



COMO O CONSUMO SUSTENTÁVEL PODE MUDAR O FUTURO

**COMO O
CONSUMO SUSTENTÁVEL
PODE MUDAR O FUTURO**

VIDA ASSOCIATIVA

VOLUNTARIADO

O consumo sustentável tem um potencial transformador. Ao fazermos escolhas conscientes, podemos reduzir a pressão sobre os recursos naturais, mitigar os impactos das alterações climáticas e contribuir para uma sociedade mais justa e equitativa. Mudar os nossos hábitos de consumo é essencial para garantir um futuro próspero e sustentável para as próximas gerações.



COM O CONSUMO SUSTENTÁVEL PODE MUDAR O FUTURO

Num mundo onde os recursos naturais estão a ser explorados a um ritmo sem precedentes, o consumo sustentável emerge como uma solução chave para garantir o bem-estar das gerações futuras. Mas o que é, afinal, o consumo sustentável? Este conceito refere-se à utilização de produtos e serviços de forma a minimizar o impacto no ambiente, equilibrando as necessidades presentes sem comprometer os recursos das gerações vindouras. A adopção de práticas de consumo sustentáveis não só protege o meio ambiente, como também promove uma economia mais justa e equitativa.

O consumo sustentável pode trazer mudanças significativas ao nível ambiental. Um dos principais impactos é a redução da pegada ecológica. Actualmente, muitas das nossas escolhas de consumo – desde o que comemos até aos produtos que compramos – contribuem para a destruição de ecossistemas, o esgotamento de recursos naturais e o aumento das emissões de gases com efeito de estufa. Ao optarmos por produtos locais, sazonais e de baixo impacto ambiental, podemos reduzir drasticamente o nosso contributo para estas problemáticas. Um exemplo concreto é a escolha de produtos alimentares biológicos ou de origem vegetal, que tendem a ter uma menor pegada de carbono e a utilizar menos água do que produtos de origem animal.

Outro aspecto importante é a economia circular, que se opõe ao tradicional modelo económico linear de "extrair, usar e descartar". Este modelo, infelizmente predominante, leva à produção excessiva de resíduos e ao esgotamento de recursos. A economia circular, por outro lado, promove a reutilização, reciclagem e a recuperação de materiais, prolongando o ciclo de vida dos produtos e reduzindo a quantidade de resíduos gerados. Ao escolher produtos duráveis e reutilizáveis, em vez de descartáveis, e ao participar em esquemas de reciclagem, os consumidores podem impulsionar a transição para este modelo mais sustentável.

O impacto do consumo sustentável vai além do ambiente. Ele também tem o potencial de promover uma maior justiça social. Muitas vezes, os produtos que adquirimos no dia-a-dia são produzidos em condições de trabalho injustas, em fábricas onde os trabalhadores são mal remunerados e expostos a condições perigosas. Ao optar por produtos que seguem práticas de comércio justo ou são certificados por organizações que garantem condições dignas de trabalho, os consumidores podem pressionar as empresas a adoptar práticas mais éticas. Desta forma, o consumo sustentável não só contribui para a preservação do ambiente, mas também para a promoção dos direitos humanos.

Contudo, a transição para um modelo de consumo sustentável requer mudanças não só a nível individual, mas também ao nível das políticas públicas e das práticas empresariais. É fundamental que governos e organizações incentivem o desenvolvimento de produtos sustentáveis, através da implementação de políticas que favoreçam a produção local, a energia renovável e a economia circular. Por outro lado, as empresas precisam de assumir um papel de liderança, desenvolvendo produtos que sejam amigos do ambiente e que respeitem os direitos dos trabalhadores.

Em suma, o consumo sustentável tem um potencial transformador. Ao fazermos escolhas conscientes, podemos reduzir a pressão sobre os recursos naturais, mitigar os impactos das alterações climáticas e contribuir para uma sociedade mais justa e equitativa. Mudar os nossos hábitos de consumo é essencial para garantir um futuro próspero e sustentável para as próximas gerações.



VIDA ASSOCIATIVA

PROJECTO RADAR

Durante o mês de Setembro prosseguimos com a colaboração no Projecto RADAR, efectuando os rastreios de indicadores básicos de saúde, desta vez em duas novas áreas de intervenção, na freguesia de Olivais e na do Beato, nesta em duas zonas diferentes. Rastreando-se um total de 79 utentes (55 do sexo feminino e 24 do sexo masculino).



