que, ao tomar empréstimos, teremos que pagar juros, o que torna a compra mais cara. E, muitas vezes, muito mais cara. Assim, o controle terá que ser rigoroso para não atrasar o pagamento, visto que o valor dos juros é bastante alto. Para ter uma vida financeira sustentável, não é suficiente ganhar dinheiro: é preciso gastar de forma consciente.

COMO DESCARTAR

Nossa, que divertido pensar em tudo isso. São muitas opções, cada uma possibilitando uma contribuição maior para a sustentabilidade. Ah! E tem também o momento do descarte, que é tão importante quanto as outras etapas do consumo. Quando compramos um novo produto, precisamos decidir se o produto antigo será doado, se será encaminhado para a reciclagem ou se será descartado como lixo. Cada uma dessas opções terá impactos diferentes sobre a sociedade e o meio ambiente.



VAMOS EVITAR O DESPÉRDIO

Um terço dos alimentos comprados vai direto para o lixo

Você já sabe que é possível refletir sobre seu estilo de vida e passar a consumir com consciência sobre os impactos gerados pelo consumo. Agora, vamos ver que o consumo consciente pode ser praticado no dia a dia sem grandes dificuldades. O exemplo a ser usado aqui será o do desperdício de alimentos. Hoje, 14 milhões de pessoas vivem em situação de insegurança alimentar no Brasil, ou seja, vivem sem garantia de uma alimentação adequada e constante. Por outro lado, cerca de um terço de toda comida comprada nas casas brasileiras é desperdiçada. Isso equivale a 39 mil toneladas de alimentos jogados no lixo todos os dias. Isso, além de injusto, custa caro. Se a família média brasileira deixar de desperdiçar 20% do que é comprado e colocar o dinheiro economizado na poupança, ao longo dos 72 anos de vida média dos brasileiros, os quatro membros dessa família terão acumulado mais de R\$ 800 mil. É muito dinheiro!

Você se lembra da água e da energia consumidas nas várias etapas das cadeias produtivas? Esses recursos também vão para o lixo quando jogamos comida fora sem necessidade.

E como fazer para evitar o desperdício? A primeira coisa é planejar as refeições da família. Outra ação é comprar os produtos da época, que costumam ser mais baratos, chegam à feira e ao supermercado fresquinhos e, por isso, duram mais. É importante também levar em conta o tamanho das embalagens para não comprar porções maiores do que o necessário. Se mesmo assim houver sobras das refeições, elas podem ser reaproveitadas. Restos de legumes e carnes podem virar recheio para tortas, bolinhos, sopas etc. Aproveitando os alimentos integralmente, o desperdício é muito reduzido.

BRUNO ALGARVE

Ô, tia! Você tá sabendo que eu vou virar acompanhamento de feijoada?

Eu sei... Você vai para a feijoada e para o samba, mas quem dança sou eu. Amarela e velha porque me esqueceram. Vão usar você e não eu, né?

Oi, cenourinha. Que acha de me acompanhar num recheio de torta?

Estou dentro! Posso levar umas salsinhas junto?

Ô dia, ô vida, ô azar. Sem gosto, sem cor e sem graça. Sem ninguém que me queira, que me morda. Tudo porque fui colhido fora de época e não consegui amadurecer direito...

O que você está olhando? Não é porque eu sou um bife duro que eu sou um bife ruim! Tudo o que eu queria era voltar para um pratinho com arroz e feijão. Dá uma chance?

Não me misturo com ninguém.

Sua venenosa... Você está verde de inveja dos legumes que foram usados já.

Que nada, ela está verde de ter sido esquecida aqui e agora, que está estragando, não pode mais virar nenhuma receita!

Ah! Mandem ela plantar batatas e não amolar!!!

Que bagunça é essa? Galera, hora de dormir! Estou cansada de trabalhar e está tarde. Vamos lá, chega de desperdício de energia! Gastamos muito enquanto vocês ficam aí batendo papo! Todo mundo quieto que vou dar um jeito de fechar essa porta e descansar.

SOCOOOORRO! Está acabando meu prazo de validade! Alguém me tire daqui... Se eu não for consumido hoje, vou estragar....

SELOS DE CERTIFICAÇÃO

Eles ajudam a escolher produtos que consomem menos energia

A lâmpada da ilustração ao lado não estava brincando quando falou de consumo de energia. O assunto é tão importante que, no momento da compra de uma geladeira, por exemplo, é possível optar por modelos que foram produzidos pensando em redução de consumo de energia.

O selo do Procel dá essa indicação para produtos como geladeiras, micro-ondas e liquidificadores. Quando um eletrodoméstico tem esse selo, é possível saber o seu padrão de economia energética em relação aos demais produtos de sua categoria. Produtos que consomem menos energia, além de serem amigos da natureza, são também amigos do nosso bolso.

O Procel é o Programa Nacional de Conservação de Energia Elétrica, que foi criado pelo governo brasileiro para ajudar o consumidor a fazer boas escolhas de produtos em relação ao uso de energia. O objetivo do selo é orientar o consumidor de forma clara e fácil e permitir que ele faça sua escolha de forma consciente. Para receber o selo, o produto é testado de acordo com vários critérios. Depois, recebe uma classificação: "A" quando está no melhor nível de consumo de energia e "B", "C", etc. quando está em níveis piores.

O Procel dá também outras dicas para consumir melhor a energia: sempre que possível, use os aparelhos elétricos fora do horário de pico, deixe-os fora da tomada ou desligue o botão on/off quando não os estiver usando e desligue a chave geral de casa quando viajar.

Sssssssssssssssss! Supergás! Quer dizer, ontem, porque hoje já não estou tão bem, certo? Aliás, alguém podia passar por aqui e se servir de um copo. Estou na maior fissura para sair borbulhando... Só que, aberto do jeito que me deixaram, não vou durar muito! Sssssssss!

NÃO DEIXE OS RECURSOS IREM POR ÁGUA ABAIXO

É possível economizar um pouco cada dia

Fazer uma escolha que reduza os impactos negativos dos atos de consumo está ao nosso alcance em vários momentos da nossa rotina. Mas talvez você não tenha parado para pensar como a repetição desse ato, ao longo do tempo, ganha outra proporção. Nossos atos de consumo, repetidos dia após dia, causam um grande impacto e, por isso, têm um grande poder transformador.

Para você entender melhor, imagine a seguinte situação: toda semana você pega um livro da biblioteca e guarda na sua mochila. Um ou dois livros podem não fazer falta, mas, depois de um tempo, se você não devolver os livros, as pessoas que usam a biblioteca passarão a sentir falta de algum. E, em dois meses, a mochila vai estar cheia de livros e você não vai nem aguentar carregar.

Em outra situação, imagine o que aconteceria se você guardasse R\$ 1 por dia e colocasse o dinheiro na poupança. Com juros, depois de cinco anos, você terá mais ou menos R\$ 2 mil. E, se você colocasse R\$ 1 por dia na poupança desde o seu nascimento até os 65 anos, idade da aposentadoria, você acumularia R\$ 289 mil.

Esses exemplos ilustram a ideia de que a repetição de um hábito terá um grande impacto, podendo ser positivo ou negativo para a nossa vida e a de outras pessoas. E boa parte de nossos hábitos pode ser mudada sem exigir grande sacrifício, possibilitando grandes impactos positivos ao longo do tempo. Vamos ver como podemos mudar nossa forma de consumir e o impacto que isso pode ter.



PESQUISE!

No site do Instituto Akatu pelo Consumo Consciente (www.akatu.org.br), você encontra mais dicas sobre o consumo consciente de água, energia e alimentos e outros temas que estamos tratando nesta Trilha.

