

GESTOS SUTIS DE SUSTENTABILIDADE

Pelo Clima



www.casazero.cz

INTRODUÇÃO

A **COP30**, realizada pela primeira vez no coração da **Amazônia**, em **Belém do Pará**, terminou sem um mapa do caminho para a eliminação da exploração dos **combustíveis fósseis** ou um consenso **para zerar** o desmatamento. Ainda assim, deixou avanços importantes em temas como **adaptação climática**, **transição justa**, **financiamento** e reconhecimento dos direitos de **povos indígenas** e **comunidades tradicionais**.

Mais do que isso, para a **Casa Zero**, a COP30 mostrou de forma clara que as decisões tomadas em **negociações internacionais** afetam diretamente o **dia a dia das pessoas**, e que **escolhas cotidianas** feitas por cidadãos influenciam, por sua vez, o rumo da **política climática global**.

O local afeta o global e o global retorna para o local.

Este **e-book** resume a COP30 com foco no que realmente importa para qualquer pessoa, sejam especialista ou não, deixando todos por dentro da **agenda climática**, mostrando o que está no centro das **transformações necessárias**.

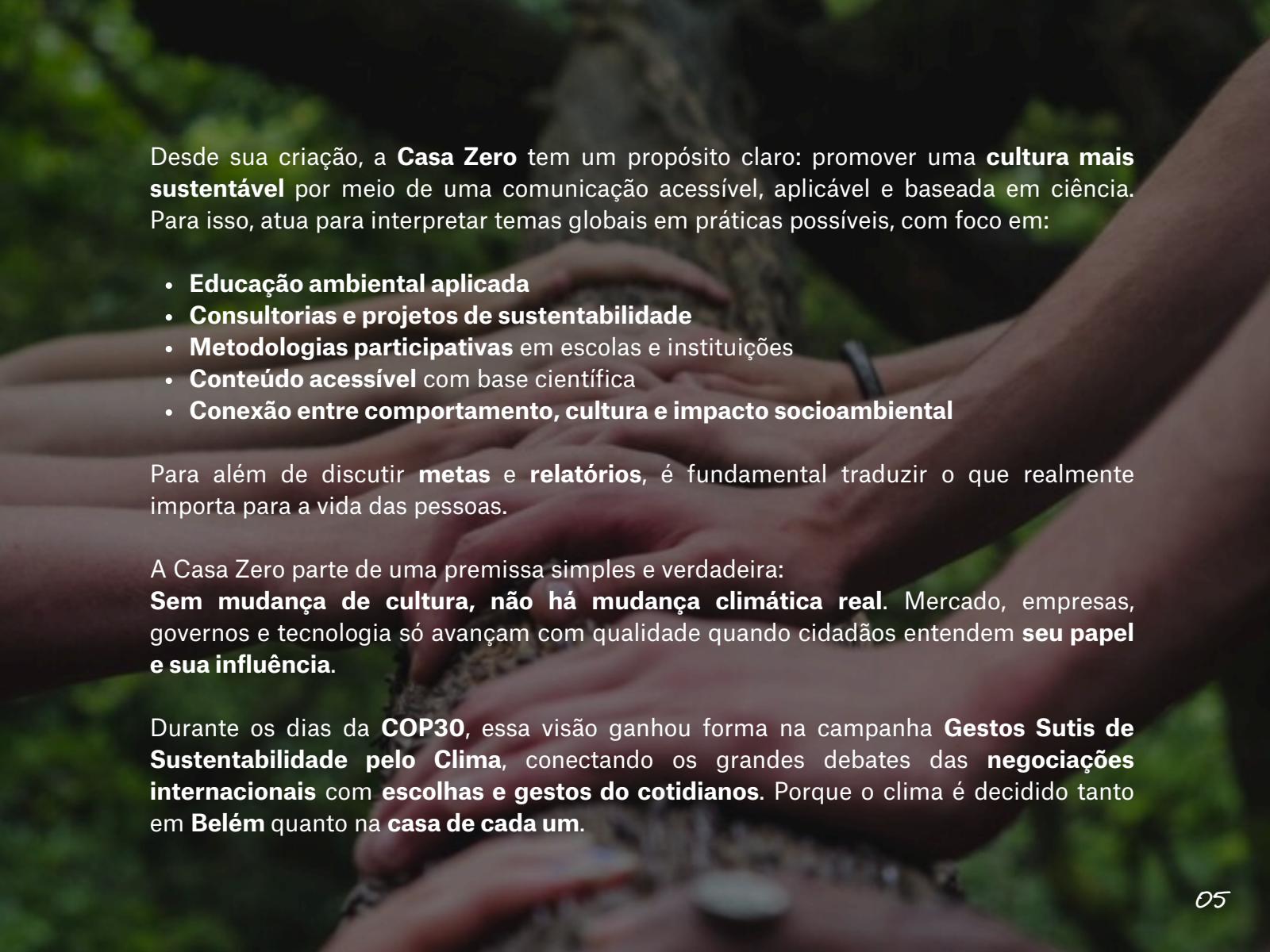


SUMÁRIO

A Perspectiva da Casa Zero	04
Os Gestos de Sustentabilidade Pelo Clima	06
Vá de segunda sem carne	08
Dispense os canudos plásticos	09
Use copo ou garrafa retornável	10
Regue uma planta	11
Vá de sexta sem carro	12
Dê preferência a produtos locais	13
Separe corretamente seus resíduos	14
Plante uma árvore	15
Cultive sementes de frutas	16
Substitua certos plásticos da cozinha	17
Coma menos ultraprocessados	19
Recuse as sacolinhas plásticas	20
8 Termos essenciais sobre clima e seus acordos	21
O que a COP30 decidiu e o que ficou para depois	24
Do local ao global	28
O Baralho	29
Bibliografia	31

A perspectiva da Casa Zero:

Clima não é assunto só para especialistas

A background image showing several hands of different skin tones holding a beaded necklace. The hands are positioned in a way that suggests a shared or collective action. The background is a soft-focus green, likely foliage.

Desde sua criação, a **Casa Zero** tem um propósito claro: promover uma **cultura mais sustentável** por meio de uma comunicação acessível, aplicável e baseada em ciência. Para isso, atua para interpretar temas globais em práticas possíveis, com foco em:

- **Educação ambiental aplicada**
- **Consultorias e projetos de sustentabilidade**
- **Metodologias participativas** em escolas e instituições
- **Conteúdo acessível** com base científica
