



edp
É AGORA
⋈⋈⋈
OU NUNCA

**um ebook
sobre sustentabilidade**

NOVEMBRO 2021

O mundo precisa de mudar.
Para isso, cada um de nós
tem de mudar hábitos primeiro.
Ter um planeta mais sustentável
é um trabalho de equipa.
Todos temos de ser agentes de mudança.

Vamos mudar o mundo juntos?

É Agora ou Nunca

Na EDP, acreditamos que temos um papel a desempenhar. Queremos assegurar a sustentabilidade, a responsabilidade social e o respeito ambiental. Porque todos juntos podemos mudar, já hoje, o amanhã.

Índice

4

Alterações
Climáticas



6 Economia
Circular

8 Eficiência
Energética

Acesso
à Energia

8

10



Diversidade
e Inclusão

12

14

Cidades
Sustentáveis



16

Biodiversidade

18

Qualidade
do Ar



20 Finanças
Sustentáveis



Alterações Climáticas



As Alterações Climáticas têm vindo a acentuar-se drasticamente, e de forma global, nas últimas décadas. Os efeitos, esses, são bastante locais, traduzindo-se em eventos extremos de frio e calor que desequilibram ecossistemas e chegam a ameaçar a sobrevivência da espécie humana em determinadas regiões. Está tudo interligado com o degelo dos polos, o aumento do nível do mar e a acidificação da água, provocada pelo aumento das emissões de CO₂. Segundo a ONU, a temperatura média do globo está 1°C acima do que estava na era industrial, nos finais do século XIX. Mais, de acordo com o Painel Internacional para as Alterações Climáticas, uma diferença de 0,5°C no aumento de temperatura é suficiente para fazer disparar a probabilidade de acontecimentos catastróficos. É fundamental inverter a tendência atual, reduzindo drasticamente as emissões poluentes e travar o aumento da temperatura média nos 1,5°C.

5 dicas

para combater as Alterações Climáticas

- ✓ Reutilize e recicle
- ✓ Diminua o consumo de carne
- ✓ Pense antes de imprimir
- ✓ Tenha uma horta
- ✓ Diga não ao plástico

Podcast Ep.01

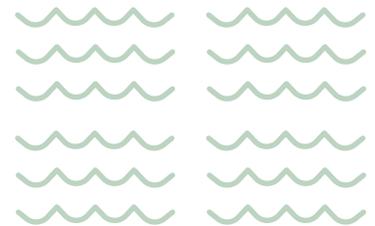


O que são Alterações Climáticas? De que forma influenciam a forma como vivemos? Catarina Barreiros, Júlia Seixas e Sara Goulartt procuram as respostas neste episódio do podcast EDP... É Agora ou Nunca.



Ouçã este
episódio

Websérie Geração Zero Conheça a família Cordoeiro Moreira



Maria Cordoeiro ainda era criança quando começou a sua luta contra o plástico. Hoje, casada e mãe de cinco filhos, partilha com toda a família essa urgência de salvar o planeta.



Veja este
episódio





Economia Circular

Se continuarmos ao mesmo ritmo de crescimento da população e hábitos de consumo, em 2050, serão necessários 2,3 planetas para satisfazer as exigências de produção e consumo (segundo a publicação Visão 2025, do WBCSD). Mais, segundo a ONU, todos os anos são produzidos mais de 400 milhões de toneladas de plástico no mundo e apenas 9% dos resíduos produzidos são reciclados. Os impactos negativos são evidentes e, em alguns casos, irreversíveis. A Economia Circular está na linha da frente como solução para este problema, apostando num novo modelo económico, que procura aumentar o valor dos recursos naturais, mantendo-os o máximo de tempo possível em utilização. Por isso, quando se fala de Economia Circular, fala-se de 5 R's: Repensar, Reduzir, Reutilizar, Reparar e Reciclar. Prolongando o ciclo de vida de um produto, evita-se o excesso de desperdício, com ganhos óbvios para as famílias, para as empresas e para os países. E, não menos importante, para a sustentabilidade do planeta.

