

Atividades Re.generativas para o Mês do Meio Ambiente 2023

No Craques da Seleção, a Nestlé aproveitou o ano de Copa do Mundo para dar o estrelato aos catadores e cooperados, que são responsáveis pelo descarte correto de 90% dos resíduos recicláveis no Brasil.

Os comitês Voluntariar Faz Bem fizeram [eventos de sucesso](#) por todo o Brasil no Dia do Meio Ambiente de 2022! Que tal olharmos o que já aconteceu e replicar as boas práticas?

Este ano, vamos continuar trabalhando a Resignificação dos nossos resíduos, que, quando tratados e descartados da forma correta, não apenas ajudam a preservar o nosso planeta, como se tornam **recursos** e geram renda para os catadores e cooperados, que já se empenham tanto no esforço de Re.generação.

Semeando parcerias

Feito por: Vila Velha

Em 2022, Vila Velha firmou uma parceria com um [profissional da medicina veterinária](#) para fazer atendimentos gratuitos e informar a população sobre o impacto que os animais de estimação podem ter na fauna e flora local, o que pode levar a um desequilíbrio ambiental.

Quais são os parceiros internos e externos da sua unidade? Como eles podem contribuir com a ação, seja doando materiais ou seu tempo e conhecimento? A ação do Mês do Meio Ambiente é voltada não apenas para os colaboradores mas para o público consumidor, então é interessante oferecer esse espaço para fortalecer parcerias e aumentar a visibilidade das marcas comprometidas com a Regeneração.

Para viabilizar a atividade:

- Parcerias - aqui aplicamos o olhar de abundância para buscar parceiros internos e externos que podem apoiar a ação. Ao buscar oportunidades, elas podem aparecer por toda a parte: na área de comunicação, preparando materiais bem bonitos; com profissionais de sustentabilidade brifando os voluntários; instituições sociais e escolas fazendo a ponte dos beneficiários; doadores, mercados, instituições sociais para receber, profissionais de nutrição... a lista tende ao infinito!

Resultados a serem colhidos:

- Número de parcerias firmadas;
- Número de voluntários participantes (internos e externos);

- Outros resultados dependerão da iniciativa proposta pelos parceiros (p. ex. número de animais atendidos).

Mutirão de Limpeza

Feito por: Araras, Cordeirópolis, Feira de Santana, Fortaleza, Goiânia, Ibiá, Ituiutaba, Marília, Ribeirão Preto e São José do Rio Pardo.

Como o objetivo em 2022 era principalmente apoiar os catadores e cooperativas locais, os mutirões de limpeza foram a atividade mais popular, já que, além do potencial de conscientizar a população, retirar resíduos dos espaços públicos e destiná-los corretamente, a iniciativa também possibilitou gerar uma renda extra aos nossos Craques da reciclagem.

Neste ano, o mutirão pode ser retomado em parceria com uma cooperativa local ou empresa de logística reversa. No dia do evento, pode ser aliado ao incentivo de uma vida ativa, em forma de uma caminhada ou corrida ecológica.

Para viabilizar a atividade:

Aqui é importante pensar tanto nos itens que viabilizarão a coleta quanto na logística de destinação dos resíduos coletados:

Para a coleta:

- Sacos de lixo - número de acordo com a expectativa do volume coletado, a ser verificado pela avaliação do local escolhido, ou com a expectativa de número de voluntários. Se houver detritos mais pesados ou cortantes no local, é bom adquirir ao menos alguns sacos reforçados;
- Luvas de proteção - número de acordo com a expectativa de voluntários. Existem diferentes modelos de acordo com os materiais a serem coletados. Caso haja vidro no local, é necessário um modelo reforçado. Para não pesar muito no orçamento, pode-se eleger um número reduzido de voluntários que deverão ser acionados por quem encontrar vidro a ser recolhido;
- Água, protetor solar e boné - o cuidado com os voluntários deve ser considerado em todas as perspectivas. Recomendamos que o mutirão conte com um número limitado de voluntários, pois é importante orientá-los não apenas a levar esses itens como instruí-los em relação aos cuidados durante a coleta.