- **Conexão entre comportamento, cultura e impacto socioambiental**

Para além de discutir **metas** e **relatórios**, é fundamental traduzir o que realmente importa para a vida das pessoas.

A Casa Zero parte de uma premissa simples e verdadeira:

Sem mudança de cultura, não há mudança climática real. Mercado, empresas, governos e tecnologia só avançam com qualidade quando cidadãos entendem **seu papel e sua influência**.

Durante os dias da **COP30**, essa visão ganhou forma na campanha **Gestos Sutis de Sustentabilidade pelo Clima**, conectando os grandes debates das **negociações internacionais** com **escolhas e gestos do cotidiano**. Porque o clima é decidido tanto em **Belém** quanto na **casa de cada um**.



Os Gestos de Sustentabilidade
Pelo Clima

Entre os dias da COP30 a **Casa Zero** realizou uma campanha e mostrou como **pequenas práticas** representam, de fato, **escolhas com impacto global**. Entre os temas abordados estão:

- **Redução de plásticos de uso único**, diminuindo a poluição de sobre rios e oceanos;
- **Valorização de árvores urbanas**, como forma de reduzir calor e melhorar qualidade de vida;
- **Mobilidade mais limpa**, destacando novas formas de deslocamento sem emissões;
- **Separação de resíduos**, com impacto direto em economia circular, logística reversa e custos municipais;
- **Uso consciente dos resíduos orgânicos**, reduzindo as emissões e ainda pode gerar economia doméstica;
- **Alimentação menos ultraprocessada**, ligada ao uso da terra, à agricultura familiar e ao valor nutricional dos alimentos.

Cada gesto mostra como **escolhas locais** dialogam com temas debatidos por negociadores globais: **adaptação, biodiversidade, emissões, economia circular e justiça climática**.

A mensagem é clara: **o clima se resolve para além das conferências globais**. Devemos ampliar conhecimento e partir para a ação no conjunto entre **políticas públicas, mercados e pessoas**.



Escaneie o QR Code para assistir ao vídeo completo da campanha.



Cerca de 80% das terras agrícolas do mundo destinam-se à produção de grãos e pastagens para animais, que depois alimentam seres humanos. Isso afeta profundamente o equilíbrio da vida na Terra.

Hoje, apenas 4% da biomassa de mamíferos é composta por espécies silvestres, enquanto 62% corresponde a animais domesticados e 34% a seres humanos.

Ruminantes, como o boi, emitem metano (CH_4), um gás de efeito estufa muito mais potente que o CO_2 no curto prazo, contribuindo para o aquecimento global e eventos extremos como inundações e ondas de calor.

