

# SUSTEN TABILI DADE NEWS

EDIÇÃO 24  
JUNHO  
2023



LEIA NESSA EDIÇÃO

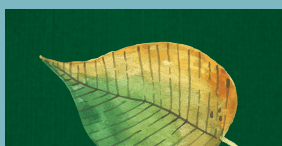
PÁG. 3

MENOS SERÁ  
MAIS: O ALERTA  
DO PLÁSTICO



PÁG. 7

50º ANIVERSÁ-  
RIO DO MEIO  
AMBIENTE



PÁG. 8

POLUIÇÃO E A  
SAGA DAS  
TARTARUGAS  
MARINHAS



SESC+  
SUSTEN  
TABILI  
DADE

Sesc



## MENOS SERÁ MAIS: O ALERTA DO PLÁSTICO

O dia mundial do meio ambiente é comemorado em 5 de junho. Criado há 50 anos pela Organização das Nações Unidas (ONU) através do seu Programa para o meio ambiente (PNUMA), a cada ano destaca assuntos de interesse mundial a fim de promover reflexões ambientais de importância para todo o planeta. Em 2023, marcando esse meio século da data, o tema será uma das principais preocupações atuais: a questão da poluição plástica e suas possíveis soluções.

O primeiro plástico totalmente sintético surgiu logo no início do século XX e foi entre os anos de 1930 e 1950 que ocorreu o processo de produção do plástico através da polimerização resultando em tipos de plásticos que conhecemos hoje, principalmente aqueles originados do petróleo como PVC, Poliuretano, PET, PP (polipropileno), PE (polietileno) entre outros. A questão é que muitos desses plásticos utilizados hoje são mais resistentes a degradação pelo ambiente e por isso mesmo permanecem por um tempo considerável na natureza quando descartados de forma incorreta podendo levar até 450 anos para se decompor.

**COLABORADORES:** Conteúdo elaborado pelos analistas do projeto Sesc+ Sustentabilidade.

Unidades envolvidas: Anderson Caicó • Sesc Ramos I Daniel Pereira • Sesc Madureira I Daniela Almeida • Sesc Niterói  
Fernanda Floriano • Sesc Copacabana I Kamilla Ramada • Sesc Duque de Caxias I Mariana Arantes • Sesc Grussaí  
Nathalia Miranda • Sesc RJ (Sede) - Sustentabilidade Gerência de Assitência  
Leonardo Oliveira - Programação Visual • Sesc Tijuca.

*Imagens usadas: SescRJ | Freepik*





A poluição por plástico tem alcançado uma gravidade cada vez maior ano após ano, chegando até os oceanos que, além de ameaçar seriamente toda a fauna e flora marinha, já está voltando para nós, seres humanos, através do microplástico que já estamos ingerindo pela água e/ou pela alimentação. Diante de tudo isso, a ONU alerta, por exemplo, que se continuarmos no mesmo ritmo de consumo e poluição, em 2050 haverá mais plástico do que peixe nos oceanos. A questão do microplástico é só uma parte do problema, o fato é que a poluição plástica atinge o equilíbrio do planeta das mais diversas maneiras.

Mas então qual pode ser as soluções possíveis para essa questão? Atualmente já existem alternativas de plásticos biodegradáveis, tais como aqueles feitos a partir da cana, do milho e até da mandioca. Mas mais importante do que apenas buscar consumir plástico biodegradável é repensar a diminuição do próprio consumo de qualquer tipo plástico. Quando não for possível evita-lo, optar por plásticos recicláveis, bem como promover o encaminhamento correto para que sejam reciclados de fato, evitando a poluição e exigindo menos da natureza com o processo de produção. Precisamos urgentemente estar mais atentos a essa questão e fazer a nossa parte. Que tal conhecer um pouco mais sobre alguns dos tipos de plásticos mais usados para fazer escolhas mais conscientes?

**PLÁSTICOS DE DIFÍCIL RECICLAGEM:** EVA (acetato-vinilo de etileno) usado para fazer enfeites, entre outros; Baquelite usado em cabos de painéis, interruptores, peças de rádio e telefone, entre outros; PU (poliuretano) usado para fabricar espumas e calçados, entre outros; resina fenólica usada para produzir revestimentos, adesivos e bola de sinuca, entre outros.