BANHO RÁPIDO!

Ficar menos tempo no chuveiro não é difícil – e você economiza mais água do que imagina!

Quanto tempo você demora no banho? Pode ser uma delícia cantarolar ou pensar na vida debaixo do chuveiro, mas existem lugares na casa que podem ser bem mais inspiradores. E, com um banho mais curto, você economiza muita água. Afinal, cinco minutos no chuveiro são suficientes para um bom banho. Veja abaixo alguns impactos de tomar um banho mais rápido:

CONSUMO

Um banho com ducha por cerca de 15 minutos consome, em média, 240 litros de água. Reduzindo para cinco minutos, o consumo cai para 80 litros. Em um mês, a economia é de quase 5 mil litros de água. Em um ano, é de 58 mil! E assim por diante.

ECONOMIA

Se você colocar o dinheiro correspondente à economia diária de água na poupança todos os meses, em 30 anos vai acumular R\$ 10 mil. Se considerarmos uma vida inteira, é possível economizar 4,3 milhões de litros de água, equivalentes a 430 caminhões-pipa de 10 mil litros cheios de água, quase 3 quilômetros de caminhões enfileirados. E, se a economia for colocada na poupança durante toda a vida (72 anos de expectativa de vida do brasileiro médio), serão acumulados R\$ 146 mil.

ABASTECIMENTO

Se metade da população de uma cidade de 100 mil habitantes reduzir o banho de 15 para cinco minutos, a água economizada em um ano será suficiente para abastecer todas as necessidades de água da cidade inteira por mais de nove meses.

DICAS PARA A ECONOMIA DE ÁGUA

● Ao evitar vazamentos, economizamos água e dinheiro. Um vazamento contínuo em um cano, com um buraco de cerca de 2 mm (a largura de um palito de dentes), representa um desperdício de 3,2 mil litros de água por dia. Ao longo de um mês, são 96 mil litros, quantia suficiente para suprir todas as necessidades de água de 30 pessoas durante esse mesmo mês.

● Além de diminuir o tempo do banho, você também pode fechar a torneira ao se ensaboar.

● Lavar a calçada com a mangueira não está com nada. Em 15 minutos, são 279 litros de água tratada indo pelo ralo. É possível, por exemplo, usar a água do enxágue da máquina de lavar roupa para lavar a calçada uma vez por semana e, com isso, economizar mais de 14 mil litros de água por ano, o equivalente a quase um e meio caminhão-pipa cheio de água.

DINHEIRO JOGADO FORA

Tirar o lixo da porta da sua casa e levar até um local adequado, como um aterro sanitário, custa muito caro

Você já fez a conta de quanto lixo você gera por dia? E durante sua vida, qual seria o volume? E você sabe para onde ele vai? Se você não sabe, é uma grande chance de descobrir. Vale a pena, inclusive, saber para onde está indo o dinheiro que seus pais pagam em impostos, já que uma parte do orçamento da prefeitura é gasta com a coleta de lixo.

Para você ter uma ideia do custo do que jogamos no lixo, a prefeitura de São Paulo reservou, em seu orçamento de 2004, R\$ 417 milhões para o lixo. Esse valor foi 2,5 vezes a verba

concedida para a cultura, 6,4 vezes a do meio ambiente e o equivalente a dois terços do que foi destinado à educação.

No Brasil, são produzidas 145 mil toneladas de lixo doméstico todos os dias. Imagine quanto dinheiro é preciso para retirar tudo isso da frente das casas e levar até um local onde ele possa ter um destino mais adequado. Muito dinheiro, não é?! Se não fosse preciso gastar tanto com lixo, o governo poderia investir mais em educação e saúde, por exemplo, o que seria muito melhor para a população em geral.

LIXO EM ETAPAS

Veja quanto lixo uma pessoa acumula em cada fase da vida e reflita sobre suas escolhas

Se você ainda não se convenceu de que vai produzir muito lixo ao longo da vida, acompanhe o volume gerado, a cada fase, nos apartamentos da ilustração.

O lixo reflete nossas escolhas de consumo ao longo dos anos. Será que fizemos boas escolhas e que todo esse lixo era realmente necessário?

Faça um exercício: reflita sobre os bens que são supérfluos e acrescentam pouco à nossa vida. Pense no que pode ser reaqueito e reciclado. E liste as oportunidades de reduzir sua produção de lixo ao repensar o seu consumo.

1 ANO

Nessa fase, ainda não é você quem faz opções de consumo. Por outro lado, podemos observar as escolhas de nossa família e pensar como podemos fazer diferente no futuro.

45 ANOS

Um adulto, além de ser responsável pelas suas escolhas, influi na forma de consumo de sua família. Por isso, é fundamental que ele seja um bom exemplo para os que estão ao seu redor.

15 ANOS

Nessa idade, já fazemos muitas opções: o que vestir, o que comer, o que ler. Por isso, o lixo que produzimos também já é de nossa responsabilidade.

72 ANOS

Qual a imagem que fica de sua passagem na Terra? Está nas nossas mãos fazermos escolhas certas, que nos deem orgulho agora e também lá na frente.

RENOVANDO SEU MODO DE VIVER

Você já ouvir falar nos 4 Rs? São quatro atitudes que podem mudar nosso estilo de vida e, com isso, reduzir a nossa produção de resíduos e de lixo

Repensar as suas escolhas de consumo e os impactos delas na sua vida, na economia, na sociedade e na natureza. Escolha um modelo de consumo que aumente os impactos positivos e diminua os negativos. Avalie o papel do consumo como instrumento de bem-estar na sua vida. Afinal, se a gente não repensar o nosso estilo de vida, será muito difícil mudarmos o nosso comportamento de consumo.

Reduzir o seu consumo apenas ao realmente necessário, diminuindo dessa forma a geração de lixo e também a demanda de recursos naturais necessários à produção do que você consome.

Reutilizar recipientes, embalagens e produtos até o final da vida útil. Em termos de impacto, vale mais a pena consertar o que está quebrado ou sem uso do que comprar algo novo.

Reciclar é a última etapa. Se você fez todas as outras e ainda restaram resíduos, separe os materiais recicláveis (como papel, vidro, plástico e metal) e os encaminhe para a reciclagem.

CALCULANDO NOSSO CONSUMO

Uma pessoa, ao longo de sua vida, produz lixo suficiente para encher até o teto um apartamento de 50 metros quadrados (equivalente a um apartamento de dois quartos). Se isso parece pouco, basta fazer esse cálculo para cinco famílias de quatro pessoas, que precisarão de um prédio inteiro de dez andares, com dois apartamentos de 50 metros quadrados por andar, para colocar o lixo que produzirão durante a vida.



PESQUISE!

Busque na internet o documentário *Ilha das Flores*, que conta a história de um tomate plantado, colhido, transportado e vendido num supermercado, mas que apodrece e acaba no lixo. Será que acaba mesmo? Não. O filme acompanha o tomate até seu verdadeiro final, entre animais, lixo, mulheres e crianças. Que tal assistir e anotar suas impressões?

UM JEITO DE MUDAR O MUNDO

Consuma sem consumir o mundo em que você vive!

Como você viu até agora, vivemos em meio a uma situação de desequilíbrio social e ambiental. Esse desequilíbrio tem relação com os hábitos de consumo de cada um de nós. Tradicionalmente, consumimos levando em conta, basicamente, a relação entre custo e benefício individual.