Conter o aumento da temperatura global abaixo de $1,5^\circ\text{C}$ exige repensar como mais de 8 bilhões de pessoas produzem e consomem alimentos.

A pecuária representa cerca de 12% das emissões globais de metano. No Brasil, o agro responde por 29% das emissões brutas de gases de efeito estufa.

Por isso, **adotar uma segunda-feira sem carne** pode fazer diferença, não por culpa ou imposição, mas por oportunidade:

- **Libera áreas para a biodiversidade e reduz monoculturas;**
- **Diminui emissões da produção e do transporte de carne;**
- **Incentiva um consumo mais consciente.**

Ao apresentar dados científicos de forma simples e sem julgamentos, a #SegundaSemCarne mostra que pequenas escolhas semanais podem beneficiar o clima, os ecossistemas e o nosso futuro.



"Mas é só um canudinho." — disseram 8 bilhões de pessoas. O ato de dispensar o uso de canudos plásticos revela o verdadeiro significado de como uma decisão individual pode influenciar o coletivo e, em última escala, o planeta.

Um canudo plástico leva de 200 a 1000 anos para se decompor. Escolher não usá-lo pode parecer um gesto sutil, mas é um impulso poderoso que inspira mudanças nas legislações e nas políticas governamentais.

À medida que se degradam, os plásticos descartáveis se transformam em microplásticos, gerando uma poluição química difícil de solucionar. As águas, ao percorrerem seus ciclos naturais, acabam transportando essas partículas por rios, biomas, áreas de proteção e, por fim, até os oceanos.

Dentro dos limites planetários, conceito apresentado por 29 cientistas em 2009, uma das zonas de risco é justamente a contaminação por essas "entidades plásticas", que desequilibram ecossistemas e podem gerar mudanças ambientais irreversíveis.

Consequências diretas desse cenário:

- Maior contaminação de solos, rios, lagos e oceanos;
- Ameaça à biodiversidade e aos ecossistemas aquáticos;
- Dificuldade de reverter a poluição química.

Lembre-se: usa-se o canudo por poucos minutos, mas ele permanece no ambiente por mais de dois séculos. Recuse o uso de plásticos de uso único.

Embora muitos copos de plástico apresentem o símbolo de reciclagem, sua coleta e destinação correta não são incentivadas devido ao baixo valor comercial e à dificuldade de separação e limpeza.

Qual é a solução?

- **Reduzir o consumo:** priorizar copos reutilizáveis;
- **Separar o lixo corretamente:** mesmo quando não há reciclagem, o descarte adequado evita poluição, já que os copos levam séculos para se decompor;
- **Usar copo ou garrafa retornável:** de preferência livres de BPA e estireno, materiais prejudiciais à saúde e ao ambiente.

O combate à poluição plástica não depende apenas de ações individuais, mas também de políticas públicas, inovação industrial e economia circular.

No Brasil, ainda não há uma lei federal sobre plásticos de uso único. O PL 2.524/2022 propõe regras para a economia circular do plástico e a inclusão de cooperativas de catadores em programas de pagamento por serviços ambientais.

O **Decreto do Plástico de 2025 criou a logística reversa obrigatória para embalagens**, com metas de coleta e a exigência de 22% de plástico reciclado pós-consumo nas novas embalagens a partir de 2026.

Essas ações devem valorizar os catadores e reforçam a necessidade de eliminar plásticos de baixa reciclabilidade e pouca viabilidade econômica.





Nas cidades, onde o concreto predomina e os espaços verdes são escassos, a distância do natural afeta diretamente a saúde física e emocional. **Estresse, irritabilidade e cansaço tornam-se mais frequentes, fenômeno conhecido como déficit de natureza.**

Este termo, criado pelo escritor Richard Louv em seu livro intitulado *A Última Criança na Natureza* (2016), descreve os impactos da vida urbana moderna no bem-estar. Afastadas do verde, as pessoas perdem vitalidade, foco e equilíbrio.

Regar uma planta, cuidar de uma árvore, sentir o cheiro da terra molhada ou simplesmente colocar os pés no solo são gestos simples que despertam a consciência de que o ser humano faz parte da natureza. Ao se reconectar com ela, cuidamos também da própria saúde.

É nesse contexto que surge o conceito de **biofilia - a necessidade inata de conexão com os sistemas naturais**. A partir desse princípio, surgem a arquitetura e as cidades biofílicas, que incorporam luz natural, ventilação cruzada, áreas verdes e materiais orgânicos aos ambientes construídos, promovendo bem-estar físico e emocional.

