

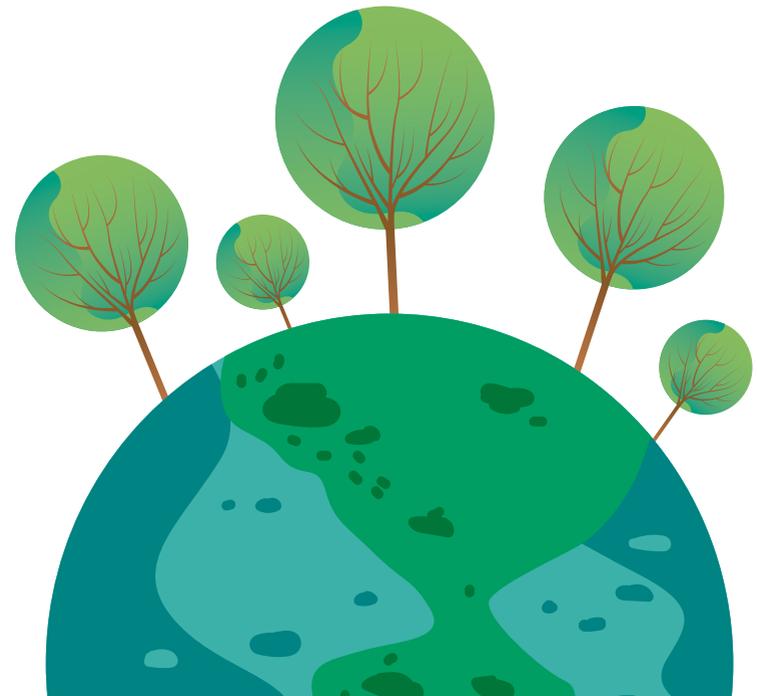
# Afinal, o que é isso da Sustentabilidade?



ECO MARQUES

BRAGA | 2020

Já todos ouvimos dizer que os **recursos naturais estão a esgotar**, que em 2050 a Terra pode não ser o mundo que conhecemos hoje - que estamos a destruir aquela que é a casa de todos nós.



# E não há como negá-lo:

nos últimos anos, a  
**Humanidade tem colocado  
demasiada pressão sobre o Planeta,**  
com a sua interminável vontade de ter mais, de  
consumir mais.



Por isso, chegou a hora de fazermos alguma coisa para  
travar este problema. E o caminho passa por apostar no  
**Desenvolvimento Sustentável.**

Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), a **Sustentabilidade** foca-se em responder às necessidades do presente sem comprometer a capacidade das futuras gerações responderem às suas próprias necessidades. Ou seja, baseia-se em **usarmos os recursos à nossa disposição com mais regra e mais consciência, para que a Natureza tenha tempo de os renovar e, assim, não venham a faltar** às gerações mais jovens, como a tua.



Por ti, pelo teu futuro,  
junta-te a nós nesta  
luta pela preservação  
do ambiente!

Aqui pelo Grupo José Pimenta Marques, já estamos a dar o nosso melhor para **construir um caminho orientado** pelos princípios de um Desenvolvimento Sustentável e pelos “17 objetivos para transformar o nosso mundo”, propostos pela ONU.

Como família que somos, **preocupamo-nos contigo e com o teu futuro.**



Queremos o melhor  
para ti e para todas as  
novas gerações. Por  
isso, lançamos o projeto

**EcoMarques!**

Sabemos que está nas nossas mãos deixar-te um planeta Terra saudável, repleto de vida animal, e com todos os recursos de que necessitas para viver.



Mas também está nas tuas!

Sim, nas tuas mãos.

