



**PLANETA**  
sustentável

# Manual de Etiqueta 3.0

**65 ideias** para enfrentar o aquecimento global e outros desafios da atualidade



GUIA PRÁTICO DAS LÂMPADAS  
DE MAIOR EFICIÊNCIA  
E MENOR PREÇO



OS PEIXES BONS DE COMER  
E OS QUE DEVEM SER  
DEIXADOS NO MAR



COMO UTILIZAR A INTERNET  
PARA TORNAR SUA VIDA  
VERDE E TRANQUILA

# O MOVIMENTO

“Não existe almoço de graça”, gosta de repetir o economista e ambientalista Sérgio Besserman ao definir em suas palestras a sustentabilidade. O problema é esse. Gastamos os recursos naturais rápido demais e poluímos além do suportável. A única maneira de pagar essa conta, agora, é organizar a produção e o consumo de forma inovadora. Quem vai fazê-lo? A resposta é todos – governos, empresas, fazendas, ONGs e mesmo indivíduos. A proposta deste “Manual de Etiqueta 3.0” é oferecer dicas de como você pode fazer parte deste movimento planetário para colocar as contas da humanidade em dia.

Os objetivos são: atenuar as mudanças climáticas, preservar a diversidade biológica, combater a poluição das águas e promover o desenvolvimento econômico. A chave da participação está na inovação. Levar a vida de modo criativo em casa, na empresa, na escola e na rua. Não é ruim, não. É divertido sair da rotina. Veja como fazê-lo nas dicas a seguir. Como mostra a banda Pato Fu, em evento do PLANETA SUSTENTÁVEL, a música faz parte.

**Matthew Shirts**  
Coordenador editorial,  
PLANETA SUSTENTÁVEL



FOTOS: RUY HIZUTOGU



## Expediente

Manual de Etiqueta é uma publicação do movimento PLANETA SUSTENTÁVEL e da Editora Abril.

**Publisher:** Caco de Paula. **Coordenador:** Matthew Shirts. **Gerência de marketing e comunicação:** Caio Coimbra. **Gerência de conteúdo para web:** Mônica Nunes. **Colaboraram nesta edição:** Chiaki Karen Tada, Rodrigo Gerhardt, Afonso Capelas Jr. e Luíza Caires (texto). **Arte:** MondoYumi. **Revisão:** Kátia Shimabukuro. **Site:** Débora Spitzcovsky, Ana Luíza Vastag, Marina Franco, Flávio Oota, Márcio Sartorello, Cristina Catussatto e Ana Teixeira. **Marketing:** Priscila Perasolo, Caroline Régo, Camila Silveira, Carolina Lewin, Ione Bonfim e Rafael de Almeida. **Agradecimentos:** Carolina Bertozzi, Evaristo E. de Miranda, Gabriel Feriencic, Helio Mattar, Ladislau Dowbor, Liana John, Luciano Candisani, Marina Carlini, Renato Caleffi, Tasso Azevedo, Thiago Carrapatoso e Thiago Guimarães.



## Acaba de nascer a maior empresa de energia renovável da América Latina.

### JUNTO COM ELA, UM NOVO CAMINHO DE MUITA ENERGIA E DESENVOLVIMENTO PARA O PAÍS.

Da união da CPFL e da ERSa, nasce a maior empresa de energia renovável da América Latina: a CPFL Renováveis. Uma empresa que já chega ao mercado com um amplo portfólio de geração de energia eólica, de biomassa e de pequenas centrais hidrelétricas. Daqui para a frente, é nesse caminho que vamos investir, pois acreditamos que energias renováveis trazem menor impacto para o meio ambiente e maior bem-estar para milhões de pessoas que esperam muito mais de sua empresa de energia.



Capacidade atual de geração de 648 MW, que atendem 3,5 milhões de pessoas. Com os empreendimentos em construção, em poucos anos, atingiremos mais de 2.000 MW para atender 11,2 milhões de pessoas.

Imagem ilustrativa

[www.cpflrenovaveis.com.br](http://www.cpflrenovaveis.com.br)



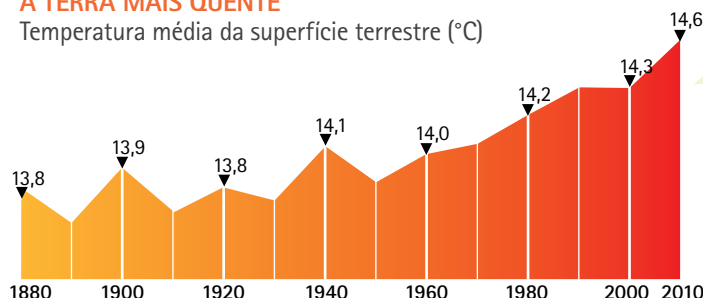
# CLIMA

## Todos podem fazer sua parte

Mudanças no clima são nosso maior desafio. Influem na oferta de água e qualidade do solo, na biodiversidade e na degradação dos oceanos e alteram a maneira como vivemos. Se a temperatura do planeta subir além de 2 °C, nossa vida ficará mais difícil. Ou, no mínimo, diferente do que é hoje. Ela já subiu 0,6 °C.

### A TERRA MAIS QUENTE

Temperatura média da superfície terrestre (°C)



A temperatura no planeta está 0,6 °C acima da média histórica, de 14 °C. A última década foi a mais quente desde o início da medição, no século 19.