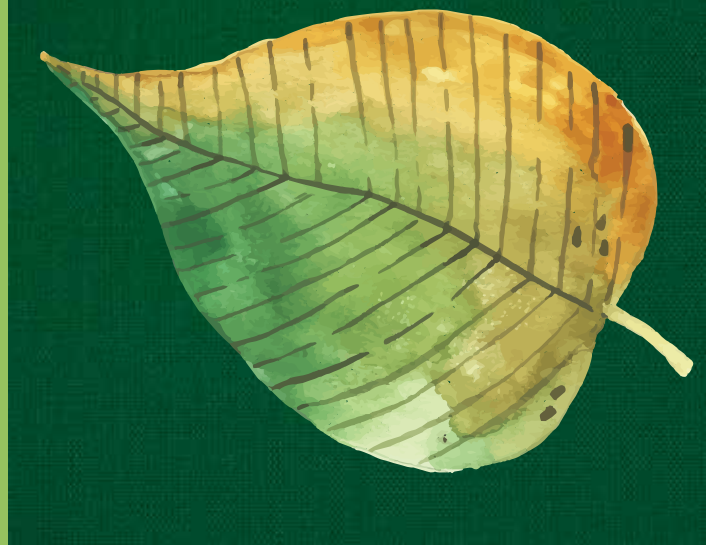
**PLÁSTICOS RECICLÁVEIS:** PVC (policloreto de vinila) usado para fabricação de canos, brinquedos, entre outros; PEAD (polietileno de alta densidade) usado em embalagens de produtos de limpeza e cosméticos, entre outros; PP (polipropileno) usado em tampas de garrafa, seringa, entre outros; PS (poliestireno) usado em isopor e copos descartáveis, entre outros; PET (tereftalato de polietileno) usado para garrafas de refrigerante, entre outros.

E lembre-se que precisamos colocar em prática os R's da Sustentabilidade para todos os tipos de resíduo e quando falamos de plástico, isso se tornar muito importante: **1 REPENSAR; 2 RECUSAR; 3 REDUZIR; 4 REUTILIZAR; 5 RECICLAR.**

Por Daniela Almeida

Fonte:  
<https://www.plastico.com.br/origem-do-plastico/>  
<https://itr.ufrj.br/determinacaoverde/quais-sao-os-tipos-de-plastico-todos-sao-de-facil-reciclagem/>

2023  
MARCA O **50º**  
ANIVERSÁRIO DO  
*Meio Ambiente*



A data cresceu e se tornou uma das maiores plataformas globais para a sensibilização ambiental. Dezenas de milhões de pessoas participam juntamente com governos, empresas, cidades e organizações comunitárias. Este ano, o tema é como combater a poluição plástica.

*Ligados nessa campanha nós do Sesc RJ, através do Projeto Sesc+Sustentabilidade, recomendamos as seguintes dicas:*

## ADOpte UM ESTILO DE VIDA CIRCULAR

Abrace a circularidade, a ideia de que os produtos — e os materiais dos quais são produzidos — devem ser reutilizados em vez de jogados fora. Estima-se que apenas 8,6% do mundo adote essa abordagem. Invista em produtos sustentáveis e que não sejam nocivos ao oceano, como canecas, garrafas e marmitas.

## USE SOMENTE QUANDO NECESSÁRIO LUVAS DE PLÁSTICO E OU MÁSCARAS DESCARTÁVEIS

A pandemia de COVID-19 resultou em uma disparada no uso de luvas descartáveis. A OMS afirma ser mais seguro abandonar as luvas de plástico e, em vez disso, lavar as mãos com frequência. Estudos indicam que se a população mundial aderir ao uso de uma máscara descartável por dia, a pandemia poderia resultar em um consumo mensal alarmante de 129 bilhões de máscaras faciais e 65 bilhões de luvas.

## UTILIZE ARTIGOS DE HIGIENE PESSOAL SEM PLÁSTICO

Os produtos de higiene pessoal são uma grande fonte de microplásticos, que são levados para o oceano diretamente de nossos banheiros. Procure usar sabonetes, hidratantes, maquiagens, desodorantes, shampoos e outros produtos sem plástico.