O Projecto Radar – Programa de Lisboa Cidade Com Vida Para Todas As Idades é um projecto de parceria com as juntas der freguesia de Lisboa, da Gebalis, da Câmara Municipal de Lisboa, da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, da Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, da Polícia de Segurança Pública e da Rede Social.

No passado dia 26 os nossos vice-presidente e o presidente Assembleia Geral estiveram reunidos com o Sr. Dr. Mário Rui André - director da Unidade Missão Santa Casa para o Programa "Lisboa, Cidade de Todas as Idades" e a Sra. Dra. Teresa Gonçalves, no **CLIC-Lx** - Centro Local de Informação e Coordenação, para dar a conhecer a nossa Associação. Tivemos o prazer de fazer uma visita às instalações da **Unidade de Missão da Santa Casa** e de nos terem colocado à disposição estas instalações para qualquer actividade que ali queiramos desenvolver.

PASSEIO EM SEGURANÇA PARA TODOS

O Grupo de Segurança e Acessibilidades da Junta de Freguesia do Lumiar composto pela Associação da Paralisia Cerebral de Lisboa, da Polícia Municipal, da Associação dos Deficientes das Forças Armadas, da Social Generation, da Junta de Freguesia do Lumiar e da Câmara Municipal de Lisboa através do seu Departamento do Desenvolvimento Local, efectuou no passado dia 19 de Setembro uma acção de sensibilização sobre as dificuldades que os cidadãos de mobilidade reduzida enfrentam no



dia-a-dia na cidade de Lisboa, nas suas deslocações.

Quando se fala de cidadão de mobilidade reduzida não são só os que a sociedade considera serem deficientes pois, esquecemos que qualquer um de nós, em qualquer momento da sua vida, poderá partir uma perna ou enfrentar qualquer outra situação temporária ou permanente que dificulte/impossibilite a deslocação normal.

Para esta actividade foram convidadas entidades oficiais. Algumas das presentes no evento experienciaram as dificuldades de deslocação em cadeiras de rodas fazendo 3 percursos diferentes na zona de Telheiras.



Percurso até à esquadra da
PSP de Telheiras



Participação da atleta Ana
Sofia Costa campeã do
mundo de Boccia



Parte da equipa do Grupo de
Segurança e Acessibilidades
da Junta de Freguesia do
Lumiar

DOAÇÕES

Agradecemos a todas as pessoas que nos têm doado roupas e mobiliário, electrodomésticos e brinquedos, permitindo-nos minimizar as necessidades de algumas famílias carenciadas. Assim, durante o mês de Setembro beneficiamos 3 famílias sinalizadas pela Junta de Freguesia de Santa Clara.



Guiné-Bissau, onde estudam as crianças apadrinhadas “APADRINHAMENTO SOLIDÁRIO”.

Agradecemos também a doação de livros para enriquecer o nosso desejo de criarmos uma biblioteca para as crianças na Guiné-Bissau. Foram doados à SOCIAL GENERATION resmas de papel, blocos de apontamentos e gel desinfetante para mãos pelo projecto “Empoderar as Comunidades para a prevenção e cuidados da diabetes: Uma abordagem integral e sustentável em Bissau”, que por sua vez entregámos à escola ECRAMA apoiada por nós em Lala-Quema, e à escola SEMEAR, na



pelo nosso projecto

À Professora Dra. Eugénia Carvalho, coordenadora do projecto “Empoderar as Comunidades para a prevenção e cuidados da diabetes” o nosso agradecimento.

VOLUNTARIADO

Na continuação das actividades de voluntariado estão programadas as seguintes acções para o mês de Outubro:

➤ Freguesia do Lumiar:

- No dia 8 de Outubro – No Lagar de São Vicente, das 14 às 17 horas Integrado no Grupo de Segurança e Acessibilidade será realizada uma palestra pela Social Generation e pela Polícia Municipal para os seniores da freguesia cujo tema será a segurança de pessoas e bens.
- No dia 15 de Outubro, das 14 às 16 horas – Rastreio de Indicadores Básicos de Saúde na Rua Helena Vaz da Silva, em colaboração com o Projecto RADAR.

➤ Freguesia dos Olivais:

- No dia 22 de Outubro, das 13 às 17 horas, integrado nas comemorações no Dia do Idoso – Rastreamentos de Indicadores Básicos de Saúde e de cancro oral apoiado pelo nosso parceiro APPSHO – Associação Portuguesa Promotora de Higiene e Saúde Oral.