Para a descarte correto:

- Ponto de coleta - qual será o recipiente que recolherá os resíduos coletados? O tamanho deve ser apropriado ao volume coletado no local escolhido e deve-se dar preferência a coletores de fácil transporte. Talvez a sua unidade já possua um que possa ser utilizado durante a ação, deve-se verificar com a área de Segurança, Saúde e Meio Ambiente (SHE) local;

- Transporte - caso seja utilizado um coletor da unidade, é necessário transportá-lo até o local da ação e, então, até o destino final. A empresa ou cooperativa parceira pode cuidar do transporte? Se não, é necessário um carro com espaço suficiente para fazê-lo. Verifique se os colaboradores ou terceiros já não possuem um veículo que possam ceder para a ação;
- Destinação - cooperativas e empresas de logística reversa podem ser contratadas para tratar da forma correta os resíduos coletados. É importante, no entanto, verificar se elas são capazes de fornecer os dados que precisamos registrar como resultados da ação (ver abaixo). A renda gerada pelos resíduos pode ser destinada à própria cooperativa e catadores, como na ação Nestlé de 2022, ou destinada a outra atividade regenerativa, como a compra de mudas para plantio.

Resultados a serem colhidos e registrados:

Ao final da atividade, o comitê deverá informar os seguintes dados:

- Número de voluntários participantes do mutirão;
- Quilos de resíduos recolhidos;
- Renda gerada pela venda dos resíduos;
- Número de pessoas beneficiadas pela renda (se aplicável);
- Mudas plantadas com a renda (se aplicável).

Ginástica laboral e/ou Aula de relaxamento

Feito por: Araras, Cordeirópolis, Fortaleza e Goiânia.

Na linha de incentivar uma prática regenerativa tanto do mundo quanto da nossa saúde e bem-estar, atividades físicas podem ser incluídas na sua ação do Meio Ambiente.

Como o mutirão já requer algum esforço físico, principalmente se aliado a uma caminhada ou corrida ecológica, um aquecimento prévio com uma aula de ginástica laboral ou um relaxamento após a atividade pode ser uma proposta atrativa que desperta o interesse dos voluntários e incentiva o autocuidado.

Para viabilizar a atividade:

- Profissional de educação física - é importante que a rotina de aquecimento ou exercícios seja adequada à atividade que será ou que foi feita, por isso uma orientação profissional é indispensável. Lembre-se que, entre seus colaboradores, já pode haver um voluntário com esse conhecimento;
- Local - é necessário também considerar o local e número de participantes esperado, será que todos conseguirão ver e ouvir bem o instrutor?

Resultados a serem colhidos:

- Número de participantes voluntários (se o instrutor for voluntário);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade.

Ponto de coleta de recicláveis, tampinhas, lacres, óleo de cozinha

Feito por: todos os comitês!

Além de recolher os resíduos em mutirões, em 2022, foi feita uma campanha de comunicação para que os colaboradores Nestlé e a população em geral levassem os recicláveis até o local do evento. Assim, os comitês davam a melhor destinação, retirando de circulação resíduos que poderiam parar nas ruas e córregos para transformá-los em renda para as cooperativas parceiras!

Essa iniciativa pode ser repetida a qualquer momento, inclusive na ação deste ano do Mês do Meio Ambiente. Além de firmar pontos de coleta de recicláveis no geral, pode-se coletar especificamente tampinhas, lacres ou óleo de cozinha para instituições que trabalham diretamente com esses materiais, transformando-os em artesanato, sabão ou até cadeiras de rodas.

Veja em nosso [Portal VFB](#), o passo a passo da [Reciclagem de óleo de Vila Velha](#) e exemplos de ações de arrecadação de tampinhas de [Cordeirópolis](#) e [São Bernardo do Campo](#).