## RECUSE PLÁSTICOS AO FAZER COMPRAS

Tente reduzir sua pegada de plástico por meio de produtos sem embalagens plásticas usando sacolas reutilizáveis. Opte também por ter sua própria caneca quando estiver fora de casa em vez de aceitar uma de plástico, além de, é claro, livrar-se das colheres e canudos de plástico. No caso de compras on-line, procure por opções que lhe permitam escolher a não utilização de embalagens plásticas.

## ARREGACE AS MANGAS E COMECE A LIMPAR

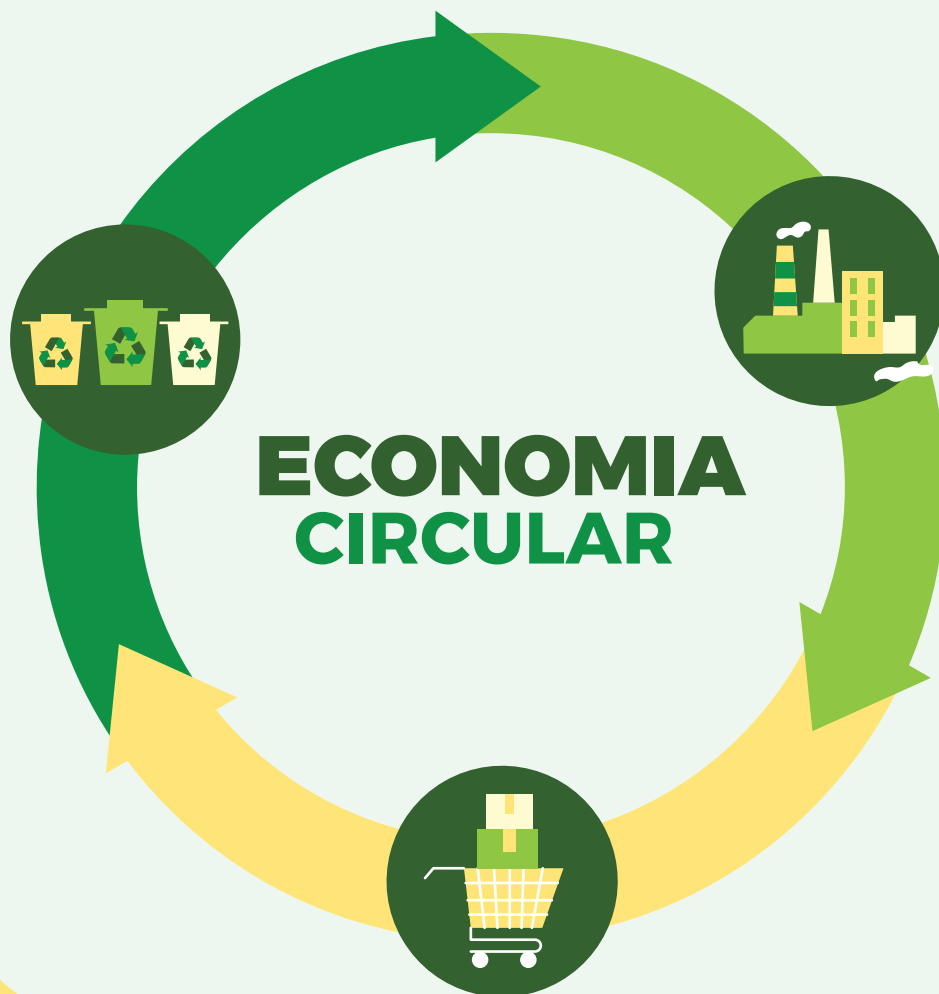
O plástico está por todo o lado: em parques, rios e praias. Junte-se a movimentos globais e locais, como o Dia Mundial da Limpeza, ou organize um mutirão você mesmo(a). Se você tem a prática de correr, colete quaisquer detritos no seu caminho (respeitando os protocolos de higiene para prevenção de COVID-19). Cerca de 80% do lixo marinho tem origem em terra e nos rios. O Sesc RJ realiza campanhas de limpeza de praias e participa de eventos como o Clean Up Day.

