

mães
pelo
clima

e-book

Oportunidades entre
gerar e
regenerar:
diálogo sobre Regeneração
e Clima na maternidade

apoio: Regera Mundo
ADESAMPA

Título: “Oportunidades entre gerar e regenerar: diálogo sobre Regeneração e Clima na Maternidade”

Autoras: Canova, Clarissa; Duarte, Ana Carolina; Leal, Vanessa.

Conteúdo disponibilizado gratuitamente pelas @maes.peloclima.



Oportunidades entre gerar e regenerar: diálogo sobre Regeneração e Clima na maternidade © 2023 por Clarissa Canova está licenciada por CC BY-NC 4.0. Para ver uma cópia da licença, acesse <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

2023

mães pelo clima



Equipe:

Clarissa Canova
Priscilla Santos
Carol Duarte
Vanessa Leal
Elena Senatore
Francine Franco
Isis Bergonci
Felipe Gandolfi
César Canova

Edição: **causo**

www.causo.net



@maes.peloclima

Índice

<u>Introdução</u>	<u>7</u>
<u>A crise climática</u>	<u>9</u>
<u>As mães pelo clima</u>	<u>19</u>
<u>Jornada da regeneração</u>	<u>29</u>
<u>Entendendo a intersecção</u>	<u>37</u>
<u>Convite à ação</u>	<u>41</u>
<u>Contato</u>	<u>50</u>
<u>Agradecimentos</u>	<u>52</u>

mais fortes

"Tendo consciência, fazendo o que cabe, buscando soluções, questionando empresas e políticos, nos unindo a outras mulheres e engrandecendo essas mulheres com iniciativas tão lindas, vamos nos tornando mais fortes."

- Fala de Clarissa Canova no 1º Brunch pelo Clima

Introdução

"A regeneração é a capacidade da natureza de nos ensinar a curar a nós mesmos."

- Laurence Gonzales

A maternidade e a regeneração compartilham uma mesma essência: a capacidade de criar e curar. À medida que as mães geram e criam suas famílias, participam de um ciclo de regeneração que sustenta a vida na Terra. Este e-book é mais uma volta neste ciclo em espiral, que cresce rumo a um futuro melhor para as mães e todas as suas crias.

A iniciativa das Mães Pelo Clima se uniu à Regera Mundo para promover um evento sobre regenerar, uma conversa sobre nutrir nossa relação com a Mãe Terra. Mais de vinte mulheres e mães estiveram presentes no espaço da Aceleração Green Sampa, da Agência São Paulo de Desenvolvimento, em 10 outubro de 2023, para participar do primeiro *Brunch pelo Clima*.

Introdução

Contando com o apoio de nossas equipes e com a parceria da Nude e da Quitanda no cardápio que, efetivamente, compôs o brunch, nos reunimos para promover um encontro leve e descontraído, em que buscamos fortalecer conexões entre mães e mulheres que, de alguma maneira, conectam suas experiências a temas relacionados às questões socioambientais.

Este pequeno livro é, assim, o resultado de trocas de ideias livremente expressas, com diferentes origens e impactos, em busca de consensos que sirvam como aplicações práticas na vida pessoal e profissional de quem o lê. Aproveite a leitura e sinta-se à vontade para fazer parte dessa rede!

Vamos juntas!

Clarissa, Carol e Vanessa
@maes.peloclima

1

A crise climática

“Saio deste encontro com a confirmação de que falarmos de ‘regeneração’ vai muito além da palavra da moda. Essa discussão necessária nutre o resgate aos processos de recuperação e cura planetários em todas as facetas da vida, a começar com o fortalecimento das conexões femininas, da recuperação dos nossos saberes e nosso poder de (auto)transformação coletiva em prol do equilíbrio dos ecossistemas em que estamos inseridas. Ao pensarmos juntas em soluções para o bem estar das nossas crianças, das nossas comunidades, famílias e toda a sociedade em geral, dividimos responsabilidades, amadurecemos e desenvolvemos novos conhecimentos. A Mãe Terra pede medidas urgentes para nos adaptarmos, e acredito que esse efeito exponencial em que nos multiplicamos como agentes da mudança é capaz de fomentar ações que cada vez mais visam interromper os processos de colonização do planeta que ousamos chamar de nosso. Pode ser desafiador, mas precisamos começar de algum lugar.”

- Carol Duarte

No coração da nossa existência, encontra-se uma conexão profunda com a Mãe Terra. Ela é a fornecedora de vida, a **guardiã de ecossistemas** e a fonte das maravilhas que conhecemos. Desde tempos ancestrais, nossas culturas celebraram sua generosidade e dependeram da sua estabilidade.

No entanto, a Mãe Terra tem se manifestado de maneira diferente. Suas **lágrimas se traduzem em enchentes** catastróficas, enquanto seus suspiros são sentidos nas secas intermináveis que afligem vastas regiões. Ela está nos mostrando os sinais claros de que algo está errado, de que seu equilíbrio está comprometido.

A crise climática é o desafio definidor de nossa era. Os dados científicos nos mostram que as mudanças climáticas estão ocorrendo a um ritmo alarmante, e seus efeitos se espalham por todo o planeta. O aumento das temperaturas, a acidificação dos oceanos e a intensificação de eventos climáticos extremos são sintomas de um sistema natural que clama por nossa atenção.