Fonte: Nasa/Earth Policy Institute

**OS CHÁ ASSAM**, da Índia, perdeu a intensidade do sabor e produtividade. Na Colômbia, colhem-se menos grãos do seu café *gourmet*. Na Europa e na América do Sul, os produtores de vinho procuram novas variedades de uva. Essas culturas são sensíveis às alterações de clima.

**MAIS CHUVAS** e em alta intensidade levam mais sedimentos a rios, lagos e reservatórios. Isso requer esforço maior no tratamento da água.

**CHUVAS FORTES** e secas intensas comprometem a produção das hidrelétricas: ou é preciso abrir as comportas dos reservatórios, ou surge o medo do apagão.

**EM 2010**, na Olimpíada de Inverno, em Vancouver, foi preciso trazer neve de outras regiões. Estações de esqui estão ameaçadas.

**A FAIXA DE AREIA** nas praias de ilhas paradisíacas e cidades à beira-mar diminui a cada ano, com a elevação do nível do mar, atingindo moradores e turistas.

É preciso mudar hábitos para reduzir o impacto do nosso estilo de vida no planeta. Governos buscam acordos mundiais; empresas estudam como produzir mais com menos; você faz o mesmo ao consumir, descartar e se locomover de forma responsável.

## A SUSTENTABILIDADE VIRA UMA QUESTÃO GLOBAL

### 1972

Conferência da ONU sobre o Meio Ambiente Humano, em Estocolmo, Suécia. É a primeira a abordar os aspectos políticos, sociais e econômicos dos problemas ambientais.

# NOSSO SEGREDO PARA DEIXAR A VIDA DOS CONSUMIDORES MAIS GOSTOSA? UMA BOA PITADA DE SUSTENTABILIDADE.

A Bunge é a primeira fabricante de alimentos do país a produzir uma embalagem biodegradável, de fonte renovável, para creme vegetal. Os potes da linha Cyclus Nutrycell se decompõem nos aterros sanitários, em 180 dias.



Com o desenvolvimento de embalagens mais eficientes, que utilizam menos matérias-primas, a Bunge conseguiu reduzir 14% do consumo de PET na fabricação de garrafas de óleo.



Por meio do Programa Soja Recicla, a Bunge estabelece parcerias com supermercados, padarias, ONGs e outras instituições para a coleta de resíduos. Com isso, só em 2010, conseguiu recolher 260 mil litros de óleo e transformá-los em sabão ecológico e biodiesel.



A Bunge atua em parceria para incentivar o desenvolvimento local sustentável. Uma das medidas é o acordo com comunidades da Amazônia para o fornecimento de óleo de castanha.



**BUNGE**  
WWW.BUNGE.COM.BR/SUSTENTABILIDADE

LEW LARA/TBWA



# DIGITAL

## Caia na real

Ferramentas da internet e aplicativos para celular são aliados da sustentabilidade. Coloque-a em prática com essa seleção: todos funcionam para o Brasil.

➤ **WATERPRINT\_** Este aplicativo calcula os gastos com água em quatro categorias de bens: alimentos, bebidas, produtos e itens domésticos. **Na App Store**

➤ **FUEL\_** Além de dicas sobre consumo de combustíveis, permite armazenar o histórico de abastecimentos e calcular o consumo do automóvel. **Na Ovi Loja**

➤ **EDDY\_** Jogo educativo sobre coleta seletiva e destinação correta do lixo, que mostra como manter a floresta preservada e limpa. **Na Ovi Loja**

➤ **SOCIAL BIKE\_** Andar de bicicleta pode ficar mais fácil. Este aplicativo registra rotas, informa velocidade e distância percorrida, fornece dicas de trânsito e segurança e permite compartilhar fotos e vídeos do passeio. **Na App Store**

**www.googlemaps.com**  
Traça rotas para chegar a um destino de carro, de ônibus, a pé ou de metrô, além de estimar o tempo que você vai levar no trajeto.

**www.caronetas.com.br**  
Estimula a carona entre funcionários de empresas na cidade de São Paulo. O sistema é organizado por diversas ferramentas e cadastro que garantem segurança e controle.

**www.freecycle.org**  
É uma comunidade on-line de troca de objetos entre usuários, que reúne grupos em mais de 5 mil cidades.

**www.projectnoah.org**  
Ajude os cientistas a documentar a biodiversidade. Por meio de aplicativos para celular, é possível colocar fotos de plantas e animais no site do Project Noah.



**BAIXE O APLICATIVO "Aves do Brasil – Mata Atlântica"** gratuitamente, em junho e julho de 2011. Veja detalhes em: [http://abr.io/aves\\_app](http://abr.io/aves_app).

**1985 A 1995**

A Mata Atlântica perde mais de 1 milhão de hectares entre São Paulo e Santa Catarina.

**1987**

Publicação do Relatório Nosso Futuro Comum da ONU, conhecido como "Relatório Brundtland", que define o conceito de desenvolvimento sustentável.

[www.petrobras.com.br](http://www.petrobras.com.br)

Todo ser vivo é igual. Todos precisam de água.



A Petrobras sabe da importância da água para o país e para o mundo. Por isso, além da preocupação com o uso da água em seus processos produtivos, a Petrobras irá investir, até 2012, R\$ 500 milhões no Programa Petrobras Ambiental, que inclui projetos de conservação e preservação dos nossos recursos hídricos. Se o futuro é um desafio, a Petrobras está pronta.



Ministério de  
Minas e Energia



O DESAFIO É A NOSSA ENERGIA

# INOVAÇÃO

## A revanche dos nerds

Um mundo sustentável depende de invenções que ofereçam cada vez mais com cada vez menos. A imaginação e a tecnologia não têm limites. Acompanhe as tendências e mantenha sua mente aberta para incorporar novidades que podem transformar seus hábitos.