Trata-se de uma abordagem de saúde integrada ao desenho urbano e ao design de interiores, que vai muito além da estética. Mesmo em grandes centros urbanos, cultivar plantas, realizar mutirões de plantio e planejar cidades permeáveis e biodiversas são formas de reconectar as pessoas à natureza. Além disso, o contato de crianças com o ambiente natural é um direito essencial para seu desenvolvimento integral, estimulando criatividade, saúde e senso de pertencimento.



Pedalar não polui. Pedalar exercita. Pedalar revela a cidade por novos ângulos. Pedalar inspira uma cidade melhor. Pedalar melhora a saúde da pessoa e da cidade.

E o melhor: Sem gasolina. Sem engarrafamento. Sem emissões de gases de efeito estufa ao pedalar.

Optar pela bicicleta é assumir um papel de cidadania. **Cidades não devem ser feitas somente para carros, devem ser feitas para vidas.**

Na infância, pedalar é brincadeira. Na vida adulta, é transporte, é lazer, é saúde e é política pública. E há dados que comprovam:

- **Mobilidade ativa somada a sistemas de transporte limpos pode reduzir até 40% das emissões do transporte até 2050;**
- **Caminhar ou pedalar reduz o risco de doenças cardiovasculares em 10% e diminui a incidência de diabetes tipo 2 em cerca de 30%.**

Escolhas como caminhar e pedalar transformam o corpo, a cidade e o presente. E são essenciais para enfrentar as mudanças climáticas.

É preciso pensar em como cada produto nasce, circula e retorna ao ambiente. Escolher produtos locais reduz deslocamentos, diminui emissões de transporte, fortalece a economia regional e valoriza empreendedores que investem em qualidade e inovação.

Na alimentação, o impacto é ainda maior: **produtores locais encurtam a cadeia, reduzem o tempo do alimento na prateleira e entregam produtos mais frescos, mais nutritivos e com menor impacto ambiental.**

Quando **orgânicos ou agroecológicos**, os benefícios se multiplicam:

- **Menos emissões de gases de efeito estufa** e menor consumo de energia nas etapas de produção;
- **Sequestro de carbono** no solo, ajudando a retirar CO₂ da atmosfera;
- **Solo mais saudável** e vivo com mais microrganismos, melhor estrutura e maior capacidade de reter água;
- **Mais resiliência às mudanças climáticas:** em períodos de seca, sistemas orgânicos chegam a render até 40% mais;
- **Maior biodiversidade**, fortalecendo plantas, insetos, fauna e ecossistemas inteiros;
- **Menor exposição a pesticidas** para consumidores e agricultores;
- **Mais antioxidantes e compostos benéficos**, o que pode aumentar o valor nutricional e até prolongar a vida útil dos alimentos.

Esse tema é amplamente importante e debatido, globalmente, como um caminho para enfrentar mudanças climáticas e promover territórios regenerativos.



Embora indústrias precisem inovar em embalagens e logística reversa; e governos ainda enfrentem desafios na gestão dos resíduos urbanos, cada pessoa também desempenha um papel fundamental.

A forma como descartamos aquilo que consumimos revela muito sobre nossos hábitos. Ao mudar essa postura, é possível transformar a cultura.

Entender o que é reciclável, orgânico ou rejeito é o primeiro passo para criar uma consciência de consumo. Veja as classificações por tipo de resíduos:

- **Recicláveis:** papel, papelão, plástico, vidro, metal e alumínio, sem restos de comida ou engordurados. Devem ser encaminhados para coleta seletiva ou cooperativas.
- **Orgânicos:** restos de alimentos, cascas, borra de catê, folhas secas. Podem ser compostados e transformados em adubo.
- **Especiais:** eletrônicos, pilhas, lâmpadas, remédios, seringas, óleo de cozinha. Devem ser levados a pontos de coleta específicos.
- **Rejeitos:** papel higiênico, fraldas, guardanapos engordurados. Este item que realmente deve ir para o aterro sanitário.

O mundo produz cerca de 2,01 bilhões de toneladas de resíduos sólidos urbanos por ano, dos quais apenas 19% são reciclados ou compostados. Até 2050, esse volume pode chegar a 3,40 bilhões de toneladas.

Conhecer e separar corretamente os resíduos que produzimos gera mudanças de comportamento e mudanças de comportamento transformam comunidades.

Cidade e natureza não são opostos. São, na verdade, interdependentes.

Quando bem integradas, criam ambientes mais saudáveis, agradáveis e resilientes.