## PARE DE FUMAR

O fumo não é apenas uma das maiores ameaças à saúde pública mundial — mais de 8 milhões de mortes por ano —, também contribui para a enorme poluição plástica nos oceanos. Todos os dias, bilhões de cigarros são vendidos pelo mundo, cada um deles contém filtros plásticos e produtos químicos tóxicos. Esses resíduos acabam em aterros, que poluem ou prejudicam o meio ambiente, ou no mar, onde ameaçam espécies marinhas. Por mais de 25 anos, as bitucas de cigarro têm sido o principal objeto coletado na Limpeza Costeira Internacional.

*Por Cláudia Aldea, Daniel Pereira e Mauro Rezende*





## ECONOMIA CIRCULAR: ALTERNATIVA VIÁVEL OU UTOPIA?

As buscas por soluções viáveis para redução dos impactos socioambientais nas cidades tornaram-se cada vez mais urgente.

Atualmente, a sociedade funciona no modelo de economia linear. Nessa configuração, a cadeia produtiva se ocupa em extrair os recursos, produzir as mercadorias e descartar os rejeitos. A Economia Linear é um formato de organização que resulta da revolução industrial e não foi revista desde então. A crescente escassez de recursos naturais, aumento da poluição e da geração de resíduos em grande fluxo, sem destinação ambiental correta, aumenta a vulnerabilidade da vida humana e ambiental. Portanto, o modelo linear é insustentável. A Economia Circular é um dos caminhos estratégicos para construção de uma sociedade mais sustentável, que se baseia na redução, reutilização, recuperação e reciclagem de materiais e energia. Os atores chaves do processo de adoção do sistema de economia circular são as instituições do setor privado, juntamente com a sociedade civil e governo.

A transição da economia linear para uma economia circular, só é possível através da articulação dos atores mencionados, pois cada um tem um papel fundamental no engajamento, sensibilização e execução na mudança de um sistema que atenda as demandas socioambientais. Desde 2010, a Política Nacional de Resíduos Sólidos designa a responsabilidade compartilhada pela gestão de resíduos ao longo do ciclo de vida do produto.



## QUAL O PAPEL DAS EMPRESAS, DO SETOR PÚBLICO E DA SOCIEDADE NESSE PROCESSO?

O setor privado (empresas) pode atuar através da responsabilidade ampliada do produtor/fabricante do produto. O fabricante sendo responsável por todo ciclo de vida do produto, especialmente por sua coleta, reciclagem e destinação final é fundamental para o êxito da implementação de práticas circulares. Por exemplo, na concepção de um produto, o design é a chave para incorporar e ampliar as possibilidades de recuperação e reutilização dos materiais contidos nele.

No setor público, o papel do governo nesse processo é através de políticas públicas, padrões normativos de regulamentação e fiscalização. Como citado acima, temos a Política Nacional de Resíduos Sólidos, porém ela ainda tem como base a economia linear, sendo assim, não contempla as premissas do design do produto, que é a chave para a não geração de resíduos. Além disso, investir nas pesquisas das universidades para o desenvolvimento e busca de alternativas sem efeitos colaterais sociedade civil/consumidores.

O papel da sociedade civil na gestão de resíduos como um todo, está em separar os resíduos, ser um agente ativo nas relações comerciais através do poder de compra de empresas e produtos que preconizam a economia circular e o meio ambiente em toda sua cadeia de valor.

Os desafios de transição da economia linear para a economia circular estão em inúmeras áreas: econômica, social, tecnológica, legislativo, gerencial e principalmente cultural. No quesito econômico, ainda há poucas fontes de financiamento para negócios que adotam ou desejam adotar a economia circular. Há também elevado custo de investimento. No campo econômico e cultural, ainda há pouca difusão da temática da economia circular no mercado e na sociedade, pois as empresas e os consumidores ainda estão atrelados a economia linear. As empresas continuam operando com descarte de resíduos tendo como destinação final o aterro sanitário. Os consumidores continuam com o hábito do descarte rápido e aquisição de novos produtos. Enfim, são muitos desafios para o avanço imediato e contínuo da prática da economia circular. As barreiras enfrentadas podem ser internas, como: financeira, gestão, infraestrutura, e as externas, como: dependência de parceiros, pouca disponibilidade de materiais, aceitação de um novo modelo de negócio, interesse do consumidor, além das barreiras vinculadas a políticas públicas, regulamentação, incentivos fiscais, entre outros.