**ARMAZENE 2 MIL LITROS** de água da chuva com o tanque **Slim**, da Fortlev, inspirado em modelos criados na Austrália e fácil de instalar em pequenos espaços. [www.fortlev.ind.br](http://www.fortlev.ind.br)

**AS GARRAFAS PET** são recicladas em fibras para recheiar o traveseiro **Ecofriendly**. Revestido de percal 200 fios, cada unidade usa 15 garrafas. [www.altenburg.com.br](http://www.altenburg.com.br)



**O VEÍCULO ELÉTRICO** já é uma realidade comercial no exterior com o **Nissan Leaf**. Destaque em 2011, esse hatch de cinco lugares faz 160 km com uma única carga e baixa emissão de CO<sub>2</sub>. [www.nissanusa.com](http://www.nissanusa.com)

**SUBSTITUA O SABÃO** e o amaciante na lavadora pela **Eco Laundry Ball**. Ela limpa e amacia a roupa gerando economia no bolso e menos poluição nas águas. [www.greenvana.com.br](http://www.greenvana.com.br)



**MONTAR UM JARDIM** na cobertura da casa é fácil com o **Ecotelhado**, por meio de módulos. Ele vem equipado com uma placa para autoirrigação. [www.ecotelhado.com.br](http://www.ecotelhado.com.br)

FOTOS: DIVULGAÇÃO

**EM VEZ DE PLÁSTICO**, o **Biocopo** é feito de papel certificado, uma fonte renovável, e suporta bebidas quentes e frias. [www.fulpel.com.br](http://www.fulpel.com.br)

### 1992

Acontece a Eco-92, no Rio de Janeiro. A conferência da ONU estabelece políticas e acordos em mudanças climáticas e biodiversidade para proteger a vida no planeta.

### DEZEMBRO 1997

É ratificado o Protocolo de Kyoto, que estabelece metas de redução das emissões de gases de efeito estufa pelas nações industrializadas.

sustentabilidade e inovação.  
COMPROMISSO DIÁRIO de todas as empresas  
do GRUPO CAMARGO CORRÊA.



LEWFLARATBWA

O Grupo Camargo Corrêa cresceu junto com o Brasil, participando intensamente da construção da infraestrutura do país, da expansão da indústria e da modernização dos serviços. Para manter essa trajetória de qualidade, o Grupo Camargo Corrêa investe em inovação e sustentabilidade em busca do equilíbrio entre o desenvolvimento econômico e as melhores práticas socioambientais.

**Grupo Camargo Corrêa. Na vida dos brasileiros.**  
[camargocorrea.com.br](http://camargocorrea.com.br)



# PETS

## Cuide dos outros bichos também

Um bichinho de estimação é companhia cada vez mais requisitada. Com tantos gatos e cachorros por aí, a responsabilidade do dono vai além do bem-estar do seu animal e precisa envolver também seu impacto sobre o meio ambiente e a biodiversidade.

**CÃES E GATOS** têm grande impacto na vida silvestre local, principalmente aves. Mantenha seu bicho em casa, sobretudo antes do nascer e do pôr do sol, quando há maior movimentação dos outros animais. Cuide para que ele não tenha acesso a ninhos.



NÃO LEVE SEU CÃO A PRAIAS, cachoeiras, reservas e outros recantos ecológicos. Além da questão sanitária, ele pode perseguir outros animais e perturbar suas áreas de alimentação ou tocas e ninhos.

MIKE THEISS/GETTY IMAGES

**COCÔ DE CACHORRO NÃO É ADUBO:** pode contaminar o solo e a água. Mesmo em trilhas, praias ou grama, as fezes não devem ser enterradas, mas destinadas ao lixo. E nada de largar o saquinho com as fezes no chão ou na rua.

**EVITE OS PACOTINHOS DE RAÇÃO** ou refeições prontas. Ao optar por sacos grandes ou por ração a granel, você economiza dinheiro, além de produzir menos lixo porque haverá menos embalagem para descartar.

**NUNCA COMPRE ANIMAIS SILVESTRES** sem autorização do Ibama, nem solte bichos de cativeiro. A maioria não sobrevive e muitos transmitem doenças para a fauna local. Entregue-o a autoridades ambientais.



TOM AND STEVE/GETTY IMAGES

1999

A população mundial chega a 6 bilhões de pessoas.

SETEMBRO 2000

Surgem os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio, conjunto de metas para erradicar problemas como a pobreza e o acesso à educação.

# PRESERVAÇÃO:

## A VIDA PEDE. A CAIXA ESTIMULA.

## A NATUREZA AGRADECE.



Sim, é possível crescer preservando a natureza, reduzindo a emissão de gases de efeito estufa, promovendo uma vida melhor para os empregados, para a comunidade e para o país. A CAIXA, como instituição financeira que atua pelo desenvolvimento sustentável do país, concede créditos especiais para quem adota essa atitude. E, assim, incentiva o crescimento dos negócios e a disseminação das boas práticas.

