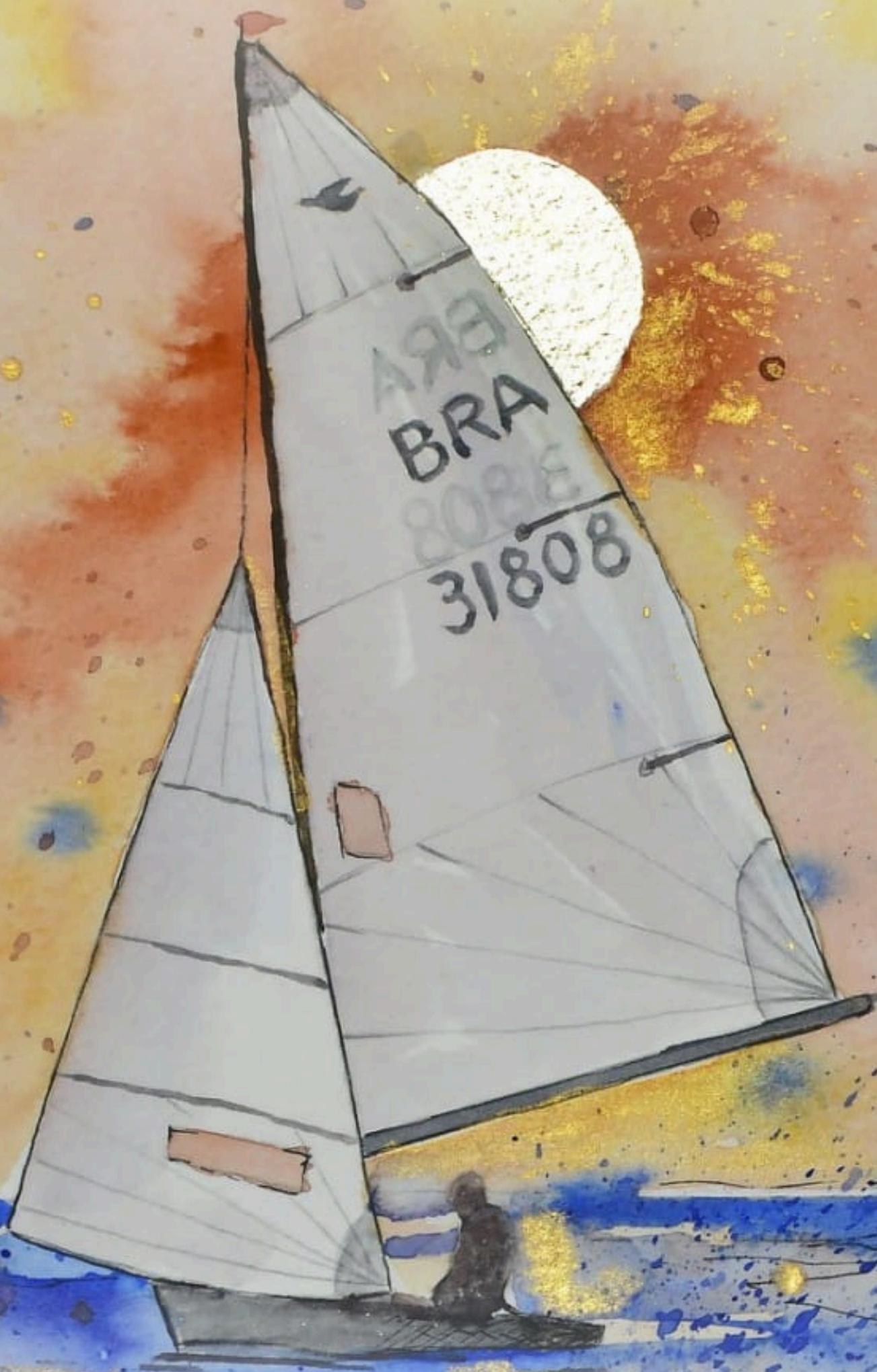


Guia de Sustentabilidade



**I Troféu
da Vela
Feminina**



Sob práticas sustentáveis, a Confederação Brasileira de Vela (CBVela) avança na sua missão de usar a vela para construir um modelo inclusivo e responsável. A CBVela é a primeira confederação esportiva a integrar a Rede Brasil do Pacto Global da ONU, comprometendo-se com o desenvolvimento sustentável, a defesa do meio ambiente e a promoção da cidadania pelo esporte náutico.

O **I Troféu da Vela Feminina** nasce neste ambiente, que fortalece o protagonismo das mulheres na vela. E, da mesma forma, a inédita iniciativa do Programa de Vela Feminina aprofunda o compromisso da CBVela com um presente e um futuro melhor para todas as pessoas.

Boa leitura e vamos juntas fazer a diferença!



O I Troféu da Vela Feminina está no programa Clean Regattas

O I Troféu de Vela Feminina está buscando sua certificação no programa Clean Regattas. Vamos juntas conquistar esse pódio?