O IPCC (sigla em inglês para Painel Intergovernamental sobre Mudança Climática, da ONU) desenvolve desde 2018 relatórios científicos sobre as causas e consequências do aumento da temperatura mundial **até 1,5 °C**. E alerta que quase todos os cenários apontam que o limite de temperatura será ultrapassado entre 2030 e 2035. Atualmente **o cenário já está em 1,1°C acima** da era pré-industrial.



Segundo Stela Herschmann, especialista em política climática do Observatório do Clima, estabilizar o aumento da temperatura em até 1,5°C é uma **meta de sobrevivência necessária** para garantir um futuro climático mais seguro para todos os habitantes de nosso planeta.

De acordo com o IPCC, em 2019, a concentração atmosférica de dióxido de carbono (CO₂) foi a maior em pelo menos 2 milhões de anos, e as de metano e óxido nitroso, as maiores em 800 mil anos. A maior parte das emissões globais de gases de efeito estufa (GEE's) vieram dos setores de **energia**, indústria e **transporte**, e da agricultura, silvicultura e de outras formas de uso da terra.

O último relatório do IPCC, publicado em 2022, traz um alarmante: “**Estamos caminhando quando deveríamos estar correndo**”, segundo especialistas as decisões governamentais tomadas na década de 2020-2030 serão perpetuadas para as futuras gerações. São importantíssimas para o futuro que queremos deixar. O relatório ainda apontava que para haver uma estabilização do aumento da temperatura global em 1,5°C, o uso de carvão mineral precisa cair 95%, o de petróleo 60% e o de gás natural 45% até 2050.

Outros pontos importantes do relatório:

- É preciso frear com urgência tanto a produção de combustível fóssil, como os subsídios para a indústria causadora do problema.
- Não falta dinheiro, falta vontade política e econômica, além de inteligência, já que investe-se mais na causa do que na solução do problema. O benefício econômico com corte de gastos em saúde que decorreria da melhora da qualidade do ar seria aproximadamente o mesmo, ou possivelmente ainda maior do que os custos de reduzir ou evitar emissões.
- É importante haver também campanhas de conscientização dos efeitos do consumo exagerado, para que as pessoas adotem modelos de vida de baixo carbono.
- As mudanças climáticas causadas pelo homem já estão causando impactos adversos generalizados e perdas e danos relacionados à natureza e às pessoas.

Fonte: Observatório do Clima |

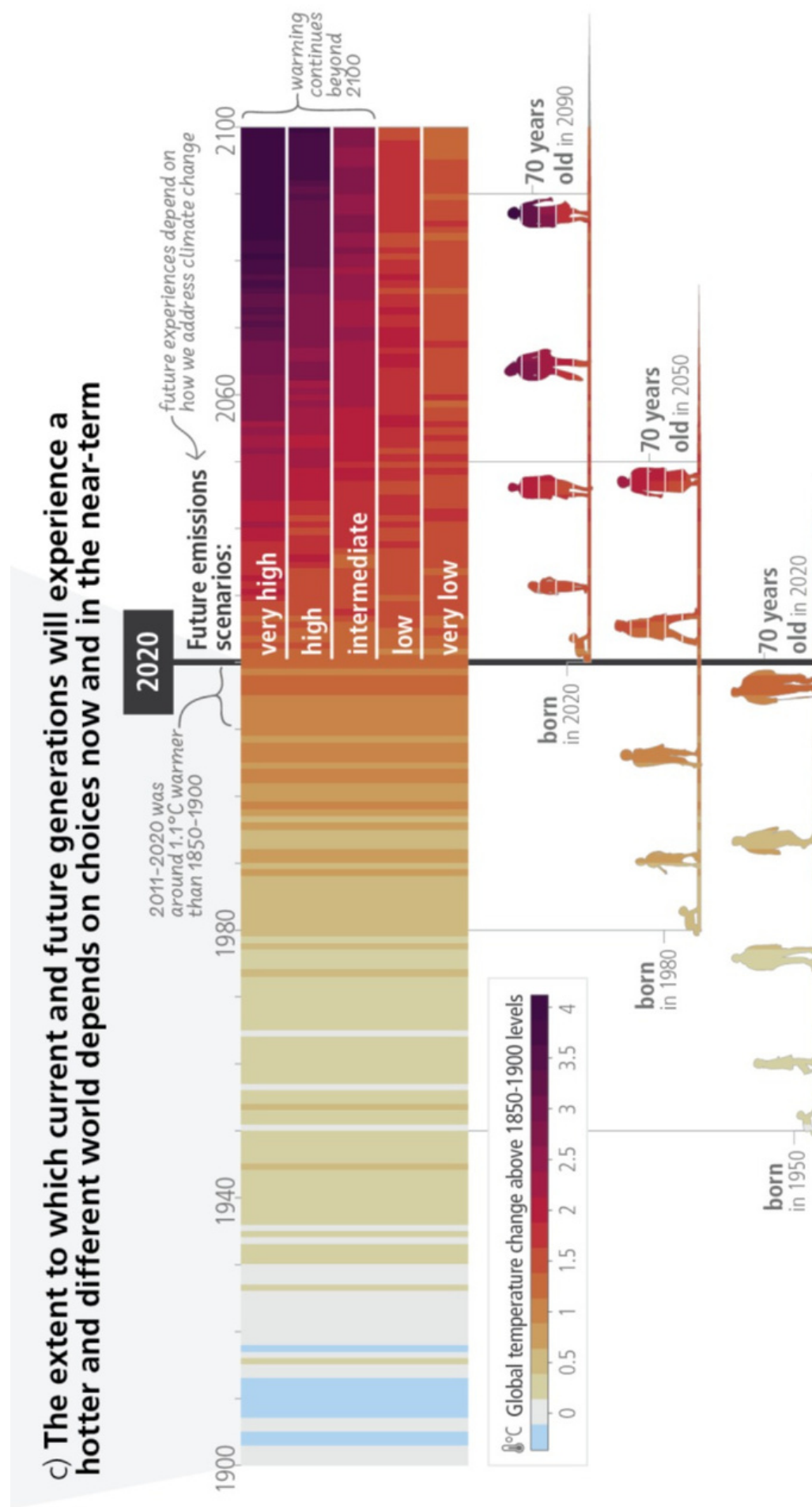
<https://www.oc.eco.br/uma-questao-de-sobrevivencia/>

