



#UmaSóTerra

Um guia prático para viver de forma sustentável em harmonia com a natureza

Desenvolvido para o Dia Mundial do Meio Ambiente 2022

Imagem: Zhang Fengsheng/Unsplash



DIA MUNDIAL
DO MEIO AMBIENTE
2022

ONU
programa para o
meio ambiente

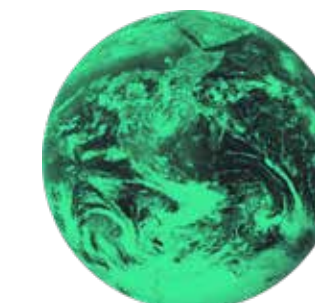


Sweden
Sverige

Índice

Introdução	3
Junte-se à campanha #UmaSóTerra no Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022	4
O planeta pede socorro	4
Mudança transformadora	5
A vida sustentável como melhor opção.....	5
Números de Ações pela Terra: fazendo valer as suas ações!.....	6
Um guia para as ações do Dia Mundial do Meio Ambiente	7
Governos	8
Feche já a lacuna de emissões!	8
Proteja e restaure a natureza	8
Limpe o ar e a água.....	9
Cidades e autoridades locais	10
Ação climática	10
Ações pela natureza	10
Ações contra a poluição	10
Finanças	12
Investimento	12
Bancos comerciais.....	12
Seguros.....	12
Financiamento do desenvolvimento.....	12

Empresas e indústrias	14
Energia e clima.....	14
Produtos e materiais	14
Transportes.....	15
Sistemas alimentares.....	15
Organizações não governamentais, organizações comunitárias e grupos religiosos	16
Tome a iniciativa.....	16
Junte forças.....	16
Lidere pelo exemplo.....	16
Ciência e educação	18
Rompa fronteiras por meio da pesquisa	18
Forme agentes de mudança por meio da educação.....	18
Lidere pelo exemplo.....	18
Indivíduos	20
Levante a sua voz.....	20
Faça escolhas sustentáveis.....	20
Recursos financeiros	20
Alimentação.....	21
Coisas	21
Deslocamento	21
Diversão.....	22



Introdução

Mudanças climáticas, perda da natureza e de biodiversidade, poluição e resíduos: as provas de que a Terra entrou em “alerta vermelho” estão por toda parte e ficam cada vez mais ameaçadoras. Ao mesmo tempo, bilhões de pessoas carecem de renda, alimentação, abrigo, assistência médica e educação. As crises de energia e alimentos após a pandemia de Covid-19 e o aumento dos conflitos em todo o mundo são motivos adicionais de preocupação.

A solução para esse dilema é transformar nossas economias e sociedades para torná-las inclusivas, justas e mais conectadas com a natureza. Precisamos parar de prejudicar o planeta e passar a curá-lo. Devemos proteger o que temos e trazer de volta o que perdemos para avançar rumo a um futuro melhor e mais sustentável, onde todos e todas possam prosperar.

O [Dia Mundial do Meio Ambiente 2022](#) pode ajudar a acelerar essa mudança. A campanha deste ano, #UmaSóTerra, destaca a necessidade de restabelecer o equilíbrio com a natureza por meio de mudanças transformadoras na forma como comemos, vivemos, trabalhamos e nos deslocamos.

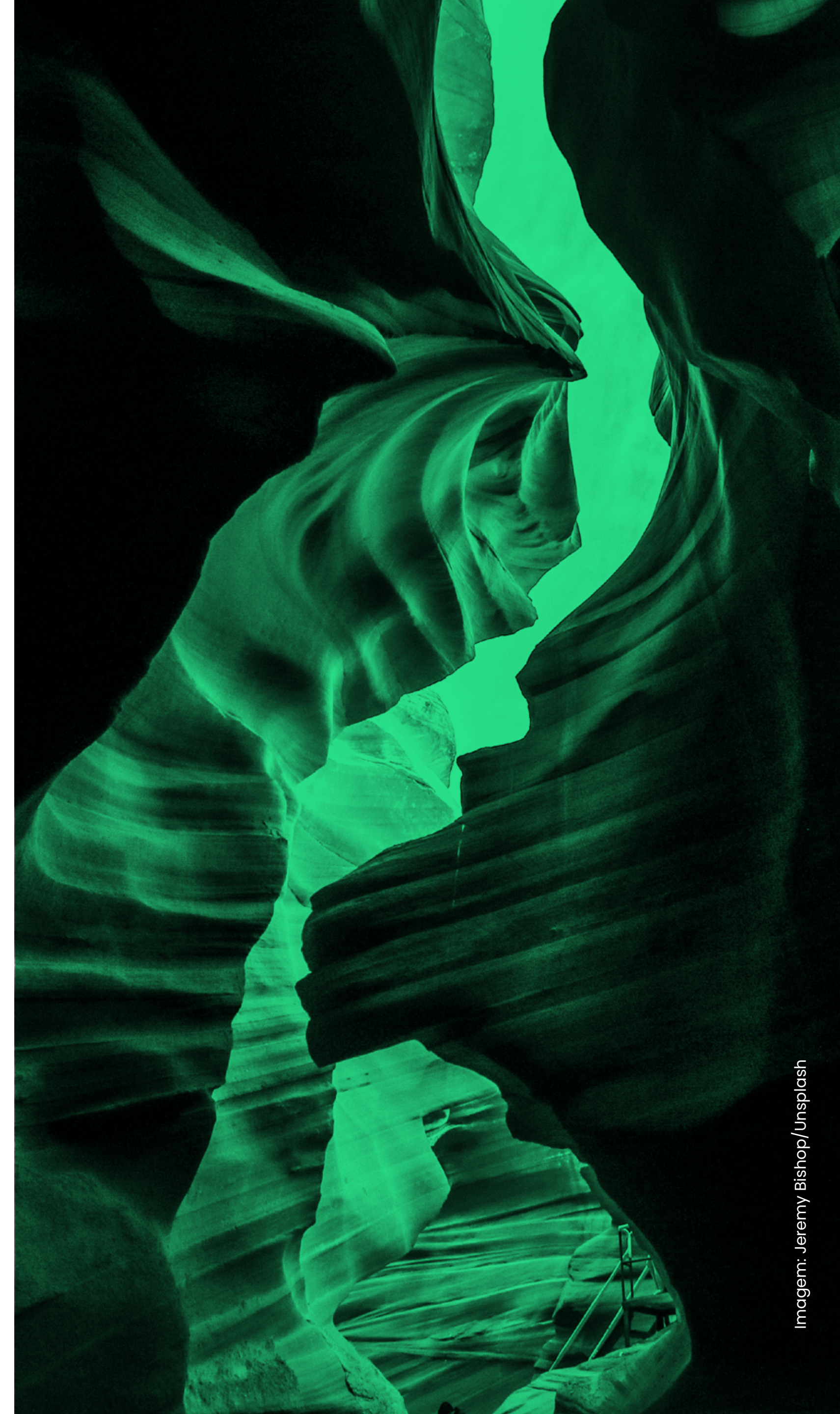
Este guia apresenta ações que podem ser implementadas por comunidades, organizações e pessoas de todas as partes do mundo. Ele destaca as principais responsabilidades de governos, cidades, empresas, grupos religiosos e instituições financeiras para possibilitar uma vida sustentável por meio da transformação do consumo, produção, infraestrutura, investimento e uso da terra, além de incluir exemplos de decisões pessoais para efetivar mudanças e fomentar ações.

Acelerar o avanço rumo à sustentabilidade é fundamental. Em muitos casos, as soluções já estão disponíveis e acessíveis e podem ser escaláveis. Ainda podemos evitar o pior da crise climática. Podemos impedir novas perdas de biodiversidade. Podemos proteger e recuperar ecossistemas degradados. Podemos limpar nosso ar, água e solo. Podemos restaurar nossa relação com a natureza e ainda concretizar os [Objetivos de Desenvolvimento Sustentável](#) (ODS), acordados em 2015 entre todos os países das Nações Unidas. Mas precisamos agir já.

A humanidade já se uniu antes para prevenir catástrofes ambientais, salvar a camada de ozônio, apoiar comunidades vulneráveis, restaurar milhões de hectares de ecossistemas terrestres e marinhos que abrigam milhares de espécies e banir poluentes perigosos – salvando inúmeras vidas.

