

## Um hábito que todos os entusiastas do ecossistema deveriam adotar?

Após um ano perguntando isso **sport 4** meu podcast, O Entusiasta Ecológico, coletei 10 hábitos memoráveis e eficazes de agricultores regenerativos, filósofos, cientistas, CEOs e diretores de sustentabilidade.

### As melhores orientações que aprendi até agora:

#### 1. Aposte **sport 4** um futuro mais verde

Dan Sherrard Smith, da My Mother Tree, revelou que 50% de nossas emissões de carbono estão vinculadas a bancos e fundos de pensão. Embora reduzir, reutilizar e reciclar sejam ótimos, trocar para bancos e fundos de pensão sustentáveis é a ação individual mais eficaz que você pode tomar.

#### 2. Pense globalmente, atue localmente

James Forbes, CEO do Jane Goodall Institute Aus, aconselha as pessoas a pensar globalmente e atuar localmente. Escolas, por exemplo, são ótimos hubs comunitários para incentivar a conscientização ambiental. Comunidades online também são fundamentais. Os Pais pelo Clima, por exemplo, advogaram por painéis solares **sport 4** escolas e processaram a Energy Australia por greenwashing.

#### 3. Defenda soluções baseadas na natureza

Tony Rinaudo, assessor-chefe de mudança climática da World Vision, reflorestou mais de 6 milhões de hectares na África sem plantar uma única árvore. Ele descobriu um sistema de raízes subterrâneas que, se regenerado, poderia criar florestas prósperas. Apoiar programas como o programa de reflorestação da World Vision ou realizar eventos de arrecadação de fundos para tais causas é uma ótima maneira de contribuir para o trabalho climático impactante.

#### 4. Sem carne bovina é melhor para o seu cachorro

A deputada Jo Clay do ACT Greens recomenda cortar a carne bovina da dieta de seu pet. A carne tem uma grande pegada de carbono, mas a carne bovina é o maior culpado. Jo também reduziu seu próprio consumo de carne bovina para uma vez por mês. Se ela não está se deliciando com um assado de domingo de carne bovina, seu cachorro também não está. Essa mudança simples, ainda impactante, destaca como pequenas alterações podem fazer uma grande diferença.

#### 5. Questionne seus hábitos de viagem

Uma viagem de ida e volta da Austrália para a Europa equivale à pegada de carbono anual do cidadão médio da UE. Anna Hughes da Flight Free UK diz que mudar seus hábitos de viagem pode reduzir as emissões e trazer novas aventuras empolgantes para **sport 4** família.

## 6. Conserve e composte

Economizar e compostar alimentos é uma ação crucial e simples para um impacto ambiental prático. A agricultora regenerativa Amy O'Brien, que revitalizou **sport 4** fazenda familiar após os incêndios da temporada de verão negra, recomenda o compostagem. De acordo com o SCRAP Lab, compostar resíduos orgânicos **sport 4** vez de enviá-los para aterros sanitários poderá reduzir mais de 50% das emissões de gases de efeito estufa globais, reduzindo 2,1 gigatons até 2050. O cientista Jun Yao vai mais longe e recomenda reduzir os resíduos alimentares **sport 4** si. Isso classifica entre as soluções do Project Drawdown entre as três principais.

## 7. Faça um plano de 10 anos

Reduzir **sport 4** pegada de carbono pode parecer abrumador, então crie um plano de ação. A Universidade IE **sport 4** Madrid, uma das primeiras universidades carbono-neutras da Europa, alcançou essa marca sob um plano claro de 10 anos com o objetivo de alcançar emissões líquidas zero em 2030. Eles cortaram emissões substituindo lâmpadas eficientes **sport 4** termos de energia, implementando sistemas de desligamento automático de laptops e substituindo impressoras por plantas. A diretora de sustentabilidade Nicole Rassow disse que precisamos desmitificar a sustentabilidade por meio de etapas simples e passíveis de serem executadas.