Mas o que torna a crise climática tão urgente é o fato de que não estamos apenas testemunhando esses eventos: **nós os estamos causando**. É o nosso modelo de desenvolvimento atual - baseado na exploração dos recursos da Mãe Terra - que está provocando essa crise.

Assim, a relação entre a maneira com que nos comportamos e o ambiente em que vivemos exige atenção. Trata-se de uma questão **socioambiental**, para a qual a resposta será passarmos de um egocentrismo para um pensamento ecocêntrico, com **a vida no centro das ações**.

O infográfico publicado pelo IPCC sugere um cenário de **uma velhice desafiadora para as crianças nascidas na última década**, caso medidas de adaptação e mitigação concretas não sejam tomadas, pois as experiências futuras dependem totalmente de como abordamos e lidamos com as alterações climáticas no presente.

(prepare-se para girar a visualização)



Fonte: The Washington Post (<https://www.washingtonpost.com/climate-environment/2023/03/21/climate-ipcc-report-temperatures-graphic/>).

Desta forma, é essencial o despertar à responsabilidade **solidária e colaborativa**, como foco em mudanças **comportamentais** para minimizar as causas das mudanças climáticas, capacitando a sociedade humana para a **resiliência**, adaptação e a proatividade frente à emergência climática.

A Mãe Terra é generosa, mas também é resiliente. Ela tem a capacidade de se regenerar e se curar quando damos **o devido respeito** e cuidado. Essa generosa guardiã da vida está clamando por isso, pelo nosso zelo. A crise climática é um chamado à nossa responsabilidade, um lembrete contundente de que nossas ações afetam diretamente o equilíbrio da natureza. Porém, não é apenas um problema a ser resolvido; **é uma oportunidade para nos reconectarmos com nossa Mãe Terra** e reconhecer nosso papel como protetores e regeneradores ativos.

A seguir, vamos entender por quê a maternidade tem a ver com esses temas de regeneração e clima.

motivação

“Como mães, mulheres, precisamos encorajar a nova geração a manter-se firme neste propósito. Existe um conflito de gerações nítido, e a parcela consciente de que o planeta exige mudanças ainda é pequena.”

- Elena Senatore

2

As Mães pelo clima



Eu sou a **Clarissa Canova**, Especialista e Consultora em Marketing e Comunicação e fundadora do Mães pelo Clima, junto com a Priscilla Santos. Depois de colaborar com marcas nacionais e internacionais por meio de agências de publicidade e empresas ao longo de 18 anos, em 2019, quando me tornei mãe, me direcionei para marcas cuja missão estivesse relacionada a impacto socioambiental.

Liderei o time de Marketing e Comunicação da Youth Climate Leaders (YCL) entre 2020 e 2022, e hoje sou Fellow do Future Future Institute e continuo meus estudos sobre Regeneração junto a Schumacher College. Em 2022, fundei a causo, nossa agência de Branding, Marketing e Design focada na construção de marcas conscientes de seu impacto - e que colabora na edição deste e-book. **Uma dessas marcas é a nossa própria Mães pelo Clima.**

O Mães foi idealizado há 3 anos. Fizemos alguns "ensaios" com palestras e movimentações, mas este ano conseguimos tirar do papel e iniciarmos nossos trabalhos. O *Brunch pelo Clima*, que tem esse livro como um de seus resultados, foi nosso primeiro evento presencial.

Assim como me senti realizada no dia 10 de outubro de 2023 - data da realização do Brunch -, fico muito contente em partilhar nossas ideias com você!

Somos um coletivo de Mães focadas em sensibilização, educação, capacitação e comunicação da pauta climática, levando em consideração e priorizando a realidade materna, seja no âmbito pessoal ou profissional. Conectamos mães que estejam ou queiram se engajar em projetos de cunho socioambiental, especialmente, mas não exclusivamente nano e microempreendedoras de diversos segmentos e contextos sociais.

1º Brunch pelo Clima. Foto: [Marcia Kölos](#).



Apoiamos também pessoas em organizações que queiram se apropriar da intersecção da maternidade com esses temas de uma forma holística, criando oportunidades de impacto positivo e construindo juntas uma nova narrativa para a sociedade. Costumamos dizer que **cuidamos do futuro duas vezes: no zelo pelas gerações futuras e na conscientização climática.**

A ideia é nutrir o bem-estar da Mãe Terra e de seus habitantes, capacitando as mães como multiplicadoras e agentes para a transformação e a autotransformação. A gente acredita na gestação de oportunidades equitativas em ambientes coletivos, além de criarmos espaços para trocas e oportunidades.

