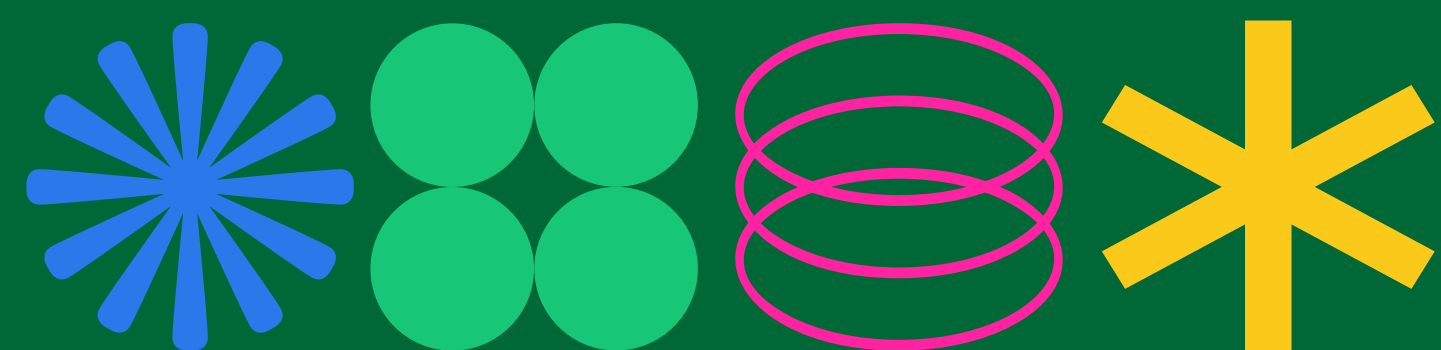


GUIA DE PRÁTICAS

Sustentável

NO
HOME
OFFICE



bistrô

UMA INICIATIVA DO





NOSSO COMPROMISSO SUSTENTÁVEL

Na Agência Bistrô, sustentabilidade não é só uma diretriz técnica: é uma escolha diária, construída coletivamente, que reflete o tipo de impacto que desejamos gerar no mundo. A forma como consumimos, nos relacionamos com o trabalho e com os recursos naturais comunica, de forma silenciosa e constante, os valores da nossa organização.

Compreendemos que sustentabilidade vai além da preocupação com o meio ambiente. Está presente nas relações justas de trabalho, na promoção da diversidade, no cuidado com a saúde mental, na responsabilidade com os resíduos que geramos, no incentivo à educação contínua e na coerência entre discurso e prática.

Por isso, nossas ações, dentro e fora da sede, no trabalho presencial ou remoto, buscam estar alinhadas à Agenda 2030 da ONU e a alguns dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Sustentabilidade, para nós, é cultura. E cultura se constrói em cada decisão, da escolha de um fornecedor à separação do lixo reciclável, do cuidado com o café servido à forma como tratamos cada pessoa da equipe. Este manual é um convite à atenção e à intenção. Porque comunicar com consciência também é um ato sustentável.



O que podemos fazer pelo meio ambiente?

A **responsabilidade ambiental** é algo que deve estar no dia a dia de todas as pessoas e empresas. Apesar de cada vez estar mais claro que os maiores impactos ambientais ocorrem por grandes indústrias e cadeias produtivas, não podemos nos isentar da responsabilidade que temos como indivíduos e como um setor da comunicação. **Como agência de publicidade, possuímos um papel simbólico, narrativo e multiplicador**, além de trazer ideias e auxiliar na transformação da realidade.

Esta cartilha é mais um passo em nossa **jornada ESG**. Um convite aos trabalhadores adotarem **práticas sustentáveis** em seu dia a dia. Acreditamos que ter um discurso comprometido com o planeta é importante, assim como exercer esse cuidado na prática.



Sustentabilidade também é assunto nosso

Ao ouvir sobre meio ambiente, o primeiro pensamento da maioria das pessoas é sobre o desmatamento da Amazônia, a grande produção de resíduos que poluem a terra e os oceanos ou a emissão de gases produzidos pela queima de combustíveis, grandes indústrias e a produção da área pecuária.

Todos esses são problemas reais e urgentes. Mas, como indivíduos, também temos um papel importante que não pode ser ignorado: cada pequena escolha pode gerar um impacto. E nisso, entra o ESG (Ambiental, Social e Governança), uma iniciativa que não é apenas uma tendência de mercado, mas uma questão de sobrevivência.

Em um mundo em que as mudanças climáticas já são realidade, a comunicação tem um papel central: incentivar ou silenciar o pensamento crítico. Isso influencia diretamente no presente e futuro.