5 dicas

para promover uma Economia Circular

- ✓ Repense o que come
- ✓ Reduza para evitar o desperdício
- ✓ Reutilize até não poder mais
- ✓ Repare em vez de deitar fora
- ✓ Recicle como parte de um ciclo

Web série
Geração Zero



Conheça a família Vargas

Maria e Kiko Vargas, cruzaram caminhos do outro lado do mundo. Foi lá que começaram a sentir preocupações acrescidas em relação ao mundo que os rodeia.



Veja este episódio



Podcast Ep.02

Economia Circular é o tema em destaque no segundo episódio. Como podemos mudar os nossos hábitos de consumo de forma a proteger o planeta? Catarina Barreiros, Paulo Ferrão e Ana Júlia Pinto dão as respostas.



Ouçã este episódio



Eficiência Energética



5 passos

para melhorar a Eficiência Energética

- ✓ Isole telhado, fachada e janelas
- ✓ Desligue a ficha e o interruptor
- ✓ Aposte em energias limpas e eficientes
- ✓ Reduza a água para poupar na eletricidade
- ✓ Privilegie eletrodomésticos eficientes

O aumento das emissões de Gases de Efeito de Estufa (GEE), a desflorestação e a poluição abriram caminho para as Alterações Climáticas e para desequilíbrios nos ecossistemas. Para cumprir o Acordo de Paris, a Eficiência Energética tem de representar 37% da redução das emissões de Co_2 , até 2040. Mas ser eficiente não se trata, obrigatoriamente, de reduzir o consumo ou a produção em geral, para poluir menos. Trata-se, isso sim, de melhorar a produção e fazer um consumo mais consciente. Utilizar recursos naturais de forma sustentável e consumir a energia de modo mais eficiente, permite a cidadãos e empresas pouparem e reduzirem as emissões de GEE, mantendo a mesma qualidade de vida e crescimento económico. O caminho para a Eficiência Energética faz-se de medidas, ao nível das empresas e indústrias, dos transportes, das habitações e dos Governos, como a redução da utilização de recursos naturais fósseis, a diminuição do gasto de energia em geral, a implementação de sistemas de incentivos e o investimento no edificado, entre outros.



Podcast Ep.03

O que é a Eficiência Energética, o que é que o cidadão comum e o setor empresarial e industrial devem ter em conta quando se fala de Eficiência Energética? Catarina Barreiros, João Pedro Gouveia e Jorge Leal respondem.



[Ouça este episódio](#)



Websérie Geração Zero

Conheça os d'Avillez

[Veja este episódio](#)



Vasco e Mary Anne d'Avillez pertencem a uma geração para a qual a falência do nosso planeta parecia ainda uma preocupação distante. Só mais recentemente, em grande parte influenciados pelos netos, mas também pelo Papa Francisco e pela sua encíclica Laudato Si', decidiram que tinha chegado a sua vez de cuidarem desta casa comum que é o planeta Terra.

Acesso à Energia

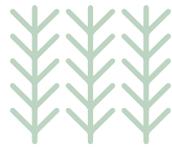
É praticamente impossível imaginar a vida moderna sem energia elétrica. Contudo, segundo a ONU, ainda há cerca de 789 milhões de pessoas que vivem sem qualquer acesso a eletricidade, cerca de 10% da população mundial. Há mais pessoas sem acesso a eletricidade no mundo do que toda a população da Europa. Para centenas de milhões de pessoas, principalmente na África Subariana, a eletricidade ainda é um sonho adiado. Mas o acesso a energia limpa e a custos acessíveis é um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU para 2030, e as últimas décadas trouxeram um salto qualitativo significativo nesta área. Se, em 1990, quase 30% da população mundial não tinha eletricidade (cerca de 1,5 mil milhões de pessoas); em 2010 o número já tinha baixado para 1,2 mil milhões, uma percentagem de cerca de 16%, que continuou a descer até aos 10% atuais. Segundo um relatório da Agência Internacional de Energia, “a forma mais acessível de atingir a eletrificação em muitas zonas é através das fontes renováveis”.