Não sei você, mas eu, chegando ali na casa dos 40 anos, senti gritando aqui dentro a vontade de mudança, uma vontade imensa de ocupar a minha verdade, que também pode ser a verdade de muitas mães e mulheres.

E senti esse chamado de fazer algo mais. Na YCL, víamos que não tem saída: precisaremos de todos para essa transição planetária, senão nossos filhos passarão sede em 20 anos. E isso toca fundo, toca forte. Fazendo o que posso, o que consigo, me entusiasmo com a ideia de que, quando nos reunimos num evento como o Brunch pelo Clima, ou quando partilhamos as ideias por meio de algo como este e-book, estamos impactando positivamente. Por isso, para mim, foi essencial entender e responder uma pergunta chave: o que quero para minha realidade e para a realidade do meu filho? E então vieram outras perguntas:

- Sobre consumo, por exemplo, se eu compro numa determinada empresa que tem trabalho escravo, o que estou perpetuando?
- Ou se eu invisto em alguma empresa que tenha um propósito contrário ao meu, estou dando meu aval para esse mundo?
- Como invisto meu tempo? Meus recursos? O tempo de qualidade com meu filho?
- Saindo do meu mundo, do meu ponto de vista, como posso me conectar com outras pessoas dentro de outros recortes sociais e democráticos para crescermos juntos?

Mas agora é hora de sair das grandes perguntas e entrar nas pequenas perguntas que serão efetivas para vislumbrarmos um primeiro passo rumo à regeneração! Falamos em mitigação climática e como reduzimos o impacto, como fazemos essa transição. Muitas vezes ficamos esperando uma grande sacada; eu fui uma dessas que ficava esperando estar na formação ideal, em uma outra carreira para fazer algo... mas o grande lance é esse: **como nós, dentro da nossa realidade possível, dentro da nossa atuação profissional, dentro da nossa realidade materna, podemos fazer diferente?** Precisamos de advogadas despertas, professoras conscientes, e comunicadoras também... quando me dei conta disso foi onde uni as duas temáticas na minha vida.

Claro que tenho consciência das limitações do sistema atual, e sabemos que esse mundo sustentável é um "horizonte", um caminho a ser caminhado em direção à regeneração. Mas interromper danos, deixar de machucar nossa Mãe Terra, também é parte da regeneração; é mitigação climática.

O que estamos formando é uma rede, um coletivo. Uma rede para nos dar coragem e fé. Uma rede de mulheres.

Regeneração é um convite à coragem e à fé. Numa manhã, recheamos esse e-book juntas. Imagine o que podemos fazer com mais tempo compartilhado...

Quero convidar você, de todo coração, a caminharmos esse caminho mais juntas, dentro ou fora do movimento Mães pelo Clima, assumindo esse protagonismo de agente de mudança, multiplicando essa sementinha em casa, nas empresas, nas organizações, onde estiver!

Vamos juntas!

E como já não estou sozinha, quero contar sobre esse nosso início e **apresentar a você a equipe das Mães pelo Clima atualmente temos a cofundadora Priscilla Santos, a Vanessa Leal e a Carol Duarte.**

“Mães e pais querem o melhor para seus filhos. Mães querem um planeta seguro, um mundo melhor, mais sustentável, condições mais justas para que seus filhos possam viver de forma plena. Mas devemos querer isso para as filhas e filhos dos outros também. E para os que não querem ter filhos. Precisamos aliar teoria e prática e encontrar mais turmas para falar sobre clima. Afinal, clima é assunto de família.”

- Priscilla Santos

Priscilla Santos ,

cofundadora das Mães pelo Clima nasceu em Belém-PA e cultivou sua carreira em honra de suas raízes amazônicas. É advogada e consultora, especializada em políticas de mudanças climáticas e suas conexões com finanças, florestas, uso da terra e abordagens interseccionais.



Também é Mestre em Natureza, Sociedade e Política Ambiental pela Universidade de Oxford. Soma mais de 15 anos de atuação nacional e internacional, com parceiros no setor privado, organizações internacionais, governamentais e não-governamentais. Atualmente, coloca sua experiência a serviço na CLIMÁTICA Consultoria.

Vanessa Leal, mãe da Melina, é bióloga por formação e educadora por paixão. Paulistana vivendo na Bahia, atua há mais de 15 anos com coordenação e assessoria técnica em Projetos e Programas Socioambientais. É especialista em gestão de projetos educacionais e professora do Estado da Bahia nas disciplinas de Biologia e Química. É cofundadora da Movimento Onda Limpa.



O Onda Limpa é uma iniciativa de impacto com projetos pautados em Educação Climática e Gerenciamento de Resíduos na Bahia. Acredita que a educação é a mola propulsora para a transformação, interessando-se por ciência, processos de aprendizagem democráticos e participativos, alfabetização ecológica, feminismo, maternidade consciente e gentil, justiça climática, consumo consciente, compostagem e sou amante de poesias e da natureza.