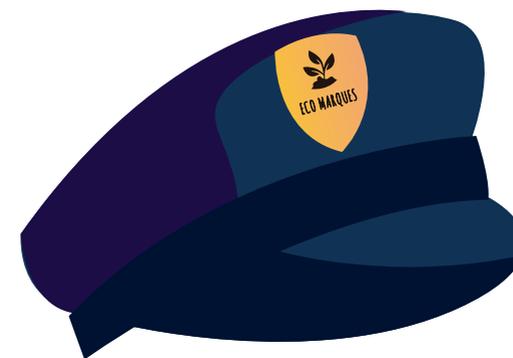
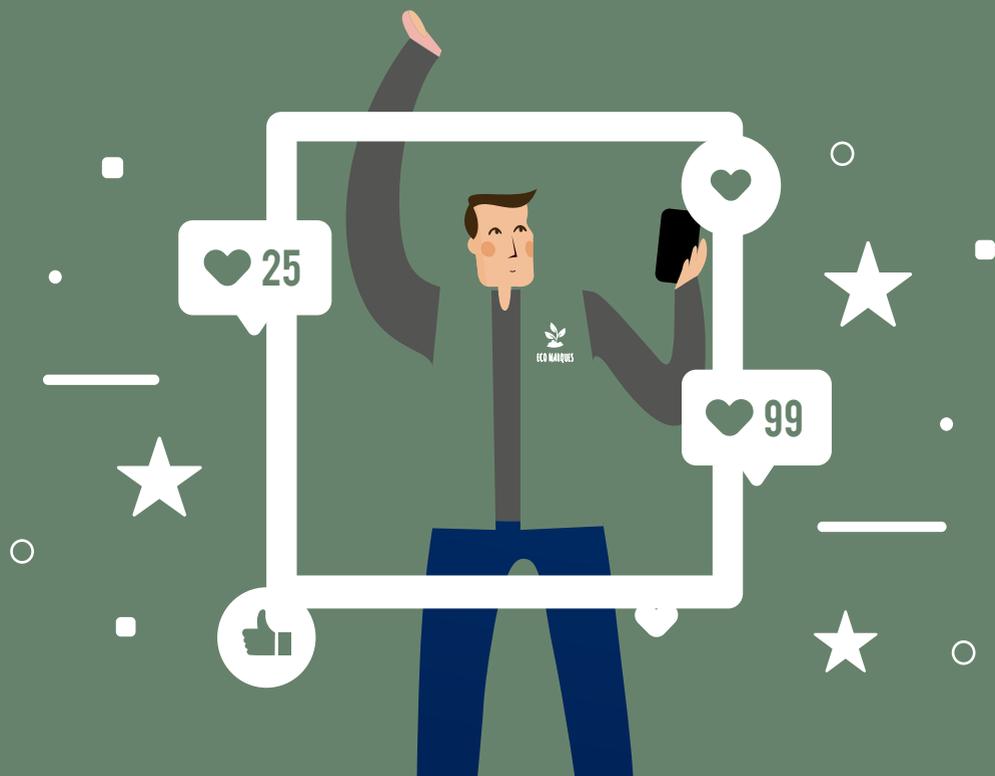
**Tu também tens peso na  
matéria.**

**E está na hora de  
mostrares que também  
tens peso no mundo!**



Unidos, podemos aprender a ter **atitudes mais Sustentáveis** no nosso dia-a-dia.

E tu **podes ser um verdadeiro influencer e levar a mensagem** aos que estão à tua volta: os teus amigos, os teus colegas e professores, a tua família e até os todos os teus seguidores nas redes sociais.



Transforma-te num  
**embaixador da EcoMarques!**

# O QUE PODES FAZER?

É simples! Só tens de dar o melhor de ti, procurando tomar atitudes ainda mais Sustentáveis, tentando **respeitar cada vez mais a Natureza.**

**Faz escolhas mais conscientes! Pensa muito bem antes de adquirires um novo produto.**

Enquanto consumidor, também és responsável pela tua própria pegada ecológica, que aumenta sempre que compras outro gadget ou uma nova peça de roupa. Portanto, não deves tomar uma decisão sem considerar se realmente precisas daquela compra e até sem perceber se aquela marca que escolheste tem algum tipo de política ambiental. Porque, passo a passo, com as tuas escolhas, podes fazer a diferença.

## **Poupa! Não gastes os teus recursos e os recursos naturais sem necessidade.**

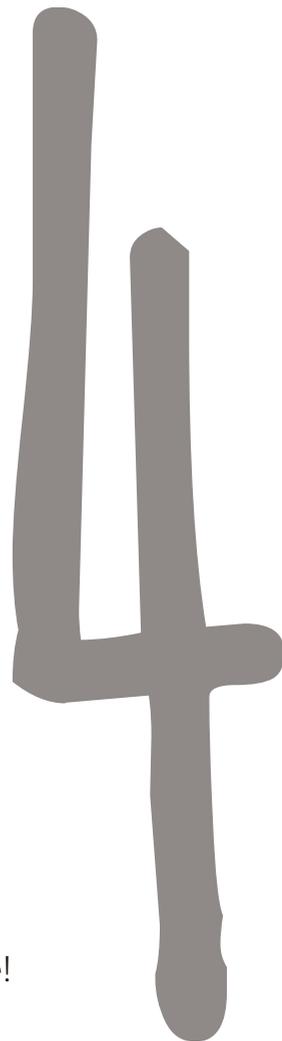
Aquela luz que deixas ligada enquanto vais a outra parte da casa, aquele carregador que deixas na tomada a carregar coisa nenhuma e aquela viagem de carro de dois minutos têm impacto na carteira e também no ambiente. E as alternativas a estes comportamentos são tão simples! Basta desligar o interruptor, tirar o carregador da ficha e optar por andar a pé ou de bicicleta nos percursos curtos.