Que essas vitórias sejam as tochas que acionam mais ações e iluminam o caminho para um mundo onde possamos viver em paz com a natureza.

**Existem bilhões de galáxias no universo.
Existem bilhões de planetas em nossa galáxia. Mas temos #UmaSóTerra.
Vamos cuidar dela.**



Junte-se à campanha #UmaSóTerra no Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022

“UmaSóTerra” foi o lema da [Conferência de Estocolmo de 1972](#), que levou à inclusão do desenvolvimento sustentável na agenda global e à criação do [Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente](#) e do Dia Mundial do Meio Ambiente.

Cinquenta anos depois, nossa dependência deste belo planeta azul e as tensões às quais o submetemos são mais evidentes do que nunca. Adotar [#UmaSóTerra](#) como lema para o Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022 enfatiza que não temos muito mais tempo para restabelecer o equilíbrio entre as pessoas e a natureza.

A campanha convida todas as pessoas do mundo a celebrar a nossa Terra por meio de ações coletivas no intuito de abordar um ou mais aspectos da tripla crise planetária: mudanças climáticas, perda de biodiversidade e natureza, poluição e resíduos. Além das ações individuais, governos e empresas têm um papel decisivo a desempenhar para alavancar o poder e o financiamento necessários para implementar as políticas e infraestruturas indispensáveis para uma vida sustentável.

A juventude e a sociedade civil são fundamentais para a promoção de mudanças. Mas todas as esferas sociais podem e devem agir para transformar o modo como consumimos e gerenciamos a Terra e seus recursos.

O Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022 chega em um momento crucial. Estamos na [Década da Ação](#) para cumprir os ODS. A [Década da ONU da Restauração de Ecossistemas 2021- 2030](#) vem ganhando força, e decisões importantes serão tomadas nos próximos meses para proteger o clima e a biodiversidade.

As principais datas do Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022 incluem:

- **20 de abril: lançamento da campanha #UmaSóTerra**
- **9 a 20 de maio: COP15 da Convenção das Nações Unidas para o Combate à Desertificação, Abijan, Costa do Marfim**
- **14 de maio: Dia Mundial das Aves Migratórias**
- **22 de maio: Dia Internacional da Diversidade Biológica**
- **2 a 3 de junho: reunião de alto nível Estocolmo+50, Estocolmo, Suécia**
- **5 de junho: Dia Mundial do Meio Ambiente 2022**
- **8 de junho: Dia Mundial dos Oceanos 2022**
- **6 a 17 de junho: COP das Convenções da Basileia, de Roterdã e de Estocolmo, Genebra, Suíça**
- **9 de agosto: Dia Internacional dos Povos Indígenas**
- **12 de agosto: Dia Internacional da Juventude**

- **29 de agosto a 13 de setembro: Conferência das Nações Unidas sobre Biodiversidade, Kunming, China**
- **13 a 27 de setembro de 2022: 77ª Sessão da Assembleia Geral da ONU**
- **7 a 18 de novembro de 2022: Conferência das Nações Unidas sobre Mudanças Climáticas (COP 27), Sharm El-Sheikh, Egito**
- **10 de dezembro: Dia Internacional dos Direitos Humanos**

O planeta pede socorro

A Terra enfrenta uma tripla crise planetária: o clima está esquentando rápido demais para que as pessoas e a natureza se adaptem; a perda de habitats e outras pressões acarretam o risco de extinção de cerca de 1 milhão de espécies; e a poluição continua a envenenar nosso ar, nossa terra e nossa água.

- O clima da Terra já aumentou [cerca de 1°C](#) desde a era pré-industrial, com impactos significativamente maiores sobre as áreas terrestres. Com isso, as estações sofrem mudanças e as tempestades se intensificam; inundações, secas, ondas de calor e incêndios florestais são cada vez mais frequentes e devastadores.
- A crise climática intensifica as [pressões sobre a natureza](#), com espécies e ecossistemas lutando para se adaptar. Habitats críticos, de florestas tropicais a zonas úmidas, continuam a se dobrar à expansão humana, incluindo o desmatamento

para dar lugar à agricultura. A extração de madeira, a pesca predatória e o comércio ilegal de animais selvagens dizimam populações de plantas e animais raros.

- A poluição atmosférica, em grande parte decorrente da queima de combustíveis fósseis, causa cerca de [7 milhões](#) de mortes prematuras por ano. Nutrientes agrícolas, sedimentos da erosão do solo e resíduos plásticos poluem as águas doces e costeiras

A ciência mostra que essas crises interligadas são o resultado de nosso uso insustentável dos recursos do planeta e do descarte irresponsável de nossos resíduos. Nossa demanda por recursos supera a capacidade da Terra de fornecê-los em [cerca de 75%](#); as pessoas impactam significativamente quase [três quartos das terras sem gelo](#) e dois terços dos oceanos; e as emissões de gases de efeito estufa devem ser [reduzidas pela metade nos próximos oito anos](#) para limitar o aquecimento global em até 1,5°C. Há novas evidências de que os domicílios são responsáveis por dois terços de todas as emissões de gases de efeito estufa, e o último [relatório do IPCC](#) mostra que estilos de vida e comportamentos sustentáveis podem reduzir nossas emissões em 40% a 70% até 2050.

Mudanças transformadoras

Para fazer frente aos desafios ambientais e sociais interligados da Terra, precisamos implementar soluções holísticas. Ações fragmentadas não conseguiram evitar os problemas. São necessárias mudanças sistêmicas e transformadoras para responder ao pedido de socorro da Terra.

A boa notícia é que as soluções e a tecnologia existem e estão cada vez mais acessíveis.

Como mostra um [relatório histórico do PNUMA](#), mudanças transformadoras envolvem transformações nos valores e visões

do mundo, bem como na organização tecnológica, econômica e social de nossas sociedades. Abrangem inovação, aprendizado e cooperação, além da adaptação das estruturas de governança, políticas, modelos de negócios, tecnologias e diferentes sistemas de conhecimento. Exigem planejamento intersetorial e abordagens integradas para encontrar sinergias e gerenciar compensações em áreas como alimentação, mobilidade, construção, água, energia, ecossistemas e saúde humana.

A vida sustentável como melhor opção

Opções verdadeiramente transformadoras precisam estar disponíveis e acessíveis e ser atrativas para que as pessoas possam tomar decisões melhores no dia a dia. Muitas dessas opções só podem ser criadas por entidades de maior porte: governos nacionais e subnacionais, instituições financeiras, empresas, organizações internacionais e outras organizações com o poder de reescrever as regras, estruturar nossa ambição e abrir novos horizontes.

Para o Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022, essas entidades são instadas a se tornarem agentes de mudanças transformadoras. Aquelas já comprometidas com a mudança podem motivar novas políticas, planejamentos e investimentos. Onde as mudanças já começaram, elas podem ser aceleradas e ampliadas.

Indivíduos e atores da sociedade civil são importantes defensores, conscientizadores e apoiadores. Quanto mais levantarmos nossas vozes, enfatizarmos o que precisa ser feito e apontarmos quem é o responsável, mais rápidas serão as mudanças. Um ativismo bem-sucedido também envolve responsabilidade: é preciso chamar a atenção dos atores que agem com muita lentidão ou não cumprem seus compromissos.

Juntamente com a energia, os sistemas de produção e a proteção da biodiversidade, as principais áreas de

transformação incluem o comércio global e os sistemas de transporte, a forma como construímos e vivemos em nossas casas, cidades e locais de trabalho e culto, como e onde nosso dinheiro é investido, os sistemas alimentares e o que fazemos para nos divertirmos.

O trabalho nesta agenda inspiradora já começou e está ganhando força. Ao apoiar o Dia Mundial do Meio Ambiente de 2022, a campanha [#UmaSóTerra](#) e soluções como as descritas abaixo, você pode ajudar a garantir que este planeta único e lindo continue sendo um lar confortável para a humanidade.



Compartilhe sua ação para a campanha #Uma-SóTerra do #DiaMundialDoMeioAmbiente!

O tema do [Dia Mundial do Meio Ambiente](#) é “Uma Só Terra”, e queremos mostrar a onda de ações transformadoras já em andamento para proteger e restaurar nosso lar comum.