A Bistrô trabalha com campanhas, conceitos, imagens e palavras. Nosso produto final nem sempre é palpável, mas o que ele provoca no mundo é. Se nossos discursos influenciam comportamentos, então temos a responsabilidade de usar esse poder com consciência. Por isso, conquistamos anualmente a **Certificação de Carbono Zero**, temos uma sede sustentável com design biofílico. Além disso, revisamos nossa operação, incentivamos nosso time a adotar atitudes sustentáveis no cotidiano e mantemos a coerência no que defendemos, comunicamos e incentivamos.

NÓS APOIAMOS O PACTO GLOBAL



Ser sustentável no dia a dia nem sempre exige grandes mudanças – exige atenção. Cada escolha pensando no meio ambiente, se feita com consciência e frequência, vira um hábito sustentável.

Reunimos atitudes simples (e possíveis!) para tornar a rotina mais amigável ao planeta - dentro e fora do home office.

Modelo Home Office

O transporte representa cerca de 44% das emissões do setor de energia no Brasil. Com o home-office, esse impacto diminui, mas nosso consumo em casa aumenta.



Atitudes para fazer a diferença

Use energia de forma consciente: desligue equipamentos que não estão em uso, evite deixar luzes acesas sem necessidade e prefira trabalhar com luz natural.

Considere o uso de equipamentos mais eficientes (notebooks, LED, filtros de linha).

Descarte eletrônico com cuidado: cabos, pilhas, baterias e equipamentos quebrados não vão no lixo comum, pois contêm metais pesados e substâncias tóxicas em sua composição, causando contaminação do solo e da água.

Consumo e descarte conscientes

Onde descartar?

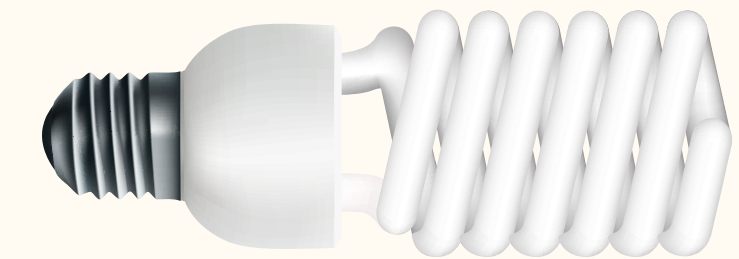
Na sede da Bistrô temos ponto de coleta desses materiais. Mas também existem pontos de coleta autorizados em todas as cidades - muitos mercados, atacados e lojas de eletrônicos recebem esses produtos para descarte correto.

Ecopontos municipais: a maioria das cidades possuem locais certificados para este tipo de descarte. Para encontrá-los, pesquise por "ecoponto + nome da cidade".

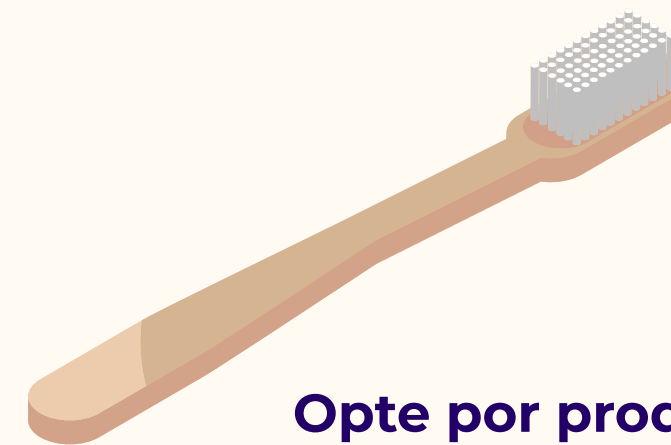
Algumas cooperativas e ONGs ambientais também recebem estes componentes para descarte.



Use ecobags: práticas e reutilizáveis, evitam o uso de plásticos descartáveis.



Prefira lâmpadas de LED: duram mais e economizam até 80% de energia.



Opte por produtos biodegradáveis: escova de bambu, bucha vegetal, cosmético em barra, canudo de inox e garrafa reutilizável são boas substituições, além de fáceis e simples.



Compre com intenção: valorize brechós, marcas slow fashion e empresas com compromisso ambiental.



Separe resíduos corretamente: recicláveis, orgânicos, eletrônicos e óleo de cozinha têm destinos diferentes.



Como separar os resíduos?

ORGÂNICOS (compostáveis)

Restos de alimentos, cascas de frutas e legumes, borra de café, sacos de chá (de papel), etc. Podem ser utilizados em uma compostagem caseira ou descartados corretamente.