Entretanto, quando pensamos em consumir com consciência, também levamos em conta os impactos das ações individuais no coletivo. O consumidor consciente leva em consideração vários outros fatores na hora de comprar, usar ou descartar algum produto ou serviço. Para isso, ele faz diversos questionamentos, como: eu realmente preciso disso? Que matérias-primas foram usadas e de onde foram retiradas? A empresa que fabrica esse produto paga seus impostos em dia e valoriza seus funcionários?

Ao fazer essas perguntas, o consumo deixa de ser um ato individual e torna-se uma atitude consciente e que ajuda a transformar a realidade. Ou seja, todo ato de consumo pode ser considerado um ato de cidadania, uma vez que o consumidor tenha consciência de que seu poder de escolha pode construir um mundo melhor.

Veja um exemplo: se muitas pessoas deixam de comprar um produto de uma empresa que não respeita o meio ambiente, ela terá uma queda nas suas vendas e, para não ter prejuízo, será obrigada a mudar suas práticas.

Outra característica do consumidor consciente é que ele também se preocupa em diminuir o desperdício e em deixar de consumir produtos dos quais não precisa realmente. Seja ao comprar um objeto, seja ao utilizar um serviço, ele age com prudência e bom senso.

O consumidor consciente busca o equilíbrio entre a sua satisfação, a preservação do meio ambiente e o bem-estar da sociedade.



PENSE NISSO!

Quais foram os momentos mais felizes da sua vida? Faça uma lista de situações em que você se sentiu muito bem. Junte seus amigos e troque essa experiência com eles.

O CONSUMO E A FELICIDADE

Consuma sem limites o que vem do coração: amor, beleza, amizade, carinho, respeito...

Você conhece aquele ditado que diz que “dinheiro não traz felicidade”? Já refletiu sobre esse assunto? Esse é um tema muito importante na nossa vida e que está diretamente ligado às nossas escolhas de consumo.

É claro que o dinheiro é importante para que possamos ter muitas de nossas necessidades atendidas. Mas ele não é tudo. Uma pesquisa feita no Japão mostrou que mais dinheiro não necessariamente traz mais felicidade. De 1958 a 1988, a renda do japonês saltou seis vezes e os níveis de bem-estar declarados pelas pessoas se mantiveram praticamente os mesmos.

Um dos indicadores mais usados para saber comparar o desenvolvimento dos países é o PIB (Produto Interno Bruto), que mede a riqueza econômica. Para questionar a ideia de que a renda e o consumo eram os dados mais importantes, o governo do Butão, um pequeno país na Ásia, propôs medir o desenvolvimento pelo FIB – Felicidade

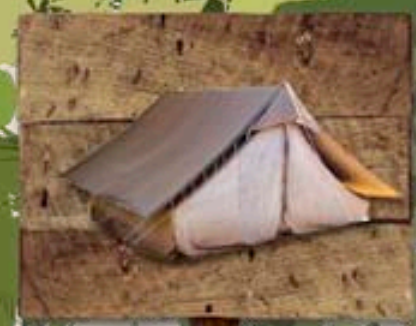
Interna Bruta, que avalia fatores como felicidade, saúde e bem-estar da população. Com o FIB, descobriu-se que as pessoas do Butão eram bem mais felizes do que as de outros países mais ricos.

Que tal ter a consciência de que podemos consumir exageradamente amor, beleza, amizade, carinho, delicadeza, sensibilidade, compaixão, respeito, justiça e tantas outras maravilhas que têm um estoque inesgotável?

Muitas das coisas boas, que tornam as pessoas felizes e melhores, não são bens que possam ser comprados e vendidos: são valores, atitudes, sentimentos e emoções que não têm preço, mas que valem muito. E são “coisas” que não acabam à medida que as “consumimos”: pelo contrário, surgem e se multiplicam na medida em que as percebemos e praticamos.

E você? Sabe o que o faz feliz? Que tal soltar belas palavras ao vento e disseminar o consumo consciente?

ATENÇÃO,
você está
recebendo uma
BARRACA
BOA SORTE!





4

UMA TRILHA ADIANTE

CADA UM FAZENDO SUA PARTE, TRANSFORMAR A REALIDADE PODE SER MUITO MAIS FÁCIL

Se cada um de nós, sozinho, tem poder para transformar a realidade por meio de seu consumo, imagine o poder que tem um grande grupo, como o da barraca ao lado. Se muito mais pessoas mudarem sua forma de consumir, a rapidez com que se dará a transformação será bem maior. Por isso, que tal começar conversando com seus pais, irmãos, amigos? Fale sobre a importância de repensar a forma de consumir, sobre o impacto de cada um sobre o meio ambiente e sobre a urgência de mudar alguns hábitos. Fazendo isso, você estará sendo um multiplicador do consumo consciente. A força do exemplo é poderosa. É como se cada um de nós fosse um dos atores de uma peça, representando um personagem com o qual o público se identifica. Sendo um exemplo de alguém que trabalha para uma vida melhor para todos, você estará influenciando os que estão ao seu redor. E não é preciso nem fazer o convite, pois todos já estão na plateia dessa peça, na qual você, personagem que pratica o consumo consciente, vai influenciar a todos.

UM PLANO PARA SALVAR A VIDA NA TERRA

É possível criarmos um futuro melhor – e muita gente já está fazendo isso.

O que você pensa sobre o meio ambiente? Você pode ser mais ou menos engajado, mas certamente já refletiu sobre os recursos disponíveis no planeta. E não é à toa. Afinal, você faz parte de uma geração que já vem pensando nas relações do homem com o meio ambiente.

Hoje já temos muitos caminhos para mudar nosso estilo de vida e, com isso, garantir que as gerações futuras tenham direito aos recursos existentes no planeta, assim como nós já temos. Isso se deve principalmente a diálogos e compromissos assumidos no passado. Um dos principais momentos que marcaram essa reflexão foi a Conferência das Nações Unidas para o Meio Ambiente e o Desenvolvimento, que aconteceu no Rio de Janeiro, em 1992. Daí surgiu o nome pelo qual ela ficou mais conhecida: Rio 92 (ou Eco 92). Nessa conferência, que reuniu governantes e ambientalistas de muitos países, foi proposto o conceito do **Desenvolvimento Sustentável*** e constatou-se por todos que era necessário reverter os sérios danos ambientais causados pelas ações de consumo da humanidade.

Um dos documentos que refletem essas preocupações e o compromisso de mudar a forma de pensar e de agir da humanidade é a **Carta da Terra**. Na Rio 92, a Carta ficou como um tema não concluído, tendo sido retomado em 1997 com a criação de uma comissão que reuniu centenas de entidades do mundo todo, de diferentes regiões, culturas, religiões e setores da sociedade.

A Carta da Terra estabelece uma base ética sólida para uma colaboração de todos na construção de um mundo sustentável. Propõe um mundo baseado em respeito à natureza, direitos humanos universais, justiça econômica e criação de uma cultura de paz.

Seguir os princípios e valores da Carta da Terra leva a uma sociedade sustentável, justa e pacífica. São princípios universais, que qualquer um de nós pode aplicar em sua vida. Baseia-se na ideia central de que somos todos uma grande família, na qual plantas, animais e seres humanos formam um todo complexo e interdependente.

Nas próximas páginas, você vai conhecer os quatro princípios da Carta da Terra e ver alguns caminhos para construir um mundo melhor para todos.



CONHEÇA!

*** DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL:** segundo a Comissão Mundial sobre Meio Ambiente e Desenvolvimento da Organização das Nações Unidas, desenvolvimento sustentável é um conjunto de processos e atitudes que atende às necessidades presentes sem comprometer a possibilidade de que as gerações futuras satisfaçam as suas próprias necessidades.