Estamos pedindo às pessoas e organizações de todo o mundo que usem números para destacar suas atividades, postem-nos em suas redes sociais e os compartilhem em nosso mapa interativo para inspirar outros a agir em prol das pessoas e do planeta.

É muito fácil participar dos “Números de Ações pela Terra”: basta seguir essas 3 etapas simples.

1

Decida a ação que você deseja compartilhar e faça uma publicação que destaque dois pontos, cada um começando com um número. Veja alguns exemplos:

Exemplo A:

2 milhões de dólares de fundos de pensão deixaram de ser investidos em combustíveis fósseis.

1 empresa.

Exemplo B:

60 sacos de lixo recolhido.

30 alunos do ensino fundamental participaram da limpeza do nosso rio.

Exemplo C:

5 pessoas em nossa casa.

1 fornecedor de energia renovável fornecendo energia para a casa.

2

Ajude-nos a colocar sua ação no mapa interativo!

Acesse <https://action.worldenvironmentday.global/>, registre sua ação e receba um card de mídia social que você poderá baixar e compartilhar com seus seguidores.

3

Tire uma foto ou grave um vídeo curto mostrando a ação pela Terra que você está realizando. Use a criatividade em sua apresentação! Em seguida, publique-o em suas redes sociais. Inclua seus dois Números de Ações pela Terra e adicione #UmaSóTerra e #DiaMundialDoMeioAmbiente à última linha, assim:

1.235 kWh de energia solar.
10 ônibus elétricos em nossa cidade.
#UmaSóTerra #DiaMundialDoMeioAmbiente

Não se esqueça de marcar @unep_pt ou @unep.pt, pois selecionaremos contribuições da comunidade em nossos canais digitais.

Um guia para as ações do Dia Mundial do Meio Ambiente

Todas as pessoas, de todos os países do mundo, podem ajudar a criar um planeta mais sustentável. Nas páginas a seguir, apresentamos algumas das ações que podem ser implementadas por organizações e pessoas. Encontre o nível (ou níveis) em que você pode ser mais eficaz, inspire-se nessas sugestões e descubra como você pode causar o maior impacto.

Compartilhe suas ações participando dos Números da Ação pela Terra e usando as hashtags **#UmaSóTerra** e **#DiaMundialDoMeioAmbiente** nas redes sociais.



Governos

Somente os governos podem implementar mudanças transformadoras intersetoriais em grande escala. Seja em nível global, nacional ou regional, os governos são os principais impulsionadores da sustentabilidade. A implementação sustentada de políticas ambiciosas e coerentes por lideranças comprometidas é fundamental.

Além de regular e estabelecer a estrutura financeira para as atividades humanas e implementar políticas ecológicas, a forma como os governos utilizam verbas públicas (para equipar departamentos ou organizar viagens de funcionários, por exemplo) cria demandas de mercado e define exemplos.

O Dia Mundial do Meio Ambiente é uma ótima plataforma para líderes e governos do mundo inteiro intensificarem seus compromissos de sustentabilidade, transformarem suas próprias atividades e implementarem as políticas que permitirão que todos solucionem a tripla crise planetária.

Apresentamos algumas áreas-chave de ação, várias das quais trazem soluções para as três emergências:

Feche já a lacuna de emissões!

Para evitar uma catástrofe climática, as emissões de gases de efeito estufa precisam cair 45% até 2030 e atingir emissões líquidas zero até 2050. Para tanto, é fundamental que todos os governos cumpram os compromissos firmados no âmbito do [Acordo de Paris](#) e adotem medidas firmes o quanto antes para reduzir as emissões.

- Dê o exemplo. Torne as operações cotidianas de todos os órgãos governamentais neutras em carbono até 2030.
- Promova, financie e implemente políticas nacionais para cumprir o [Acordo de Paris](#).
- Reduza gradualmente o uso de combustíveis fósseis e elimine subsídios a esse tipo de combustível.
- Introduza políticas que incentivem as energias renováveis e promovam a eficiência energética.
- Imposto sobre carbono. Acrescentar um preço ao carbono incentivará as indústrias a desenvolver processos e produtos mais benéficos ao clima e as incorporadoras imobiliárias a priorizar a eficiência energética.
- Invista em infraestrutura de energia renovável, eficiência energética e iniciativas de transporte limpo para estimular a sustentabilidade.
- Promova e apoie a agricultura sustentável e inteligente em termos climáticos.
- Detenha e reverta o desmatamento.
- Assegure que todas as finanças do governo, incluindo fundos de pensão, poupanças e seguros, sejam mantidas em carteiras que apoiem iniciativas sustentáveis e que não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a natureza.
- Use os poderes da administração pública para promover uma vida sustentável. Por exemplo, ofereça apenas alimentos saudáveis com baixa pegada de carbono nos refeitórios de funcionários públicos e incentive os servidores a caminhar, andar de bicicleta e usar o transporte público para chegar ao trabalho.

Links

<https://www.unep.org/pt-br/resources/emissions-gap-report-2021>

<https://www.iea.org/reports/net-zero-by-2050> (disponível em inglês)

<https://www.unep.org/pt-br/explore-os-temas/transporte>

Proteja e recupere a natureza

Os governos precisam adotar medidas arrojadas em nível global e nacional para impedir a deterioração da natureza e restaurar os ecossistemas terrestres e marinhos. As metas anteriores não foram alcançadas, razão pela qual novos objetivos devem ser respaldados por planos de ação robustos e apoio financeiro.

- Tome a iniciativa de estabelecer e implementar um [Quadro Global de Biodiversidade Pós-2020](#) ambicioso e inclusivo para deter e reverter a perda de biodiversidade e garantir o uso sustentável da natureza.
- Declare apoio à [Década da ONU da Restauração de Ecossistemas 2021-2030](#) e envide os esforços necessários para recuperar a área de [1 bilhão de hectares prometida para restauração](#) em escala global.
- [Reformule seu sistema nacional de prestação de contas](#) para colocar o capital natural no centro das avaliações da riqueza e prosperidade humanas e use-o para orientar a política econômica.
- Promova reformas fiscais e na concessão de subsídios para que a produção sustentável proporcione empregos e prosperidade e a degradação ambiental passe a não compensar.

- Cumpra a [Declaração dos Líderes de Glasgow sobre Florestas e Uso do Solo para proteger e restaurar as florestas](#).
- Estreite os vínculos com comunidades locais, indígenas e religiosas para entender como fortalecer o cumprimento das leis e políticas destinadas a proteger os ecossistemas.

Links

<https://www.decadeonrestoration.org/pt-br/>

<https://www.unep.org/pt-br/resources/making-peace-nature>

<https://www.unep.org/resources/inclusive-wealth-report-2018>
(disponível em inglês)

Limpe o ar e a água

Além de contribuir para a crise climática, a poluição atmosférica é responsável pela morte prematura de milhões de pessoas todos os anos. Apesar do avanço observado em algumas regiões, a qualidade do ar interno e externo ainda é perigosamente ruim em muitos locais. Ao mesmo tempo, plásticos, produtos químicos e resíduos continuam a ser despejados nos oceanos. Eles matam a vida marinha, criam zonas mortas e saturam nossas águas com milhões de toneladas de partículas microplásticas, associadas a [graves impactos na saúde humana](#) e a efeitos desconhecidos de longo prazo sobre as pessoas e a natureza.

Para combater a poluição, os governos podem:

- Costurar um acordo internacional para acabar com a poluição plástica depois que 175 nações apoiaram [o apelo por um novo acordo](#) na Assembleia das Nações Unidas para o Meio Ambiente em 2022.
- Proibir, restringir ou taxar o uso de plásticos descartáveis, como sacolas, embalagens, garrafas e talheres plásticos.

- Melhorar os sistemas de gestão de resíduos para implementar a infraestrutura necessária para receber os resíduos e garantir que uma alta proporção possa ser reutilizada ou reciclada.
- Reduzir a poluição atmosférica letal adotando as mais recentes [diretrizes de qualidade do ar da OMS](#) e incentivar e monitorar rigorosamente o seu cumprimento.
- Apoiar o desenvolvimento de energias renováveis limpas e acessíveis, inclusive para cozinhar, aquecer e iluminar.
- Lançar e implementar políticas de transporte mais limpas, permitindo que cidadãos e produtos se desloquem por suas cidades e países sem causar poluição atmosférica.