Para viabilizar a atividade:

- Comunicação - para o sucesso da arrecadação, é essencial que os participantes se preparem separando os recicláveis anteriormente ao dia da ação. Para isso, o comitê deve trabalhar a divulgação dentro e fora da unidade, utilizando os canais de comunicação internos e as redes sociais para o público externo. Se o evento for realizado em local público, convide os passantes e o comércio ao redor a indicar o ponto de coleta para os resíduos produzidos por quem passeia por ali.
- Ponto de coleta - qual será o recipiente que recolherá os recicláveis coletados? O tamanho deve ser apropriado ao volume e tipo de item coletado, e deve-se dar preferência a coletores de fácil transporte. Talvez a sua unidade já possua um que possa ser utilizado durante a ação, deve-se verificar com a área de Segurança, Saúde e Meio Ambiente (SHE) local;
- Transporte - caso seja utilizado um coletor da unidade, é necessário transportá-lo até o local da ação e, então, até o destino final. A instituição beneficiada ou cooperativa parceira pode cuidar do transporte? Se não, é necessário um carro com espaço

suficiente para fazê-lo. Verifique se os colaboradores ou terceiros já não possuem um veículo que possam ceder para a ação;

- Destinação - é importante verificar que a cooperativa ou instituição beneficiada pela doação dos materiais é capaz de fornecer os dados que precisamos registrar como resultados da ação (ver abaixo). Um acompanhamento posterior ao dia da ação se faz necessário.

Resultados a serem colhidos:

- Quilos ou litros de materiais recicláveis arrecadados;
- Renda gerada (ou cadeiras de rodas produzidas) pelos materiais arrecadados;
- Número de participantes voluntários (doadores dos materiais);
- Número de cooperativas ou instituições beneficiadas;
- Número de pessoas beneficiadas (pela renda, cadeiras de roda, etc).

Palestra sobre reciclagem ou desperdício de alimentos

Feito por: Cordeirópolis, Goiânia, Montes Claros e Vila Velha.

Para espalhar a mensagem de conscientização regenerativa, uma palestra pode ser o primeiro passo. No entanto, deve-se considerar que, em um evento aberto ao público em geral, a fala precisa ser atrativa e motivadora ou pode-se acabar perdendo o interesse da platéia, que começa a se dispersar.

Além de divulgar informações relevantes sobre como levar a consciência regenerativa para as nossas rotinas, a palestra pode convidar para uma atividade prática em seguida, seja uma oficina ou mutirão.

Dica: é muito importante adaptar a comunicação à expectativa de público. Se é esperada a participação de muitas crianças, a mensagem regenerativa deve tomar um revestimento mais lúdico para ser melhor absorvida.

Em 2022, o comitê de Vila Velha e a ação institucional em São Paulo promoveram um teatrinho educativo sobre a preservação do meio ambiente e o comitê de Goiânia teve a presença de personagens fantasiados para representar os passos da reciclagem.

Para viabilizar a atividade:

- Palestrante(s) ou ator/atriz(es) - é necessário montar o roteiro da fala ou apresentação de forma que informe e motive o público a se engajar não só nas atividades do evento mas trazer o reaproveitamento para o seu dia a dia. Lembre-se que, entre seus colaboradores, já pode haver voluntários com as habilidades e talento para isso;

- Local - aqui deve-se considerar novamente o local e número de participantes esperado, há algum palco ou local visível e com boa acústica para a apresentação? Quanto tempo dura a fala? É necessário providenciar assentos para a plateia?

Resultados a serem colhidos:

- Número de voluntários participantes (caso a palestra ou teatro não tenha sido contratada);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (público participante).

Oficinas Verdes

Feito por: Caçapava, Cordeirópolis e Feira de Santana.

Atividades práticas são convidativas para o público em geral e bastante efetivas para absorver a consciência regenerativa que queremos espalhar no Mês do Meio Ambiente, além de serem bastante divertidas!

No nosso [Portal VFB](#), temos uma página com [manuais](#) que ensinam a fazer desde brinquedos até móveis com itens recicláveis e um ebook completo de técnicas e receitas que aproveitam os alimentos por completo.

Muitos outros passo a passo estão disponíveis na internet: Como fazer compostagem, Plantio de Horta, Meios de economizar água, etc. Para escolher o que fazer, considere a disponibilidade dos materiais necessários e o nível de dificuldade para adequar ao tempo e público do evento.