Cidades arborizadas desempenham um papel essencial no bem-estar coletivo:

- **Ajudam a regular a temperatura** local;
- **Melhoram a umidade relativa** e a qualidade do ar;
- **Oferecem sombra** e conforto térmico;
- **Fortalecem a biodiversidade**;
- **Favorecem a infiltração da água** da chuva;
- **Enriquecem a paisagem urbana**, tornando-a mais acolhedora.

Estudos mostram que **áreas urbanas verdes podem ser de 1°C a 2°C mais frescas do que regiões sem vegetação**, uma diferença vital em tempos de ondas de calor cada vez mais intensas.

Plantar árvores, criar jardins comunitários e incentivar hortas urbanas são iniciativas poderosas para construir cidades mais resilientes.





Você já cultivou a semente de uma fruta que comeu?

O hábito de comprar tudo pronto nos faz esquecer que a fruta nasce da terra, não das prateleiras de supermercado. **As cidades deveriam ter mais árvores frutíferas nativas como: jaboticabas, pitangas, amoras, grumixamas e cajus.**

Imagine mais espécies arbóreas como estas nas ruas, parques, quintais e praças.

Plantar a semente de uma fruta comida tem um valor especial. Vai além do simbolismo ou da atividade escolar: é uma experiência transformadora.

É ver o ciclo da vida acontecer diante dos próprios olhos. Um gesto sutil, cheio de sabor de futuro.



A cozinha pode ser protagonista das escolhas mais conscientes. Duas trocas simples que fazem a diferença:

Trocar a bucha plástica pela bucha vegetal

A bucha vegetal, derivada da planta trepadeira do gênero Luffa, é uma alternativa natural, eficiente e sem plástico.

Veja as **vantagens**:

- **Limpa** bem **sem arranhar**;
- Tem **baixa pegada ambiental**;
- É **100% biodegradável**;
- **Pode ir direto para a compostagem** depois do uso.

Enquanto isso, a bucha plástica convencional, além ter como matéria-prima o petróleo e ter alta pegada de carbono, libera microplásticos, não é reciclável e costuma ir parar em aterros e oceanos.



Trocar o filme plástico por pano encerado

Simplificar a rotina também é reduzir descartáveis e até custos. Os panos encerados são feitos de tecido 100% algodão com cera de abelha e outras matérias-primas naturais. Além de durarem até 2 anos.

Os panos encerados **substituem**:

- Filme plástico;
- Papel alumínio;
- Guardanapo descartável;
- Saquinhos plásticos.

Ainda mantém os alimentos frescos dentro ou fora da geladeira. São reutilizáveis e práticos, além de reduzirem descartáveis.



Desembalar menos e descascar mais. Escolher uma alimentação com menos ultraprocessados é um gesto transformador. Além dos benefícios comprovados pela Organização Mundial da Saúde, essa escolha também reduz impactos sociais e ambientais.

Optar por alimentos *in natura* ou minimamente processados não é apenas uma questão de saúde. É também uma forma de promover um sistema alimentar mais justo e equilibrado. Aqui estão alguns motivos que fazem essa mudança valer a pena:

Benefícios para a saúde:

- **Reduz o risco de doenças crônicas**, como diabetes, hipertensão e obesidade;
- **Diminui o consumo excessivo de aditivos químicos** e calorias;
- **Contribui para melhor digestão** e mais vitalidade no dia a dia.

Consequências sociais e ambientais dos ultraprocessados:

- **Prejudicam o meio ambiente:** sua cadeia produtiva exige monoculturas intensivas, embalagens plásticas e longas distâncias de transporte;
- **Enfraquecem a cultura alimentar:** substituem preparos caseiros e receitas tradicionais, empobrecendo nossos hábitos e memória afetiva;
- **Impactam pequenos agricultores:** concentram renda em grandes indústrias e reduzem oportunidades para a agricultura familiar;
- **Apresentam alto índice de agrotóxicos** e aditivos químicos: desde o cultivo até a formulação final.



Diga não às sacolinhas plásticas. **Segundo o Ministério do Meio Ambiente, 1,5 milhão de sacolas plásticas são distribuídas por hora no Brasil.** Elas representam um grande desafio para a reciclagem e podem permanecer no meio ambiente por séculos.

Por que recusar a sacolinha plástica?

- São **feitas de polietileno, um derivado do petróleo** cuja produção consome muita energia;
- Quando descartadas incorretamente, **poluem ecossistemas** e ameaçam a vida de animais;
- A produção e o uso descartável **reforçam um modelo de consumo insustentável.**

O que você pode fazer?