O que é?

Clean Regattas é uma ferramenta de autoavaliação para a organização de regatas ambientalmente sustentáveis.

O programa, criado pela organização Sailors for the Seas, sugere 20 práticas para tornar um evento de vela ambientalmente sustentável. A ideia é promover a conscientização e o engajamento contínuo da comunidade da vela sobre questões relacionadas à proteção do meio ambiente e dos oceanos.

Como funciona?

Ao registrar o evento, a organização seleciona as práticas que pretende implantar. Os níveis de certificação que podem ser alcançados são Participante, Bronze, Prata, Ouro e Platina. Por exemplo: o I Troféu de Vela Feminina foi registrado na categoria Bronze - temos a ambição de implantar, pelo menos, 12 das 20 melhores práticas. Depois da regata, tudo precisa ser comprovado com fotos no sistema do programa!



Quais são as 20 melhores práticas?

De forma resumida, as 20 ações do Clean Regattas são divididas em 5 grandes áreas:

Eliminação de itens de uso único/descartáveis
Envolvimento da comunidade
Gestão responsável de resíduos
Gestão ambiental
Navegação verde

Para conhecer as 20 ações, use o QR Code ou o link abaixo:

<https://cleanregattas.sailorsforthesea.org/best-practices-discussion-forums/>



Agora que já conhecemos o Programa, vamos pensar e agir juntas! Destacamos que todas podem enviar sugestões para: sustentabilidade@cbvela.org.br

Lembrando que a ideia do programa é baseada no progresso e não na perfeição!



Ação 1 - Eliminar garrafas de água descartáveis para reduzir o consumo de plástico descartável

Simples: cada uma leva sua/as garrafinhas e usa o bebedouro do clube. Se houver consumo de água em garrafa descartável, importantíssimo descartar na lixeira de itens recicláveis.

Ação 2 - Eliminação de canudos de plástico

Essa é muito fácil. Em Niterói, a Lei 3.574/2021 obriga os restaurantes, bares, lanchonetes e similares a fornecer canudos de papel biodegradável e/ou reciclável. Mesmo assim, não aceite e evite o uso sempre que possível - a não geração de resíduos é a melhor escolha!

Ação 3 - Comida servida com louça sem plástico

Nosso evento não contratou serviços de alimentação. Então, aqui vale a regra do canudo: sempre que possível, evite o consumo de alimentos em recipientes plásticos de uso único/descartáveis.

Ação 4 - Eliminação de sacolas plásticas ou utilização de reutilizáveis

De novo, a informação e a consciência: rejeite, não aceite, não use! Leve suas sacolas reutilizáveis sempre com você. Para as oficiais de regata, que precisam carregar lanches e água: usem bolsas térmicas e sacolas reutilizáveis para o transporte dos itens. Sacolas plásticas são usadas em média apenas por alguns minutos. São difíceis de reciclar e frequentemente causam problemas em instalações de recuperação de materiais. São confundidas com alimentos pela vida marinha.



Ação 5 - Conceder itens práticos ou use um troféu perpétuo ou reciclado

Neste item, o I Troféu de Vela Feminina já está dando aula: teremos as artes da artista plástica e fotógrafa Márcia Valle como troféus. Importante valorizar esta iniciativa, que articula muitos aspectos: arte produzida por uma mulher e perpétua!



Ação 6 - Divulgar seus esforços de sustentabilidade

Na divulgação do Troféu, vamos inserir os conteúdos do nosso engajamento no programa Clean Regattas. Cada uma de nós pode postar em suas redes sociais um conteúdo relativo a alguma ação do programa (marque @sailorsforthesea e @cbvelaoficial). Fotos serão necessárias para obtermos nossa Certificação, então coloque também no nosso Mural de Avisos do WhatsApp imagens do seu engajamento nas ações do programa. A divulgação dos esforços de sustentabilidade encoraja outras pessoas a seguirem o exemplo.

Ação 7 - Envolver organizações locais

Estamos dialogando com o Clube Naval Charitas sobre as ações do Clean Regattas, especialmente sobre a coleta seletiva. Vamos destacar a participação das mulheres na direção do clube - embora não seja uma ação proposta pelo Clean Regattas, oferecer visibilidade às mulheres é parte fundamental da sustentabilidade.



Ação 8 - Usar sinalização educacional e reutilizável

Já temos nossos materiais de identidade visual de vida longa, que são utilizados em todos os eventos. E vamos levar materiais já disponíveis, como papel de rascunho, para criar sinalização educacional no local do evento, se houver necessidade.

Ação 9 - Servir alimentos locais ou frutos do mar de origem sustentável

Vamos cuidar de nossas próprias escolhas, exercendo o poder do consumo consciente - evitar desperdícios, preferir produtos frescos e não industrializados, descartar corretamente embalagens, entender a procedência dos alimentos que consumimos.