RESPEITAR E CUIDAR DA COMUNIDADE DA VIDA

“Assegurar a generosidade e a beleza da Terra para as atuais e as futuras gerações”

Você tem ou já teve algum animal de estimação, como um gato ou cachorro? Se nunca teve, deve conhecer alguém que tem e sabe como ele é importante e querido pelo seu dono. Assim como os animais de estimação, todos os outros seres vivos, sem exceção, têm o direito de serem tratados com dignidade e respeito.

Além disso, o planeta é uma casa comum a todos que compartilham o seu espaço e os seus recursos naturais. Ninguém tem o direito de consumir de tal forma que coloque em risco a existência e o bem-estar de outros seres e outras formas de vida existentes. Esse é um dos importantes pontos levantados na Carta da Terra.

Essa Carta é um tratado de esperanças. É fruto da ciência contemporânea, da sabedoria e das tradições filosóficas e religiosas de diferentes povos, dos tratados e declarações internacionais e dos melhores exemplos práticos para criar comunidades sustentáveis. E coloca os princípios básicos para uma convivência pacífica e harmônica entre os homens e dos homens com a natureza.

Todo ser humano tem uma enorme capacidade de criação e realização. E a Carta da Terra define os princípios para que, ao longo da vida, cada um aproveite as oportunidades de se desenvolver e contribua para que as pessoas ao seu redor também se expressem e se realizem.



CLUBE DE TALENTOS

Supere as dificuldades com o que cada um tem de melhor

Se alguma coisa parece difícil para você fazer sozinho, por que não chamar mais gente que tenha o mesmo objetivo? Olhe ao seu redor: quantos de seus colegas possuem personalidades e habilidades diferentes e interessantes? Se vocês unirem forças, serão capazes de fazer o que parece difícil para cada um fazer sozinho. Juntos, a capacidade de criar, descobrir e inventar será maior ainda.

Que tal criar um Clube de Talentos e unir pessoas dispostas a trabalhar em grupo? Imagine uma meta comum, como organizar um teatro ou um show de calouros. Cada projeto realizado pelo Clube pode ter um líder*, e é importante que várias pessoas tenham a chance de liderar. As tarefas devem ser identificadas e distribuídas de acordo com o interesse e as habilidades de cada um. Diante das dificuldades, a ajuda de todos é a melhor ferramenta para buscar sua superação.

Mas o mais importante é perceber que cada um de nós tem um poder enorme de transformação e que, no coletivo, esse poder fica muito maior.



PENSE NISSO!

* **LÍDER:** para você, o que é ser um líder? Você tem alguém que considere ser um? Por que você o admira? Um líder pode ser uma pessoa famosa, alguém da sua família, de sua comunidade ou um amigo. Ah! Você pode ter mais de um líder. E pode também querer ser um líder.



INTEGRIDADE ECOLÓGICA

“Adotar estilos de vida que acentuem a qualidade de vida e a subsistência material num mundo finito”

A Carta da Terra deu atenção especial ao meio ambiente. Como você já sabe, tudo que consumimos vem dos recursos naturais. A nossa forma de consumo pode ameaçar de extinção diversas espécies e ecossistemas, até mesmo aqueles cuja existência ainda nem conhecemos. O desenvolvimento sustentável sugerido pela Carta da Terra propõe recuperar regiões e espécies que tenham passado por danos, assim como criar reservas de proteção ambiental.

Ela recomenda que recursos renováveis, como a água, o solo, as florestas e a vida marinha, devem ser administrados de forma que possam se regenerar continuamente. E que os recursos não renováveis, como minerais e combustíveis fósseis, sejam consumidos de forma controlada, sem causar problemas ambientais graves. Como não sabemos com certeza até onde podem ir os impactos de nossas ações, a Carta da Terra recomenda sempre uma postura de precaução para evitar danos ambientais irreversíveis.

Propõe também que se reduzam, reutilizem e reciclem materiais usados na produção e no consumo. Além disso, sugere que os resíduos possam ser incorporados pelos sistemas ambientais e que se incentive o uso de fontes energéticas renováveis, como a energia do Sol e do vento. Outro ponto que a Carta da Terra deixa bem claro é que é perfeitamente possível fazer com que o desenvolvimento e a preservação ambiental caminhem juntos. Para isso, será preciso mudar o estilo de vida, visto que o atual está levando a uma forte deterioração ambiental.

Até aqui, já apresentamos algumas maneiras de refletir sobre isso e, daqui para a frente, com o conhecimento que está adquirindo, você poderá criar novas maneiras de aplicar as dicas no seu cotidiano.



DETETIVE AMBIENTAL

Desperte o investigador que há em você!

Investigue as relações da sua escola com o meio ambiente e descubra o que pode ser feito para reduzir os impactos negativos. Veja abaixo algumas perguntas para você se inspirar e começar a investigação, mas lembre-se de que você pode criar muitas outras, conforme a sua realidade.

- Qual o destino do lixo orgânico da sua escola? E o lixo que pode ser reciclado vai para a coleta seletiva?
- Como são cuidadas a vegetação e as árvores de sua escola e das redondezas? Você e seus colegas já plantaram alguma árvore?
- A escola tem jardim, horta ou árvores frutíferas? Como são cuidadas?
- Como os animais que aparecem por perto da escola, como pássaros, abelhas, cães e gatos, são tratados?
- As luzes permanecem acesas durante todo o dia? Por quê?
- Existem vazamentos nos canos e nas torneiras?
- Os alunos se lembram de fechar as torneiras ao escovar os dentes e ensaboar as mãos?
- Os estudantes desperdiçam o lanche ou a merenda?
- Como está a limpeza da escola? Os alunos estragam as carteiras e as áreas comuns? Por quê?
- Os alunos escrevem para os responsáveis da escola para fazer sugestões e reclamações?



PENSE NISSO!

Aproveite as informações que você coletou na escola e escreva um texto criativo e inspirador sobre o cuidado com a natureza. Compartilhe com seus colegas, divulgue para mais pessoas e pense como você pode contribuir para mudar a situação à sua volta.



JUSTIÇA SOCIAL E ECONÔMICA

“Prover cada ser humano de educação e recursos para assegurar uma condição de vida sustentável...”

Há milhares de anos, o dinheiro é a base da economia do mundo. É com ele que compramos e vendemos praticamente tudo o que consumimos. No entanto, vivemos numa situação socialmente injusta, em que milhões de pessoas vivem miseravelmente, enquanto cerca de 20% da população mundial concentra quase toda a riqueza do mundo (*saiba mais na pág. 13*). A origem desse problema não é o dinheiro em si, mas o tipo de relação econômica estabelecido ao longo do tempo, que favorece quem já tem mais condições e não oferece oportunidades para quem tem menos.

A boa notícia é que existem alternativas mais justas para lidar com a economia e fazer a produção e a venda de produtos. A Carta da Terra apresenta o conceito de economia solidária, que valoriza a justiça e o bem-estar social das pessoas, buscando ao mesmo tempo usar os recursos naturais de forma mais respeitosa.

Além disso, a economia solidária busca trabalhar com igualdade de oportunidades, em que homens e mulheres têm direitos iguais e os grupos mais frágeis e as minorias têm seus direitos respeitados.



PENSE NISSO!

Como seria um mundo com justiça social e econômica? Reflita e escreva sobre seus ideais. Junte alguns amigos e pensem o que vocês podem fazer para tornar seus sonhos uma realidade.



FEIRA DE TROCAS

Muita coisa que parece não ter utilidade para você pode servir para alguém

Reúna alguns amigos para uma Feira de Trocas. Todos que tenham interesse em trocar devem levar objetos em bom estado: roupas, livros, artesanato. E podem oferecer até mesmo serviços, como fazer uma massagem ou consertar uma bicicleta.