## 8. Encontre o seu 'suficiente'

Em uma cultura consumista que constantemente canta mais, mais, mais, é essencial parar para refletir sobre **sport 4** ideia de "suficiente".

## 9. Domine o contar histórias ecológicas

Elizabeth Cripps, autora de Parenting On Earth: How To Do Right By Your Kids And Everyone Else, acredita que devemos discutir assuntos climáticos frequentemente para mantê-los **sport 4** primeiro plano **sport 4** um mundo distraído. Eu concordo, mas aprendi que como falamos sobre o clima é mais importante do que apenas falar sobre isso. Em uma conversa com Sarah Spencer, autora de Think Like A Tree, discutimos o conceito da mãe canguru da sabedoria indígena australiana – um quadro mental usado para inspirar mudança **sport 4** comunidades.

A mudança é difícil, então imagine colocando alguém **sport 4 sport 4** bolsa e calando seu sistema nervoso com seu batimento cardíaco. A partir dessa lugar seguro, então você explica as mudanças a chegar.

Seja gentil e ofereça sempre esperança.

## 10. Faça coisas boas

O ativista climático sueco William Gronlund acredita que estamos acostumados e imunes à ideia do "fim do mundo" de assistir filmes de super-heróis.

Gronlund diz: "Nós continuamos esperando que alguém desça para nos salvar. Mas isso não é um filme, e não há um herói.

"Faça coisas boas", Sarah Spencer conclui.

Eu gosto desse conselho. A maior lição que aprendi nessa jornada é que as soluções estão à nossa frente. Tudo o que precisamos fazer é nos pôr a trabalhar.

O programa Think Like A Tree de Spencer inclui um exercício **sport 4** que você imagina seus descendentes assistindo a um "This Is Your Life", e você é a estrela. O que **sport 4** história de vida diria sobre você **sport 4** nossa saga climática?

Adotar esses hábitos ecológicos simples e alcançáveis é um ótimo lugar para começar a memorável história da **sport 4** vida.

## **Famílias de reféns americanos **sport 4** Gaza apelam a Trump e Harris para obter a libertação imediata de seus entes queridos**

À frente de um debate presidencial dos EUA crucial esta semana, as famílias de vários reféns americanos detidos **sport 4** Gaza estão pedindo aos candidatos presidenciais dos EUA, Donald Trump e Kamala Harris, que ofereçam novas ideias para garantir a libertação imediata de seus entes queridos.

"Queremos ouvir que eles se importam. Queremos ouvir que ambos os candidatos entendem e reconhecem que há sete americanos ainda **sport 4** cativo e que os EUA estão totalmente dedicados a trazê-los de volta", disse Ronen Neutra, um cidadão americano-israelense de Nova York, para a **sport 4**. Seu filho de 22 anos, Omer, é um soldado israelense **sport 4** serviço ativo e foi sequestrado pelo Hamas durante os ataques de 7 de outubro.

A **sport 4** falou com parentes de três cidadãos americanos detidos **sport 4** Gaza que todos expressaram frustração por tentativas fracassadas de libertar seus familiares nos últimos 11 meses.

"Basta!", disse Adi Alexander, cujo filho de 20 anos, Edan, estava servindo no exército israelense quando foi sequestrado pelo Hamas **sport 4** 7 de outubro.

"Talvez a proposta de acordo do presidente (Joe) Biden **sport 4** dezembro tenha sido boa então, mas talvez precisemos de algo diferente agora", adicionou.

Todos os parentes que falaram à **sport 4** disseram que estavam procurando no governo Biden, bem como **sport 4** Trump e Harris, para encontrar maneiras criativas de aumentar a pressão sobre o Hamas e Israel para chegar a um novo acordo.

"Desafio os candidatos e pergunto a eles, você sabe, como trazer nossos filhos de volta", disse Ruby Chen, outra cidadã americano-israelense cujo filho de 19 anos, Itay, foi morto durante os ataques do ano passado. Seu corpo ainda está sendo mantido pelo Hamas **sport 4** Gaza.