Para viabilizar a atividade:

- Oficineiro(a)s - a quantidade deve ser adequada ao público esperado. Como é uma atividade prática e os voluntários estarão se disponibilizando a ensinar algo novo, é bom que os beneficiados tenham sempre a quem recorrer para buscar apoio. Uma capacitação prévia desses voluntários é importante também;
- Materiais recicláveis ou alimentos para as receitas - após escolher o item ou receita produzidos na oficina, deve-se começar a coletar esses produtos com antecedência para, quando chegar o dia da ação, haver material suficiente para quem quiser participar. Pode haver uma arrecadação interna na sua unidade para que os colaboradores colaborem com doações desses alimentos ou recicláveis. Lembrando que os resíduos devem estar limpos para serem usados na oficina;
- Materiais de papelaria/ pintura - em cada passo a passo, há uma lista de itens necessários para dar vida nova aos materiais recicláveis, como cola, fita, tesoura, tinta,

etc. Atente-se também à quantidade desses itens de acordo com a expectativa de público.

Resultados a serem colhidos:

- Número de voluntários participantes (como oficinairos ou instrutores de apoio);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (público participante);
- Quilos de material reciclável utilizado ou alimentos doados;
- Quantidade de itens (brinquedos, móveis, receitas etc) produzidos.

Gincanas

Feito por: Ibiá, Araçatuba, Caçapava, Cordeirópolis e Vila Velha.

Brincadeiras, jogos e competições instrutivas também são uma maneira muito eficiente e divertida para toda a família entender a importância de cuidar do nosso planeta e de como trazer a consciência regenerativa para o dia a dia.

Aqui a criatividade é que impera. Em 2022, Ibiá criou um quiz com direito a brindes e materiais educativos para crianças aprenderem brincando. Caçapava e Vila Velha criaram um jogo de tabuleiro em tamanho real, tiro ao alvo nas lixeiras recicláveis, entre outras tantas brincadeiras.

Para viabilizar a atividade:

- A lista de materiais ou serviços se torna dependente da atividade que irão propor. É preciso reforçar que estamos estruturando um evento de Re.generação e a responsabilidade ambiental deve sempre ser colocada em primeiro plano. Por isso, invista em atividades que utilizem o mínimo possível de material, evitando descartáveis no geral, seja para realizar as atividades ou para os brindes.

Resultados a serem colhidos:

- Número de voluntários participantes (como instrutores de apoio);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (público participante).

Futebol Verde

Feito por: Montes Claros e São José do Rio Pardo.

Em ano de Copa do Mundo, uma das gincanas mais populares de 2022 foi a partida de futebol dos Craques da Seleção. Com o esporte mais amado do Brasil, a competição amigável é um ótimo mote para espalhar a consciência regenerativa: seja cobrando a entrada ou participação nas partidas com a entrega de resíduos recicláveis, seja organizando um aquecimento com chute ao gol com as cores dos tipos de recicláveis.

Para viabilizar a atividade:

- Instrutores/ árbitro(a) da partida - quantos voluntários são necessários para organizar a atividade e os participantes? Quais as suas funções? Precisam organizar os resíduos recebidos na entrada, separar os times, contabilizar o número de gols, distribuir medalhas? É importante delinear as atividades de cada um com clareza mas com flexibilidade suficiente para que possam se apoiar mutuamente;
- Local - a atividade deve ser levada em conta na escolha do local para o evento, se não é necessário flexibilizá-la. Em um espaço amplo, pode-se fazer partidas competitivas entre times mais completos. Se for um local reduzido, um chute ao gol em lixeiras coloridas também é bastante competitivo e divertido;
- Bola e gol - podem ser emprestados de algum dos voluntários ou do próprio Grêmio local. Gols de pelada ainda podem ser construídos com materiais reaproveitados, como canos de plástico ou rolos de papel toalha. É só pintar com as cores dos materiais recicláveis e começar a brincadeira;
- Prêmios - todo mundo gosta de ser reconhecido pelos seus esforços e, evitando mais uma vez os brindes descartáveis, uma medalha de participação, por exemplo, é não apenas uma lembrança de uma tarde prazerosa como um reforço do aprendizado fornecido na ação.

Resultados a serem colhidos:

- Número de voluntários participantes (como instrutores de apoio);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (público participante).

Plantio de mudas

Feito por: Araras, Caçapava e Ituiutaba

O plantio de mudas é uma forma de devolver à natureza o que tem sido retirado pela ação humana predatória. Além disso, o contato com a terra é uma experiência única, ainda mais em cidades extremamente urbanizadas.