Carol Duarte, mãe do Caê, chefe de Desenvolvimento Consciente no Mães pelo Clima! Atua há mais de 12 anos com gerenciamento de projetos na indústria publicitária e audiovisual, dedicada, nos últimos anos, a mercados norte-americano e europeu.

Especializou-se num MBA em ESG pelo IBMEC, além de estar imersa em estudos sensíveis de Descolonização da Sustentabilidade, Antirracismo, Hábitos Conscientes, Consciência Criativa e outros. A maternidade, em conexão com seu propósito e seus valores, move sua energia de ação para gestar e parir contribuições com as lutas pela justiça climática e de gênero, em busca de um mundo mais justo para a atual e as futuras gerações.

E é justamente a Carol quem traz para nós o texto sobre alguns conceitos que formam o nosso horizonte.

1º Brunch pelo Clima. Foto: Marcia Kölos.



Mas, primeiro, curta algumas das fotos clicadas pela Marcia Kölos no nosso 1º Brunch pelo Clima, acompanhadas de testemunhos de quem se fez presente. Aliás, os depoimentos estão também ao longo do nosso e-book!



Crias também são bem-vindas em eventos das Mães pelo Clima.



“Somos mães, multiplicadoras de mudanças, defendendo nosso lar, a Terra. Inspiramos a juventude a se juntar a nós neste propósito, nutrindo a próxima geração com a consciência da sustentabilidade. Ainda somos poucas, mas estamos crescendo. Buscamos soluções, desafiamos o status quo e nos unimos em solidariedade feminina. Juntas, somos mais fortes. Estamos moldando um futuro mais verde para nossos filhos.”

- Luciana Caran



O Brunch contou com doações das Mães e alimentos da Nude e da Quitanda Pinheiros. A gestão de resíduos foi feita pela Regera Mundo.



“O fato de já termos encontrado plástico na placenta humana mostra que nós somos muito mais porosas do que imaginávamos. Para uma mulher poder concordar e aceitar a ideia de ser atravessada por um outro corpo, esse nível de porosidade é quase que uma condição, não é? Uma condição para nossa existência assim pacífica, nesse tempo, nesse plano, nessa época.”

- Gisele Ross



“Na primeira infância, ocorrem taxas excepcionais de desenvolvimento do cérebro, que pode ser estimulado e apoiado por meio de experiências com a natureza. Richard Louv, jornalista, especialista em advocacy pela infância, cofundador do Children & Nature Network e autor do livro A Última Criança na Natureza, denominou ‘transtorno de déficit de natureza’ os impactos negativos relacionados ao distanciamento das crianças na natureza. O termo nos chama atenção para uma questão emergente que causa distúrbios tanto físicos quanto mentais e comportamentais, que podem ser facilmente observados por especialistas e leigos. Os benefícios de uma infância rica em natureza são mútuos, tanto para as crianças e adolescentes quanto para a natureza. O contato e aproximação das crianças na natureza traz a percepção de pertencimento e consequentemente o cuidado, ampliação do vínculo e repertório sobre o tema. Aproximar as crianças com a natureza também representa dar mais um passo na construção de uma cidade que, sendo boa para os pequenos, será boa para todos”

- Marjorie Tochinni



Compartilhamos com você este e-book, como uma criança
partilha os brinquedos: para sermos mais felizes juntos.



3

A Jornada da Regeneração

mulher

“Sou Mulher, Mãe, Ativista Ambiental e Composteira, tenho orgulho de todo o trabalho que desempenho para o futuro do Planeta, para o futuro da minha filha! Na Planta Feliz, 94% dos nossos clientes do serviço de coleta e compostagem são mulheres, e isso reforça nossa importância na educação ambiental dentro de nossas casas!”

- Marina Camargo

Etimologicamente, regenerar seria algo como gerar novamente, renovar, restaurar. Para não cair na armadilha de simplesmente reproduzirmos mais uma “palavra da moda”, é importante que a gente se aproprie do que a gente está falando por aí. Não só esse termo, mas todos os outros que, quando a gente vê, a gente está repetindo sem nem refletir, no automático. Primeiro, a ecoeficiência.

A **ecoefficiência** foca a otimização dos processos e recursos para maximizar a produção de bens e serviços enquanto minimiza o uso de recursos naturais e a geração de resíduos e poluição. Lida, por exemplo, com eficiência energética, com redução do desperdício, com minimização do uso de materiais e otimização dos processos de produção para tornar as atividades econômicas mais sustentáveis. Dá para imaginar um caso prático de uma fábrica que atualiza sua tecnologia para reduzir o consumo de água, energia e matéria-prima, enquanto mantém ou aumenta sua produção. Essa fábrica está buscando a ecoeficiência.

Já a **sustentabilidade** aborda a necessidade de atender às necessidades presentes sem comprometer a capacidade das gerações futuras de atenderem às suas próprias necessidades.

Envolve a consideração dos aspectos econômicos, ambientais e sociais de todas as atividades humanas, buscando um equilíbrio entre essas dimensões para garantir um futuro sustentável. Na prática, é como o caso de uma empresa que adota práticas de produção responsável, considera os impactos ambientais de seus produtos e se preocupa com o bem-estar de seus funcionários. Esse pensamento integrado seria uma operação mais sustentável. E a gente usa muito o termo “mais sustentável” ou “menos sustentável” para indicar essa ideia de utopia, de horizonte.