- **Recusar sacolinhas** no caixa sempre que possível;
- **Levar uma sacola retornável** nas compras do dia a dia;
- **Priorizar alternativas como ecobags ou caixas** de papelão.

Temos alternativas como as sacolas biodegradáveis ou o plástico verde. Porém ainda, nenhuma delas é totalmente livre de impactos. As biodegradáveis se decompõem corretamente apenas em condições específicas. O plástico verde, feito com matéria-prima de origem renovável, tem menor impacto em sua produção, mas não é necessariamente biodegradável e precisa ser reciclado para não ter o mesmo destino do plástico comum. Por isso, **mais importante do que substituir, é reduzir, recusar e reutilizar.**



8 termos essenciais sobre
clima e seus acordos

Transição Justa

Processo de mudança para uma economia de baixo carbono que protege trabalhadores, comunidades vulneráveis e povos tradicionais.

Por que importa:

Garante que ninguém fique para trás enquanto o mundo reduz o uso de combustíveis fósseis.

Adaptação Climática

Conjunto de ações para preparar cidades, florestas, sistemas produtivos e populações para os efeitos do aquecimento global.

Por que importa:

O clima já está mudando, adaptação salva vidas e reduz prejuízos.

Mitigação Climática

Esforços para reduzir ou prevenir as emissões de gases do efeito estufa (GEE), bem como os esforços para remover da atmosfera emissões de GEE já existentes.

Por que importa:

É o caminho objetivo para evitar que o planeta ultrapasse 1,5°C de aquecimento.

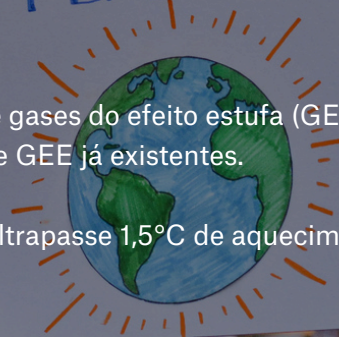
Perdas e Danos

Impactos climáticos irreversíveis, como destruição causada por enchentes, secas extremas e aumento do nível do mar.

Por que importa:

Define quem paga pela reconstrução e pelo apoio às populações atingidas.

THERE IS NO
PLANET B



Financiamento Climático

Recursos financeiros que países ricos devem fornecer para ajudar países em desenvolvimento a enfrentar a crise climática.

Por que importa:

Sem dinheiro, a adaptação e a redução de emissões não acontecem na velocidade necessária.

Contribuições Nacionais Determinadas (NDCs)

Os planos que cada país apresenta dizendo quanto vai reduzir de suas emissões e como vai se adaptar ao clima.

Por que importa:

A COP30 é o momento em que todos precisam enviar novos planos, mais ambiciosos.

Balanço Global do Clima (Global Stocktake)

Uma grande “avaliação” mundial para ver se estamos cumprindo o Acordo de Paris.

Por que importa:

Mostra o que está funcionando e onde os países precisam fazer mais.

Comércio de Carbono (Artigo 6 do Acordo de Paris)

Regras globais para que países possam cooperar comprando ou vendendo resultados de redução de emissões.

Por que importa:

Afeta diretamente empresas, governos e a credibilidade dos mercados de carbono.



O que a COP30 decidiv
e o que ficou para depois

A COP30, denominada como a **conferência da implementação**, aprovou 29 documentos negociados por 195 países. Foi buscado o fortalecimento do multilateralismo, a aceleração da implementação do Acordo de Paris e a maior conexão entre clima e pessoas.

Principais pontos de avanços:

- Lançamento de um mutirão global contra a mudança do clima;
- Aprovação de novos indicadores globais de adaptação climática;
- Compromisso de triplicar o financiamento público para adaptação a populações vulneráveis;
- Inclusão explícita para uma transição justa considerando os direitos de mulheres, povos indígenas, comunidades tradicionais e populações afrodescendentes;
- Fortalecimento do Global Stocktake, a grande avaliação mundial sobre o progresso das metas estabelecidas no Acordo de Paris;
- Implantação do Acelerador de Implementação Global para ações mais rápidas e de grande escala dos países;
- Incentivo para que os países apresentem novas metas climáticas mais fortes até 2027 de redução de emissões, adaptação, financiamento e tecnologia;
- Início de diálogos sobre comércio e clima;
- Reconhecimento do papel de cidades e estados na ação climática, com o Plano de Aceleração de Soluções (PAS) em Governança Multinível;
- Programa de Implementação de Tecnologia (TIP) para apoiar países em desenvolvimento;
- Criação de um Plano de Ação sobre Gênero e Clima.