Ação 10 - Organizar uma equipe verde

Teremos Marina da Fonte e Sandra Di Croce Patricio como pontos focais dessa iniciativa. Todas somos parte dessa equipe!

Ação 11 - Garantir a colocação adequada das lixeiras e sinalização

Junto com o Clube, nossa equipe verde vai cuidar da infraestrutura que possibilita a separação dos resíduos em lixeiras sinalizadas e a sua destinação correta. O que todas temos que fazer é usar as lixeiras corretas, conforme a sinalização.

Ação 12 - Desviar resíduos de alimentos do aterro

Como não contratamos serviços de alimentação, vamos cuidar de nossas atitudes. Aqui vale a máxima: evite o desperdício. Consuma de forma consciente, limpe o prato e busque o desperdício zero em suas refeições.



Ação 13 - Usar gerenciamento de eventos sem papel

Já temos nosso canal de comunicação digital, o grupo da Organização do I Troféu de Vela Feminina no Whatsapp. O gerenciamento de eventos sem papel reduz o desperdício de papel e promove o uso de soluções digitais, economizando recursos naturais e reduzindo a pegada ambiental do evento.

Ação 14 - Organizar uma limpeza de praia ou marina

Nossa equipe verde estará no local do evento para verificar as condições para a realização desta ação.

Ação 15 - Promover transporte alternativo

A ideia aqui é diminuir a pegada de carbono. Vamos começar calculando a nossa? Contaremos com a colaboração de todas as participantes para que nos informem o meio de transporte utilizado e o percurso realizado (ida e volta) para a participação no I Troféu de Vela Feminina. Os indicadores nos ajudarão a programar ações para o II Troféu de Vela Feminina - vamos coletar essas informações durante o campeonato.

Ação 16 - Aumentar a conscientização sobre a proteção da vida selvagem e do habitat

Conhecer para proteger. Conheça a Baía de Guanabara sob a perspectiva de Gunter Pauli, o economista que desenvolveu o conceito de Economia Azul e lançou, com o apoio do Governo do Estado do Rio de Janeiro, o livro *Envigorando o Rio*, na íntegra aqui para todas nós:

https://www.rj.gov.br/seas/sites/default/files/arquivos_paginas/ENVIGORANDO%20O%20RIO.pdf



Ação 17 - Oferecer alternativas vegetarianas ou veganas

Como não contratamos serviços de alimentação, não conseguiremos realizar esta ação. Mas será muito importante sabermos quantas de nós somos vegetarianas, veganas ou temos restrições alimentares, para que possamos pensar em ações nas próximas edições. Vamos coletar essas informações durante o campeonato.

Ação 18 - Usar técnicas de gerenciamento eco-inteligentes

As inscrições para o I Troféu de Vela Feminina ocorreram por meio da plataforma de relacionamento da CBVela, o VelaID, de forma totalmente digital. Também vamos lembrar a todas as participantes a Regra 47 de Descarte de Lixo das Regras de Regatas de Vela da World Sailing. A Regra 47 afirma: “Competidores e pessoas de apoio não devem intencionalmente lançar lixo na água. Esta regra se aplica em todos os momentos enquanto estiver flutuando. A penalidade por uma violação desta regra pode ser menor que a desqualificação.”

Ação 19 - Evitar que toxinas entrem na água

Uma das orientações do Clean Regattas é evitar o uso de protetores solares prejudiciais ao ecossistema marinho - os produtos da nossa patrocinadora oficial, a Avène, possuem fórmulas cientificamente comprovadas como ambientalmente responsáveis e com impacto mínimo na biodiversidade marinha. **Utilize os produtos que serão disponibilizados durante o evento.**

Ação 20 - Incentivar práticas de navegação ecológica

Vamos fazer com que os barcos ancorados no percurso desliguem os motores em vez de ficarem em marcha lenta. Também será importante conhecermos o nosso consumo de combustível para calcularmos nossa pegada de carbono. Vamos coletar informações sobre o abastecimento de botes durante o campeonato.





Agradecemos a todas que vão colaborar para a realização do evento, em especial:

Ann Viebig

Bianca Vieira (Bia Aloyá) - @biaaloya

Fátima Priscila Morela Edra

Karla Pinhos - @karlapinholeite

Livia Gass

Marcia Godoy

Márcia Valle - @marciavalle.art

Maria Hackerott - @mihackerott

Mariana Borges - @velaparamulheres

Marina F. - @eu.maaarina

Marione Macário - @marionemacario

Marisa Telma Ramos Delgado -

@marisatelmaramosdelgado

Martha Rocha - @marthaoyararocha

Monick Pimenta - @monick.pimenta

Raquel Paternostro - @raquelpaternostro

Rosiê Caldas - @rosie.caldas

Sandra Di Croce Patricio - @sandracrocepatricio

Tatiana Almeida - @tucaribeiro4

E todas as velejadoras inscritas

Bons ventos!