A **regeneração** vai além da sustentabilidade, porque busca ativamente a restauração, a revitalização e o fortalecimento dos sistemas naturais e sociais que foram danificados ou degradados.

Envolve restaurar ecossistemas, promover comunidades resilientes, regenerar recursos naturais e criar sistemas que não apenas param de causar danos, mas trabalham ativamente para restaurar a saúde e a vitalidade dos sistemas.

Um projeto de regeneração pode envolver a restauração de uma área degradada, por exemplo, como uma mina abandonada, para devolver àquele ambiente um ecossistema saudável, com benefícios ambientais e sociais.

Em resumo, a *ecoeficiência* se concentra na otimização de processos, a *sustentabilidade* considera um equilíbrio entre aspectos econômicos, ambientais e sociais, e a *regeneração* busca ativamente restaurar e revitalizar sistemas danificados.

A regeneração é uma abordagem mais proativa e aspiracional em direção a um futuro mais saudável e resiliente para o planeta e suas comunidades.

Por isso, no nome deste nosso primeiro Brunch pelo Clima, transformamos a regeneração em verbo no título do Brunch: “*Regenerar: uma conversa para nutrir nossa relação com a Mãe Terra*”. E podemos falar sobre regenerar dentro de diversos aspectos.

Em primeiro lugar, a regeneração é um processo milenar, natural, que já acontecia na natureza antes mesmo de existirem os seres humanos nessa equação. Além disso, a regeneração faz parte das abordagens e cuidados dos povos originários.

E as mulheres, nossas ancestrais, elas tinham um nível elevado de conhecimento, de harmonia com a natureza, com a Mãe Terra; tantos saberes sobre essa interdependência entre humanos-natureza nas práticas tradicionais, na valorização dos ecossistemas para que todos vivessem em harmonia... e ainda é assim para povos indígenas no mundo inteiro.

Como exemplo de ações regenerativas, temos o manejo da agricultura florestal sustentável, as técnicas de construção ecológicas, o respeito aos tempos de reprodução dos animais, dos ciclos da água, das florestas, o entendimento da diversidade biológica, das partilhas e no equilíbrio da comunidade como um todo. Entra nesse equilíbrio a atenção aos papéis sociais, inclusive, dentro desses contextos.

A crise climática também é resultado desse caldeirão de explorações humanas e planetárias.

E as mulheres, as mães, compõem um dos grupos mais impactados pela crise e pelos acontecimentos decorrentes da crise.

mães
pelo
clima

Acompanhe as
Mães pelo Clima
no Instagram!



@maes.peloclima

mover-se

“Em um país onde 70 milhões de pessoas vivem na pobreza, a agenda ambiental não pode ser analisada de forma descasada da agenda social, com o risco de ficarmos apenas pregando dentro de uma bolha muito limitada.”

- Isadora Rebouças

4

Entendendo a intersecção

A maternidade humana reflete uma profunda conexão com a Mãe Natureza. Da mesma forma que as mães geram a próxima geração de cidadãos, a Mãe Natureza gera a base de recursos que sustenta a vida. Assim, encontramos na intersecção entre maternidade e clima a **oportunidade para mostrar o conhecimento ancestral e natural** que se faz necessário para a regeneração do planeta, ainda que os desafios sejam imensos.

No mundo, cerca de 80% das pessoas deslocadas pelas mudanças climáticas são mulheres (Fonte: Nações Unidas, 2021). No Brasil, cerca de 7 em cada 10 mulheres acima dos 16 anos de idade são mães (Fonte: Instituto Datafolha, 2023). E, embora empresas com mais de 30% mulheres compondo o conselho diretivo têm políticas climáticas melhores e mais bem implementadas (Fonte: Bloomberg Finance L.P., 2020), ou seja, políticas que efetivamente contribuem para um futuro melhor, as mulheres seguem sendo excluídas de grandes decisões políticas e no mercado de trabalho, fortalecendo as desigualdades.

Faltam políticas públicas básicas como proteção à gestação, incentivo à amamentação, acesso à serviços de saúde qualificados, moradia de qualidade, nutrição materna e infantil, creches, condições dignas de trabalho e tantos outros desafios. É preciso que o mercado de trabalho esteja preparado para ser **rede de apoio**, dando suporte para a urgência da **infraestrutura do cuidado**, acolhendo a maternidade por meio de educação, conscientização, capacitação, flexibilidade, valorização e motivação em várias dimensões.

Ao promover essa intersecção por meio de estratégias, práticas e comunicação, estamos contribuindo de maneira efetiva para um impacto positivo nas vidas de mães e mulheres. Queremos ser **impulsionadoras** das pautas relacionadas à maternidade e ao clima em ambientes organizacionais, contribuindo para um mundo mais acolhedor e inclusivo dentro e fora do mercado de trabalho. Este e-book e o Brunch pelo Clima que o originou são parte desse movimento. Nas próximas páginas, vem o convite para nossa ação conjunta.

maravilha

“A união entre um ambiente seguro, cuidadoso e, claro, com comidinhas e café foram fundamentais para criar uma egrégora no meio de São Paulo onde debatemos assuntos tão importantes. Se tem uma coisa que ficou registrada na minha mente e coração do nosso encontro foi como somos mais fortes e poderosas juntas. Temos atributos individuais que quando unidos são elevados à uma potência incomensurável: somos geradoras e criativas na essência. Eu sai GRANDONA de lá e não quero que nem eu e nem nenhuma mulher se confunda e esqueça do que é. Obrigada pelo evento lindo. Que venham muitos outros.”

