

É PIQUE ! É PIQUE ! É PIQUE- NIQUE !



GUIA PARA UM PIQUENIQUE SUSTENTÁVEL.

 akatu

Consumo consciente
para um futuro sustentável

PIQUENIQUE-SE!

Outubro é um mês especial, cheio de celebrações. Inspirado pelo Dia das Crianças (12), Dia do Professor (15), Dia da Alimentação (16), mas especialmente pelo Dia do Consumo Consciente (15), o Akatu convida a todos para comemorar essas datas de uma forma diferente: com um PIQUENIQUE SUSTENTÁVEL!

Um piquenique vai muito além do pedaço de pano estendido no chão com comidinhas gostosas em cima. Mais do que compartilhar alimentos, compartilhamos momentos. Se você já teve essa experiência algum dia, pare e pense: qual a melhor lembrança que você tem dele? Do que comeu ou do que viveu com pessoas queridas? E aí, está um dos pilares do consumo consciente: a valorização do bem-estar, além dos bens de consumo.

15 de outubro foi a data escolhida pelo Ministério do Meio Ambiente em 2009 para comemorar o Dia do Consumo Consciente, com o objetivo de conscientizar a população sobre os problemas socioambientais que os padrões atuais de produção e consumo vêm causando ao planeta Terra e aos próprios seres humanos.

Compartilhe

O Akatu quer espalhar a ideia e formar uma grande rede de piqueniques por todo o país.

Mobilize seus amigos, familiares, vizinhos, colegas de trabalho.

Compartilhe seu piquenique com todos em nossa página do Facebook!

www.facebook.com/institutoakatu

Preparamos um kit de materiais para ajudá-lo a promover o seu!

Baixe em www.akatu.org.br

O movimento é de todos e começa com você. Piquenique-se e espalhe essa ideia!

Por que é legal?

O PIQUENIQUE é, acima de tudo, um jeito divertido e simples de curtir sua cidade com a família e os amigos. Mas o PIQUENIQUE SUSTENTÁVEL pode ser também uma ótima oportunidade de rever nossos hábitos de consumo. Afinal, ao organizar um PIQUENIQUE temos que escolher o local adequado, o meio de transporte, o que comprar, o que levar, como levar, como descartar. E em todas essas etapas, é possível fazer escolhas mais sustentáveis. Essa é a proposta deste guia: ajudar você a consumir melhor e de forma diferente, contribuindo para um mundo mais sustentável hoje e no futuro.

E agora, como faz?

Você sabia que, quando não planejamos nossas compras, jogamos fora, em média, um terço dos alimentos perecíveis que compramos?

Claro que em um PIQUENIQUE sempre podemos ter mudanças de última hora: uma chuva repentina que obriga alterar o local ou aqueles amigos que confirmam em cima da hora e você precisa aumentar a lista de compras. Mas planejar com antecedência o local, o transporte e as compras ajudará você a aproveitar melhor o seu dia e evitar desperdícios.

Como chegar?

Qualquer lugar agradável e seguro é um bom lugar para um PIQUENIQUE. Pode ser no parque, na praça, na praia, no condomínio, na quadra do bairro, no trabalho, na escola ou até na sua casa.

Você sabia que o uso do carro individual é o principal emissor de gases de efeito estufa nas grandes cidades?

#repense

- Se escolher um local próximo, talvez possa ir a pé ou de bicicleta.
- Vale também considerar alternativas de transporte público.
- Se for de carro, procure levar mais gente. Com carona é mais divertido e você evita que mais carros saiam pelas ruas.

O que levar?

Desde a compra das comidinhas até a escolha da cesta de PIQUENIQUE: tudo pode ser mais sustentável!

#repense

- Sempre que possível, opte pelos alimentos orgânicos que, além de ótima opção para a saúde, são menos agressivos ao meio ambiente.
- Priorize produtos de empresas com responsabilidade socioambiental e saiba de onde vem aquilo que você mais consome. A carne, por exemplo, pode vir de áreas desmatadas da Amazônia. Vale ficar de olho em selos, rótulos, buscar informações na internet...
- Dê prioridade a alimentos da região e da estação, que tendem a estar mais frescos e mais baratos, e viajaram menos para chegar até você
- Se optar por um parque com bebedouros, por exemplo, você pode levar canecas, jarras ou squeeze retornáveis. Assim não precisa comprar garrafas de água.
- Evite os descartáveis. Se levar copos e garrafas, os retornáveis são sempre a melhor opção.

Como levar?

Se você tem uma daquelas charmosas cestas de PIQUENIQUE, ótimo. Se não...

#repense

- Aquela sacola retornável que você ganhou e que anda encostada pode ser uma boa opção. Ou ainda a boa e velha sacola de feira, o carrinho de feira, a mochila.
- Vale também usar a criatividade (e as habilidades manuais, claro!) e aprender a montar as sacolas feitas com a própria toalha do PIQUENIQUE.

Como deixar?

Uma pessoa, ao longo de sua vida, produz lixo suficiente para encher um apartamento de 50 metros quadrados até o teto (equivalente a um apartamento de dois quartos).

#repense

- Se sobraem alimentos em condições saudáveis, eles podem virar uma torta, um doce ou uma geleia.
- Os restos orgânicos (cascas de fruta, restos de comida, guardanapos sujos etc.) vão para o cesto de resíduos orgânicos – e podem, depois de processados, virar adubo para as árvores de um parque ou fonte de energia elétrica em um aterro sanitário.

- Os resíduos secos devem ser separados nos cestos de coleta seletiva e vão para a reciclagem.
- Se você estiver em um local que não possui coleta seletiva, é preciso colocar os resíduos de volta na cesta, na bolsa ou na mochila e levar para reciclar em casa. Nunca se esqueça de lavar tudo muito bem antes do descarte.

O que fica?

No fim, o que guardamos de um PIQUENIQUE SUSTENTÁVEL? No mínimo aquela sensação boa de um gostoso momento compartilhado com pessoas queridas. O PIQUENIQUE é uma ótima oportunidade para colocar em prática o que já sabemos sobre como fazer a nossa vida mais sustentável e harmoniosa. O que nutre a vida de satisfação são as emoções, as ideias e as experiências! Aproveite-as!

Queremos mais...

- Durável do que descartável.
- Produção local do que global.
- Uso compartilhado do que posse e uso individual.
- Produtos e serviços com responsabilidade socioambiental.
- Opções virtuais do que materiais.
- Aproveitamento integral de produtos e zero desperdício.
- Satisfação pelo uso do que pela compra.
- Escolhas saudáveis.
- Cooperação do que competição.

Curtiu seu piquenique? Compartilhe com a gente.

O Akatu quer espalhar a ideia e formar uma grande rede de piqueniques por todo o país. Mobilize seus amigos, familiares, vizinhos, colegas de trabalho.

Compartilhe seu piquenique com todos em nossa página do Facebook!

www.facebook.com/institutoakatu.

Preparamos um kit de materiais para ajudá-lo a promover o seu!

Baixe em nosso site www.akatu.org.br.

O movimento é de todos e começa com você. Piquenique-se e espalhe essa ideia!



 **akatu**
Consumo consciente
para um futuro sustentável