

Nota de Imprensa – EMBARGO ATÉ 06H DE 5 JUNHO

📅 04/06/2024

DIA DO AMBIENTE: DECO PARTILHA DICAS SUSTENTÁVEIS

No Dia Mundial do Ambiente, celebrado hoje, 5 de junho, a DECO recomenda hábitos de consumo que contribuem para um planeta mais saudável: consumir de forma responsável e consciente, preferir alimentos de produção biológica, reutilizar e reparar objetos em vez de comprar novos e reduzir o desperdício alimentar.

Em 2024, o tema do Dia do Ambiente é a restauração de terras, desertificação e resiliência à seca. Assim, a DECO destaca a importância de se enfrentar estes desafios e convida todos os cidadãos a unirem-se à #GeraçãoRestauração.

Para apoiar os consumidores portugueses na mudança de hábitos de consumo, a DECO, em colaboração com organizações de outros sete países europeus, desenvolveu o Lifestyle Test. Trata-se de uma ferramenta gratuita que ajuda os utilizadores a calcular a sua pegada de carbono, e a criar um plano de ação personalizado para tornar o seu estilo de vida mais sustentável.

Junte-se à DECO na comemoração do Dia Mundial do Ambiente.

Mais de 230 mil cidadãos europeus já utilizaram o Lifestyle Test para avaliar e melhorar a sua pegada de carbono. Em Portugal, o teste está cada vez mais acessível aos cidadãos, especialmente nas regiões do Minho, Centro, Ribatejo e Oeste, áreas em que a DECO tem estruturas regionais.

Convidamos, também, municípios, universidades, empresas, ONG e outras entidades a aderirem ao LifestyleTest. Esta ferramenta permite conhecer a pegada de carbono do seu público-alvo e a definir estratégias para medir e melhorar a sustentabilidade da região.

Participe nesta mudança e contribua para um futuro melhor com as nossas dicas:

- Experimente fazer refeições sem carne e peixe. Normalmente, são mais económicas, oferecem-lhe sabores variados e contêm todos os nutrientes necessários a uma alimentação saudável.
- Prefira alimentos de produção biológica: têm menos fertilizantes, pesticidas e antibióticos, o que é melhor para a natureza, para o corpo e para a mente.
- Escolha alimentos locais: são mais frescos e apoiam a produção local e regional.
- Faça refeições rápidas e deliciosas a partir de sobras: cerca 1/3 dos nossos alimentos são desperdiçados, mas podem transformar-se em novos pratos.
- Considere comprar coisas em segunda mão: vestuário, equipamentos eletrónicos ou decorações, quase tudo pode ser comprado, em lojas físicas ou digitais em segunda mão.
- Aposte na reparação e deixe a compra de um novo artigo apenas para os casos sem arranjo.

Visite [LIFESTYLE.TEST.EU/PT](https://lifestyle.test.eu/pt)

Contactos com a imprensa:

👤 Graça Cabral

☎ 96 570 00 11

Descubra uma nova
DECO em deco.pt