5 dicas

para promover o acesso à Energia

- Escolha energias renováveis
- Aposte na eficiência energética
- Eletrifique a sua vida
- Tenha um estilo de vida sustentável
- Apoie projetos internacionais



Podcast Ep.04



O que é o Acesso à Energia, qual o retrato deste acesso pelo mundo e como é que as energias renováveis vêm garantir Acesso à Energia para todos? As respostas a estas questões são dadas por Catarina Barreiros, Luís Matos Martins e Guilherme Collares Pereira.



Ouçã este
episódio

Webserie
Geração Zero

Conheça
a família

Assunção

Veja este
episódio



Lisa Assunção nasceu no Gabão, mas ainda bebé, mudou-se para São Tomé e Príncipe, onde viveu até à adolescência. Foi o desejo de uma vida melhor que a trouxe até Portugal.

Diversidade e Inclusão



A luta pelos direitos sociais tem sido feita a várias velocidades um pouco por todo o mundo. No entanto - com uma globalização cada vez mais forte e com a informação a chegar facilmente a todo o lado -, temas como a Diversidade e Inclusão marcam as agendas mundiais e ditam uma atuação constante da sociedade civil, das empresas e dos governos, em todos os continentes. Esta urgência fica clara nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU para 2030, onde o ODS 5 se

dedica especificamente à Igualdade de Género. As oportunidades e direitos iguais para homens e mulheres, bem como a Diversidade e a Inclusão, estão ainda presentes no ODS 8 (Trabalho Digno e Crescimento Económico) e no 10 (Reduzir as Desigualdades). No seu conjunto, os ODS relacionados com a Diversidade e Inclusão englobam 31 metas, que abrangem questões tão distintas - mas todas tão importantes - como género, idade, minorias, deficiência, religiões, orientação sexual ou condições económicas.

5 conselhos para promover a Diversidade e Inclusão

- ✓ Combata os preconceitos e os discursos de ódio
- ✓ Respeite a diferença
- ✓ Promova o comércio justo
- ✓ Promova a igualdade e a inclusão no local de trabalho
- ✓ Envolver-se em projetos de voluntariado

Podcast Ep.05



O que é a Diversidade e o que é a Inclusão? De que forma é que ambas são fundamentais para um planeta mais sustentável? Descubra as respostas com Catarina Barreiros, Fernanda Barata de Carvalho e José Pedro Borges.

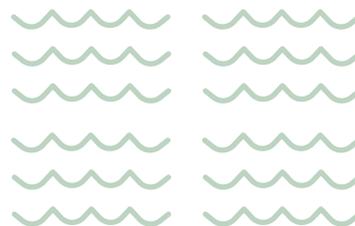


Ouçá este
episódio

Websérie Geração Zero

Conheça a família

Martins dos Santos



Os Martins dos Santos são uma casa cheia. Cheia, sobretudo, de amor. Com uma carreira feita na área dos Direitos Humanos, Joana traz esse olhar de uma política de afetos para a sua própria família.



Veja este
episódio





Cidades Sustentáveis



A população mundial continua a crescer e, mais do que isso, cresce nas cidades, que representam apenas 3% da área dos continentes. É preciso tornar as cidades mais verdes e sustentáveis, para assegurar a qualidade de vida das pessoas e do planeta. Em 2030, serão 5 mil milhões os habitantes de cidades, cerca de 60% do total da população. Estes números são suficientes para lançar alertas para a necessidade de repensar as cidades de forma a acomodarem esse crescimento populacional e as suas consequências. Mas há outros dados ainda mais preocupantes, como o facto de mais de 800 milhões de pessoas viverem atualmente em bairros de lata ou urbanizações degradadas, principalmente na Ásia. E apesar de, segundo a ONU, as cidades ocuparem apenas 3% da área dos continentes, consomem entre 60% e 80% de toda a energia e emitem 70% dos gases com efeito de estufa. Por outro lado, são também as cidades que estão mais sujeitas ao efeito das alterações climáticas e à subida do nível da água. É com a melhoria das condições de vida das populações das cidades em mente, e o efeito que isso pode ter no planeta em geral, que a ONU dedica um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS11) às Cidades e Comunidades Sustentáveis.