Ausências importantes:

Não foi aprovado o mapa do caminho para incluir a eliminação gradual dos combustíveis fósseis e deter o desmatamento.

Apesar disso, o Brasil, representado pelo presidente da COP30, assumiu e anunciou que irá desenvolver estes dois roteiros globais, ambos com promessa de serem apresentados em 2026 e levados novamente à mesa global.



A COP da Verdade e o multilateralismo climático

A COP30 foi chamada de **“COP da Verdade”** pela tentativa de restaurar confiança entre países e aproximar as discussões das pessoas.

Entre seus principais legados:

- Reafirma que o limite de 1,5°C ainda é possível, mas exige ação urgente;
- Reconhece o progresso das metas nacionais e incentiva novas atualizações até 2027;
- Fortalece cooperação internacional em comércio e financiamento climático;
- Estabelece novos caminhos para adaptação e mitigação até 2035.

Belém sediou uma conferência marcada por presença forte de povos indígenas, diálogos culturais, manifestações e Marcha dos Povos Pelo Clima.

Tudo reforçando a ideia central: **o futuro climático depende da sociedade como um todo.**



E o que isso significa para as pessoas?

Nada disso acontece de forma isolada.

As grandes decisões climáticas influenciam diretamente:

- O preço da energia;
- A segurança hídrica das cidades;
- A saúde alimentar das pessoas;
- A qualidade do ar;
- A efetividade do transporte público;
- O custo de vida das famílias;
- Os empregos e a economia local.

E, ao mesmo tempo, os **hábitos, escolhas e posicionamento das pessoas influenciam políticas públicas, mercado, inovação e a velocidade da transição justa**. Sejam:

- Regulamentações;
- Comportamento das empresas;
- Prioridades dos governos;
- Inovações tecnológicas;
- Velocidade da transição para economias mais limpas.

Nenhuma política climática funciona sem adesão social. E uma nova economia não acontece sem um novo comportamento da sociedade civil.

Essa é a ponte que precisa ser construída de forma mais clara e é exatamente aqui que entra a perspectiva da Casa Zero.



Do local ao global

A COP30 mostrou que o mundo precisa de esforços para alcançar a **harmonia ecossistêmica**, mas também deixou claro que há movimento, cooperação e caminhos reais sendo construídos.

O que falta? **Ampliar a consciência** sobre o que está em jogo. Por isso, a Casa Zero reforça seu compromisso de **viver, projetar e empreender com gestos de sustentabilidade**, além de comunicar de forma clara e baseada na ciência, conectando decisões internacionais aos gestos da vida real.

Porque **o clima não é sobre “eles”, é sobre todos nós**. E o que fazemos no cotidiano reverbera globalmente, assim como as decisões globais transformam a vida local.

Uma ferramenta para facilitar grandes impactos

O **Baralho da Casa Zero**, ferramenta que compôs a campanha **Gestos de Sustentabilidade Pelo Clima**, é mais do que um recurso formativo, ele é uma tecnologia social que transforma escolhas individuais em impacto coletivo. Cada carta apresenta uma ação possível e cotidiana, capaz de gerar mudanças reais quando praticada de forma contínua e compartilhada.

Assim como a COP30 reforça que decisões globais dependem do engajamento das pessoas, o baralho traduz essa lógica para o dia a dia: ele mostra que a transição climática não acontece apenas nas mesas de negociação, mas também no modo como consumimos, nos relacionamos e cuidamos dos nossos territórios.

Enquanto os acordos globais apontam caminhos para adaptação, mitigação e justiça climática, o baralho atua como um convite para que cada cidadão se torne parte ativa desse processo. Ele conecta o global ao local, transformando grandes debates em práticas reais. Conheça mais pelo site: www.casazero.cz.

Venha conhecer melhor a Casa Zero e ver como nossas atuações podem gerar transformações a partir dos gestos de sustentabilidade.



 @casazero

 www.casazero.cz



Contribuições

Luiza Franco: Idealização,
conteúdo e revisão
Italo Santos: Design e
diagramação
Lina Franco: Fotografia

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, distribuída ou transmitida por qualquer forma ou por qualquer meio, incluindo fotocópia, gravação ou outros métodos eletrônicos ou mecânicos, sem a prévia autorização por escrito do editor, exceto no caso de citações incluídas em revisões críticas e alguns outros usos não-comerciais permitidos pela lei de direitos autorais.