As oportunidades da Economia Circular para o setor privado é a vantagem de atuar uma nova forma de competir no mercado. Já para os consumidores é o maior acesso e a opção de escolha de produtos duráveis variados com o preço mais baixo. Para o governo e sociedade, maior geração de emprego e renda, ampliação e acesso a tecnologias ambientais de uso renovável. Todas essas ações são possíveis, pois já são estratégias embasadas e adotadas em outros países, como por exemplo: O Plano de Ação da União Europeia para a Economia Circular, neste documento constam diversos benefícios concretos da implementação da Economia Circular.

Não, não é utopia. A economia circular é uma alternativa sustentável fundamental, urgente e possível!

*Por Fernanda Floriano*

Para conhecer mais sobre o assunto acesse:

<https://www.forumdascidades.pt/content/novo-plano-de-acao-para-economia-circular-na-uniao-europeia>

[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2010/lei/112305.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/112305.htm)

<https://www.ecycle.com.br/economia-circular/>

Nessa seção convidamos você a vir com a gente em um passeio sobre diversos temas que estão no nosso dia a dia. Queremos te convidar a se perceber como parte do planeta e da natureza, estimular a pensar de maneira mais consciente e coletiva.



## POLUIÇÃO LUMINOSA E A SAGA DAS TARTARUGAS MARINHAS NO LITORAL SANJOANENSE

A região do litoral brasileiro que se estende do norte do Rio de Janeiro até Sergipe recebe entre os meses de setembro a março a presença da desova de tartarugas cabeçudas da espécie *Caretta caretta*. São animais de até 180kg, que possuem hábitat variável ao longo da vida (entre o mar e a terra firme), e são atualmente reconhecidas como ameaçadas de extinção, por classificação internacional da IUCN (International Union for Conservation of Nature) e também do Ministério do Meio Ambiente (Brasil). O município de São João da Barra - RJ, em que se localiza a unidade de Grussaí do Sesc Rio, está inserido na região geográfica de desova desta espécie, e, portanto, recebe um significativo quantitativo de fêmeas para desova. O sucesso nas desovas de tartarugas cabeçudas é fundamental para a manutenção desta espécie, no entanto fatores como a incidência de luz artificial nas praias prejudicam as fêmeas e seus filhotes. Ocorre que os filhotes recém eclodidos se dirigem para o mar devido a orientação da luz da lua que reflete sobre ele.

Desta forma, a presença de iluminação inadequada em regiões costeiras desorienta as fêmeas para seu local de desova, por sua vez, os filhotes recém eclodidos ficam desorientados ao saírem de seus ninhos, pois, ao invés de irem em direção ao mar acabam seguindo a iluminação de postes e refletores, o que faz com que sejam alvos de atropelamento, predadores e até mesmo que morram desidratados. As luzes que incidem indiretamente sobre a praia também contribuem para clarear o céu, o que já pode ser suficiente para desorientar filhotes que caminham para o mar. O resultado negativo do uso de luzes artificiais sobre a natureza é chamado de fotopoluição. A fotopoluição, além de prejudicar a reprodução da espécie *Caretta caretta*, também apresenta aspectos negativos em relação a observação de constelações, que torna-se prejudicada devido ao excesso de luminosidade artificial principalmente em grandes centros urbanos. Algumas ações podem contribuir para a redução da fotopoluição, entre elas o uso de lâmpadas âmbar, amarela ou de baixa intensidade em preferência as de luz branca. Por isso, antes de construir sua casa ou empreendimento no litoral é importante consultar os órgãos ambientais para que estes indiquem a melhor forma de manter o ambiente mais protegido para as diversas espécies da fauna e da flora que estão inseridas neste contexto. A recuperação e preservação da restinga é, também, um meio para contribuir com a redução da fotopoluição, uma vez que a vegetação nativa pode ajudar a ocultar as fontes luminosas.

Por Mariana Arantes

Fonte:  
Projeto Tamar. <https://www.tamar.org.br/> < acesso em 18/04/23).



