

Ana Matsusaki

Giusy De Luca

Rosângela Araújo

O GUIA da pessoa preguiçosa PARA SALVAR O MUNDO



[] [] []
[OUTRAS]
PALAVRAS

Biblioteca
Paraná



ABCD
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE
BIBLIOTECÁRIOS E DOCUMENTALISTAS

Ana Matsusaki

Giusy De Luca

Rosângela Araújo

O GUIA *da pessoa preguiçosa* PARA SALVAR O MUNDO



APONTE A CÂMERA
DO SEU CELULAR E
ACESSE O AUDIO LIVRO!



Ficha Técnica

Coordenação de Projeto e Pesquisa

Giusy De Luca

Ilustrações, Capa e Projeto Gráfico

Ana Matsusaki

Roteiro e Oficinas

Rosângela de Souza Araújo

Coordenação Editorial

Eliana Cristina Perrinchelli/

Dali Projetos Criativos

Coordenação de Produção

Alessandra Pirroncello Bucholdz/

Conceito Gestão Cultural

Revisão

Luiz Fernando Cheres

Supervisão Gráfica

Dyego Marçal

Editoras Assistentes

Ana Maria Bourguignon de Lima

Thaís Cunningham Gomes

Editado por Dali Projetos Criativos

e-mail: daliprojetoscriativos@gmail.com

WhatsApp: (42) 98846-7845

@daliprojetoscriativos



Este trabalho está licenciado sob a Licença Atribuição Não Comercial 2.5 Brasil Creative Commons.

Para visualizar uma cópia desta licença, visite:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/2.5/br/>. Acesso em: 2 ago. 2020.

Adaptado de: UNITED NATIONS. ***The Lazy Person's Guide to Saving the World***. United Nations, 2018. Disponível em: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/takeaction/>.

Acesso em: 2 ago. 2020.

Esta obra foi selecionada pela Secretaria de Estado da Cultura do Paraná (SEEC-PR) no Edital de Concurso nº 005/2020, Outras Palavras – Prêmio de Obras Literárias. A editora Dali - Projetos Criativos foi escolhida pela SEEC-PR, por meio do Chamamento Público nº 011/2023 - Edital de Apoio à Publicação de Obras Literárias, para realizar a publicação, conforme critérios previamente estipulados. O conteúdo publicado na obra é de inteira responsabilidade de seu(s) organizador(es) e/ou autor(es).

D278

De Luca, Giusy

O guia da pessoa preguiçosa para salvar o mundo [livro eletrônico]/

Giusy De Luca; Rosângela de Souza Araújo; ilustrado por Ana

Matsusaki. 2ª. ed. Curitiba: DALI Projetos Criativos, 2025.

41p.; E-book - PDF

ISBN: 978-65-83491-05-3

1. Literatura infantojuvenil. 2. Sustentabilidade. 3. Meio ambiente.
4. Solidariedade. I. Araújo, Rosângela de Souza. II. Matsusaki, Ana
(ilust.). III. T.

CDD : 028.5



*Para todas as crianças da Abya Yala,
para que cresçam livres e atentas.*

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) formam um plano de ação proposto pela Organização das Nações Unidas (ONU). Realizando essas ações, nós cuidamos de nosso planeta e o protegemos, criamos um mundo sem pobreza, sem fome, com educação e saúde acessíveis a todas as pessoas.

Podemos sonhar e criar uma sociedade mais justa, inclusiva e solidária se colocarmos em prática essas ações HOJE. Para isso, precisamos da cooperação entre governos, organizações internacionais e líderes mundiais. Mas... e você com isso?

Parece impossível que uma pessoa sozinha cause impacto, mas imagine só: uma criança com apenas uma semente na mão planta uma árvore. Muitas crianças com uma semente na mão plantam uma floresta.

A mudança começa com você! Todo ser humano na Terra — mesmo a pessoa mais indiferente e preguiçosa dentre nós — faz parte da solução.