A ideia é desenvolver um sentido de coletividade por meio da troca de produtos e serviços e, com essa atividade, cultivar princípios como o de solidariedade, gentileza, respeito, confiança, sociabilidade e desapego.

A troca como atividade social existe há muito tempo e consiste na negociação entre duas partes ou entre pessoas ou grupos de pessoas, que chegam a um acordo de que dois itens são equivalentes um ao outro e podem ser trocados. Com a grande concentração de renda que o mundo vive hoje, o dinheiro está se concentrando nas mãos de poucas pessoas. Estabelecer relações de confiança, trocar gentilezas, reduzir a acumulação de bens, cultivar o bom humor e a amizade são princípios muito importantes nestes tempos de mudanças e de incertezas.

THAIS BELTRAME

4 PRINCÍPIO DEMOCRACIA, NÃO-VIOLÊNCIA E PAZ

“Integrar, na educação formal e na aprendizagem ao longo da vida, os conhecimentos, os valores e as habilidades necessários para um modo de vida sustentável”

Como será que é viver sem se preocupar com a violência? Um dos princípios da Carta da Terra é dedicado à paz. Ela propõe a participação pacífica das pessoas na sociedade, de tal forma que alguém que colabora com os outros vá viver num mundo mais agradável e com pessoas mais felizes ao seu redor. Conviver, trocar experiências, participar, respeitar. Essas são algumas das palavras que fazem parte do vocabulário de quem quer viver em paz.

Outra consideração importante é que as escolhas que têm impacto coletivo precisam ser um reflexo da vontade da maioria. É importante que todos tenham voz. Você sabe o que é isso? Ter a chance de expressar as próprias ideias não é algo que todo mundo consegue fazer como gostaria. E, além de se expressar, as pessoas precisam também saber ouvir. Você já parou para ouvir com cuidado o que pensam seus amigos e sua família? O que eles sentem? O que os deixa felizes?

Ouvir com paciência e sinceridade, ouvir para compreender, é um passo importante na construção de um mundo melhor. É um jeito sincero de estabelecer a comunicação com outras pessoas. Em todos os grupos em que há espaço para falar e ouvir, muitas ideias recebem a atenção que merecem. Quando todos compartilham e praticam essa forma de se comunicar, as pessoas têm mais chance de viver em paz, exercitando as habilidades de ouvir e de se expressar numa roda, contando suas histórias ou mesmo numa simples conversa sobre um tema em que todos participem.



JOGOS COOPERATIVOS

Jogar uns com os outros e não contra os outros

Qual é o seu jogo preferido? Você já imaginou uma maneira de jogá-lo em que o mais importante é que seja superdivertido, independentemente de quem ganha ou perde? É assim que funcionam os jogos cooperativos. Neles, aprende-se a considerar o outro jogador como um parceiro, e não como um adversário. Nos jogos cooperativos, os jogadores aprendem a se colocar no lugar dos outros, priorizando sempre os interesses coletivos. Esse tipo de jogo serve para reforçar a confiança em si mesmo e nos outros que jogam.

Ao se jogar cooperativamente, se aprende a conviver consigo mesmo e com as outras pessoas. Não há a seleção dos melhores porque cada um é vital para a brincadeira em cada momento. Não há primeiro nem último lugar porque o lugar que cada um ocupa é o lugar comum de todos.

Há diversas possibilidades de pensar em jogos cooperativos. Que tal um espaguete humano? Forme um grupo de seis jogadores ou mais e faça um círculo. Cada pessoa estende um braço e segura na mão de outra pessoa, que não pode ser a mesma pessoa de quem ele já está segurando a mão. Os jogadores formam um espaguete humano e, em seguida, o grupo deve tentar se desenrolar, sem soltar as mãos, até formar um círculo novamente. Quando o círculo estiver pronto, não haverá problema se algumas pessoas não estiverem de frente para o centro. O importante é que o círculo esteja formado pela ação de todos.

THAIS BETRAME

No consumo consciente, a boa comunicação vale ouro

Nas próximas páginas, você verá como as ferramentas de comunicação podem se tornar aliadas fundamentais para quem pensa em ser um líder do consumo consciente. A comunicação, quando bem feita, pode ajudar você a trazer mais amigos para uma atitude como a da redução do uso de sacolas plásticas.

Quando alguém ouve sua mensagem e divulga essa ideia, o assunto pode ganhar asas e continuar sendo disseminado por outras pessoas sem que você se dê conta. O tempo todo, nossas palavras e atitudes estão sendo observadas e percebidas pelas pessoas ao nosso redor. Sem querer, podemos acabar até liderando uma nova forma de agir, ou seja, podemos servir de exemplo, sermos líderes de um conceito ou de uma prática mais sustentável.

Esse é um enorme poder que temos nas mãos e podemos escolher usá-lo para mudar o mundo para melhor. Vale tudo para despertar o interesse e a curiosidade no tema do consumo consciente. Só não vale ser insistente e querer obrigar alguém a pensar como você...

A cada dia, temos diversas chances de comunicar nossa mensagem de maneira criativa e divertida. Veja na ilustração ao lado como uma ideia ganha asas e escolha o seu meio de comunicação!



Hoje, eles são parte integrante da nossa vida.

Você sabe quando eles surgiram

e que inovações trouxeram? Veja ao lado



Com a escrita, houve a possibilidade de transmitir uma mensagem sem alguém estar por perto. Além de cartas e bilhetes, surgiram os livros, no início escritos a mão, que deixavam mensagens um pouquinho maiores...



No século 15, com a invenção da imprensa, foi possível imprimir a mesma mensagem várias vezes. Assim nasceram jornais, revistas, folhetos e cartazes, que passaram a levar informações a um número maior de pessoas.



Na década de 1870, Alexander Graham Bell desenvolveu o telefone e criou a primeira companhia telefônica do mundo. A invenção permitiu que duas pessoas em localidades distantes conversassem, o que mudou totalmente o alcance das mensagens faladas.



Criado no fim do século 19, o rádio rapidamente tornou-se um meio de comunicação popular no mundo todo, transmitindo músicas, radionovelas e notícias numa velocidade e alcance muito grandes.



Muita coisa mudou depois da chegada da TV, por volta de 1930. Ela passou a ter um alcance ainda maior do que o rádio graças ao poder de juntar a imagem e o som. A partir de 1950, as imagens em preto e branco ficaram coloridas e cada vez mais pessoas tiveram acesso.



A internet é muito recente – foi criada na década de 1990 –, mas já transformou muito o jeito como nos comunicamos. Uma mensagem, uma foto e um vídeo, produzidos na sua cidade, podem ser acessados na mesma hora por milhões de pessoas de qualquer lugar do planeta.

FERRAMENTAS PARA MULTIPLICAR A VOZ

Veja soluções que estão ao seu alcance

São muitos os meios de se comunicar, como você acabou de ver. Isso não quer dizer que, para dar o seu recado sobre o consumo consciente, você precise aderir a uma forma convencional, como um telefonema. Existem outras maneiras divertidas e interessantes de divulgar e começar a colocar em prática as ideias que tornam esse conceito uma realidade. Os formatos e os veículos de comunicação, que estão estampados na ilustração ao lado, servem para qualquer tipo de conteúdo. Basta ser criativo.

COMO FALAR SEM SER CHATO

Algumas dicas para você não ser um mala

- Cuidado com o alarmismo: o medo imobiliza ou destrutura
- Evite apontar o dedo. A culpa afasta as pessoas
- Aponte sempre o melhor caminho, buscando alternativas criativas para os problemas
- Mostre sempre que o consumo consciente é uma oportunidade de contribuição
- Valorize o poder das pessoas na construção da sustentabilidade
- Deixe claro que a ação de uma única pessoa tem um grande impacto e que cada um pode contribuir



PESQUISE!