# LIXO NÃO EXISTE

## APRENDA A FAZER UMA PRANCHA DE SURF COM GARRAFAS PET

As pranchas de Stand Up Paddle custam muito dinheiro, mas aqui te ensinamos a fazer uma de garrafas pet. Além de economizar, você ainda vai reduzir o lixo e diminuir o consumo de matéria-prima.

### MATERIAIS NECESSÁRIOS PARA A CONSTRUÇÃO DA PRANCHA COM GARRAFAS PET:

- 50 garrafas (sem ondulação) inteiras e 43 cortadas (sem o topo e sem a base).
- Um pedaço gelo seco do tamanho de meia tampa para cada garrafa (o gelo se transforma em gás e deixa a garrafa mais dura).
- Cola resistente a base de poliuretano.
- 6 Canos de PVC que poderão ser usados como reforço (mas cada um pode usar a sua criatividade).
- Lixa
- Cola quente
- Tesoura
- Um pedaço de tatame EVA, para fazer a região onde a pessoa ficará de pé
- Algum objeto feito com plástico rígido para fazer as quilhas (pode ser CDs ou DVDs).

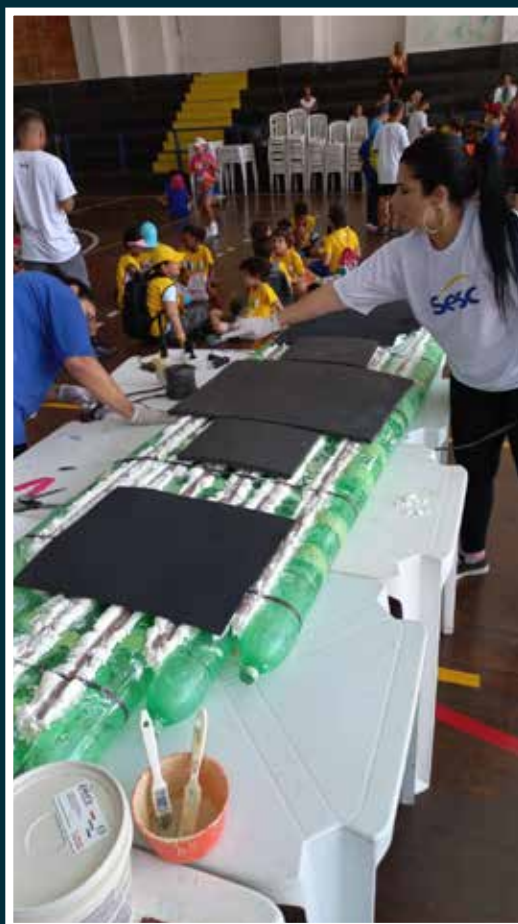
## PASSO A PASSO:

Tire os rótulos das garrafas, limpe com água quente para retirar o açúcar, espere secar e coloque os pedaços de gelo seco dentro das 50 garrafas e tampe bem forte para inflar as garrafas de forma que elas fiquem firmes e não amassem. Corte as extremidades de 43 garrafas retirando a parte inferior e o bico das garrafas. Assim você formará cilindros que servirão para conectar as garrafas inteiras. Depois lixe as bordas dos cilindros e também das extremidades das garrafas para uma melhor aderência entre as peças. Aplique a cola de poliuretano nas extremidades internas dos cilindros e monte as fileiras.

É importante que as garrafas fiquem retas e centralizadas e com uma pequena curvatura na parte dianteira, que será o bico da prancha. As colunas menores formarão as bordas e as maiores formarão a parte central. Depois de fazer todas as colunas alinhe todas e prenda elas com alguma pressão e aplique a cola de poliuretano. Em seguida, cole os canos de PVC entre as colunas. É preciso esquentar um pouco os canos para que eles acompanhem a curvatura do bico da prancha. Deixe secar por pelo menos 12 horas. Por último, cole a placa de EVA para área em que o surfista ficara de pé. Corte as quilhas no formato desejado e cole na prancha usando cola quente.

Agora é só aproveitar a remada e quem sabe até se aventurar nas ondas! Aloha!!!

Essa prancha foi feita pela artesã Ana Lúcia Liuth em uma oficina do Projeto Sesc Verão na unidade de Ramos.