Podemos começar adotando uma mudança de hábito bem pequenininha na nossa rotina, depois mudamos algo na nossa casa junto com a família, depois com as amigas, os amigos, colegas da escola, pessoas do nosso bairro.

De repente, o que começou pequenininho torna-se uma mudança gigantesca em nossa sociedade.

Reunimos neste livro algumas das muitas coisas — grandes e pequenas — que você pode fazer para causar impactos positivos!

EU





Assim que sair de um cômodo,
apague a luz. Deixe ligadas apenas as luzes
que realmente estiver utilizando.



Evite o desperdício de papel e tente realizar suas atividades escolares na nuvem, deixando-as *on-line*.

Compartilhe publicações interessantes sobre os direitos das mulheres e ações de combate ao racismo.





Economize eletricidade, conectando os aparelhos a uma régua de energia e desligando-os completamente quando não estiverem em uso, incluindo o computador.



EU EM CASA





Separe e descarte corretamente os resíduos sólidos recicláveis. Assim podemos impedir o crescimento dos aterros.

Faça compostagem! A reciclagem de resíduos orgânicos, como restos de comida, pode reduzir o impacto climático.



O biofertilizante produzido durante a compostagem pode ser usado para adubar as plantas.



Coma menos carnes e produtos de origem animal, como leite, queijo e ovos. A produção de carnes demanda mais recursos da natureza do que a produção de plantas.



Para produzir apenas 1 kg de carne de vaca, gasta-se uma média de 15,5 mil litros de água!

Consoma somente o necessário e
priorize mercadorias que minimizem
o uso de embalagens.



Para produzir apenas um ovo, são gastos 200 litros de água, e,
para produzir 1 litro de leite, são usados 1.000 litros de água!

Tome banhos curtos, de 5 a 10 minutos.



Um banho de ducha por 15 minutos, com o registro meio aberto, consome 135 litros de água. Se você fechar o registro ao se ensaboar e reduzir o tempo do banho para 5 minutos, seu consumo cai para 45 litros!



Você sabia? No inverno, tapetes ajudam a manter os ambientes mais quentes.

Congele os produtos frescos e as sobras se você não tiver a chance de comê-los antes que estraguem. Não desperdice alimentos.



A água não é infinita.



**Economize água na hora de lavar a louça,
escovar os dentes e lavar as mãos.**

Abra as janelas para circular o
ar e dê um descanso para o
ar-condicionado.



Use o vento a seu favor.

Deixe seus cabelos e suas roupas
secarem naturalmente, em vez de
usar uma máquina.



EU EM COMUNIDADE



Empreste seu tempo para fazer uma
horta coletiva com a vizinhança!





Use uma garrafa ou um copo reutilizável.
Reduza o desperdício de descartáveis, pois a
maioria dos resíduos acaba nos oceanos.

Novo em folha não é necessariamente o melhor.
Dê preferência sempre a compras em lojas de
segunda mão e em brechós.



Doe o que você não usa.

As instituições de assistência social locais
darão uma nova vida a roupas, livros
e brinquedos.



Se você tem uma fruta ou lanche sobrando,
compartilhe com quem precisa.



Para se locomover
use o transporte público,

vá a pé



ou de
bicicleta.



Leve sua própria sacola quando fizer compras.
Muitas das sacolas plásticas acabam nos oceanos.





Compre local.

O apoio às empresas do bairro mantém a comunidade local e ajuda a impedir que os caminhões de carga percorram longas distâncias.

**Levante sua voz contra
qualquer tipo de discriminação.**



Todas as diferenças devem ser respeitadas e os direitos devem ser iguais, independentemente de gênero, raça, orientação sexual, religião, formação social e de ter ou não deficiências.



Agora é com você!

Será que você também pode ser parte da mudança? Converse com as pessoas ao seu redor. Peça ajuda a amigas, amigos, professoras, professores e a quem cuida de você para responder às perguntas a seguir.



Tem horta no seu bairro ou comunidade?
Onde você gostaria de criar uma?

Quantos copos, garrafas e embalagens descartáveis você usa em uma semana?
E em um mês? Para onde esse material é levado depois de descartado?