Links

<https://www.unep.org/interactives/beat-plastic-pollution/>
(disponível em inglês)

<https://breathelife2030.org/pt/>



Cidades e autoridades locais

Mais da metade das 8 bilhões de pessoas que habitam o planeta vivem em áreas urbanas – e esse número não para de crescer. Cidades grandes e pequenas frequentemente sofrem o ônus da tripla crise planetária, e os governos locais e regionais estão na linha de frente da resposta. Autoridades municipais e locais e líderes responsáveis estão aproveitando a oportunidade para projetar as ocupações urbanas ambiental e socialmente sustentáveis do futuro.

Algumas medidas que as cidades e autoridades locais podem adotar:

Ação climática

- Dê o exemplo. Torne as operações cotidianas de todos os órgãos governamentais locais neutras em carbono até 2030.
- Mantenha as emissões baixas em prol das próximas gerações e ajude a cumprir as metas do [Acordo de Paris](#) construindo infraestruturas sustentáveis e sistemas de energia renovável em toda a comunidade.
- Crie sistemas de transporte público sustentáveis e eficientes, bem como vias seguras e eficazes para pedestres e ciclistas a fim de reduzir o uso do carro, o tempo de deslocamento e os congestionamentos.
- Assegure que todas as finanças do governo local, incluindo fundos de pensão, poupanças e seguros, sejam mantidos em carteiras que apoiem iniciativas sustentáveis que não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a natureza.
- Estabeleça normas de construção inteligentes em termos climáticos para incorporar melhores sistemas de isolamento

e ventilação, painéis solares, bombas de calor, pontos de recarga de veículos elétricos e muito mais – esse processo pode ser iniciado pela reforma de prédios públicos!

- Participe da campanha global [Corrida Para Zerar as Emissões Líquidas](#) (*Race to Zero*), que busca apoio para uma recuperação saudável, resiliente e com zero emissões líquidas de carbono, e explore recursos de iniciativas como o programa UrbanShift do PNUMA, a rede C40 de prefeitos e o ICLEI – Governos Locais pela Sustentabilidade.

Links

<https://racetozero.unfccc.int/system/cities/> (disponível em inglês)

<https://pt-br.shiftcities.org/>

<https://americadosul.iclei.org/>

Ações em prol da natureza

- Restaure ecossistemas urbanos e implemente soluções naturais para promover o desenvolvimento sustentável em áreas como zonas úmidas urbanas e corredores verdes, propiciando habitats para a biodiversidade, combatendo ameaças como ondas de calor e inundações e tornando as cidades mais habitáveis.
- Forneça água limpa e saneamento para todos, com o objetivo de reduzir a poluição de cursos d'água e ecossistemas dentro e além das áreas urbanas, bem como prevenir doenças.
- Participe da iniciativa [CitiesWithNature](#) e registre novos compromissos e ações para proteger a biodiversidade em sua

cidade ou em outros espaços urbanos.

- Restaure o estado silvestre original dos espaços públicos locais existentes e abandonados, reduzindo roçadas e incentivando a regeneração natural, para que árvores, insetos, aves, borboletas e até mamíferos retornem e sobrevivam nas cidades.

Links

<https://citieswithnature.org/> (disponível em inglês)

<https://naturvation.eu/atlas> (disponível em inglês)

<https://cities4forests.com/> (disponível em inglês)

Ações contra a poluição

- Lance e promova iniciativas comunitárias, do setor privado e de outros atores para garantir apoio e conciliar um caminho transformador, integrando sistemas de planejamento para materializar sua visão urbana sustentável.
- Colete, separe e descarte resíduos com segurança para proteger a terra e a água, incentivando a redução e a reciclagem de resíduos pelos cidadãos e empresas.
- Capture gás de aterros sanitários e resíduos orgânicos e use-o como substituto de combustíveis fósseis.
- Defina metas para reduzir rapidamente a geração e a poluição por resíduos plásticos em seu município e elabore campanhas e ações para alcançá-las.
- Estabeleça zonas de baixa emissão em áreas densamente povoadas, de forma que apenas veículos e transportes

públicos limpos possam transitar por esses espaços.

- Traga sua cidade para a [rede Breathelife do PNUMA](https://breathelife2030.org/pt/breathelife-cities/become-a-breathelife-city/) para encontrar e compartilhar ótimas maneiras de melhorar a qualidade do ar urbano

Links

<https://breathelife2030.org/pt/breathelife-cities/become-a-breathelife-city/>

<https://globalabc.org/resources/publications/decarbonizing-building-sector-10-key-measures> (disponível em inglês)



Finanças

A consecução da sustentabilidade exige mudanças radicais nas finanças. Incentivar setores da indústria a adotar recursos renováveis e reduzir poluentes e gases de efeito estufa pode aliviar a pressão sobre a natureza. Os investimentos devem ser direcionados para atividades que valorizem a natureza e gerem prosperidade para todos e todas sem prejudicar o meio ambiente.

Abordagens ambientais, sociais e de governança (ESG) robustas e transparentes, medidas de devida diligência e a divulgação transparente de dados podem estimular mudanças transformadoras e, ao mesmo tempo, proteger o setor financeiro contra acusações de maquiagem verde (“greenwashing”).

De instituições financeiras de desenvolvimento e fundos de investimento a companhias de seguros e bancos comerciais, investidores de todos os tipos devem financiar o futuro e impedir o aquecimento do planeta!

Todos os atores financeiros devem alinhar suas estratégias de negócios às metas globais e nacionais de sustentabilidade, incluindo os ODS, o [Acordo de Paris](#) e o próximo Marco da Biodiversidade.

Veja algumas maneiras específicas de fazer a diferença:

Investimentos

- Junte-se aos [Investidores Globais para o Desenvolvimento Sustentável](#) e [à Aliança de Proprietários de Ativos de Emissões Neutras](#).

- Implemente os [Princípios para o Investimento Responsável apoiados pela ONU](#).
- Defina uma data para a descarbonização das carteiras externas da sua empresa e favoreça títulos de empresas comprometidas com a implementação de padrões elevados de ESG.
- Divulgue dados sobre desmatamento, degradação do solo, geração de resíduos e outras práticas que prejudicam os ecossistemas e estejam associadas aos seus investimentos.
- Mobilize investimentos em atividades como silvicultura e piscicultura sustentáveis, que restauram os ecossistemas e beneficiam as pessoas e a natureza.
- Adote políticas e metas que redirecionem capital, investimentos e financiamento para empresas que usam plástico reciclado ou alternativas ao plástico, ou matérias-primas sustentáveis.
- Assegure que todas as finanças corporativas internas, inclusive fundos de pensão, poupanças e seguros, sejam mantidas em carteiras que apoiem iniciativas sustentáveis que não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a natureza. Suspenda o investimento em carteiras que não se coadunem com esse propósito.
- Garanta que os prédios onde a empresa está sediada tenham proteção solar para aumentar a eficiência energética e que os fornecedores de energia utilizem fontes renováveis.

Bancos comerciais

- Exija que os mutuários cumpram padrões elevados de ESG e auxilie-os nesse esforço, além de implementar planos

de negócios verdes que melhorem a resiliência de suas operações.

- Defina e cumpra metas para reduzir sua exposição a mutuários com impactos negativos em áreas como clima, eficiência de recursos, biodiversidade e geração de resíduos.
- Publique análises do impacto relacionado a ESG de suas operações e inclua a sustentabilidade em seus relatórios periódicos.

Seguros

- Atribua importância fundamental a questões de ESG ao avaliar e gerenciar riscos e ajude os clientes a avaliar, divulgar e gerenciar suas questões de ESG.
- Trabalhe com os formuladores de políticas para melhorar o regime jurídico da redução e gestão de riscos relacionados a ESG.
- Compartilhe conhecimentos sobre a gestão e a transferência de riscos – por exemplo, para organizações intergovernamentais e não governamentais que apoiam o desenvolvimento sustentável.

Financiamento do desenvolvimento

- Aumente o volume de financiamento de longo prazo e a juros baixos aos países em desenvolvimento para que possam desenvolver a capacidade, os serviços, a infraestrutura e o capital humano necessários para cumprir os ODS.
- Aloque mais financiamento climático para adaptação e resiliência, visando apoiar sistemas de alerta precoce e infraestrutura e agricultura resistentes ao clima.