SAC CAIXA: 0800 726 0101 - Informações, reclamações, sugestões e elogios  
0800 726 2492 - Atendimento a pessoas com deficiência auditiva ou de fala  
0800 725 7474 - Ouvidoria

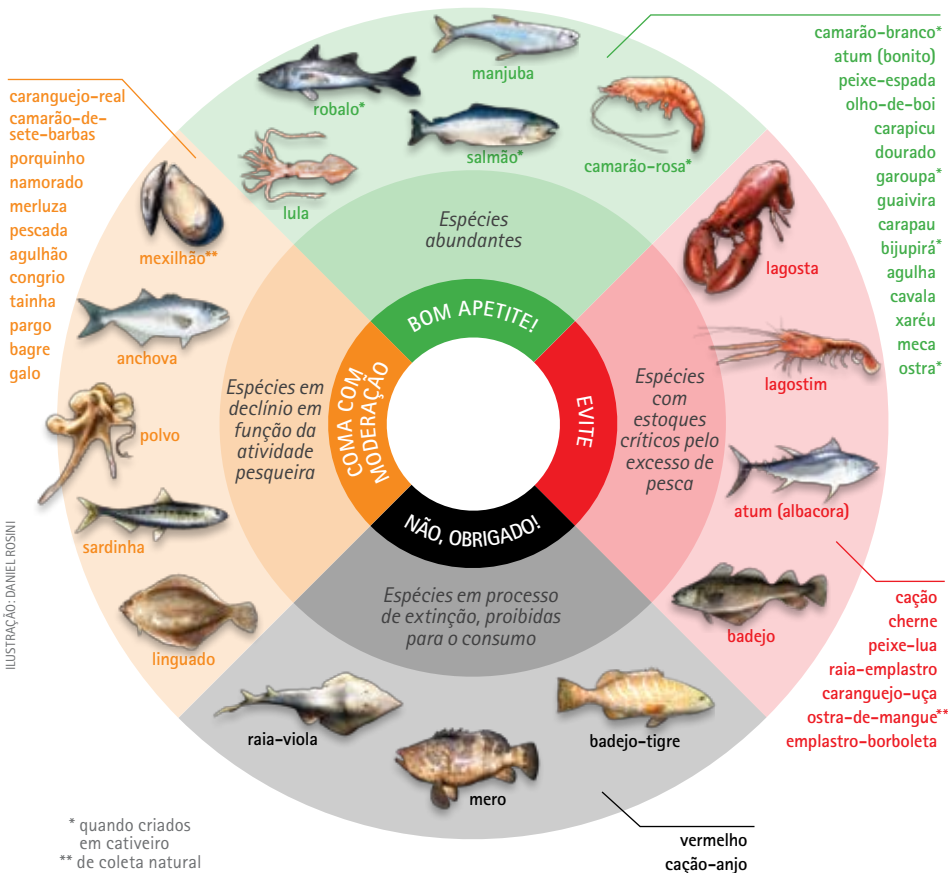
O banco que acredita nas pessoas.

**CAIXA**

# COMIDA

## O mar não está para peixe

Todos os anos, 78 milhões de toneladas de peixes e frutos do mar são capturados nos mares do mundo, quantidade insustentável que ameaça a vida marinha. Para ajudar a evitar o colapso, varie o cardápio: além de diminuir a pressão sobre as espécies, você ainda descobrirá novos sabores.



\* quando criados em cativeiro  
\*\* de coleta natural ou pesca extrativa

Fonte: Guia de Consumo Responsável de Pescados (Unimonte) e Ibama.  
Os peixes listados estão entre os mais encontrados nas regiões Sul e Sudeste.



REPRODUÇÃO

**CERTIFICAÇÕES PARA PRODUTOS MARINHOS,** como o Dolphin Safe e o Friend of the Sea, ajudam a comprar com critério. Eles atestam que a pesca é feita de forma sustentável, que não há captura de espécies ameaçadas durante a atividade e que a empresa tem projetos de responsabilidade social.

**PREFIRA FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS LOCAIS,** pois eles emitem menos gases de efeito estufa no transporte. E opte por produtos da época, que consomem menos água.

ANTONIO M. ROSARIO/BETTY IMAGES



STOCK.XCHNG



STOCK.XCHNG

**COMPRAR CARNE** com origem certificada ou perguntar no açougue quem são os fornecedores evita o consumo de produtos que venham de áreas desmatadas ilegalmente na Amazônia. O frigorífico JBS-Friboi e a marca Taeq, por exemplo, fornecem um código de rastreamento que mostra, pela internet, informações e fotos da origem do alimento. Dá até para consultar na hora da compra, pelo celular.

**NA HORA DE COMPRAR ORGÂNICOS,** oriente-se pelos selos de certificação. Em janeiro de 2011 entrou em vigor uma lei que permite ao Ministério da Agricultura certificar os produtores com o selo do Sistema Brasileiro de Avaliação de Conformidade Orgânica.

### EVITE O DESPERDÍCIO.

Congele a sobra de vinho em formas de gelo e use-a para cozinhar. O Sesc São Paulo tem receitas para aproveitar bem os alimentos: [http://abr.io/sesc\\_receitas](http://abr.io/sesc_receitas).

### PRODUTOS EMBALADOS

em papel e vidro têm menos impacto no ambiente do que aqueles em plástico e isopor. Prefira embalar alimentos com papel manteiga, no lugar do filme plástico.

#### MARÇO 2002

A Irlanda introduz o Plastax, imposto cobrado ao consumidor sobre cada saco de plástico distribuído.

#### AGOSTO 2002

Johannesburgo, na África do Sul, sedia a Rio+10, que resulta em ações para viabilizar o desenvolvimento sustentável em todo o mundo.

#### AGOSTO 2002

O governo brasileiro cria o Programa Áreas Protegidas da Amazônia (Arpa) para proteger 50 milhões de hectares da Amazônia.