5 gestos

para ajudar a sua cidade a ser mais sustentável

- ✓ Participe numa horta comunitária
- ✓ Desenferruje as pernas
- ✓ Opte por um veículo elétrico
- ✓ Seja um 'vizinho' ativo
- ✓ Combata os resíduos urbanos



Podcast Ep.06

O que é uma Cidade Sustentável? E como podemos contribuir para que as cidades sejam mais respeitadoras do planeta? Com Catarina Barreiros, José Manuel Viegas e Paulo Líbano Monteiro.



[Ouça este episódio](#)



Websérie Geração Zero

Conheça os Lopes Gonçalves

[Veja este episódio](#)



Para Catarina e Rodolfo, o carro é o último recurso. No seu dia a dia, a bicicleta é a grande companheira, seja para deslocações a passeio ou para as necessidades do quotidiano. E o uso das duas rodas tem levado este casal a pensar naquilo que pode, e deve, ser o futuro das cidades, em particular Lisboa, onde residem.



Biodiversidade



Um milhão. É um número que não deixa ninguém indiferente, e mais ainda se estivermos a falar do número de espécies de plantas e animais que podem desaparecer ou ficar seriamente ameaçadas nas próximas décadas, segundo a ONU, em 2019. E importa salientar que esse milhão significa 12,5% de todos os tipos de seres vivos, que estão estimados em oito milhões de espécies. A Biodiversidade é o que melhor sustenta o equilíbrio dos ecossistemas e do planeta em geral, sendo crítica para a sustentabilidade.

Os alertas sobre a redução das espécies já têm

décadas e a ONU inscreveu a Biodiversidade nos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável para 2030. Proteger a Vida Terrestre é o 15º ODS, que tem como meta geral “gerir as florestas de forma sustentável, combater a desertificação, travar e inverter a degradação da terra e impedir a perda de Biodiversidade”. Para cumprir este ODS 15, a ONU resume várias sugestões, na área da agricultura, dos ambientes marinhos, dos ambientes de água doce, das zonas urbanas e também sugestões mais transversais a todas estas áreas.

5 passos para ajudar a proteger a natureza

- ✓ Ajude na reflorestação
- ✓ Dê luta ao lixo
- ✓ Apoie instituições de vida selvagem
- ✓ Compre produtos com certificação ambiental
- ✓ Proteja as abelhas

Podcast Ep.07



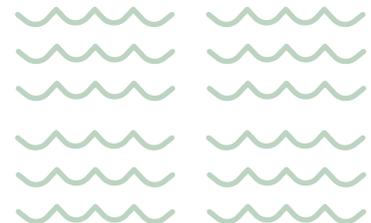
O que é a Biodiversidade? E quais as suas principais ameaças? E o que é que este tema implica no futuro do ser humano e do planeta Terra? Catarina Barreiros, Pedro Beja e Vítor Batista respondem a estas e a muitas outras questões.

 [Ouça este episódio](#)

Websérie **Geração Zero**Conheça
Marc Leiber

Marc Leiber transforma a terra em que toca em campo de cultivo dos mais diversos hortícolas, frutos e vegetais. Foi o que fez a cinco hectares na Herdade do Freixo, em Montemor-o-Novo, no Alentejo, que estavam completamente ao abandono. Estavam, mas já não estão.