- Financie mais programas que integrem objetivos de clima, biodiversidade e poluição, com apoio aos meios de vida sustentáveis.
- Estabeleça programas de apoio financeiro para startups e outras empresas que desenvolvam produtos e serviços verdes inovadores e revolucionários.
- Participe do [Fundo Fiduciário de Múltiplos Parceiros](#) da Década das Nações Unidas da Restauração de Ecossistemas para financiar o movimento global de restauração.

Links

<https://www.unepfi.org/> (disponível em inglês, árabe, chinês, francês, russo e espanhol)

<https://www.unpri.org/> (disponível em inglês)

<https://www.gisdalliance.org/> (disponível em inglês)

<https://www.unepfi.org/net-zero-alliance/> (disponível em inglês)

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/financing-for-development/> (disponível em inglês, árabe, chinês, francês, russo e espanhol)



Empresas e indústrias

Empresas e indústrias têm o poder de moldar uma economia que possa atender às nossas necessidades de sustentabilidade. Precisamos de uma economia circular que possa se desenvolver usando menos recursos materiais e valorizando a sustentabilidade. Embora reguladores e clientes possibilitem e intensifiquem a pressão por mudanças, são os líderes empresariais que podem impulsionar a transformação econômica

Empresas que ignoram seu impacto ambiental não apenas alienam clientes: elas também afastam investidores. Em última análise, elas podem estar arriscando a própria sobrevivência. As empresas que subestimam os riscos de ESG e não conseguem conceber modelos de negócios novos e sustentáveis serão superadas por rivais ou startups inovadoras.

Pioneiros que adotem sistemas novos e acessíveis para atender às nossas necessidades de vida sustentável colherão os frutos da redução de custos e riscos materiais, aumento das vendas e entradas de capital de investidores verdes. Eles também poderão se adiantar às regulamentações mais rígidas e aos custos crescentes da energia proveniente de combustíveis fósseis.

Apresentamos algumas ações sugeridas para empresas em quatro áreas-chave para este Dia Mundial do Meio Ambiente.

Energia e clima

As lideranças empresariais podem participar da iniciativa Caring for Climate da ONU e fortalecer sua contribuição para deter e se adaptar à crise climática com ações como estas:

- Planeje e adote uma estratégia comercial ecológica que valorize a sustentabilidade, minimize as emissões e outros impactos ambientais e posicione a empresa para prosperar na transição para uma economia sustentável.
- Transfira poupanças, planos de pensão e carteiras de investimentos financeiros para veículos que apoiem iniciativas sustentáveis e não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a biodiversidade.
- Participe da campanha global [Corrida Para Zerar as Emissões Líquidas](#), que busca o apoio de empresas, cidades, regiões e investidores para promover uma recuperação, saudável, resiliente e com zero emissão de carbono.
- Estabeleça metas de redução de emissões para a empresa, trabalhe para melhorar continuamente a eficiência energética e a pegada de carbono de suas operações, produtos e serviços e relate publicamente seu progresso.
- Mantenha contato com autoridades nacionais, organizações intergovernamentais e a sociedade civil para desenvolver políticas e medidas que ajudem as empresas a contribuir para a construção de uma economia de baixo carbono e resiliente ao clima.
- Trabalhe em âmbito nacional com outras empresas do mesmo setor e ao longo das cadeias de valor para estabelecer novas visões, adotar padrões, reduzir riscos, auxiliar na adaptação e aumentar as oportunidades relacionadas ao clima.
- Defenda a adoção de ações climáticas rápidas e amplas, trabalhando com colegas, funcionários(as), clientes, investidores e o público em geral.

Produtos e materiais

- É essencial abandonar sistemas de produção do modelo “extrair, produzir e descartar” e migrar para uma economia circular para que nossas vidas passem a ser sustentáveis. O aspecto central é a forma como projetamos bens e serviços para atender às nossas necessidades e como sua produção e consumo utilizam materiais e energia. Apresentamos algumas mudanças que as empresas podem adotar neste Dia Mundial do Meio Ambiente.
- Adote uma estratégia comercial ecológica que valorize a sustentabilidade, minimize os impactos ambientais e posicione sua empresa para prosperar na transição para uma economia sustentável.
- Projete novos modelos de negócios e produtos e serviços resultantes que incorporem a reparabilidade, produtos atualizáveis com longos ciclos de vida e materiais naturais, aliados a programas que os colem, recondicionem, reaproveitem ou reciclem no final de suas vidas úteis.
- Invista em tecnologias digitais que possibilitem a circularidade por meio, por exemplo, da identificação e rastreamento de produtos, materiais e componentes sustentáveis.
- Defina metas ambiciosas de desempenho e sustentabilidade circular e divulgue integralmente seus esforços para alcançá-las.
- Apoie campanhas que promovam mudanças globais no comportamento dos consumidores, incluindo a promoção de metas de sustentabilidade, como aumentar a popularidade de produtos duráveis, recondicionados e reciclados.
- Junte forças com outras empresas no [Compromisso Global da Nova Economia do Plástico](#) e estabeleça metas para combater a poluição plástica em sua origem.

- Elimine itens de plástico desnecessários, evitáveis e problemáticos e substitua-os por materiais, produtos e serviços alternativos.

Transportes

Os transportes que utilizam energia fóssil são uma grande fonte de emissões de gases de efeito estufa e poluição. Migrar para transportes e sistemas de mobilidade sustentáveis é uma medida importante para termos comunidades e um planeta mais saudáveis.

Vejamos algumas melhorias que devem ser implementadas pelo setor de transportes e por empresas com necessidades significativas de transporte para ajudar o planeta:

- Ampliação da mobilidade como serviço, como compartilhamento de bicicletas e carros, e logística urbana conectada para reduzir emissões, tráfego e impactos ambientais.
- Reformulação das políticas de mobilidade corporativa, incluindo a eletrificação de frotas de veículos e a promoção do compartilhamento de veículos, ciclismo/caminhada e teletrabalho.
- Desenvolvimento e/ou implantação de carregamento elétrico interoperável e de novos veículos elétricos para todos os tipos de transporte.
- Combustíveis de baixo carbono para meios de transporte de longo alcance e carga pesada, inclusive no transporte marítimo e na aviação.
- Mudanças para a circularidade na produção de veículos (por exemplo, com novos materiais, recondição de componentes, projetos modulares e questões de fim de vida útil) para garantir que os impactos dos veículos substituídos sejam monitorados até o fim.
- Novas tecnologias que usam fluxo de ar eletrostático para

coletar microplásticos que se desprendem dos pneus dos veículos.

- Construção de rodovias mais sustentáveis (por exemplo, usando materiais naturais e reciclados).

Links

<https://www.unglobalcompact.org/> (site com tradução para o português disponível)

<https://www.unglobalcompact.org/take-action/action/climate> (site com tradução para o português disponível)

<https://sciencebasedtargets.org/> (disponível em inglês)

<https://www.wbcsd.org/Overview/About-us/Vision-2050-Time-to-Transform/Resources/Time-to-Transform-Executive-Summaries> (disponível em inglês, francês, italiano, japonês e espanhol)

<https://www.resourcepanel.org/pt/reports/re-defining-value-manufacturing-revolution>

<https://www.businessfornature.org/> (disponível em inglês e chinês)

Sistemas alimentares

A forma como produzimos, processamos e oferecemos alimentos é um dos principais motores da crise climática e a maior ameaça à biodiversidade. Apresentamos algumas das muitas ações que as empresas podem anunciar no Dia Mundial do Meio Ambiente para transformar nossos sistemas alimentares e permitir que as pessoas façam escolhas mais sustentáveis:

- Redesenhe sistemas e produtos alimentares com pegadas ambientais menores que forneçam energia e nutrientes de vários grupos de alimentos diferentes com maior valor nutricional.
- Produza alimentos em sistemas agrícolas e pesqueiros sustentáveis que preservem e restaurem a produtividade

do solo e dos oceanos, previnam a poluição e protejam a biodiversidade.