#### JUNHO 2003

O INPE divulga o aumento de 40% no desmatamento da Amazônia brasileira entre 2001 e 2002.



# ENERGIA ELÉTRICA

## Ideias que iluminam

O governo pretende eliminar as lâmpadas incandescentes do mercado até 2016 e substituí-las por outras mais eficientes, como as fluorescentes compactas e as LEDs. A estimativa é que a economia de energia em iluminação chegue a 80%, não só no País, mas também na sua casa.

### FLUORESCENTES OU LEDS?

As lâmpadas mais eficientes são mais caras, mas duram muito mais. As fluorescentes compactas ficam cinco vezes mais baratas que as incandescentes. Pagam o investimento em menos de três meses na conta de luz, pois economizam 70% em energia.

Já as LEDs, bem mais caras, comemoram a longo prazo – a partir de cinco anos –, em função do tempo de vida útil e maior economia (até 85%). No mercado já há modelos em formato de bulbo com o mesmo soquete de uma incandescente.

ILUSTRAÇÃO: DANIEL ROSINI

LÂMPADAS MAIS USADAS EM RESIDÊNCIAS	Incandescentes	Halógenas	Fluorescentes	Fluorescentes compactas	LEDs
EFICIÊNCIA*	12	20	60 a 100	60	60 a 80
VIDA útil (mil horas)	1	2 a 5	7 a 10	3 a 10	20 a 50
PREÇO MÉDIO** (R\$)	1,30 a 4,50	2,50 a 20	4 a 8	8,50 a 18	90 a 160

\* Lúmens por Watt (o lúmen é uma unidade de medida de fluxo luminoso)

\*\* Comparativo de uma incandescente de 60W, 110V, em lojas on-line

Fonte: Abilux

**UM BOM PROJETO DE ILUMINAÇÃO** ajuda a economizar energia, com o uso de dimmer (controle da intensidade da luz), timer, sensor de presença e luz natural.

**NA HORA DE CONSTRUIR**, pense na economia de energia: painéis duplos nas esquadrias estabilizam a temperatura, e a ventilação natural reduz o uso do ar-condicionado.



O TELHADO DAS CASAS pode ser aproveitado tanto para gerar energia, colocando placas solares, como para economizá-la: instalar um jardim na cobertura ameniza o calor e a conta do ar-condicionado.



**AO COMPRAR ELETRODOMÉSTICOS**, escolha os mais eficientes. O selo Procel ajuda nessa hora.

### DICAS PARA ECONOMIZAR COM A MÁQUINA DE LAVAR ROUPA:

- Junte uma quantidade razoável de roupas para só depois lavá-las (isso também vale na hora de passá-las a ferro).
- A lavagem com água fria pode economizar até 90% de energia.
- A função de pré-lavagem desperdiça energia. Basta deixar as roupas mais sujas de molho no sabão antes de ligar a máquina.

### A DIFERENÇA DE CUSTO ENERGÉTICO

da água encanada para a água em garrafa, considerando manipulação, transporte e disponibilidade, é de 1 para 1000. Prefira sempre a primeira e tenha um bom filtro.

### NÃO USE O MICRO-ONDAS COMO RELÓGIO

nem deixe os aparelhos em stand by. Desligue-os da tomada quando não estiver usando esses aparelhos ou adote tomadas com interruptor.

#### OUTUBRO 2003

Fundação da Bolsa do Clima de Chicago, para venda e compra de créditos de carbono.

#### 2005

É o ano mais quente dos últimos 100 anos, desde que a temperatura global começou a ser medida.

#### OUTUBRO 2006

O Relatório Stern alerta que até 2050 as perdas econômicas decorrentes do aquecimento global poderão custar até 20% do PIB mundial.

#### FEVEREIRO 2007

O IPCC declara que o homem é responsável pelas alterações no clima e que a temperatura na Terra deve aumentar de 1,8 °C a 4 °C até 2100.



# LIXO

## Todos produzem, todos cuidam

Temos um novo desafio com o destino do lixo. A Política Nacional de Resíduos Sólidos, já em vigor, estabelece a responsabilidade de todos por tudo que consumimos e descartamos. Isso quer dizer que as empresas terão de fabricar produtos que deixem menos resíduos e que sejam mais recicláveis. O consumidor está proibido de queimar lixo a céu aberto ou jogá-lo em ruas, praias e rios. E, no caso de alguns produtos, será preciso devolvê-los ao fabricante, para que ele os recicle.

### COMPUTADORES E OUTROS ELETRÔNICOS

encostados em casa podem ser doados a empresas e projetos que recuperam e doam esses equipamentos para escolas. Material sem recuperação segue para a reciclagem.

#### NA HORA DE SEPARAR O LIXO

Materiais que **NÃO SÃO** recicláveis ou reciclados no País:

- Espelho
- Esponja de limpeza
- Etiqueta adesiva
- Fotografias
- Fraldas descartáveis
- Guardanapo e papel higiênico
- Lentes de óculos
- Papel celofane
- Porcelana
- Sacolas plásticas (só é possível quando limpas e separadas)

#### LÂMPADAS FLUORESCENTES

contêm mercúrio, um metal pesado, e por isso devem ser enviadas para reciclagem específica. As incandescentes, halógenas e de sódio de baixa pressão podem ser recicladas normalmente, mesmo quebradas.



MARCOS LIMA



NANCY HIXSON/ISTOCKPHOTO.COM

**TRAGA SUA PRÓPRIA CANECA,** squeeze ou garrafa térmica de casa. Assim, você ajuda a evitar que copos de plástico e garrafinhas PET se acumulem no local de trabalho.