Procure saber quais ferramentas de comunicação entre as sugeridas nesta página podem ser aplicadas na sua escola, no seu bairro e na sua cidade. E depois mãos à obra!

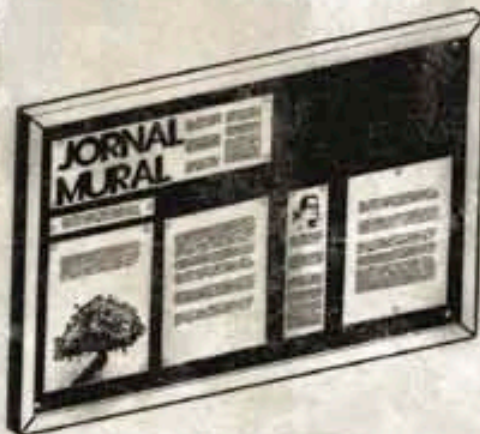
RÁDIO NA ESCOLA



ALÔ, COMUNIDADE!

Que tal uma rádio interna, que permita aos alunos expressar o que pensam e divulgar eventos e ações na comunidade? Imagine, por exemplo, o impacto de uma campanha de redução do desperdício de alimentos, veiculada no intervalo, feita pelos próprios alunos, com entrevistas com as merendeiras. Mas não é só isso: a rádio permite explorar vários formatos, como entrevistas, reportagens, debates e campanhas. Essa programação, criada e desenvolvida pelos alunos, pode ter um tempero a mais com quadros de humor e paródias.

IMPRESSOS



ACONTECEU, VIROU MANCHETE

Com os impressos, você pode transmitir informações sobre o consumo consciente para dezenas de pessoas ao seu redor. Escolha um tema, pesquise e crie um formato. Uma ideia, por exemplo, é criar um jornal com informações sobre o excesso de embalagens e de que forma podemos contribuir para reduzi-las. Usando fotocópias, podemos criar panfletos e até um jornal. Podemos também expressar artisticamente a ideia em um mural ou uma exposição de cordel, por exemplo. Já imaginou o impacto visual de um mural com mensagens escritas em embalagens reaproveitadas e sacos plásticos ou caixinhas do tipo longa vida?

INTERNET



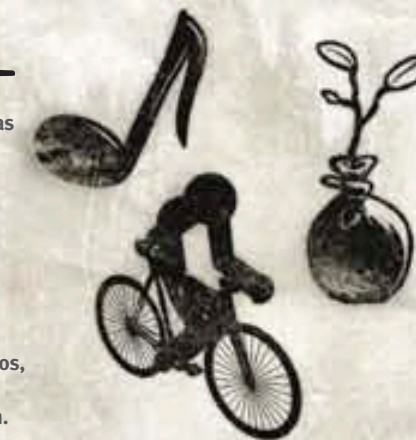
CONECTADOS E SEM FRONTEIRAS

A internet oferece uma infinidade de ferramentas que permitem que você publique textos, fotos, áudio e vídeos, que podem ser acessados tanto por seus colegas como por pessoas do outro lado do mundo. Quer um exemplo de como mudar a vida das pessoas com a rede? Você pode criar uma campanha de consumo consciente de energia que envolva os amigos da sua escola e do seu bairro e organizá-la pela internet, por meio de um blog. Nele, vale postar dicas, informações e entrevistas. As redes sociais, como o Orkut, são perfeitas para mobilizar as pessoas. No fim da campanha, você pode postar no blog fotos e vídeos feitos pelas pessoas que participaram. A melhor parte: as ferramentas são fáceis de usar e na própria internet há explicações de como dominá-las.

EVENTOS

FESTA DA CULTURA!

Eventos são formas divertidas de chamar a atenção das pessoas para uma causa, como o desperdício de água e a redução das emissões de gases do efeito estufa. Escolha um tema e junte-se a um grupo de amigos para organizá-lo e dividir tarefas: procurar um local, fazer a divulgação e preparar a decoração. Pode ser uma exposição, um sarau literário ou musical, uma festa da cultura com alimentos orgânicos preparados por pessoas da comunidade, um show... ou várias dessas atividades ao mesmo tempo! Eventos esportivos, como gincanas e passeios ciclísticos, também podem unir as pessoas a uma causa e um objetivo em comum.



ASSOCIAÇÕES

COLETIVOS PELO BEM DE CADA UM

Algumas ideias demandam mais tempo e pesquisa para serem colocadas em prática, assim como precisam de mais gente para fazer acontecer também. Implementar a coleta seletiva na sua escola, por exemplo, requer mais planejamento e organização do que fazer uma gincana. Nessa hora, as associações são perfeitas. Pode ser um grêmio estudantil que reúna os alunos e permita fazer melhorias na escola ao longo do ano, por exemplo. Ou um coletivo, que nada mais é do que um grupo de pessoas organizadas ao redor de um assunto em comum – que pode ser a criação de uma horta orgânica.



EM BUSCA DE OUTRO COMEÇO

Uma pausa na caminhada nos faz olhar ao redor e procurar um novo sentido para a vida

Ao longo de toda esta Trilha do Consumo Consciente, você teve a oportunidade de ver que nosso estilo de viver e consumir causa impactos e ameaça, inclusive, a nossa existência na Terra. Você também viu que somos parte de uma complexa teia da vida e, por isso, nossas ações podem causar impactos não só na vida de quem está próximo da gente (como nossa família e nossos amigos) mas também na de pessoas que estão a milhares de quilômetros de nós.

Por outro lado, a Trilha do Consumo Consciente mostrou que é possível pensar e agir de forma diferente, ou seja, é possível deixar mais rastros positivos do que negativos. E a geração da qual você faz parte tem muito a contribuir. O que queremos dizer é que você também pode ser um agente multiplicador dessa mudança. Um multiplicador do consumo consciente!

Nesta jornada, você conheceu melhor a realidade à sua volta e entendeu que, para viver junto, em comunidade, cada um tem o seu papel e deve buscar o seu lugar no mundo. Dúvidas e questionamentos sempre aparecem, não é? Isso é perfeitamente natural. Em toda caminhada, surgem obstáculos. Nossas opções são muitas: podemos parar, olhar e nos sentir desmotivados a continuar caminhando; podemos olhar para os obstáculos e passar um bom tempo refletindo sobre como podemos ultrapassá-los; podemos sair correndo e pular, sem nem mesmo pensar nas consequências, e podemos, também, entender as dificuldades, trocar experiências com quem já passou por isso e, quando nos sentirmos seguros, continuarmos a caminhada, fazendo do obstáculo mais um degrau ultrapassado na trilha da vida. O que você pretende fazer daqui para a frente?



CONHEÇA!

* A UMAPAZ faz parte de um Projeto da Secretaria do Verde e do Meio Ambiente da Prefeitura do Município de São Paulo e teve como objetivo, com o *Dicionário da Paz*, contribuir para a educação para a paz e para a prática da resolução pacífica de conflitos, da solidariedade e do respeito à vida. A elaboração do *Dicionário da Paz* contou com a colaboração de participantes do Curso a Distância de Mediação de Conflitos Socioambientais

NOVO MUNDO, NOVOS SIGNIFICADOS

Na busca de outros sentidos para a vida, que tal repensar algumas palavras?