- Livre as cadeias de suprimentos, de forma integral e verificável, do desmatamento ou da conversão de outros habitats naturais
- Apoie campanhas que ajudem o consumidor a priorizar alimentos saudáveis e sustentáveis e reduzir o desperdício alimentar.
- Priorize alimentos regionais, sazonais, ricos em vegetais e que sejam feitos com poucos insumos químicos.
- Reduza o uso de embalagens e use apenas materiais reutilizáveis ou recicláveis.
- Apoie e adote sistemas de rotulagem de alimentos confiáveis e transparentes que permitam ao cliente fazer escolhas sustentáveis.

Links

<https://www.fao.org/3/I9900EN/i9900en.pdf> (disponível em inglês, árabe, chinês, francês, russo e espanhol)

https://www.unglobalcompact.org/docs/issues_doc/agriculture_and_food/soil-principles.pdf (disponível em inglês)



Organizações não governamentais, organizações comunitárias e grupos religiosos

Grupos da sociedade civil podem catalisar e ampliar ações em prol da construção de um planeta mais sustentável. Neste Dia Mundial do Meio Ambiente, você pode contribuir de forma decisiva para lembrar os governos, empresas e outros atores de suas responsabilidades e compromissos no intuito de criar um futuro melhor e exigir que prestem contas de suas ações.

Vejamos alguns exemplos de medidas importantes que sua organização ou grupo religioso pode adotar:

Tome a iniciativa

Identifique e selecione questões ambientais que causem impactos e sejam importantes para o seu grupo, como a crise climática, a degradação de ecossistemas, a perda de biodiversidade ou a poluição, e refletir sobre quais ações você pode implementar, seja por meio de um projeto prático ou por meio de um apelo à mudança. Por exemplo, você poderia:

- Lançar ou apoiar um projeto para recuperar a natureza no âmbito da Década da ONU da Restauração de Ecossistemas. Explore o [manual de restauração de ecossistemas](#) para ter ideias.
- Fazer uma campanha em sua área em prol de uma ação que aborde a poluição, como a criação de zonas de baixas emissões ou a melhoria da gestão e eliminação de resíduos, incluindo plásticos e nutrientes agrícolas.
- Promover um debate público envolvendo diferentes

interessados para identificar as medidas mais eficazes para a sustentabilidade local que tenham maior apoio e apresentá-las aos tomadores de decisão.

- Tentar convencer lideranças governamentais a adotar políticas ambiciosas que afetem nosso estilo de vida, como a eliminação progressiva dos combustíveis fósseis, e favoreçam a mobilidade de baixo carbono, incluindo caminhada, ciclismo e caronas ou outras ações setoriais.

Junte forças

Participe de uma iniciativa mais ampla que aborde as emergências do planeta visando reunir conhecimentos e recursos e propor ações concretas para transformar a relação entre as pessoas e a natureza. Por exemplo, você poderia:

- Participar de coalizões locais ou nacionais de organizações que buscam mudanças transformadoras e de negociações e conferências sobre o meio ambiente convocadas por governos e outras organizações.
- Conferir o [Kit de Ferramentas para Mobilização Comunitária](#) para saber como mobilizar sua cidade, clube, escola ou grupo religioso em prol da restauração de ecossistemas.
- Participar da [Iniciativa Fé pela Terra](#) do PNUMA para trabalhar ao lado de outros grupos inter-religiosos na luta contra a degradação ambiental.
- Participar de uma iniciativa como a [Parceria Global sobre](#)

[Lixo Marinho](#), a [Parceria Global em Gestão de Nutrientes](#) ou o [Programa Mares Regionais](#) para ajudar a identificar fontes e soluções para a poluição marinha.

- Participar da celebração do [Dia Internacional do Ar Limpo para um céu azul](#) e apoiar a melhoria da qualidade do ar com o objetivo de proteger não só a saúde humana, mas também a saúde do planeta.
- Participar da [Campanha Mares Limpos](#) e virar a maré da poluição plástica.

Lidere pelo exemplo

Reestruture sua própria organização ou comunidade religiosa para minimizar seu impacto no meio ambiente e faça um apelo para que seus membros reduzam sua própria pegada ambiental. Por exemplo, você poderia:

- Transferir as economias, fundos de pensão e carteiras de investimentos financeiros da organização para instituições que apoiem iniciativas sustentáveis e que não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a biodiversidade.
- Avaliar os impactos ambientais das atividades e instalações da sua organização ou grupos, incluindo o consumo de água e energia elétrica ou as compras, e elaborar um plano com metas claras para reduzi-los.
- Fazer um discurso ou um sermão religioso explicando a necessidade de implementar ações em prol da

sustentabilidade e compartilhar este guia prático com seus membros para incentivá-los a reduzir sua pegada ambiental pessoal ou empresarial.

- Incluir a gestão ambiental nos princípios orientadores da sua organização e comunicá-los aos membros e ao público em geral.
- Apoiar iniciativas que promovam a vida sustentável, como oferecer refeições saudáveis e reflita em vegetais para sua equipe e comunidade durante eventos e práticas, ou incentivar sua equipe e comunidade a caminhar, andar de bicicleta e usar transportes públicos.

Links

<https://www.unep.org/pt-br/sobre-o-pnuma/iniciativa-fe-pela-terra>

www.AnatomyofAction.org (disponível em inglês)



Ciência e educação

Só conseguiremos transformar nossas sociedades e economias se soubermos como fazer isso. A próxima geração, que tem mais a perder com o colapso ambiental, precisa urgentemente dos conhecimentos e ferramentas necessários para gerar mudanças positivas. É por isso que a ciência e a educação são indispensáveis em nossos esforços para transformar nossas economias e sociedades.

Nossa compreensão do mundo natural e nossas habilidades tecnológicas avançam rapidamente, revelando cada vez mais possibilidades. Vejamos algumas ações que universidades, institutos de pesquisa, escolas, cientistas e professores(as) podem implementar para acelerar o ritmo da transformação.

Rompa fronteiras por meio da pesquisa

- Aloque mais recursos de pesquisa ao desenvolvimento de novas tecnologias de geração, transmissão e armazenamento de energia para acelerar a transformação do setor de energia.
- Pesquise as formas mais eficazes de ajudar os ecossistemas a se recuperarem da degradação, sejam terras agrícolas, florestas, rios ou oceanos.
- Intensifique o desenvolvimento de materiais industriais de baixo carbono que possam ser fabricados de forma sustentável e sejam duráveis e fáceis de reciclar ou remanufaturar.
- Trabalhe no desenvolvimento de novas variedades de culturas agrícolas e rebanhos que possam ajudar a intensificar a produção de alimentos usando menos terra e insumos químicos poluentes.

- Aproveite o poder da ciência cidadã e mobilize milhares de pessoas no monitoramento de aves, insetos e animais silvestres e na denúncia de situações de poluição, entre outros exemplos.
- Estabeleça parcerias com escolas de administração para desenvolver currículos que instruam os ecoempreendedores no desenvolvimento de modelos de negócios ecológicos.
- Estabeleça parcerias com educadores e influenciadores na imprensa e no setor artístico para integrar a vida sustentável e mensagens inspiradoras ao nosso contexto cultural.

Forme agentes de mudança por meio da educação

- Inclua a sustentabilidade em programas de educação para todas as idades, para que as pessoas compreendam os riscos que sua geração enfrenta e como podemos gerar mudanças transformadoras.
- Saiba mais sobre a [Estrutura da Universidade Sustentável do PNUMA](#) ou confira a campanha [Corrida Para Zerar as Emissões Líquidas](#) para universidades e faculdades.
- Crie um clube ambiental para estudantes dispostos a se aprofundar na identificação e implementação de soluções para mudanças climáticas, perda de biodiversidade e poluição.
- Realize um evento no Dia Mundial do Meio Ambiente para seus alunos, no qual a turma possa escrever para lideranças locais e nacionais pedindo as mudanças que gostariam de ver.
- Examine os impactos da sua instituição e das suas atividades

sobre o meio ambiente e elabore um plano para se tornar mais sustentável que inclua metas mensuráveis.