**SACOLAS BIODEGRADÁVEIS** e oxibiodegradáveis são alternativas às de plástico comum. Prefira as primeiras, feitas à base de vegetais, como batata e mandioca, que podem ser descartadas com o lixo orgânico. As oxibiodegradáveis se fragmentam em pequenos pedaços, mas não há comprovação de que desapareçam totalmente do ambiente.

**NA HORA DE IR ÀS COMPRAS,** leve sua própria sacola retornável, como as de pano ou de plástico durável. Ou use caixas de papelão; há supermercados que as oferecem de graça.

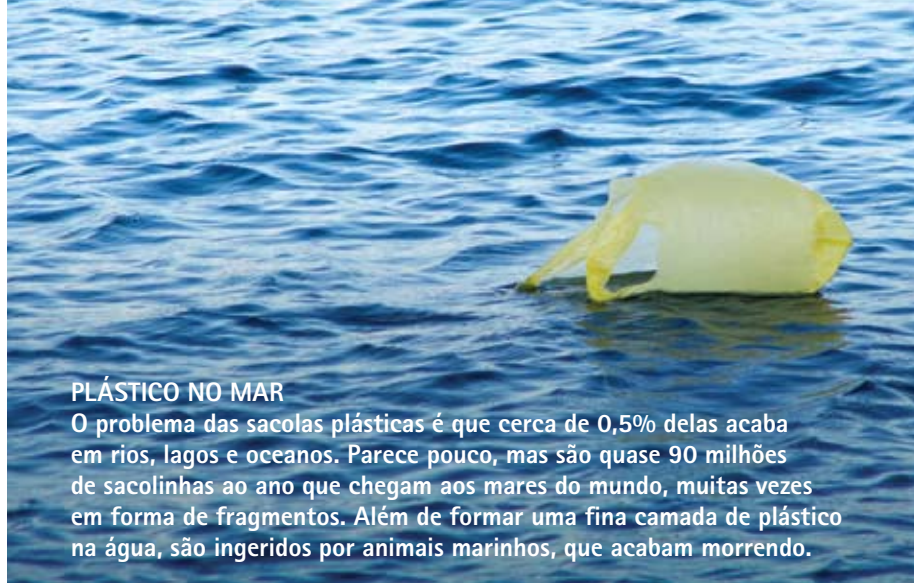
**VOCÊ TEM SACOLAS RETORNÁVEIS** em excesso em casa? Deixe algumas no carro, na bolsa ou no trabalho. Assim, você não tem aquela "desculpa" de ter esquecido de trazer sua ecobag.



DIVULGAÇÃO

#### PLÁSTICO NO MAR

O problema das sacolas plásticas é que cerca de 0,5% delas acaba em rios, lagos e oceanos. Parece pouco, mas são quase 90 milhões de sacolinhas ao ano que chegam aos mares do mundo, muitas vezes em forma de fragmentos. Além de formar uma fina camada de plástico na água, são ingeridos por animais marinhos, que acabam morrendo.



STOCKXCHING

#### MARÇO 2007

O documentário *Uma Verdade Inconveniente*, de Al Gore, recebe o Oscar. Em outubro, Al Gore e o IPCC compartilham o Nobel da Paz.

#### JULHO 2007

A prefeitura de Paris cria o sistema 'Vélib', de bicicletas públicas.

#### FEVEREIRO 2008

ONU e governo da Noruega inauguram a Caixa Forte Internacional de Sementes, no Ártico, com capacidade para armazenar 4,5 milhões de amostras.

#### NOVEMBRO 2008

Ministério do Meio Ambiente do Brasil publica o livro vermelho das espécies ameaçadas, com 627 nomes.

# ÁGUA

## Mantenha a casa limpa – e o planeta também

A oferta de água doce no mundo é pequena e todos sabem que economizá-la é importante. Mas a água que devolvemos à natureza, depois de usá-la, também reduz essa oferta. No Brasil, 13 milhões de pessoas não têm banheiro e menos de 44% da população têm coleta de esgoto. Do que é recolhido, menos de um terço é tratado. Apenas nas 81 maiores cidades do País, são 5,9 bilhões de litros de esgoto sem tratamento despejados por dia. Essa água contaminada polui rios, lagos e mares.



**ALÉM DO ÓLEO DE COZINHA**, não despeje inseticidas, pesticidas, tintas à base de óleo, solvente e fluidos de automóveis no esgoto doméstico. Eles devem ser adequadamente eliminados.

**SUBSTÂNCIAS CASEIRAS** substituem cloro, formaldeído e outros produtos químicos agressivos:

💧 **CASCA DE LIMÃO SECA É BOA PARA...** manter as traças longe de armários e roupas.

💧 **VINAGRE BRANCO É BOM PARA...** remover ferrugem, mofo, manchas no tapete, sujeira de banheiros e para tirar o cheiro de peixe dos utensílios. Só é preciso diluí-lo em água.

💧 **BICARBONATO DE SÓDIO É BOM PARA...** limpar o forno e para limpeza geral, pois tem ação fungicida.



JOHN ZAINER/BETTY IMAGES

**USE QUANTIDADES MENORES** dos produtos de limpeza e higiene, preferindo sempre os biodegradáveis e os orgânicos, feitos a partir de substâncias naturais.

**PREFIRA DETERGENTES** e sabões em pó com pouco ou nenhum fosfato na fórmula. Essa substância, responsável pela espuma, favorece a proliferação de plantas e algas nos rios, reduzindo a oferta de oxigênio para os peixes.