O mundo está mudando e, com ele, algumas palavras ganharam novos significados. A Universidade Aberta do Meio Ambiente e Cultura de Paz (UMAPAZ)* criou o *Dicionário da Paz*, um conjunto de palavras e significados que resume uma forma pacífica e cooperativa de estar no mundo e construir o futuro. Leia algumas dessas palavras e tente você mesmo pensar no que elas significam para você.

Amizade: confiança, solidariedade e afeto recíprocos.

Atitude: modo de proceder, comportamento. A palavra atitude vem sendo utilizada para pessoas que têm coragem de agir segundo a sua consciência, em situações em que seu agir contraria o modo de agir da maioria das pessoas. Exemplo: defender alguém, um animal ou um bem natural, como a água, numa situação em que todos pouco se importam.

Boa vontade: vontade direcionada para o bem, disposição para o bem. Pessoa de boa vontade é aquela disposta a praticar o bem, a agir em auxílio de outra de forma voluntária, sem que seja por obrigação.

Compromisso: empenho de cada parte na realização do que foi acordado, compromissado. Capacidade de honrar a sua parte no acordo. Também é usado para expressar a atitude de quem tem compromisso com uma causa, com uma ideia e age de acordo em esse propósito.

Coragem: firmeza nos propósitos e nas ações, ousadia, intrepidez diante de ameaça ou perigo, coerência.

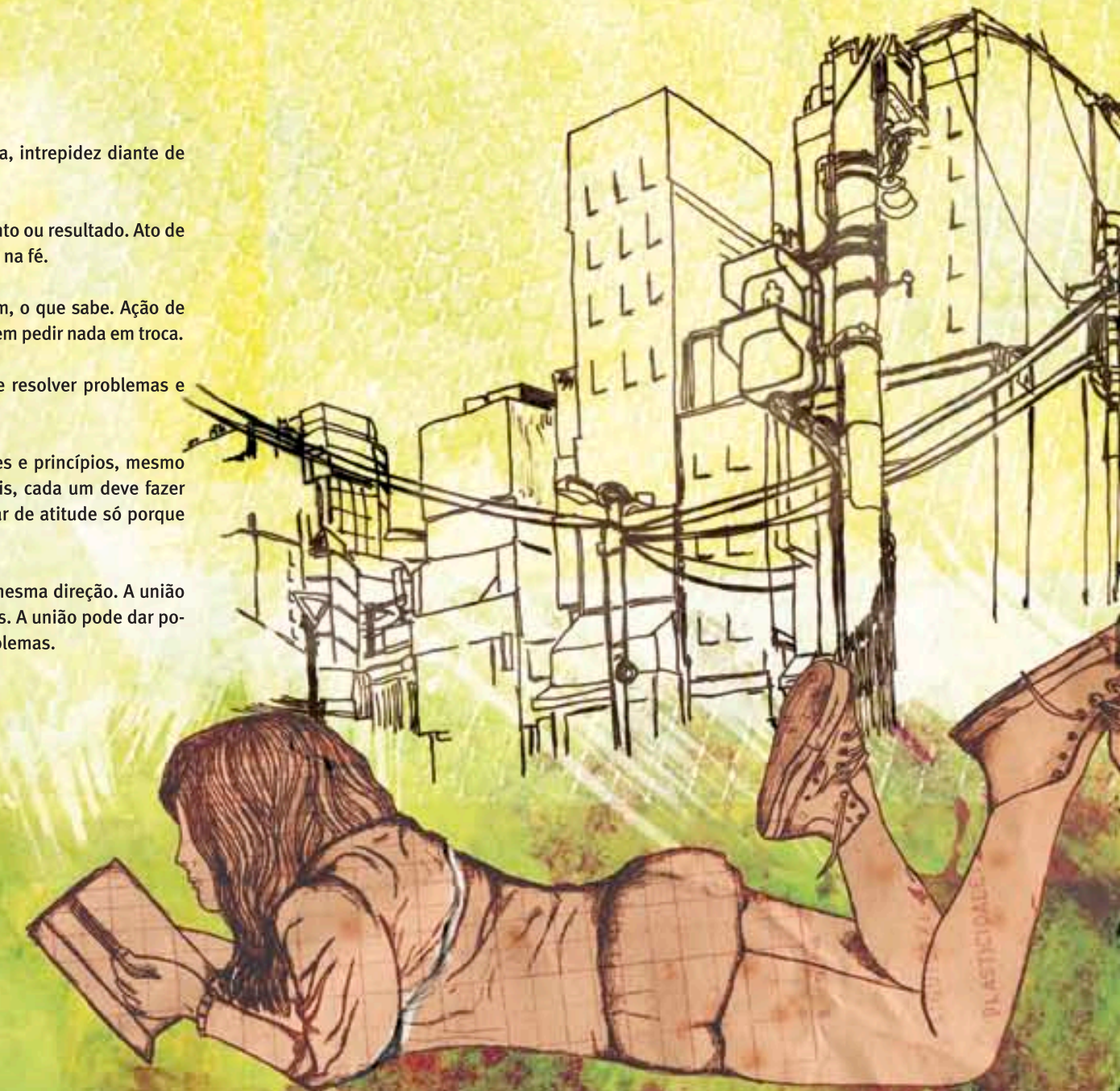
Esperança: sentimento de confiança num acontecimento ou resultado. Ato de esperar com confiança, com fundamento na experiência ou na fé.

Generosidade: capacidade de compartilhar o que tem, o que sabe. Ação de ajudar o outro, com suas riquezas materiais ou imateriais, sem pedir nada em troca.

Paciência: consiste em suportar dores e infortúnios e resolver problemas e dificuldades com coragem, tolerância e persistência.

Perseverar: conservar-se firme e coerente com valores e princípios, mesmo nas adversidades. No caso dos problemas socioambientais, cada um deve fazer a sua parte e conservar-se firme, sem desanimar ou mudar de atitude só porque outras pessoas não o fazem.

União: adesão, aliança, junção. Ação em conjunto, na mesma direção. A união cria sinergia e aumenta a possibilidade de mudar situações. A união pode dar poder às pessoas, e aos grupos, para enfrentar juntos os problemas.



O CAMINHO ADIANTE

“Como nunca antes na história, o destino comum nos conclama a buscar um novo começo... Isso requer uma mudança na mente e no coração”

A frase acima faz parte do último trecho da **Carta da Terra** e nos ajuda a perceber que precisamos mesmo cuidar da mente e do coração. Não temos como saber ao certo como será daqui em diante, mas gostaríamos que cada um se sentisse forte para trilhar a sua própria história, se sentisse seguro de que conhece os desafios e os impactos de suas ações e soubesse que suas escolhas podem contribuir para a construção de um mundo mais sustentável.

“A escolha é nossa: formar uma aliança global para cuidar da Terra e uns dos outros, ou arriscar a nossa destruição e a da diversidade da vida.” Esse trecho, também retirado da Carta da Terra, aponta para a importância de nossas escolhas. Para isso, a **Trilha do Consumo Consciente** apresentou temas e ferramentas importantes para você ter, daqui para a frente, subsídios para fazer suas próprias escolhas de um modo construtivo para você, para o meio ambiente e para a sociedade.

A parte final da Carta da Terra afirma que “a vida muitas vezes envolve tensões entre valores importantes. Isso pode significar escolhas difíceis”. Embora difíceis, elas são possíveis e dependem da capacidade e da disposição de cada um de nós para pensar nos impactos de nossas ações e querer, de fato, aumentar os impactos positivos e reduzir os negativos. Conhecer tais impactos e buscar informações confiáveis são os primeiros passos. A partir daí, é possível definir o papel que queremos ter no mundo e dar um significado ao que queremos para a nossa vida. Agora, o caminho adiante é com você. Reflita, avalie e escolha!