De onde vem a sua comida?

Quem planta as frutas
e verduras que você come?





Quantas pessoas negras aparecem nos seus desenhos e filmes favoritos?

Por que será que isso acontece? Você já ouviu falar da escravidão no Brasil?



Quanto é a conta de luz da sua casa?
Crie uma estratégia com a sua família para ajudar a diminuir a conta de luz e compare os valores nos meses seguintes.

Para onde vão os resíduos depois que eles saem da sua casa? Eles são separados corretamente? Que tal conhecer e apoiar as cooperativas de reciclagem da sua região?



Qual é a coisa mais fácil de fazer que você encontrou nesse livro e qual a mais difícil?
Qual das ações você poderia começar hoje?



Hora do jogo!

Encontre no caça-palavras 6 ações importantes
para ajudarmos o nosso planeta.



M	Z	A	P	A	G	A	R	A	L	U	Z
E	I	N	H	W	O	R	R	S	P	V	E
N	H	Q	U	I	N	T	E	B	C	O	R
O	L	B	H	N	L	S	C	E	O	J	I
S	O	B	R	M	E	A	P	A	M	P	T
C	M	I	E	S	T	V	U	A	P	R	G
A	E	R	C	U	J	M	L	I	O	J	U
R	R	U	I	D	E	Z	B	E	S	Q	V
N	T	R	C	O	R	S	B	I	T	U	H
E	M	F	L	H	N	A	P	Q	A	I	U
V	U	C	A	M	I	N	H	A	R	P	B
P	I	C	R	I	A	R	H	O	R	T	A

RESPOSTAS
Horizontal: APACAR A LUZ, CAMINHAR, CRIAR HORTA
Vertical: MENOS CARNE, RECICLAR, COMPOSTAR



Ligue os pontos. Relacione as imagens com as ações correspondentes.



● Passe tempo na horta coletiva



● Para secar as roupas e os cabelos, use o vento a seu favor



● Sempre carregue sua sacola reutilizável



Quem fez esse livro?



Ana Matsusaki



é a responsável pelas ilustrações desse livro que você acabou de ler. Desde pequena, ela adora ler e desenhar; quando cresceu, abriu seu próprio estúdio de design e ilustração. Para salvar um pedaço do mundo, ela participa com a vizinhança de uma horta coletiva no bairro.



Giusy De Luca



mãe do Vitto, sempre teve uma forte conexão com a natureza e o desejo de contribuir para um planeta mais saudável. Inspirada por esse amor e pela vontade de deixar um legado positivo, ela decidiu criar esse livro como uma maneira de incentivar mudanças sustentáveis.



Rosângela Araújo



é mãe do Silvestre, um menino muito curioso. Sua cor favorita é verde, a cor das plantas. Ela salva o mundo ensinando alunas e alunos sobre a preservação do meio ambiente e o consumo consciente.



Sobre a editora



A **Dali Projetos Criativos** é uma editora independente, com sede em Curitiba (PR). Nos últimos anos produziu dezenas de obras, principalmente de autores paranaenses. A editora também se dedica à produção de audiolivros com audiodescrição, primando pela acessibilidade dos conteúdos.

Nas últimas duas décadas a produtora cultural Eliana Cristina Perrinchelli, fundadora e diretora da Dali, também se especializou na gestão financeira e de execução de projetos, por meio de leis de incentivo federal, estaduais e municipais.

Acompanhe os trabalhos da editora pelas redes sociais:

@daliprojetoscriativos



É só olhar a natureza. Cada abelha faz um pouquinho, poliniza uma flor aqui, outra ali e logo temos um jardim imenso florido. Se a gente junta os nossos pouquinhos, eles viram um muito. Neste livro, vamos aprender como pequenas mudanças de hábito podem criar uma diferença gigante no nosso planeta. Até a pessoa mais preguiçosa do mundo vai descobrir que as ferramentas para criar o mundo que sonhamos podem estar bem debaixo do nosso sofá.