**AO LAVAR A LOUÇA**, retire os restos de comida de pratos e panelas e deixe-os de molho previamente na pia ou numa bacia. Só abra a torneira para enxaguar depois de ensaboar tudo. Isso ajuda a usar menos detergente.

**NÃO JOGUE REMÉDIOS** ou cosméticos na pia ou no ralo. As substâncias ativas contaminam água e peixes (que serão consumidos por nós). Entregue em postos de coleta que os aceitam para serem incinerados. Quando não for possível, é melhor jogá-los no lixo do que no esgoto.



FOTOGRAFIA BASICA/ISTOCKPHOTO.COM

### DEZEMBRO 2008

O Ministério do Meio Ambiente apresenta texto final do Plano Nacional de Mudanças Climáticas.

### 2009

Cerca de 60% da população mundial possuem celulares e 25% estão conectados à Internet, e cresce a relevância das redes sociais.

### DEZEMBRO 2009

Apesar da grande mobilização, COP15 do Clima, em Copenhague, desaponta pela falta de acordos.

### AGOSTO 2010

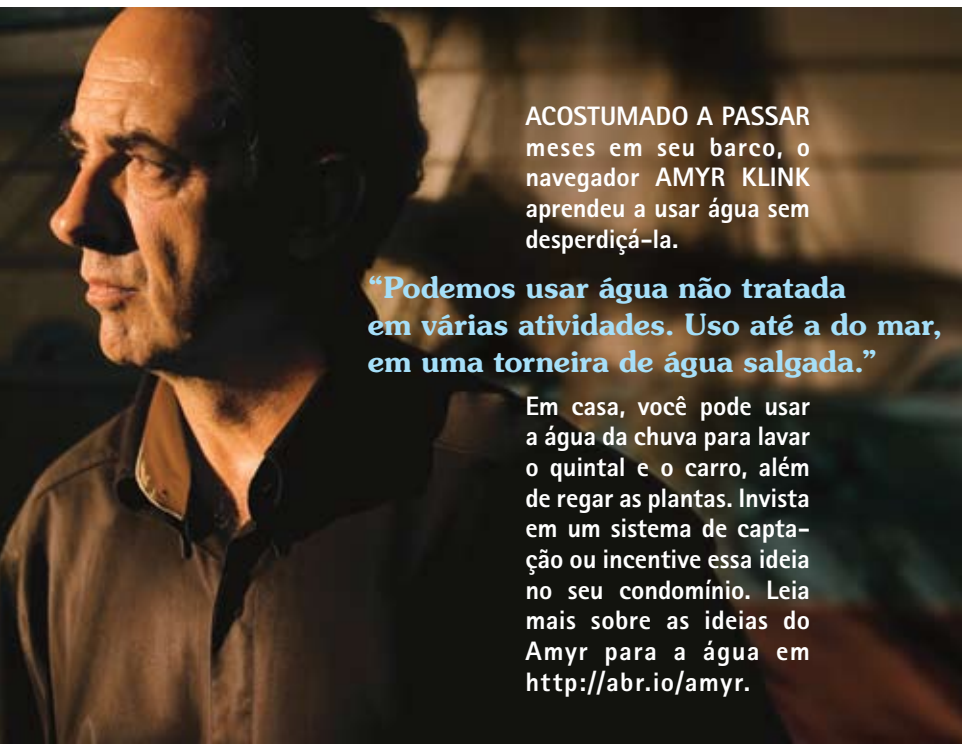
Foi sancionada, no Brasil, a lei 12.305, sobre resíduos sólidos, que determina manejo adequado do lixo.





**PREFIRA PLANTAS NATIVAS** no jardim. Por serem mais bem adaptadas ao ambiente, elas exigem menos cuidados, consumindo menos água.

**AO LIMPAR O QUINTAL**, a garagem ou a calçada, evite usar a mangueira como uma "vassoura hidráulica". Além de aumentar a conta no fim do mês, é mais água tratada sendo desperdiçada. Se precisar lavar a área, varra e recolha o lixo antes.



ACOSTUMADO A PASSAR meses em seu barco, o navegador **AMYR KLINK** aprendeu a usar água sem desperdiçá-la.

**“Podemos usar água não tratada em várias atividades. Uso até a do mar, em uma torneira de água salgada.”**

Em casa, você pode usar a água da chuva para lavar o quintal e o carro, além de regar as plantas. Invista em um sistema de captação ou incentive essa ideia no seu condomínio. Leia mais sobre as ideias do Amyr para a água em <http://abr.io/amyр>.

#### OUTUBRO 2010

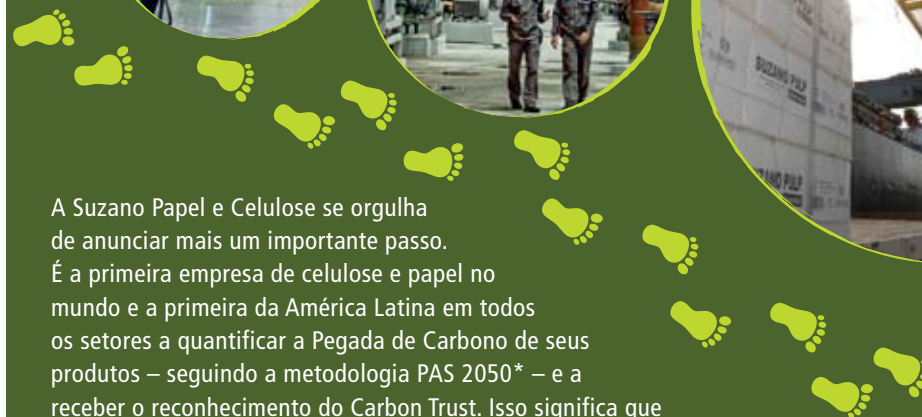
Em Nagoya (Japão), acontece a COP10 dedicada à Diversidade Biológica, em que são estabelecidas metas de preservação das espécies.