Por Anderson Oliveira



# TONS DE VERDE

Nessa seção teremos sempre uma entrevista ou depoimento para nos mantermos atualizado do que está rolando de posturas sustentáveis por aí.

Neste espaço o SN costuma trazer sempre uma entrevista destacando ações positivas que acontecem por aí, mas nessa edição resolvemos fazer diferente. Seguindo a proposta do tema do dia mundial do meio ambiente deste ano que é pensar sobre soluções para a poluição plástica quisemos mostrar e reafirmar o compromisso do Sesc RJ com essa questão a partir de registros de ações internas e externas realizadas por nós.

Conheça algumas dessas ações no mural ao lado:





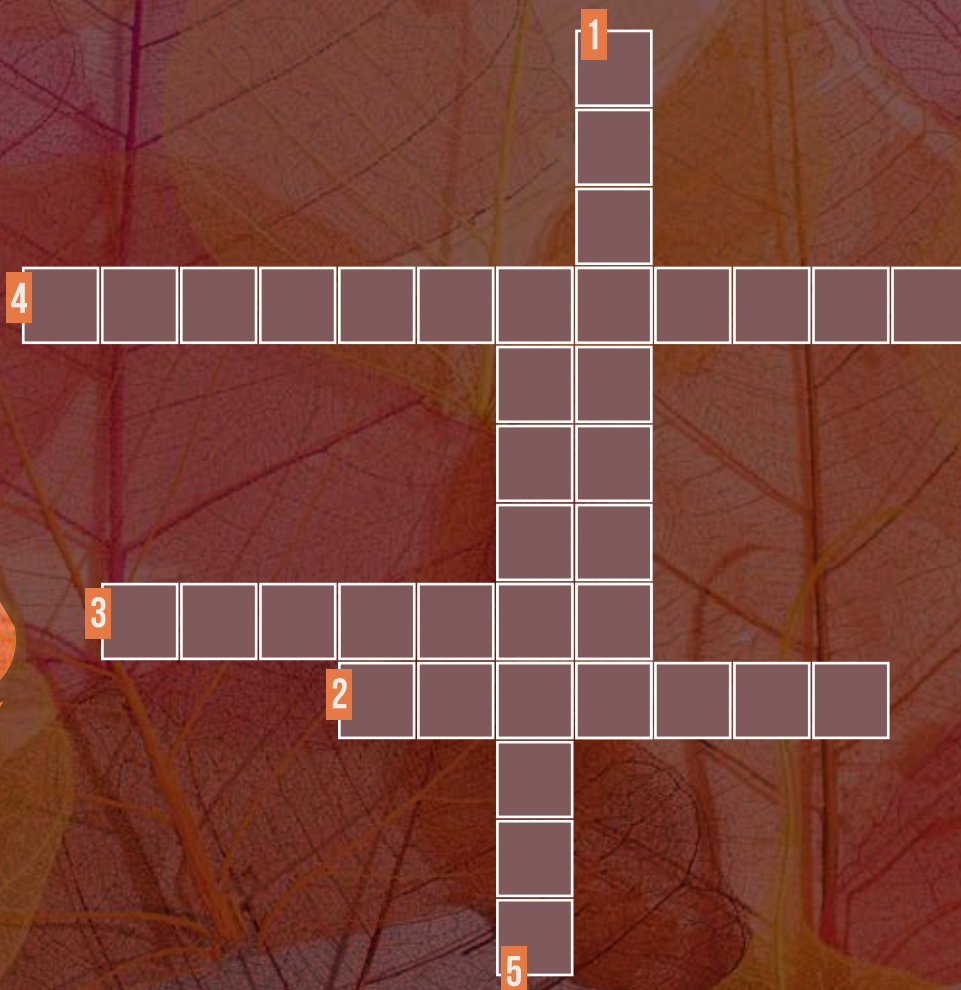
# BICHO GRILO



Nesta seção é nossa hora de relaxar com algum passatempo preparado para a família.

Você sabia que dia 17 de maio é o dia mundial da reciclagem? Sendo um dos 5 R's da Sustentabilidade, Reciclar tem sido cada vez mais importante pois evita o aumento dos aterros sanitários, bem como otimiza matéria-prima, além de gerar valor. Além de **RECICLAR**, os outros R'S da Sustentabilidade são: **REPENSAR**, **RECUSAR**, **REUTILIZAR** E **REDUZIR**. Você sabe o que é cada um deles? Tente descobrir e preencha a cruzadinha.

