

## **CALCULE A PEGADA ECOLÓGICA DA SUA FAMÍLIA**

*ATENÇÃO: isto não é um campeonato, é uma avaliação que vai mostrar para vocês onde pode ser melhorado, na medida em que tomarem mais consciência de sua responsabilidade ambiental. Então não precisa responder as questões da forma que seria ideal mas, sim, como você e sua família realmente se comportam no dia-a-dia. O resultado não será mostrado para ninguém, nem deverá ser enviado para a escola. Servirá apenas como um exercício de conscientização maior dos participantes.*

**Responda, junto com sua família esse questionário e vá anotando as respostas de cada pergunta em um papel separado. Depois passe para a tabela na página 6 e some os pontos.**

**Exemplo: Questão 1 = B**

### **RESPONDA A ESSAS PERGUNTAS**

#### **1) AO FAZER COMPRAS NO SUPERMERCADO:**

- A - compro tudo o que tenho vontade, sem prestar atenção no preço, na marca ou na embalagem;
- B - uso apenas o preço como critério de escolha;
- C - presto atenção se os produtos de uma determinada marca são ligados a alguma empresa que respeita o meio ambiente ou questões sociais;
- D - Procuro considerar preço e qualidade, além de escolher produtos que venham em embalagens recicláveis e que respeitem critérios ambientais e sociais.

**2) ENTRE OS ALIMENTOS QUE VOCÊ CONSUME, QUE QUANTIDADE É PRÉ-  
PREPARADA, EMBALADA OU IMPORTADA?**

- A - quase todos;
- B - metade;
- C - um quarto;
- D - muito poucos. A maior parte dos alimentos que consumo não é pré-preparada, nem embalada, tem origem orgânica (frutas, ovos, verduras, legumes, carne) e é produzida na região onde vivo.

**3) O QUE ACONTECE COM O LIXO PRODUZIDO NA SUA CASA?**

- A - não me preocupo muito com o lixo;
- B - tudo é colocado em sacos recolhidos pelo lixeiro, mas não faço a menor idéia para onde vai;
- C - o que é reciclável, é separado;
- D - o lixo seco é direcionado para a reciclagem e o lixo orgânico, encaminhado para a compostagem (transformação em adubo).

**4) QUE ELETRODOMÉSTICOS VOCÊ UTILIZA? (escolha a opção que mais se pareça  
com a situação da sua casa).**

- A - geladeira, freezer, máquina de lavar roupa/tanquinho e forno microondas;
- B - geladeira, máquina de lavar roupa/tanquinho;
- C - geladeira e forno microondas;
- D - geladeira.

**5) NA HORA DE COMPRAR ELETRODOMÉSTICOS E LÂMPADAS, VOCÊ CONSIDERA  
INFORMAÇÕES REFERENTES À EFICIÊNCIA ENERGÉTICA DO PRODUTO ( se o  
produto consome menos energia) ?**

- A - não. Compro sempre os eletrodomésticos e as lâmpadas que estiverem mais baratos;
- B - utilizo lâmpadas frias, mas levo em consideração a eficiência energética de eletrodomésticos;
- C - Compro eletrodomésticos que consomem menos energia e utilizo lâmpadas incandescentes (amarelas);
- D - sim. Só utilizo lâmpadas frias e compro os eletrodomésticos que consomem menos energia.

**6) VOCÊ DEIXA LUZES, APARELHO DE SOM, COMPUTADOR OU TELEVISÃO LIGADOS QUANDO NÃO ESTÁ UTILIZANDO?**

- A - sim, deixo luzes acesas, computador e tv ligados, mesmo quando não estou no ambiente ou utilizando-os;
- B - deixo a luz do cômodo ligada quando sei que em alguns minutos vou voltar ao local;
- C - deixo o computador ligado, mas desligo a tela quando não estou utilizando;
- D - não. Sempre desligo os aparelhos e lâmpadas, quando não estou utilizando, ou deixo o computador em estado de hibernação (stand by).

**7) QUANTAS VEZES POR SEMANA, EM MÉDIA, VOCÊ LIGA O AR CONDICIONADO EM CASA OU NO TRABALHO?**

- A - praticamente todos os dias;
- B - entre três e quatro dias;
- C - entre uma e duas vezes por semana;
- D - não tenho ar condicionado.

**8) QUANTO TEMPO, EM MÉDIA, VOCÊ GASTA TOMANDO BANHO DIARIAMENTE?**

- A - mais de 20 minutos;

- B - entre 10 e 20 minutos;
- C - entre 5 e 10 minutos;
- D - menos de 5 minutos.

**9) QUANDO VOCÊ ESCOVA OS DENTES**

- A - a torneira permanece aberta o tempo todo;
- B - muitas vezes a torneira fica aberta o tempo todo;
- C - normalmente deixo a torneira aberta apenas para molhar a escova e na hora de enxaguar a boca;
- D - a torneira sempre é aberta apenas para molhar a escova e na hora de enxaguar a boca.