É preciso considerar, no entanto, como as mudas poderão se desenvolver após o plantio. O ideal é que sejam plantadas em épocas de chuvas, mas se não for o caso da sua cidade em junho, fazer parcerias com ONGs, lares de idosos ou escolas que possam cuidar das mudas com maior frequência é uma forma de reforçar a consciência ecológica na comunidade e beneficiá-los a longo prazo com um pátio arborizado ou uma horta, cujos produtos irão diretamente para suas refeições.

Dica: Em 2022, um dos stands do evento de Vila Velha fazia a distribuição de fertilizantes e de orientações sobre plantio. Essa é uma alternativa caso não seja viável semear as mudas durante a ação.

Para viabilizar a atividade:

- Profissional em botânica, agronomia etc - cada muda precisa de um tratamento específico, seja de preparo da terra, frequência de regas ou fertilizantes mais eficazes. É importante que profissionais da área sejam envolvidos para orientar voluntários e beneficiados para que não se perca a muda futuramente;
- Ferramentas para plantio, mudas, fertilizantes - a quantidade desses itens dependerá do espaço disponível e do número de voluntários ou beneficiados a se envolverem diretamente no plantio. Caso seja feita em terreno de instituição, considere doar as ferramentas e fertilizantes excedentes após a ação para que tenham meios de fazer a manutenção.

Resultados a serem colhidos:

- Quantidade de mudas plantadas;
- Número de voluntários participantes (quem plantou mudas);
- Número de instituições beneficiadas pela atividade (caso tenha sido em um terreno privado);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (pessoas da instituição impactadas pelo plantio).

Distribuição de guarda-lixo

Feito por: Cordeirópolis, Ibiá e Ituiutaba.

Além de ocupar Grêmios e praças públicas, os comitês em 2022 também foram às ruas e avenidas para espalhar a conscientização regenerativa. Ituiutaba exibiu banners informativos nos semáforos e, assim como Cordeirópolis e Ibiá, distribuiu guarda-lixo entre os carros. Uma medida simples mas efetiva de incentivar que não joguem lixo pela janela.

Para viabilizar a atividade:

- Produção gráfica - em 2022, os comitês produziram as artes que estamparam os guarda-lixo, que pode ser reaproveitada ou usada como modelo para uma nova edição neste ano. O número de itens deve estar de acordo com a expectativa de passagem de carros no ponto marcado. Se houver itens excedentes, pode-se também distribuir como brindes de outras atividades e, claro, entre os voluntários e colaboradores da sua unidade.

Resultados a serem colhidos:

- Quantidade de guarda-lixo distribuídos (durante a ação e após);
- Número de pessoas (ou carros) beneficiadas.

Show/ Karaokê

Feito por: Feira de Santana, Montes Claros e São José do Rio Pardo

Para relaxar depois de um dia de atividades e de muito aprendizado, apresentações musicais, de dança ou pocket show parecem escolhas certas. É a oportunidade também de atrair um público curioso para a ação em espaços públicos e de convidar e revelar talentos da região com o microfone aberto.

Para viabilizar a atividade:

- Local - há algum palco ou local visível e com boa acústica para a apresentação? É necessário fornecer equipamento de som? Procure seus colaboradores músicos para verificar se têm equipamento para emprestar (além de emprestar o talento!).

Resultados a serem colhidos:

- Número de voluntários participantes (como músicos ou na montagem de palco, regulando os equipamentos de som, etc);
- Número de pessoas beneficiadas pela atividade (público presente).

—

Essas são apenas algumas das atividades de grande sucesso replicadas pelos comitês Nestlé Voluntariar Faz Bem! Note que elas podem ser combinadas entre si e complementadas de diferentes formas.

Afinal, a chave do sucesso das ações do Mês do Meio Ambiente é entender o que funciona para a sua cidade e para os seus colaboradores, saber flexibilizar as inspirações e ser criativo nas soluções de voluntariado.

E que outras iniciativas deram certo na sua cidade? O que aprenderam com as oportunidades e desafios das ações anteriores? Conta para a gente a sua experiência e vamos enriquecer esse material para divulgar e fortalecer cada vez mais a mensagem de Re.geração Nestlé por todo o Brasil!