- Ana Julia Agostinho

5

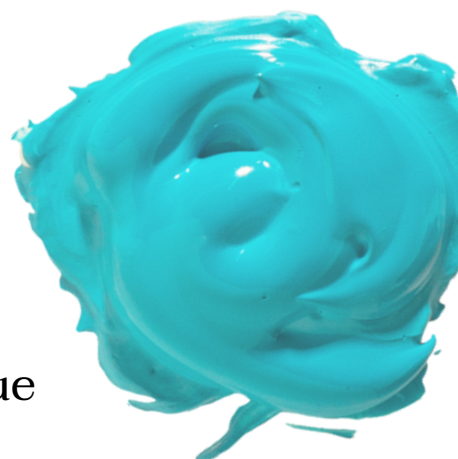
Convite à ação

Obrigada por ter vindo até aqui! Você já é parte desse movimento e, por isso, queremos trazer algumas dicas práticas sobre como somar ações que ajudem a intersecção entre mães e clima:

Ampliar a rede

Promova atividades em família que envolvam a natureza, como trilhas, acampamentos e jardinagem, em lugares diferentes do que costumamos estar, para que as crianças desenvolvam uma conexão real com o meio ambiente. Lembre-se que o jardim de casa e as praças também são excelentes lugares para interagir com a natureza.

Assista a filmes, desenhos e documentários que trazem a temática da justiça climática para iniciar conversas importantes com seus filhos e fortalecer a empatia. Sugestões:



- **Wall-E (trailer)**
- **Lorax (trailer)**
- **Céu fumaça (curta completo)**
- **Nausicaä do Vale do Vento (trailer)**
- **Era uma vez na floresta (sinopse)**

Incentive a participação em ações voluntárias, como limpeza de praias, plantio de árvores e projetos de sensibilização ambiental em sua comunidade.

O coletivo é sempre mais forte

Participe de grupos de famílias e comunidades focados em questões ambientais, onde todos possam compartilhar ideias, recursos e estratégias para criar mudanças positivas.

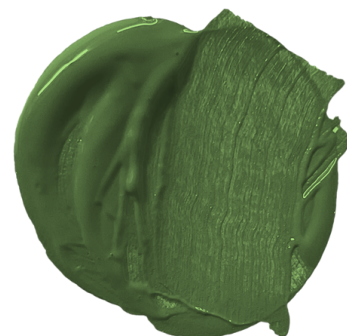


Organize eventos ou ações coletivas em sua vizinhança, como feiras de troca, workshops sobre reciclagem e reuniões para discutir maneiras de reduzir o impacto ambiental localmente.

Todos somos aprendizes

Crie um ambiente em casa onde todos os membros da família tenham a oportunidade de compartilhar seus pensamentos e preocupações sobre as questões climáticas. A escuta ativa é fundamental.

Envolva gerações mais velhas, como avós, em conversas sobre experiências passadas e como as mudanças climáticas afetaram suas vidas pode ser uma maneira valiosa de aprender com suas histórias.



Responsabilidade coletiva

Avalie o estilo de vida da sua família e identifique áreas onde podem ser feitas mudanças para reduzir o impacto ambiental.

Estabeleça pequenas metas ambientais em família e crie planos de ação para atingi-las juntos. Isso pode incluir ideias como:

- *Reduzir o desperdício de alimentos:* planejar refeições, armazenar alimentos corretamente para reduzir o desperdício
- *Buscar grupos locais de suporte à segurança alimentar* que possam (re)aproveitar alimentos.
- *Usar receitas* que utilizem produtos sazonais de pequenos agricultores locais.
- *Promover o transporte sustentável:* o uso de transporte público, de bicicletas, a carona solidária ou caminhadas em vez de carros individuais ajudam a reduzir as emissões de carbono.

- *Reduzir o consumo de produtos de uso único:* Substituir produtos descartáveis, como copos de plástico e talheres, por alternativas reutilizáveis e incentivar essa prática na comunidade.
- *Participar de feiras de troca:* Organizar eventos de troca de roupas, brinquedos e outros itens em comunidades para promover o reúso e a redução de resíduos.
- *Promover a educação socioambiental:* Apoiar programas de educação socioambiental na escola das crianças/adolescentes e participar ativamente em projetos educacionais relacionados ao meio ambiente.
- *Advogar por políticas sustentáveis:* Participar de grupos de defesa do meio ambiente e pressionar por políticas locais que promovam energias limpas, transporte público e a conservação de áreas naturais.

- *Reduzir o consumo de carne:* Introduzir opções de refeições baseadas em vegetais na dieta da família para reduzir o consumo de carne, que tem uma pegada de carbono significativa (Fonte: Ciclovivo).
- *Apoiar produtos locais e sazonais:* Comprar alimentos produzidos localmente e sazonalmente ajuda a reduzir a pegada de carbono associada ao transporte de alimentos.
- *Reduzir o consumo de energia:* Implementar práticas de economia de energia em casa e no trabalho, trocar lâmpadas por modelos mais eficientes ou outra dessas **10 dicas para o uso mais sustentável da energia em casa** (fonte: Um Só Planeta).
- *Fomentar a sensibilização na comunidade:* Organizar palestras, workshops e eventos para conscientizar a comunidade sobre as questões climáticas e inspirar ação coletiva.