PLÁSTICOS recicláveis

PET (nº1)
Garrafas de água e refrigerante, embalagens de óleo, algumas embalagens de alimentos.

PEAD (nº2)
Garrafas de detergente, de leite e sacolas plásticas resistentes.

PEBD (nº4)
Sacolas plásticas finas, embalagens de pão, filme plástico para alimentos.

PP (nº5)
Tampas de garrafas, potes de iogurte, canudos, embalagens de margarina.

PLÁSTICOS não-recicláveis (evitar)

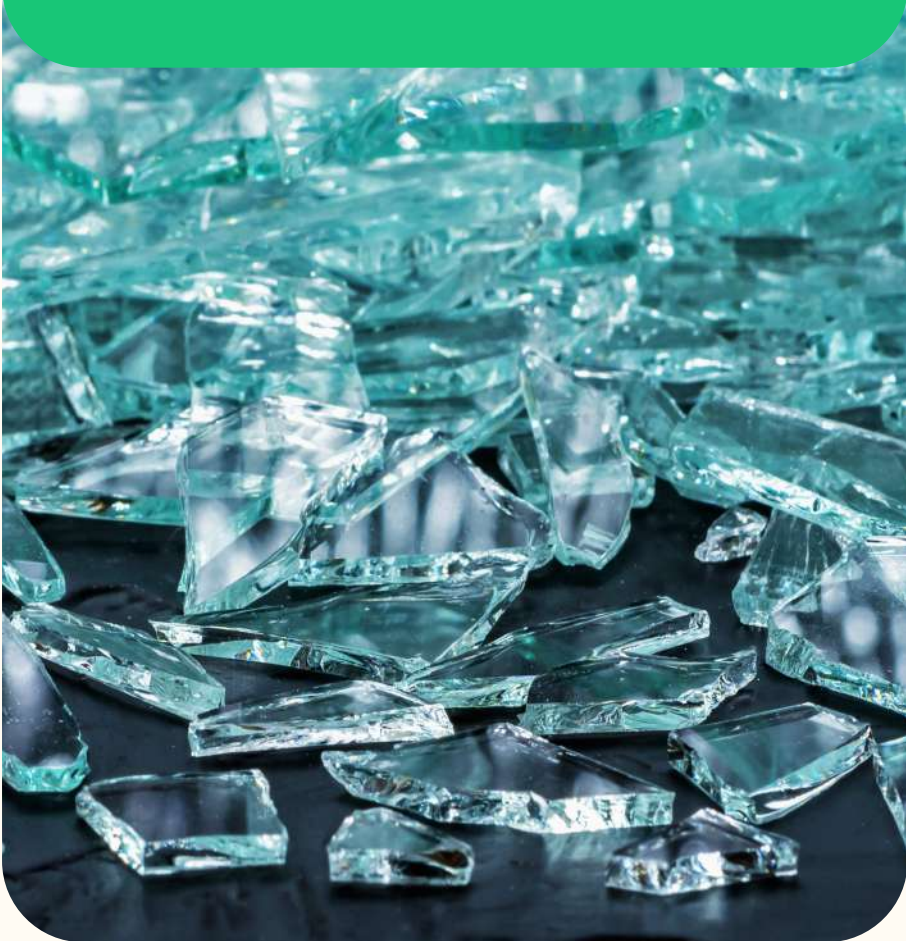
PVC (nº3)
Tubos de encanamento, revestimentos de cabos elétricos, alguns brinquedos e embalagens de alimentos industrializados.

PS (nº6)
Copos descartáveis, pratos descartáveis, embalagens de isopor.

Outros (nº7)
Plásticos mistos, embalagens de biscoito com camada metálica.

VIDROS, METAIS E PAPEIS

Devem ser separados individualmente dos outros materiais para destinação correta aos centros de reciclagem.



ELETRÔNICOS

Cabos, pilhas e outros materiais eletrônicos podem ser descartados na lixeira laranja e serão conduzidos aos destinos adequados.



Como separar os resíduos?



Óleo de cozinha usado

Nunca jogue no ralo!

Em média, um litro de óleo pode contaminar até 20 mil litros de água. Junte em garrafas PET ou potes de vidro e entregue em ecopontos.



Rejeitos não-recicláveis

Fraldas descartáveis, absorventes, papel higiênico, preservativos, cigarros, embalagens de isopor, rótulos de BOPP (multicamadas) e papéis sujos com gordura.



Precisa lavar as embalagens antes de descartá-las?

Não é necessário lavar os produtos para descarte, evitando o gasto desnecessário de água. No entanto, remover excessos de alimentos/produtos é importante para evitar maus odores. Lembrando que o melhor resíduo é aquele que evitamos.