Lidere pelo exemplo

- Transfira as economias, fundos de pensão e carteiras de investimentos financeiros da organização para instituições que apoiem iniciativas sustentáveis e não prejudiquem o clima, a saúde humana ou a biodiversidade.
- Confira o [Kit de Ferramentas para Mobilização Comunitária](#) para saber como você pode mobilizar sua escola em prol da restauração do ecossistema.
- Certifique-se de que os prédios onde você trabalha tenham proteção solar para aumentar a eficiência energética e, sempre que possível, mude para um fornecedor de energia elétrica que use fontes renováveis.
- Estude a possibilidade de construir sua escola com materiais sustentáveis, como madeira ecológica.
- Ofereça refeições equilibradas e saudáveis, incluindo opções de alimentos ricos em vegetais e produzidos localmente, para seus funcionários e funcionárias e alunos e alunas e em eventos públicos.
- Incentive seus funcionários e funcionárias e alunos e alunas a caminhar, andar de bicicleta e usar transportes públicos para chegar ao local de estudo ou trabalho.
- Crie oportunidades para os(as) jovens se conectarem com a natureza, como atividades esportivas ao ar livre e passeios guiados para que eles descubram a flora e a fauna locais.

Links

<https://ed.ted.com/earth-school> (disponível em inglês)

<https://schools.wwf.ca/> (Living Planet @ School) (disponível em inglês e francês)

<https://natureforall.global/discovery-zone> (disponível em inglês, espanhol, alemão, húngaro e francês)

<https://en.unesco.org/themes/education-sustainable-development> (disponível em inglês, espanhol e francês)



Pessoas

Como cidadãos, trabalhadores(as), estudantes, consumidores(as) ou em qualquer outro papel, nossas decisões individuais moldam os impactos das nossas sociedades sobre o meio ambiente. Além de tornar nossas vidas pessoais mais sustentáveis, todos e todas nós podemos exigir e apoiar mudanças ambientais mais rápidas e de maior alcance por parte de entidades maiores, como governos e empresas.

Levante a sua voz

Fale abertamente sobre as grandes mudanças que transformam nossa relação com o planeta. Veja algumas maneiras de se fazer ouvir:

- **DEFENDA MUDANÇAS** – Apoie lideranças que demonstrem compromissos claros e/ou um histórico de ação em emergências ambientais, incluindo mudanças climáticas, perda de biodiversidade e poluição. Incentive seu governo a aderir à [coalizão zero carbono](#), a cumprir ou aumentar seus [compromissos de restauração](#) do ecossistema e a honrar o [Acordo de Paris](#).
- **INICIE A DISCUSSÃO** – Inicie uma petição ou abaixo-assinado, organize um debate ou convoque uma manifestação para incentivar seu governo – nacional, estadual ou municipal – e grandes empresas a participar da coalizão zero carbono, transformar o setor de transportes, restaurar e proteger a natureza e limpar nosso ar e nossa água.
- **EXIJA AÇÕES** – Peça que seu governante, empregador, escola ou universidade defina metas de sustentabilidade ambiciosas, participe da campanha [Corrida Para Zerar as Emissões Líquidas](#), apoie a [Década da ONU da Restauração de Ecossistemas](#) e participe dos esforços para promover e

monitorar avanços. Incentive, pressione e apoie o governo nacional e local e empresas para que adotem medidas que melhorem a qualidade do ar abordando as fontes de poluição atmosférica.

- **FAÇA CAMPANHAS** – Defenda o planejamento urbano sustentável, incluindo a restauração de locais em desuso ou contaminados, a inclusão de espaços verdes em novos empreendimentos habitacionais e redes de transporte público robustas.
- **DISSEMINE CONHECIMENTO** – Conheça a fundo a ciência por trás de uma questão de seu interesse e dissemine esse conhecimento entre seus círculos de amizade, família e a comunidade e em debates públicos, inclusive nas redes sociais.
- **PARTICIPE** – Faça parte de alguma organização local que defenda a sustentabilidade e restaure a natureza, inclusive fazendo campanhas por mudanças sistêmicas.

Para obter mais exemplos das mudanças transformadoras que você pode pedir a governos e outros atores, leia as outras seções deste guia.

Links

<https://www.unep.org/explore-topics/climate-action/act-now> (disponível em inglês)

<https://natureforall.global/home> (disponível em inglês, francês e espanhol)

Faça escolhas sustentáveis

Listamos abaixo apenas algumas das muitas maneiras pelas quais podemos mudar nossas próprias vidas. Em conjunto, as escolhas pessoais sustentáveis têm o poder de remodelar as economias locais e nacionais e promover mudanças transformadoras.

Recursos financeiros

Os investimentos financeiros são uma alavanca importante nas mãos de indivíduos, estudantes, grupos comunitários e funcionários(as). É fundamental que poupanças, fundos de pensão ou investimentos pessoais e de seu local de trabalho, cidade, escola ou organização comunitária estejam em instituições financeiras que estabelecem e cumprem elevados padrões de sustentabilidade, pois elas são as empresas do futuro! Se você possui, herdou ou comprou sua casa própria ou outro imóvel, economize energia e dinheiro no longo prazo equipando-a com proteção solar e tornando seus sistemas de aquecimento e arrefecimento o mais eficientes e sustentáveis possível.

- **INVESTIMENTO ÉTICO** – Use seus princípios para orientar seus investimentos e leve em consideração opções responsáveis em termos social e ambientais. Por exemplo, transfira suas contas para um banco sustentável e invista em ações e títulos emitidos por empresas de energia renovável, fabricantes de produtos ecológicos ou poluidores que estejam revisando radicalmente suas práticas.
- **REDIRECIONAMENTO DE INVESTIMENTOS** – Em contrapartida aos investimentos éticos acima, retire seus investimentos de empresas com forte pegada ambiental, como aquelas

envolvidas em desmatamento, poluição da água, combustíveis fósseis ou exploração excessiva de recursos.

- **CASAS EFICIENTES EM ENERGIA** – Use sistemas de aquecimento e arrefecimento eficientes para poupar o planeta e reduzir o custo das contas de energia. Mudanças de hábitos também podem fazer uma grande diferença: aumente ou diminua o termostato em um grau, retire ou adicione uma camada de roupa e aqueça ou resfrie apenas os cômodos que estão sendo usados.
- **ECONOMIA DE ENERGIA** – Isole termicamente a sua casa e convença seu local de trabalho a fazer o mesmo, pois isso manterá a temperatura mais fresca no verão e mais quente no inverno. Apague as luzes e desligue aparelhos eletrônicos quando não estiverem em uso e use aparelhos com alta classificação de eficiência energética em sua casa. Assim, você reduzirá as emissões e poupará dinheiro.

Alimentos

Com a população mundial projetada para chegar a 9 bilhões até 2050, a demanda por alimentos vem aumentando rapidamente, intensificando a pressão sobre os recursos naturais da Terra. Todos e todas nós podemos ajudar a reduzir os impactos negativos com pequenas mudanças na forma como compramos e consumimos alimentos. Uma dieta balanceada à base de vegetais é boa para a nossa saúde e para o planeta.

- **SIGA UMA DIETA EQUILIBRADA** – Uma [dieta equilibrada](#) é aquela que fornece energia e nutrientes de diferentes grupos alimentares. Reduza o consumo de alimentos que precisam de mais recursos naturais, principalmente água, para serem produzidos (a carne usa mais do que vegetais ou leguminosas), bem como de frutas e vegetais fora da estação ou importados de longas distâncias.
- **NÃO DESPERDICE ALIMENTOS** – Compre apenas os alimentos de que você precisa e não desperdice nada. Se você jogar

fora, estará desperdiçando seu próprio dinheiro! Armazene os alimentos com cuidado para evitar que estraguem e faça a compostagem de restos e sobras.

- **CULTIVE SEU PRÓPRIO ALIMENTO** – Cultivar seu próprio alimento não significa apenas economia de dinheiro. Também reduz o transporte, a embalagem e o desperdício de alimentos. Cultivar plantas em seu quintal ou varanda pode até melhorar seu bem-estar mental.

Coisas

As escolhas de consumo são vitais para auxiliar na transição para uma economia circular e sustentável. Comprar produtos e serviços com baixa pegada ambiental – e só comprar aquilo que você realmente precisa e pode compartilhar com outras pessoas – promove os negócios ecológicos e reduz as atividades poluidoras. É uma forma de investir em um futuro melhor.