BIBLIOGRAFIA

BEATLEY, Timothy. Biophilic Cities: Integrating Nature into Urban Design and Planning. Washington, DC: Island Press, 2011.

Câmara dos Deputados (Brasil). Decreto nº 12.688, de 21 de outubro de 2025. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/2025/decreto-12688-21-outubro-2025-798174-publicacaooriginal-176787-pe.html>. Acesso em: 28 nov. 2025.

CLAY, Jonathan (dir.). Breaking Boundaries: The Science of Our Planet. Narrado por David Attenborough; com Johan Rockström. 2021. Disponível em: <https://www.netflix.com/br/title/81336476>. Acesso em: maio de 2023.

DNIT – Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes. Para além do descarte: o desafio de viver sem sacolas plásticas. Disponível em: <https://www.gov.br/dnit/pt-br/assuntos/portais-tematicos/br-319-am-ro/noticias/para-alem-do-descarte-o-desafio-de-viver-sem-sacolas-plasticas>. Acesso em: 28 nov. 2025.

European Union. Ban on single-use plastics takes effect. Global Legal Monitor, Library of Congress, 18 jul. 2021. Disponível em: <https://www.loc.gov/item/global-legal-monitor/2021-07-18/european-union-ban-on-single-use-plastics-takes-effect/?utm>. Acesso em: 28 nov. 2025.

LOUV, Richard. A Última Criança na Natureza: resgatando nossas crianças do transtorno do déficit de natureza. São Paulo: Aquariana, 2016.

Ministério da Saúde (Brasil). Cinco fatos para entender o impacto do consumo de ultraprocessados. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2022/cinco-fatos-para-entender-o-impacto-do-consumo-de-ultraprocessados>. Acesso em: 28 nov. 2025.

OUR WORLD IN DATA. Half of the world's habitable land is used for agriculture. Por Hannah Ritchie e Max Roser, 2024. Disponível em: <https://ourworldindata.org/global-land-for-agriculture>. Acesso em: 28 nov. 2025.

PNAS – Proceedings of the National Academy of Sciences. Estudo disponível em: <https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.2422334122?utm>. Acesso em: 28 nov. 2025.

SANTOS, Gesmar Rosa dos. Resíduos sólidos, reciclagem e economia circular : desafios às políticas públicas / Gesmar Rosa dos Santos, Alesi Teixeira Mendes. Rio de Janeiro: Ipea, 2025. Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/bitstreams/d52c091f-896a-4087-95d9-5e4cdf75a9d/download>. Acesso em: 28 nov. 2025.

SEEG – Sistema de Estimativas de Emissões e Remoções de Gases de Efeito Estufa. Infográficos. Disponível em: <https://seeg.eco.br/infograficos/>. Acesso em: 28 nov. 2025.

Senado Federal (Brasil). Projeto de Lei nº 2.524, de 27 de setembro de 2022. Estabelece regras relativas à economia circular do plástico; altera a Lei nº 9.605, de 12 de fevereiro de 1998, e a Lei nº 14.119, de 13 de janeiro de 2021. Brasília: Senado Federal, 2022. Disponível em: <https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/154790>. Acesso em: 28 nov. 2025.

The Organic Center. The benefits of organic produce. 2024. Disponível em: https://organic-center.org/sites/default/files/info-doc/benefitsorganicproduce_072324_fnl.pdf. Acesso em: 28 nov. 2025.

Tribunal Regional do Trabalho da 3ª Região (TRT-3). Por que devemos dar adeus às sacolas plásticas. Disponível em: <https://portal.trt3.jus.br/internet/institucional/gestao-sustentavel/voce-pode-fazer/aprendendo-mais/praticas-socioambientais-e-consumo-consciente/por-que-devemos-dar-adeus-as-sacolas-plasticas>. Acesso em: 28 nov. 2025.

UNEP – United Nations Environment Programme. O filme plástico e as esponjas sintéticas liberam microplásticos que podem levar séculos para se decompor. 2022.

WRI Brasil – World Resources Institute. Sustentável & Seguro: relatório técnico. Disponível em: https://www.wribrasil.org.br/sites/default/files/Sustentavel_Seguro.pdf. Acesso em: 28 nov. 2025.

World Health Organization (WHO). Cycling and walking can help reduce physical inactivity and air pollution, save lives and mitigate climate change. 7 jun. 2022. Disponível em: <https://www.who.int/europe/news/item/07-06-2022-cycling-and-walking-can-help-reduce-physical-inactivity-and-air-pollution--save-lives-and-mitigate-climate-change?utm>. Acesso em: 28 nov. 2025.