[Veja este episódio](#) 



Qualidade do Ar

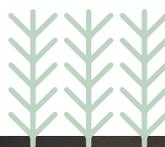
Todos os anos, 4,2 milhões de pessoas morrem em resultado da exposição continuada à poluição atmosférica, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). Outros 3,8 milhões sofrem o mesmo devido ao fumo relacionado com a cozinha ou aquecimento. Doenças pulmonares, cardiovasculares e AVC, provocados ou agravados pela poluição, são os principais causadores destes números. E 91% das pessoas vivem em locais com uma concentração de elementos poluentes no ar acima do recomendado pela OMS. A Qualidade do Ar é de extrema importância para uma vida saudável, mas também para a sustentabilidade de todo o planeta. A poluição atmosférica pode ter causas naturais, como os vulcões, incêndios florestais ou mesmo terremotos, que libertam partículas poluentes, mas são as pessoas que mais afetam a Qualidade do Ar, principalmente através dos transportes e de atividades agrícolas ou industriais. Por outro lado, a chuva e o vento alargam os efeitos da poluição, pela maior dispersão de partículas e os raios solares podem acentuar os seus efeitos.



5 conselhos

para combater a poluição atmosférica

- Abra as janelas
- Caminhe mais e ande de bicicleta
- Tenha plantas e flores em casa
- Eletrifique a sua casa
- Pondere trocar a cidade pelo campo



Podcast Ep.08

Quais são as indústrias mais poluentes? Qual é o papel da eletrificação da economia, no que diz respeito à Qualidade do Ar? Com Catarina Barreiros, Francisco Ferreira e Ana Paula Mesquita.



[Ouça este episódio](#)



Websérie Geração Zero

Conheça os Palrão

[Veja este episódio](#)



A vida da família Palrão foi sempre vivida no reboiço da grande cidade. Mas depois chegou a pandemia e, de repente, a cidade até então grande começou a parecer pequena, sufocante. E a ideia de uma mudança para o campo foi ganhando forma.



Finanças Sustentáveis



Tendo o desenvolvimento social, económico e ambiental, como pano de fundo, as Finanças Sustentáveis são todos os serviços, produtos e decisões financeiras que integram critérios de sustentabilidade na sua definição ou execução. São uma ferramenta indispensável para assegurar as necessidades globais de inovação ou de melhoria de infraestruturas, ao mesmo tempo que promovem uma utilização eficiente dos recursos, minimizam os impactos negativos no ambiente e contribuem para a estabilidade dos mercados financeiros. Atualmente, já existem produtos de Finanças Sustentáveis em

entidades bancárias e financeiras consideradas tradicionais, mas também existem várias startups dedicadas a este tipo de investimentos, que podem variar entre fundos de investimento, títulos e obrigações, um pouco como outros investimentos mais clássicos. A diferença é que estes são movidos não apenas pela intenção de obter um bom retorno, mas também por fazer a diferença no mundo que nos rodeia. Além disto, as empresas em todo o mundo preocupam-se cada vez mais em obterem o selo Ambiental, Social e Governança (ESG na sigla inglesa, Environmental, Social and Governance) e, claro, manterem as suas práticas longe do greenwashing.

5 dicas

para investir
melhor no planeta

- ✓ Consulte o seu banco ou instituição financeira
- ✓ Apoie projetos sustentáveis
- ✓ Faça triagem positiva
- ✓ Escolha um 'crédito verde'
- ✓ Seja um ativista pelo ESG (Environmental, Social and Governance)

Podcast Ep.09

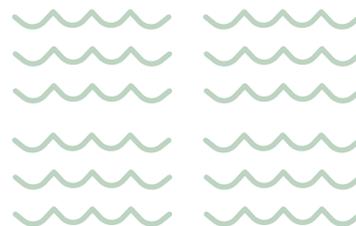


O que são as Finanças Sustentáveis? O que significam conceitos como fatores ESG e investimento de impacto? Catarina Barreiros, Nuno Brito Jorge e Gilda Caetano respondem a estas e a muitas outras questões.



Ouçá este
episódio

Websérie Geração Zero

Conheça a história de
Roberto Marques

Foi na Serra da Estrela que Roberto Marques começou a pensar no planeta que o rodeia. Foi justamente esta vontade de pensar no impacto da sua existência que acabou por o levar até às finanças sustentáveis.

Veja este
episódio





Vamos mudar, já hoje, o amanhã?

É Agora ou Nunca.



edp