Escolhas de estilo de vida



Segunda sem carne

Adote a **Segunda sem Carne**: reduzir o consumo de carne (inclusive frango e peixes) diminui o impacto ambiental da agropecuária e pesca — dois dos setores que mais poluem.



Mobilidade sustentável

Caminhe, pedale, use transporte público. Se for de app, opte por alternativas mais ecológicas, como o Uber Planet, por exemplo.



Antes de cada compra, é importante refletir se ela está sendo feita com consciência e visando a sustentabilidade.
Para ajudar, é só seguir o checklist abaixo:

☐	Este produto é realmente necessário?	☐	É possível comprar em maior volume agora?
☐	Há versão reutilizável, reciclada ou certificada?	☐	Há opção de refil ou embalagem reutilizável?
☐	Existe alternativa de compra local?	☐	O item é durável e tem bom ciclo de vida?
☐	O fornecedor possui certificações ou boas práticas?	☐	Existe plano para descarte ou reaproveitamento?

A publicidade tem o poder de

- transformar percepções;
- moldar comportamentos;
- impulsionar mudanças coletivas.

Com isso, vem uma grande responsabilidade: comunicar com ética e coerência.

Ou seja, não basta parecer sustentável. É preciso ser. Em um mercado onde muitas marcas usam discursos “verdes” apenas como estética, cresce o risco do **greenwashing**: quando a comunicação ambiental serve mais para vender do que para transformar.

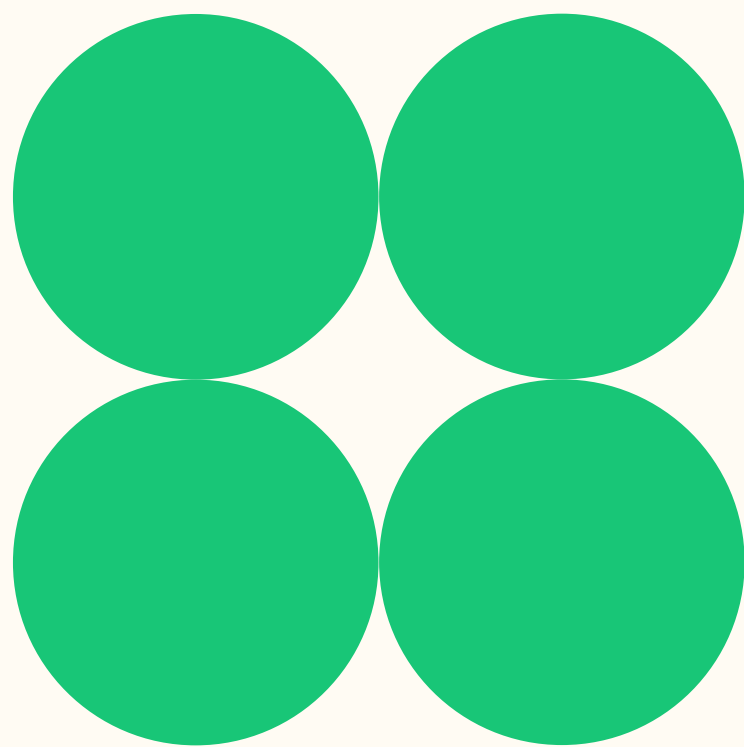


Exemplos de greenwashing

- Usar palavras como “eco”, “verde” ou “natural” sem comprovação ou certificações.
- Exagerar o impacto de uma ação isolada.
- Trazer argumentos ambientais sem conexão com a realidade.
- Vender “consciência ambiental” com base apenas em estética.

Reconheça como consumidor...

Saber se a marca que você gosta e utiliza realmente faz o que está dizendo é um grande passo. Pesquise se essas empresas estão alinhadas às práticas ESG (conferir selos de sustentabilidade). Pode exigir um pouco, mas impulsiona a atualização do mercado a essas demandas.



O que evitar enquanto comunicador.

O nosso papel com o ESG (Ambiental, Social e Governança) vai muito além de uma tendência, é sobre valores reais. E a comunicação entra como ponte entre esses valores e o público - e precisa estar alinhada à prática. Por isso, vale a pena refletir sobre cada pergunta em uma ação ou campanha:

- ✓ *Temos dados ou certificações que comprovam?*
- ✓ *A linguagem é honesta ou “perfumada” demais?*
- ✓ *Estamos culpando o consumidor ou inspirando mudança possível?*
- ✓ *Esse discurso condiz com a prática da empresa?*

Se a resposta for "não" ou "não sei", vale ajustar.
Campanha boa é aquela que informa, inspira e sustenta.



***a agência
que se
importa.***