"Queremos ouvir ideias novas de ambos os candidatos e que se comprometam a adotar uma abordagem nova para todos os jogadores", Chen disse à **sport 4**.

Os parentes disseram à **sport 4** que a abordagem deveria incluir os EUA buscando novos pontos de pressão no Hamas e seu patrocinador, o Irã, bem como **sport 4** outras nações com influência potencial, como o Egito, a Turquia e o Catar, o Estado do Golfo que hospeda os oficiais do Hamas e ajudou a facilitar as negociações.

Incentivos, como acordos comerciais, alívio de sanções e trocas internacionais de prisioneiros, também devem ser avaliados, disseram as famílias de reféns à **sport 4**, semelhante aos recentes acordos entre Washington e Moscou para libertar cidadãos americanos como o repórter do Wall Street Journal Evan Gershkovich e a estrela do basquete americana Brittney Griner.

"Eles mostraram grande criatividade **sport 4** um acordo complexo que fizeram para Evan Gershkovich e trabalharam um acordo internacional com a Alemanha e outros países para trazer cidadãos americanos de volta para casa", disse Alexander à **sport 4**.

"Nossos filhos podem não ser tão famosos quanto um jogador de basquete, mas você sabe, do nosso ponto de vista, a criatividade que eles demonstraram tem que voltar aqui **sport 4** nosso caso, e fazer tudo o que for possível, tudo o que estiver ao seu alcance – seja aplicando mais

pressão, seja encontrando maneiras criativas de trazer nossos filhos de volta para casa." Há até mesmo apoio entre os parentes dos reféns americanos para Washington aplicar mais pressão sobre Israel, cujo primeiro-ministro veterano, Benjamin Netanyahu, é acusado por críticos de frustrar as negociações de libertação de reféns lideradas pelos EUA para agradar aos fundamentalistas **sport 4** coalizão fragilizada.

Os parentes disseram que agora apoiariam movimentos para restringir a ajuda diplomática, financeira e militar dos EUA a Israel como um meio de pressionar Netanyahu a chegar a um acordo.

"Sem dúvida, mais pressão sobre Bibi Netanyahu deve ser colocada, mas não estou seguro se há vontade política neste ponto, seja da administração Biden ou da campanha Trump, de colocar mais distância entre eles e o primeiro-ministro israelense", disse Ronen Neutra à **sport 4**, usando um apelido popular para Netanyahu.

"Mas estamos instando nossos líderes a tomar ação corajosa e a colocar a política de lado. Não estamos brincando aqui. Estamos **sport 4** uma situação de vida ou morte real", adicionou.

Mais de 100 reféns ainda permanecem **sport 4** Gaza hoje, à medida que as condições de vida na enclave palestina se deterioram sob o cerco de meses das forças israelenses. Reféns libertados relataram sofrer com frequentes escassez de alimentos e água **sport 4** Gaza, e alguns também relataram abusos físicos e mentais por seus captores.

A recuperação dos corpos de seis reféns assassinados no início deste mês provocou protestos de massa **sport 4** Israel, com manifestantes exigindo que o governo de Netanyahu chegue a um acordo para libertar aqueles que ainda estão **sport 4** cativo. Muitos se perguntavam se a indignação nacional poderia ser suficiente para forçar **sport 4** mão.

Em vez disso, Netanyahu reforçou **sport 4** estratégia na faixa de Gaza, reiterando seu compromisso **sport 4** combater até que o Hamas seja derrotado e repetindo **sport 4** recusa **sport 4** retirar soldados da fronteira entre Gaza e o Egito – um novo ponto de discordância significativo **sport 4** negociações para chegar a um acordo.

---

#### **Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: sport 4

Palavras-chave: **sport 4** - symphonyinn.com

Data de lançamento de: 2024-11-10