- 1 \_\_\_\_\_ é quando reflito se o que quero consumir é realmente necessário
- 2 \_\_\_\_\_ é quando digo não quando não escolho não consumir algo
- 3 \_\_\_\_\_ é quando diminuo meu consumo
- 4 \_\_\_\_\_ é quando prolongo a vida útil de um objeto transformando em algo novo
- 5 \_\_\_\_\_ é quando um material é transformado novamente para retornar ao ciclo.





O Sesc RJ durante todo o ano realiza programações de forma gratuita buscando sensibilizar sobre os mais diversos temas ligados a sustentabilidade e, claro, na Semana Mundial de Meio Ambiente não podia ficar de fora.

VEJA O QUE AS UNIDADES, ATRAVÉS DO PROJETO SESC+ SUSTENTABILIDADE DO SESC RJ, ESTÃO PREPARANDO PARA O MÊS DE JUNHO:

### trocas verdes

“Para você que ama plantas, tem dúvidas de como cuidar, valoriza atitudes mais saudáveis e gosta de um bom papo e trocar experiências e trocar mudas de plantas essa programação tem a sua cara! ”

4, 11, 18 e 25/06. 10h às 13h. Livre. Grátis.

Sesc Barra Mansa

“Vivência de trocas de mudas de plantas, experiências e saberes relacionados ao plantio e cultivo de espécies arbóreas, ornamentais, medicinais e alimentícias. ”

10/06. 10h. Livre. Grátis.

Sesc Teresópolis

Enquanto isso  
no Sesc...

### ambiente em curso

“Curso sobre Fitorremediação  
Nesta programação falaremos sobre o uso de espécies botânicas na recuperação de áreas degradadas e sua aplicabilidade. ”

3/06. 10h. 18 anos. Grátis

“Curso sobre PANCS  
(Plantas Alimentícias Não Convencionais)  
Neste curso mostraremos as principais espécies botânicas conhecidas como PANCS e a possibilidade de diminuir a insegurança alimentar. ”

10/06. 10h. 18 anos. Grátis

Sesc Madureira

## Hortoterapia

"Carpoteca: Guardiões de sementes  
Vivência com exposição de uma coleção de sementes no intuito de contribuir com conhecimentos e valorização da biodiversidade e floresta em pé.))  
3 e 4/06. 10h. Livre. Grátis.

"Plantio de mudas nativas  
Após roda de conversa com foco na sensibilização, cada equipe de trabalho será convidada a plantar uma muda de árvore nativa na unidade.))  
10/06. 10h. 18 anos. Grátis.  
Sesc Grussol

## Oficina de Reaproveitamento de Materiais Plásticos

"Serão realizadas oficinas visando a reutilização de pulseiras descartadas pelos hóspedes transformando-as em bolsas.))  
7 e 9/06. 13h. Livre. Grátis.  
Sesc Nova Friburgo

"Oficinas com foco no reaproveitamento para produção de recipientes e vasos para jardinagem.  
8 a 10/06. 14h. Livre. Grátis  
Sesc Nova Iguaçu

## Ecoexposição

"Meu lixo, e eu com isso?  
A exposição é composta por obras que possuem conexão com a água mas também com o reuso dos materiais, focando na sustentabilidade.))  
1 a 10/06. 10h. Livre. Grátis.  
Sesc Grussol

"Dia Mundial do Meio Ambiente 2023:  
soluções para poluição plástica  
Exposição que destaca o dia mundial do meio ambiente e a temática 2023 proposta pela ONU "Soluções para a poluição plástica" a fim de promover uma reflexão sobre os impactos nocivos que o resíduo plástico vem causando ao meio com ênfase a soluções possíveis para mitigar essa questão.))

1 a 30/06. 10h. Livre. Grátis.  
Sesc Niterói  
Espaço cultural Bay/shopping  
Bay Market - Niterói

"Exposição com esculturas feitas de resíduos plásticos.))  
1 a 30/06. 10h. Livre. Grátis.  
Sesc São João de Meriti