



CONTEÚDO PATROCINADO

DECO
SEMPRE CONSIGO

A Inspirar Vidas Sustentáveis

Faça o teste em [Lifestyletest.eu](https://lifestyletest.eu)

Será que faz as escolhas certas para uma alimentação sustentável? Sabia que, em Portugal, o setor da alimentação é responsável por cerca de 30% da pegada de carbono?

Em grande parte, a emissão de gases com efeito de estufa, no setor alimentar está associada, por um lado, às opções alimentares dos consumidores e, por outro lado, ao desperdício alimentar. Na Europa, são gerados anualmente cerca de 59 milhões de toneladas de resíduos alimentares, o equivalente a 131 kg por habitante (Eurostat, 2022). A nível mundial, cerca de 17% dos alimentos disponíveis para consumo vão diretamente para o lixo (UNEP, 2021).

Conheça hoje o impacto ambiental da sua alimentação e fique a saber o que pode mudar. A DECO lançou em Portugal um teste que mede, de forma rápida, simples e gratuita, a sua pegada carbónica em quatro áreas: alimentação, casa, transportes e compras.

Faça o teste em lifestyletest.eu e obtenha o resultado da sua pegada. Faça a comparação com os consumidores europeus e conheça as ações que pode adotar para uma vida mais positiva e sustentável. Passamos à ação?

AÇÃO 1: escolha produtos locais e sazonais, para diminuir a sua pegada, ao mesmo tempo contribuir para o crescimento da economia portuguesa.

AÇÃO 2: planeie as refeições da semana: faça uma lista de compras, controle os prazos de validade e assegure a boa conservação dos alimentos frescos. Cozinhe e reaproveite sempre que possível!

AÇÃO 3: modere o consumo de alimentos com maior pegada ambiental. Uma dieta mediterrânica reduz significativamente o impacto ambiental.

Fique a saber mais em deco.pt

VISAABSudio