## **Usa e abusa da regra dos 3 R's! Reduz, reutiliza e recicla o que podes.**

Aqui estão três princípios Sustentáveis que são super fáceis de memorizares e de pões em prática no teu dia a dia, sem grande prejuízo para a tua vida. Por exemplo, podes desde já começar por Reduzir a quantidade de roupa e de sapatilhas que compras, por Reutilizar aquele caderno do ano passado ainda cheio de folhas e por Reciclar os papéis, as latas de bebidas e todas as embalagens de plástico.

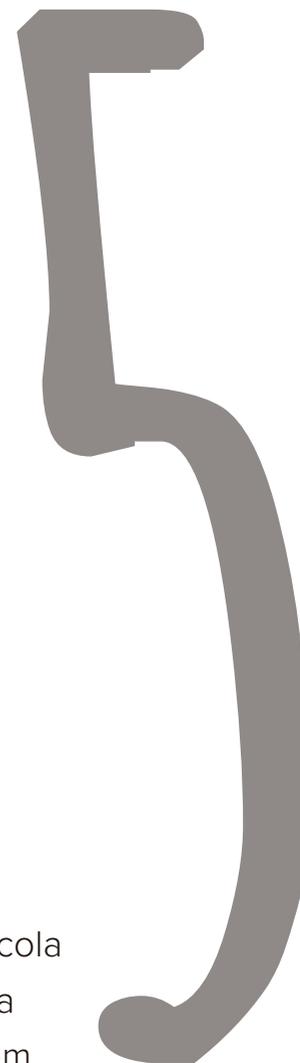
## Abraça esta causa! Sê um defensor da Natureza.

As florestas e as montanhas, as praias, o mar e os rios são, para nós, sinónimo de diversão e lazer, mas para muitas espécies de animais e plantas são sinónimos de casa. E está ao teu alcance ajudar a proteger estes espaços e a sua biodiversidade! Podes limpá-los, podes plantar árvores, podes ser um consumidor mais consciente - tudo para evitar que fiquem poluídos e despidos de vida e recursos, tudo para que possas continuar a usufruir deles.



## E passa a palavra! Fala do problema e mostra àqueles que te rodeiam como podem seguir os princípios da Sustentabilidade.

Temas como a poluição, as alterações climáticas e o buraco na camada de ozono devem, sim, estar em cima da mesa. Tu podes discutir a questão da Sustentabilidade com os teus amigos, colegas e familiares. Tu podes abordá-la em casa, na escola e até nas tuas redes sociais. Seja no Instagram, no Facebook ou em qualquer outra plataforma, mostra aos teus seguidores como podem juntar-se ao movimento, usando a **#ecomarques**.



Verás como podes fazer a diferença!

Verás como tens,  
realmente, um papel  
de peso no mundo!



# Sustentabilidade

Procura as palavras.

F O C E A N O S H E D N U L X A M V L K  
Y K S B F I J N B T U Y J J V F E H R Y  
J Y G E B Z S V Z N B V E U O E Y T B P  
F Y T E P U A A E E C S P Y A X I R O P  
Q O V E U M Z F J I M U H I A M P Y E F  
V A C W R E V J P B N S V R U T R I A O  
D T C U R R L Y R M K T I T L S I A L A  
D W G U O F A J K A S E U Q R A M O C E  
T N T R Q C X K R Q B N G L Q S F B X A  
P A P F E O E D E I T T P D H N V E J F  
N L I X J U V N C B P A T E Y C Q B O W  
F H G Z U E T C I V A V Q S A R V O R E  
V O Y D B G B I C P E E A P A X H X E K  
T T N J L B H W L E X L O E T I W B D Q  
U N F P A J Y M A I U L F R J T E I U M  
N O M H S D L Z G C Z Q R D N P Z Z Z D  
C P T U W Q Z L E S I A G I I G D W I C  
P O Q T Y Q U N M E B P R C Z L U E R F  
G C J Y I X Q E T K B R S I L W J E L S  
W E E E I T C C R W R N K O S Y G I Z S

AMBIENTE  
OCEANOS  
REDUZIR  
NATUREZA  
DESPERDICIO  
RECICLAGEM  
TERRA  
REUTILIZAR  
ECOPONTO  
SUSTENTAVEL  
ARVORE  
ECOMARQUES

**FIM.**

Um livro da autoria de