Olhar de regeneração

Mais do que cuidar, podemos pensar em regenerar, abaixo dois exemplos simples que podem ser feitos em família:

- *Criação de uma Horta:* Comece uma horta em casa onde você possa cultivar alimentos orgânicos. Isso cria uma relação entre as crianças e a terra, resgatando conhecimentos ancestrais.
- *Plantar árvores:* Participe de eventos de plantio de árvores em sua comunidade ou plante árvores no seu quintal. As árvores ajudam a capturar carbono e fornecer habitat para a vida selvagem.

Para colocar as dicas em prática, **as Mães pelo Clima e a _causo plantaram uma árvore para cada mulher que participou do 1º Brunch pelo Clima, por meio dos serviços do Meu Pé de Árvore!**



Apoie outras mães

As Mães pelo Clima querem impactar 500 mil mães até 2030, e você pode nos ajudar a alcançar este objetivo! Que tal levar as Mães pelo Clima para sua empresa ou organização?

Oferecemos jornadas de conscientização em diversos formatos, como:

- Palestra de sensibilização
- Oficinas (*workshop*) de aprendizagem
- Mentorias coletivas e individuais
- Projetos socioambientais
- Diagnóstico da organização frente aos temas e pesquisa sobre ações apropriadas
- Cocriação de ações internas da empresa para conscientização e prática
- Elaboração de guia e acompanhamento a boas práticas de regeneração
- Eventos personalizados (ex.: Brunch pelo Clima)



1º Brunch pelo Clima 2023

Agradecemos imensamente a dedicação de cada um dos colaboradores que doaram seu tempo gratuitamente para a criação deste livro.

Estamos sempre em busca da excelência, mas sabemos que às vezes tropeçamos.

Por isso, aceitamos de coração aberto todas as sugestões e contribuições da nossa comunidade.

Juntas, podemos fazer ainda melhor.

Para saber como contribuir, envie um e-mail para a Clarissa, em maespeloclima@causo.net

mães
pelo
clima

**Entre em
contato!**

Saiba como na
próxima página



***Conte para a Clarissa como
você gostaria de fazer parte
desse movimento!***

Envie um e-mail para maespeloclima@causo.net
ou acesse nosso instagram:

[@maes.peloclima no Instagram](#)

Este ebook é distribuído gratuitamente e não deve
ser comercializado. O que significa que você **pode**
encaminhar a quantas pessoas quiser!

Agradecimentos



“Empreender no setor de tecnologias verdes requer, além das habilidades empreendedoras, uma consciência a fim de fomentar o desenvolvimento sustentável e socialmente responsável para melhorar a qualidade de vida das pessoas. E quando esse negócio é gerido por uma mulher, os desafios podem ser dobrados, considerando que muitas delas são as principais rendas da casa e precisam dividir o tempo entre o trabalho e a família. Nosso objetivo, como instituição pública, é investir constantemente em programas e ações que fortaleçam o protagonismo feminino.”

- Ana Paula Rodrigues, da ADESAMPA

“A gente tá aqui porque partilha do mesmo propósito. Na Nude, a gente teve a oportunidade de fazer sustentabilidade de uma forma muito real. Além de incluirmos a pegada de carbono em cada um de nossos produtos, nós lançamos um movimento chamado #MostrasuaPegada, onde a gente convida os consumidores e toda a indústria a monitorar e comunicar o impacto climático dos produtos.”

Mariana Spignardi – *Chief Sustainability Officer* na Nude. - Plant Based Foods



“Como uma empresa envolvida no cotidiano da sociedade, reconhecemos nossa responsabilidade de participar efetivamente da construção de um futuro sustentável. Valorizamos muito movimentos como este promovido através do Mães pelo Clima e foi um enorme prazer poder contribuir. Acreditamos que assim começam as mudanças que farão a diferença nesta e na próxima Geração.”

Laura Variante – Head de Marketing do
Quitanda e outras Empresas do Grupo Raízes

(a Laura Variante não pôde ir ao Brunch. Esta foto linda retrata Gisele Ross participando ativamente)



Queremos deixar registrado nosso agradecimento a todas as pessoas que tornaram possível a realização do Brunch pelo Clima e deste e-book:

Equipe das Mães pelo Clima

Equipe da Regera Mundo

Equipe da _causo

Equipe da Green Sampa | ADESAMPA

Equipe da Nude

Equipe da Quitanda Pinheiros

Equipe do Meu Pé de Árvore

Fotógrafa Marcia Kolos

Todas as mulheres presentes no Brunch pelo Clima

E você que participa dessa jornada conosco!

Muito obrigada!



Nude.



causo

Como podemos fazer melhor?

A @_causo quer contribuir para mensagens claras, que comuniquem significados com eficiência, auxiliando marcas conscientes de seu propósito. Para isso, oferecemos serviços de Branding, Marketing e Design.

Envie sua sugestão, crítica, dúvida ou ideia para o César, em criativo@causo.net.

The background is a deep teal color with a pattern of overlapping palm fronds. The fronds are rendered in a lighter shade of teal, creating a textured, layered effect. In the center-right area, there is a small, stylized illustration of a bird, possibly a toucan, with a large beak and a small body, rendered in a light yellow or gold color.

mães
pelo
clima

2023