Seja um agente multiplicador da mudança que você quer ver no mundo. Seja um disseminador do consumo consciente!



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARRETO, Paulo. PEREIRA, Ritaumária. ARIMA, Eugênio. A pecuária e o desmatamento da Amazônia na era das mudanças climáticas. São Paulo: Instituto do Homem e Meio Ambiente da Amazônia, 2008.

BUAINAIN, Antônio Márcio e BATALHA, Mário Otavio. Série Agronegócios, cadeia produtiva do algodão. Volume 4 - Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento – MAPA, Secretaria de Política Agrícola – SPA, Instituto Interamericano de Cooperação para a Agricultura – IICA: Brasília, 2007

BROWN, Guillermo. Jogos cooperativos: teoria e prática. São Leopoldo: Simonal, 1994, 5ed.

CAPRA, Fritjof. Alfabetização ecológica, In TRIGUEIRO, André. Meio ambiente no século 21. 1ª edição. Rio de Janeiro: Editora Sextante, 2003

CARDOSO, Fátima. Efeito estufa: por que a Terra morre de calor. São Paulo: Editora Terceiro Nome; Mostarda Editora, 2006.

COSTA, Antonio Carlos Gomes da. O protagonismo juvenil passo a passo: um guia para o educador. Belo Horizonte: Modus Faciendi, 2001.

DEACOVE, Jim. Manual de jogos cooperativos. Santos: Projeto Cooperação, 2002.

GIANETTI, Eduardo. Felicidade - Diálogos sobre o bem-estar na civilização. São Paulo: Companhia das Letras, 2002

HANH, Thich Nhat Hanh. O coração da compreensão. Porto Alegre: Bodigaya, 2000.

INOJOSA, Rose Marie, DOMINGUEZ, Cássia Aparecida Vitzel. Dicionário da Paz. São Paulo: Secretaria do Verde e do Meio Ambiente, 2007.

LEGAN, Lúcia. A escola sustentável: eco-alfabetizando para o meio ambiente. São Paulo: Imprensa Oficial, 2007.

ROIZMAN, Laura Gorresio, FERREIRA, Elci. Jornada de amor à terra: ética e educação em valores universais. São Paulo: Palas Athenas, 2006.

SMERALDI, Roberto. H. MAY, Peter. O Reino do Gado – uma nova fase na pecuarização da Amazônia Brasileira. São Paulo: Amigos da Terra – Amazônia Brasileira, 2008.

WHATELY, Marussia. Serviços ambientais: conhecer, valorizar e cuidar: subsídios para a proteção dos mananciais de São Paulo. São Paulo: Instituto Socioambiental, 2008.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE LIMPEZA PÚBLICA E RESÍDUOS ESPECIAIS (ABRELPE). Panorama ABRELPE 2007. Disponível em http://www.abrelpe.org.br/panorama_2007.php, acessado em 13/11/08

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa Nacional de Amostra de Domicílios. Brasília: Phad, 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). PNSB 2000. Rio de Janeiro: IBGE.

OUTROS LINKS

Algodão Brasileiro: http://www.algodao.agr.br/cms/index.php?option=com_content&task=view&id=3520&Itemid=96

Algodão Certificado: <http://www.noticiasagricolas.com.br/noticias.php?id=43103>

Blog do quadro televisivo “Mudança Geral”: disponível em <http://blog.akatu.org.br/mudancageral/>

Carta da Terra: disponível em <http://www.cartadaterrabrasil.org/prt/text.html>. Acessado em 19 de agosto de 2009.

Eletrobrás: <http://www.eletrabras.gov.br/ELB/procel/main.asp?TeamID={95F19022-F8BB-4991-862A-1C116F13AB71}>

Guia da Horta Orgânica: disponível em <http://www.planetaorganico.com.br/horticultura.htm>, acessado em 20/08/09

Instituto Ecotece (Centro de Estudos e Desenvolvimento de Práticas do Vestir Consciente). Disponível em [http://](http://www.ecotece.org.br/index.php)

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Indicadores de Desenvolvimento Sustentável. Rio de Janeiro: IBGE, 2008.

INTERNATIONAL WATER MANGEMENT INSTITUTE. Insights from the Comprehensive Assessment of Water Management in Agriculture, 2006

INVENTÁRIO ESTADUAL DE RESÍDUOS SÓLIDOS, 2006. SMA. São Paulo: Cetesb, 2006.

INSTITUTO ETHOS. Seminário Conexões Sustentáveis São Paulo Amazônia . Disponível em <http://www.ethos.org.br/sistemas/ConexoesSustentaveisNovo/pecuaria/pacto.asp>, acessado em 20/08/09

MARKET RESEARCH. Global Waste Management Market Assessment 2007. Disponível em <http://www.marketresearch.com/product/display.asp?productid=1470786&xs>, acessado em 05/11/08

MINISTÉRIO DAS CIDADES. Dados do Brasil para a 1ª Avaliação Regional 2002 dos Serviços de Manejo de Resíduos Sólidos Municipais nos Países da América Latina e Caribe. Disponível em www.cidades.gov.br/secretarias-nacionais/saneamento-ambiental/biblioteca/1a-avaliacao-2002-mcid-opas/Apresent.doc, acessado em 13/11/08

MINISTÉRIO DO MEIO AMBIENTE. Qual é o impacto das embalagens no meio ambiente?. Disponível em <http://www.mma.gov.br/index.php?ido=conteudo.monta&idEstrutura=133&idMenu=6085&idConteudo=6651>, acessado em 05/11/08

REPÓRTER BRASIL. Relatório Conexões Sustentáveis São Paulo-Amazônia. Disponível em http://www.reporterbrasil.org.br/documentos/conexoes_sustentaveis.pdf, acessado em 20/08/09

UNESCO. The United Nations World Water Development Report 3: Water in a Changing World. Paris: UNESCO, London: Earthscan, 2009

UNITED NATIONS POPULATION DIVISION . World Population Prospects: The 2008 Revision. Disponível em <http://www.un.org/esa/population/publications/wpp2008/pressrelease.pdf>, acessado em 13/03/08

WORLD WILD FOUNDATION. Relatório Planeta Vivo 2006. Disponível em <http://www.ecologicalfootprint.org/>, acessado em 03/01/2009

WORLD HEALTH ORGANIZATION / UNESCO. UN-Water global annual assessment of sanitation and drinking-water: 2008 pilot report - testing a new reporting approach.

WORLD WILD FOUNDATION BRASIL. Cadernos de educação ambiental Água para a vida, água para todos: Livro das águas. Brasília: WWF-Brasil, 2006

www.ecotece.org.br/index.php

Os quatro 4 As do estilo de vida no mundo sustentável. Disponível em <http://www.akatu.org.br/central/opiniaio/2009/os-4-as-do-estilo-de-vida-no-mundo-sustentavel>, acessado em 20/08/09

Repórter Brasil, sobre certificação do algodão: <http://www.reporterbrasil.com.br/exibe.php?id=1237>

Repórter Brasil, sobre trabalho escravo: <http://www.reporterbrasil.com.br/exibe.php?id=660>

Revista Superinteressante, abril de 2009. A Próxima Grande Extinção, páginas 30 e 31. Disponível em http://planetasustentavel.abril.com.br/noticia/desenvolvimento/conteudo_432917.shtml





ISBN 978-85-61951-02-3



9 788561 951023

REALIZAÇÃO:

 **akatu**
Pelo consumo consciente

PARCEIRO PIONEIRO:



EXECUÇÃO E PLANEJAMENTO EDITORIAL:

Vistadivina

[//vistadivina.com](http://vistadivina.com)