- **MUITO ALÉM DAS COMPRAS** – Pense no que você realmente precisa e reduza a quantidade de coisas que você compra e joga fora. Escolha itens feitos para durar e que possam ser reciclados ou reaproveitados. Talvez você possa encontrar o que precisa em um produto de segunda mão.
- **OPTE PELO NATURAL** – Compre produtos que apoiem ecossistemas e comunidades locais, como madeira ecológica.
- **UM FREIO NA MODA** – Compre roupas em menor quantidade e de melhor qualidade que ainda estarão bonitas quando envelhecerem. Fique longe da chamada *fast fashion*, que produz roupas em massa à custa do meio ambiente e de condições de trabalho em países pobres. A moda é cíclica – crie seu próprio estilo com roupas de qualidade de décadas atrás!
- **EVITE DESCARTÁVEIS** – Recuse produtos do dia a dia que não possam ser reutilizados, como copos e talheres de plástico, sacolas e bolsas de papel e plástico, pilhas e produtos

sanitários. Quase sempre existe uma alternativa sustentável! Faça parte da campanha [Mares Limpos](#) para reduzir sua pegada de plástico.

Deslocamento

O transporte pessoal contribui significativamente para a crise climática. Os deslocamentos por carro a gasolina e diesel e as viagens de avião são responsáveis por grande parte das emissões de gases de efeito estufa no setor de transportes, principalmente em países de alta renda. E o transporte baseado nos combustíveis fósseis é uma grande fonte de poluentes atmosféricos que matam milhões de pessoas prematuramente todos os anos.

- **MANTENHA-SE EM MOVIMENTO** – Faça mais caminhadas ou ande de bicicleta para reduzir a poluição causada por veículos e o congestionamento rodoviário e, ao mesmo tempo, respirar ar fresco e melhorar sua forma física. Quanto mais pessoas usarem ciclovias e calçadas, mais os governos precisarão redesenhar a infraestrutura para priorizar menos os carros.
- **VÁ DE CARONA** – Se caminhar ou andar de bicicleta não for prático, opte pelo transporte público e pela carona em vez de dirigir. Combine com familiares, amigos e colegas uma carona e compartilhe o custo de qualquer viagem de carro.
- **EVITE VIAJAR DE AVIÃO** – Explore destinos de férias mais próximos, ecossistemas locais ou verifique até onde você pode ir de trem, ônibus e bicicleta.
- **OPTE POR SOLUÇÕES MAIS LIMPAS** – Adote opções mais ecológicas, como veículos elétricos e combustíveis mais limpos, e reduza sua quilometragem geral (por exemplo, limitando as viagens de fim de semana para áreas locais). Passe as férias perto de casa e evite viagens aéreas.

Diversão

A forma como gastamos nosso tempo livre influencia significativamente nosso impacto sobre o meio ambiente. Passeios e férias podem envolver viagens longas, poluentes e estressantes. As instalações que usamos e as atividades das quais participamos também têm perfis muito diferentes em termos dos recursos que consomem. Dedique sua energia a experiências que coloquem você em harmonia com o planeta

- **APROVEITE A VIAGEM** – Ficar nas proximidades em passeios e feriados pode reduzir sua pegada de carbono, gerar economias e permitir que você viaje mais devagar, sem o estresse de viagens longas. Se for viajar para longe, faça isso com menos frequência e fique mais tempo.
- **APRENDA A CURAR A NATUREZA** – Conheça fazendas orgânicas ou participe de um [acampamento de restauração de ecossistemas](#) durante sua viagem.
- **MANTENHA VIVA A CURIOSIDADE** – Abrace uma vida de aprendizado, aventura e curiosidade constantes e mantenha a mente aberta. Existem muitas maneiras sustentáveis de viver uma vida boa. Sendo assim, descubra o que faz sentido para você e vá fundo!
- **FILTRE EXPERIÊNCIAS** – Procure dedicar mais tempo e recursos a experiências que agreguem valor à sua vida sem deixar uma pegada ambiental pesada. Pode ser um evento cultural, um esporte coletivo, um curso para aprender novas habilidades ou a participação voluntária em uma iniciativa de restauração do ecossistema.

Links

www.AnatomyofAction.org (disponível em inglês)

<https://breathelife2030.org/pt/challenge/>

<https://www.un.org/en/actnow/> (disponível em inglês, árabe, chinês, francês, russo e espanhol)



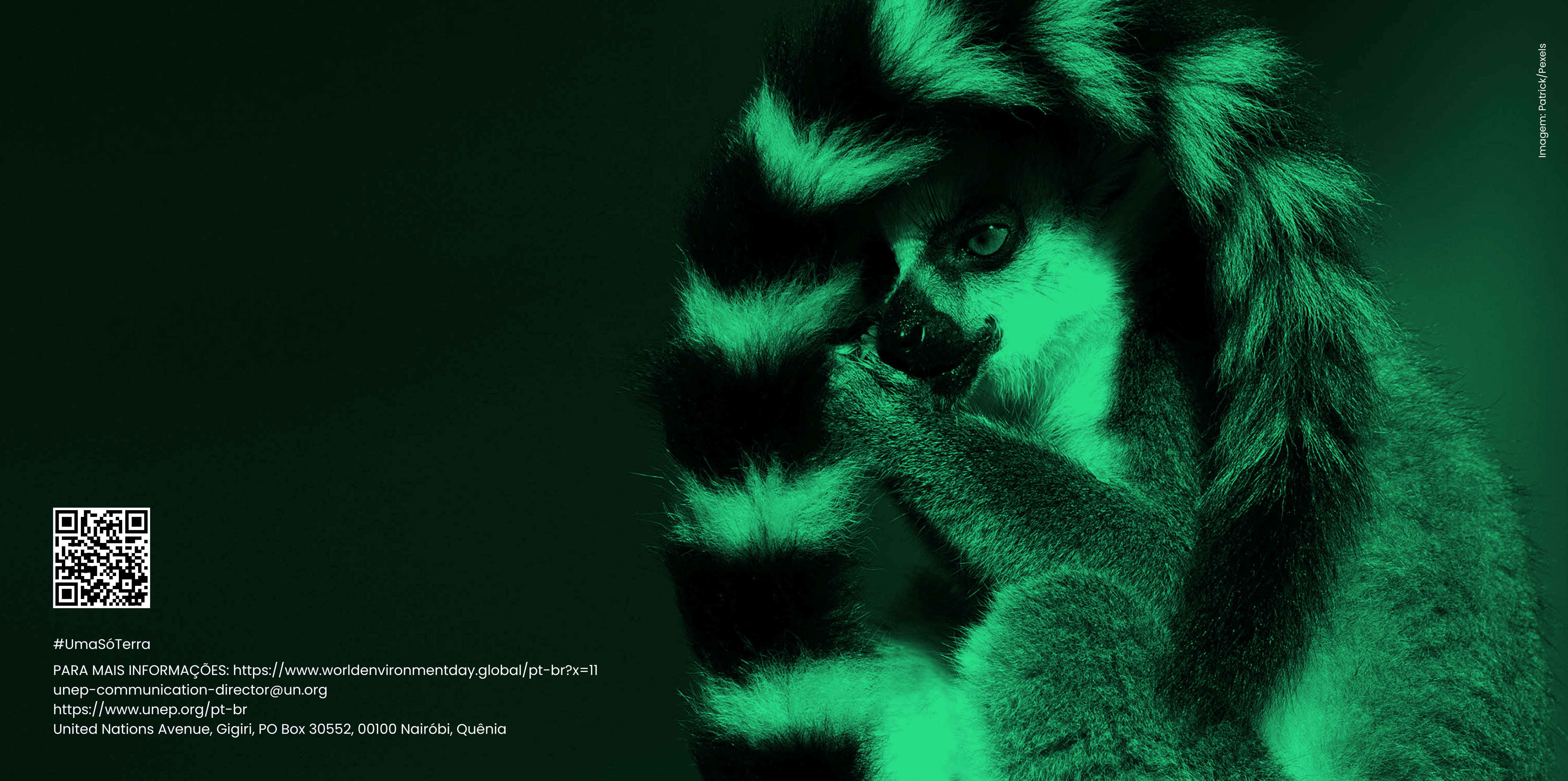


Imagem: Patrick/Pexels



#UmaSóTerra

PARA MAIS INFORMAÇÕES: <https://www.worldenvironmentday.global/pt-br?x=11>

unep-communication-director@un.org

<https://www.unep.org/pt-br>

United Nations Avenue, Gigiri, PO Box 30552, 00100 Nairóbi, Quênia