#### DEZEMBRO 2010

INPE divulga que, entre agosto de 2009 e julho de 2010, a Amazônia registrou a menor taxa de desmatamento desde o início desse monitoramento, em 1988.

# Pegada de Carbono

Nosso caminho passa por aqui



A Suzano Papel e Celulose se orgulha de anunciar mais um importante passo. É a primeira empresa de celulose e papel no mundo e a primeira da América Latina em todos os setores a quantificar a Pegada de Carbono de seus produtos – seguindo a metodologia PAS 2050\* – e a receber o reconhecimento do Carbon Trust. Isso significa que a empresa conhece todas as emissões de gases do efeito estufa relacionadas ao ciclo de vida de seus papéis e de sua celulose e está comprometida em reduzi-las.

A partir do segundo semestre, estarão disponíveis para os mercados nacional e internacional as linhas de papéis gráficos **Alta Alvura**®, **Paperfect**® e **Symetrique**®, utilizados na impressão de livros e revistas, e o **Report**® **Multiuso**, papel para imprimir e escrever, com o selo do Carbon Trust. A celulose Suzano, comercializada com a marca **SUZANO PULP**, também já tem a certificação. É mais uma contribuição da Suzano ao movimento de uma economia de baixo carbono. Quer saber mais?

Acesse [www.pegadadecarbonosuzano.com.br](http://www.pegadadecarbonosuzano.com.br)

\* A PAS 2050 é uma metodologia internacionalmente reconhecida e a mais adequada para a análise da pegada de carbono de produtos.

Working with



**SUZANO**  
PAPEL E CELULOSE

# MOBILIDADE

## Descubra uma nova cidade

Dê uma de turista: caminhe, use ônibus e metrô, explore o Google Maps - que dá todas as dicas - e redescubra sua cidade. É a maneira mais sustentável de se locomover nas metrópoles.

**EMPRESAS PODEM INSTALAR BICICLETÁRIOS** e duchas para os funcionários. Também podem oferecer transporte até o metrô ou o terminal de ônibus.

**ANDAR DE BICICLETA** é ecológico, desde que feito com segurança. Exija a construção de ciclovias em sua cidade.



ALEXANDRE BATIBUGLI

**O CAR SHARING**, um modelo de compartilhamento de carros que privilegia a ideia do uso, e não de posse, já acontece na Europa e nos Estados Unidos. Se isso ainda parece distante na sua cidade, estimule a carona entre colegas de trabalho - sua empresa pode ajudar a organizar um sistema.

**TRANSPORTE COLETIVO** eficiente e integrado é a solução para os centros urbanos. Exija isso do seu governo. Algumas cidades também adotam faixas solidárias: vias exclusivas para carros com mais de uma ou duas pessoas a bordo.

**LEVE SEU FILHO A PÉ** à escola, use transporte escolar ou coletivo. Se realmente não for possível, dê carona aos coleguinhas dele. Pelo impacto no trânsito, na Cidade do México já é proibido usar o carro para isso.



ANTIMARTINA/ISTOCKPHOTO.COM

### 2011

A população mundial chega a 7 bilhões de pessoas.

### 2012

No Rio de Janeiro, líderes do mundo todo se reúnem para uma nova e ampla conferência dedicada ao desenvolvimento sustentável, a Rio+20.

## É CONVERSANDO QUE A GENTE SE ENTENDE

Ilustração: Anna Cunha

**A Abril acredita** que o conceito do fazer sustentável é **construído coletivamente, por meio do diálogo permanente com diferentes públicos.**



O movimento **Planeta Sustentável** é parte desse fazer. Realizado pela Abril e pelas empresas parceiras CPFL Energia, Bunge, Petrobras, Grupo Camargo Corrêa e Caixa, reúne e dissemina conhecimento sobre sustentabilidade para milhões de leitores, como você.

**SAIBA MAIS SOBRE AS AÇÕES DE SUSTENTABILIDADE DA ABRIL EM:** [http://abr.io/rs\\_abril](http://abr.io/rs_abril)



## Sustentabilidade ao alcance das mãos

O PLANETA SUSTENTÁVEL acompanha, produz e dissemina conhecimento sobre desafios e soluções para as questões ambientais, sociais e econômicas do nosso tempo. Acesse o conteúdo pelo site, nas redes sociais, em aplicativos, em nossos eventos e nas revistas da Editora Abril.

**LEVE AS BOAS PRÁTICAS A TODO LUGAR** com o Manual de Etiqueta em aplicativo para iPhone.



**OLHE O PASSARINHO!** Conheça e encante-se com o aplicativo para iPhone "Aves do Brasil – Mata Atlântica".



[www.facebook.com/planetasustentavel](https://www.facebook.com/planetasustentavel)



Siga: @psustentavel

Apoio



Este manual foi impresso em papel Reciclato® Branco 70g/m<sup>2</sup> da Suzano Papel e Celulose, produzido a partir de florestas renováveis de eucalipto. Cada árvore utilizada foi plantada para esse fim.



**MISTO**  
Papel produzido a partir  
de fontes responsáveis  
**FSC® C102676**

Realização