**10) QUANTOS HABITANTES MORAM EM SUA CIDADE?**

- A - acima de 500 mil pessoas;
- B - de 100 mil a 500 mil pessoas;
- C - de 20 a 100 mil pessoas;
- D - menos de 20 mil pessoas.

**11) QUANTAS PESSOAS VIVEM NA SUA CASA OU APARTAMENTO?**

- A - 1 pessoas;
- B - 2 pessoas;
- C - 3 pessoas;
- D - 4 pessoas ou mais.

**12) QUAL É A ÁREA DA SUA CASA?**

- A - 170 metros quadrados ou mais;
- B - de 100 a 170 metros quadrados ( 3 quartos);

- C - de 50 a 100 metros quadrados (2 quartos);
- D - 50 metros quadrados ou menos.

**13) COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ CONSOME PRODUTOS DE ORIGEM ANIMAL (carne, peixe, ovos laticínios)?**

- A - como carne todos os dias;
- B - como carne uma ou duas vezes por semana;
- C - como carne raramente, mas ovos e laticínios quase todos os dias;
- D - nunca (sou vegetariano).

**14) QUAL TIPO DE TRANSPORTE VOCÊ MAIS UTILIZA?**

- A - carro;
- B - tenho carro, mas procuro andar a pé distâncias curtas e de ônibus, sempre que possível;
- C - não tenho carro e uso ônibus;
- D - não tenho carro, uso ônibus quando necessário, mas ando muito à pé ou de bicicleta.

**15) POR ANO, QUANTAS HORAS VOCÊ GASTA ANDANDO DE AVIÃO?**

- A - acima de 50 horas
- B - 25 horas
- C - 10 horas
- D - nunca ando de avião

## CÁLCULO DA PEGADA ECOLÓGICA DA SUA FAMÍLIA (GABARITO DE RESPOSTAS)

Veja o impacto que os hábitos de sua família causam na natureza. Transfira suas respostas para essa tabela abaixo. Por fim, some os valores e entenda como seu estilo de vida interfere no planeta.

QUESTÃO	A	B	C	D
01	4	3	2	1
02	4	3	2	1
03	4	3	2	1
04	4	3	2	1
05	4	3	2	1
06	4	3	2	1
07	4	3	2	1
08	4	3	2	1
09	4	3	2	1
10	8	6	4	2
11	8	6	4	2
12	8	6	4	2
13	8	6	4	2
14	8	6	4	2
15	12	9	6	3
SOMA DE CADA COLUNA				
TOTAL DE PONTOS				

## **CONFIRA SUA PONTUAÇÃO E VEJA A IMTERPRETAÇÃO SOBRE O "TAMANHO" DE SUA PEGADA NESTE MUNDO**

**ATÉ 23 PONTOS:** Parabéns! seu estilo de vida leva em conta a saúde do planeta. Vocês sabem equilibrar o uso dos recursos com sabedoria. Se todos no planeta tivessem um estilo de vida como o de vocês, conseguiríamos manter a vida na Terra, sem esgotar seus recursos. Que tal mobilizar mais pessoas e compartilhar suas experiências? Vocês podem ajudar outras pessoas a encontrar um padrão mais justo e sustentável também.

**De 24 a 44 PONTOS:** Sua pegada está um pouco acima da capacidade do planeta. Vale a pena reavaliar algumas opções do seu cotidiano. Se todos no planeta tiverem um estilo de vida como o de vocês, precisaríamos de 2 (duas) Terras. Algumas mudanças e ajustes podem levar vocês a um estilo de vida mais sustentável, que traga menos impacto à natureza. Se vocês se juntarem a outras pessoas, pode ser mais fácil.

**De 45 a 66 PONTOS:** Se todos no planeta tiverem um estilo de vida como o de vocês, precisaríamos de 3 (três) Terras. Nesse ritmo, o planeta não vai aguentar.. Que tal fazer uma reavaliação dos seus hábitos cotidianos hoje mesmo? Pensem em algumas mudanças que vocês podem começar a introduzir em suas vidas que poderiam ajudar.

**De 67 a 88 PONTOS:** Alerta Total! Se todos no planeta tiverem um estilo de vida como o da sua família, precisaríamos de 4 (quatro) planetas Terra. Sua pegada está entre os padrões mais insustentáveis do mundo! É urgente reavaliar seu jeito de viver. Seu padrão de consumo e hábitos de vida estão exigindo da Terra mais do que ela pode oferecer e ameaçando o futuro. Mas, não desanime. Nunca é tarde para começar a mudar.

**Esperamos que vocês tenham se divertido em família, fazendo este teste.  
Lembrando que dia 5 de Junho comemora-se o DIA MUNDIAL DO MEIO AMBIENTE.**

**EQUIPE DO PROGRAMA CLOROFILA**

**Construtora SOBLOCO S/A**