



PLANOS DE ATIVIDADE TÉCNICOS DE JUVENTUDE

Número do Projeto: 2020-3-RO01-KA205-094853

MÓDULO 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico

DRUŠTVO BODI SVETLOBA



Informação sobre o Projeto

PROJETO: greenACT

TÍTULO DO PROJETO: Jovens "Agentes de Mudança" na Ação Climática e Sustentabilidade Ambiental

ACRÓNIMO: greenACT

WEBSITE PROJETO: <https://greenactproject.eu/>

NÚMERO DO PROJETO: 2020-3-RO01-KA205-094853

COORDENADOR DO PROJETO: ASOCIATIA D.G.T



Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico

Tópico 1: Consumo saudável de alimentos

Plano de Atividade 1

- Apresentação dos principais objetivos das políticas de consumo alimentar a nível da UE e nacional
- Trabalho de grupo para reflexões de consumo alimentar

Duração: 90 minutos - 30 minutos de atividades no interior e 60 minutos de atividades no exterior

| | |
|-------------------------------------|---|
| Breve Descrição da Atividade | <p>Este tópico centra-se nas políticas de consumo alimentar a nível nacional e internacional. São apresentados o quadro político e os instrumentos políticos de apoio ao consumo alimentar sustentável, estratégias e procedimentos alimentares biológicos de qualidade, exemplos de melhores práticas e acções. A política alimentar orgânica é vista como a base para um consumo alimentar saudável e para assegurar o desenvolvimento bem sucedido da agricultura orgânica.</p> |
| Objetivos de aprendizagem: | <p>Conhecer as políticas de consumo alimentar a nível nacional e da UE.</p> <p>Compreender como funciona o quadro político e os instrumentos políticos no domínio do consumo alimentar sustentável.</p> <p>Conhecer as diferentes produções alimentares.</p> <p>Ser capaz de identificar os principais desafios no consumo de alimentos saudáveis.</p> <p>Ser capaz de explicar como as políticas alimentares biológicas são implementadas a nível da União Europeia e a nível nacional.</p> <p>Ser capaz de nomear vários intervenientes no campo da produção e consumo de alimentos saudáveis.</p> <p>Ser capaz de considerar a atividade pessoal no campo da produção e do consumo de alimentos saudáveis.</p> <p>Ser capaz de utilizar o pensamento crítico e a literacia mediática crítica para lidar com o consumo alimentar.</p> <p>Ser capaz de defender soluções inovadoras a fim de desenvolver o consumo de alimentos saudáveis.</p> |
| Grupo-alvo | <p>Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos.</p> |

| | |
|--|--|
| Abordagem Educativa | Os jovens aprenderão sobre as políticas de consumo alimentar da UE e serão capazes de monitorizar criticamente a implementação de um consumo alimentar saudável. |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> • Sala • Acesso à Internet • Computador/portátil |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> • Marcadores • Canetas • Folhas de papel • Telemóveis |
| Tarefas Principais | <p>1. <u>Sabias que?</u></p> <p>Os participantes serão divididos em 3-4 grupos, dependendo do tamanho do número de participantes. Ser-lhes-á dada a tarefa de encontrar um ideia para consumo alimentar saudável. Cada grupo apresentará a sua ideia e defenderá a sua ideia, tentando convencer os outros membros dos outros grupos a juntarem-se ao seu grupo. O grupo com o maior número de pessoas ganha.</p> <p>Tempo necessário:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 mins para elaborar a ideia e como a apresentar • 15 minutos para apresentar • 5 minutos para assentar para o grupo vencedor <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O que é que aconteceu? 2. Que tipos de alimentos saudáveis encontraste? 3. Como foi o trabalho na tua equipa? Houve uma estratégia? Qual? 4. Como te sentiste ao fazer esta atividade? 5. O que aprendeste? |

| | |
|--|--|
| | <p>2. Vamos ver como cresce</p> <p>Os participantes serão levados a uma visita de estudo a uma quinta ou entidade que cultiva alimentos saudáveis de uma forma sustentável. Desta forma, poderão ver por si próprios como os ingredientes saudáveis podem crescer no seu próprio clima e área. Se concordarem, poderão mesmo plantar certas plantas, se tanto o clima como a exploração agrícola o permitirem.</p> <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Como foi para ti estar envolvido nesta atividade? 2. O que podemos aprender com esta atividade? |
|--|--|

Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico

Tópico 2: Compostagem e seus benefícios

Plano de Atividade 2 - Compostagem e seus benefícios

Duração: 40-50 minutos (atividades de interior)

| | |
|-------------------------------------|--|
| Breve Descrição da Atividade | Esta atividade apresenta os princípios básicos da compostagem, tais como diferentes métodos para o fazer. O tema visa informar os jovens sobre como fazer compostagem, que ingredientes escolher e que tipo seria mais adequado para eles. |
| Objetivos de aprendizagem: | <p>Para compreender como diferenciar diferentes tipos de compostagem.</p> <p>Perceber que todos o podem fazer em casa.</p> <p>Ser capaz de utilizar os princípios da compostagem de uma forma prática.</p> <p>Ser capaz de apresentar aos outros formas naturais de compostagem.</p> <p>Ser capaz de se relacionar, utilizar o pensamento crítico quando se trata do processo de compostagem e da escolha dos materiais.</p> |

| | |
|--|--|
| | Ser motivado a sugerir o seu ambiente para iniciar o processo. |
| Grupo-alvo | Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos. |
| Abordagem Educativa | Os jovens aprenderão sobre as várias técnicas que podem ser úteis para a compostagem e que ingredientes são bons para ela. |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> ● Sala ● Espaço ensolado |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> ● Um frasco de vidro de boca larga ● Detritos orgânicos do pátio (tais como folhas caídas, aparas de relva e sujidade) ● Jornal antigo ● Cascas de frutas e vegetais, núcleos, e restos da cozinha ● 1 chávena de água da chuva ● Um marcador permanente |
| Tarefas Principais | <p>Vamos fazê-lo nós próprios</p> <p>Esta atividade será feita individualmente. Cada participante precisará dos seus próprios fornecimentos e aprenderá a fazer compostagem. Primeiro adicionarão o solo no frasco, seguido de jornais e restos, cobertos com os detritos do pátio. Repetirão o processo até o jarro estar quase cheio. Depois disso, adicionarão a água ao frasco e escreverão os seus nomes no mesmo. Os frascos serão colocados numa área ensolarada e de duas em duas semanas verificarão o nível de composto, marcando um sinal no frasco com o marcador.</p> <p>Tempo necessário: 40 minutos para a preparação</p> <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Qual é o tipo de compostagem que te parece ser o mais interessante? 2. Qual é o processo que te parece mais difícil? 3. Achas que poderias começar a fazer compostagem por ti próprio ou estarias a considerar fazê-lo? 4. O que aprendeste com esta atividade? |

Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico

Tópico 3: Cooperação Internacional para o Desenvolvimento Verde

Plano de Atividade 3 - Cooperação Internacional para o Desenvolvimento Verde

Duração: 90 minutos - 45 minutos de atividades no interior e 45 minutos de atividades no exterior

| | |
|--|--|
| <p>Breve Descrição da Atividade</p> | <p>Este tópico destina-se a introduzir o tema da Cooperação Internacional para o Desenvolvimento com enfoque em aspectos particulares da mesma - Assistência Oficial para o Desenvolvimento e atividades humanitárias e de desenvolvimento verde como partes do mesmo. Serão apresentados os quadros legais da UE e dos seus estados membros no domínio da cooperação internacional para o desenvolvimento. A cooperação internacional para o desenvolvimento é a obrigação legal de todos os estados membros da UE, mas é importante que haja uma maior e mais verde cooperação internacional para o desenvolvimento da UE. O foco será também a cooperação internacional para o desenvolvimento dos países parceiros do GreenAct. O pensamento crítico e a literacia mediática crítica serão utilizados na avaliação do nível e do impacto da cooperação internacional para o desenvolvimento da UE e serão activamente procurados exemplos ecológicos de tal cooperação no domínio do ambiente.</p> |
| <p>Objetivos de aprendizagem:</p> | <p>Conhecer as bases da Cooperação Internacional para o Desenvolvimento, como nasceu, como se desenvolveu e em que consiste. Conhecer as responsabilidades da Cooperação Internacional para o Desenvolvimento da UE e dos seus estados membros.</p> |



| | |
|--|---|
| | <p>Saber que diferentes países da UE fornecem quantidades e qualidades diferentes de ajuda na cooperação internacional para o desenvolvimento.</p> <p>Ser capaz de reconhecer a diferença entre desenvolvimento e cooperação humanitária</p> <p>Para saber como funcionam os principais fornecedores da cooperação internacional para o desenvolvimento</p> <p>Ser capaz de descrever a legislação de cooperação internacional para o desenvolvimento na UE e nos seus estados membros</p> <p>Ser capaz de planear atividades relacionadas com a cooperação internacional para o desenvolvimento</p> <p>Motivar a procura de uma cooperação internacional para o desenvolvimento verde que seja benéfica para as pessoas e para o planeta.</p> <p>Para se tornar um ativista neste campo.</p> |
| Grupo-alvo | Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos. |
| Abordagem Educativa | Os jovens aprenderão sobre o quadro jurídico da cooperação internacional para o desenvolvimento da UE, as instituições que lidam com o assunto e os principais objetivos do mesmo. |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> ● Sala ● Acesso à Internet ● Computador/portátil |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> ● Telemóveis ● Materiais impressos ● Marcadores ● Folhas de papel |
| Tarefas Principais | <p>1. Visita de estudo</p> <p>Os participantes serão levados a uma visita de estudo a uma autoridade competente que trabalhe num campo relacionado com a legislação ambiental geral. Ser-lhes-á mostrado nos</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>bastidores" o aspecto de um processo legislativo e detalhes sobre como escrever um.</p> <p>2. Também o podemos fazer?</p> <p>Após a visita de estudo, os participantes serão divididos em 5 grupos. Cada grupo tentará escrever uma proposta de legislação com base na visita de estudo em que participaram. No final, cada grupo apresentará as suas propostas e os outros votarão sobre se a aprovariam ou não.</p> <p>Tempo necessário:</p> <ul style="list-style-type: none"> -30 minutos para escrever a proposta brevemente -15 para o apresentar muito em breve. <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Como te sentiste durante esta atividade? • O que aprendeste? • Qual é a seção que te parece viável? |
|--|--|

Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adoptar um Estilo de Vida Ecológico

Tópico 4: Comprar de forma inteligente

Plano de Atividade 4 - Comprar de forma inteligente

Duração: 45 minutos (atividades no interior)

| | |
|-------------------------------------|--|
| Breve Descrição da Atividade | Este tópico reflete principalmente o consumismo, o que é o consumismo e como as pessoas podem comprar de forma inteligente. Ao dar exemplos do que as pessoas podem fazer em casa, podem também compreender o seu impacto no consumismo e no ambiente. |
| Objetivos de aprendizagem: | Para compreender o papel do consumismo na vida moderna e como comprar "inteligente". Compreender o papel da sociedade e dos líderes políticos na procura de alternativas ao consumismo na implementação de acordos. |

| | |
|--|---|
| | <p>Ser capaz de utilizar o pensamento crítico e a literacia mediática crítica</p> <p>Ser capaz de explicar os objetivos das organizações da sociedade civil que querem fazer a mudança do consumismo</p> <p>Tornar-se num ativista para desempenhar um papel pessoal para mudar a situação</p> <p>Estar preparado para pressionar os governos a fazer a transição para indústrias sustentáveis.</p> |
| Grupo-alvo | Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos. |
| Abordagem Educativa | Os jovens terão uma melhor compreensão dos desafios que as indústrias modernas colocam aos direitos dos trabalhadores e ao ambiente. Compreenderão que a transição para indústrias sustentáveis ajuda a preservar o ambiente, bem como a ser capazes de fazer compras "inteligentes". |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> ● Sala ● Acesso à Internet ● Computador/portátil ● <i>Flipchart</i> |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> ● Telemóveis ● Canetas/Marcadores ● Folhas de papel |
| Tarefas Principais | <p>Como é que cresce?</p> <p>Os participantes serão divididos em 5 grupos. Cada grupo receberá um certo tipo de planta que pode ser cultivada em casa. Todos terão de fazer um cartaz apresentando a evolução da planta, os materiais necessários e o ambiente em que ela precisa de ser mantida.</p> <p>Tempo necessário:</p> <p>-30 minutos para preparar</p> <p>-15 minutos para apresentar</p> |



Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:

- Como te sentiste durante esta atividade?
- O que aprendeste?
- Que ação podes tomar na tua vida quotidiana para reduzir o teu próprio "consumismo"?

Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico**Tópico 5: Modos de transporte ecológicos****Plano de Atividade 5 - Modos de transporte ecológicos****Duração: 45 minutos** (atividades no interior)

| | |
|--|---|
| Breve Descrição da Atividade | Esta seção visa principalmente a ideia de exemplos de boas formas de transporte ecológicas e sustentáveis. Aos participantes serão mostrados diferentes métodos e será apresentado o impacto que o processo de transporte tem no nível geral de poluição e qualidade do ar. |
| Objetivos de aprendizagem: | <p>Conhecer modos de transporte sustentáveis</p> <p>Conhecer os vários efeitos que o transporte tem sobre o nível global de poluição a nível mundial.</p> <p>Reconhecer a importância do transporte partilhado.</p> <p>Ser capaz de dar exemplos de boas práticas no campo do transporte sustentável</p> <p>Saber como motivar os outros a utilizar os transportes públicos ou caminhar, se for o caso.</p> <p>Ter o poder de encontrar soluções e de se reunir com pessoas com ideias semelhantes.</p> |
| Grupo-alvo | Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos. |
| Abordagem Educativa | Os jovens terão a primeira experiência de uma das formas de transporte mais ecológicas em maior profundidade |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> ● Sala ● Acesso à Internet ● Computador/portátil ● Telemóveis |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> ● Canetas ● Marcadores ● Folhas de <i>Flipchart</i> ● Folhas de papel |

| | |
|---------------------------|---|
| | |
| Tarefas Principais | <p>1. Vamos mudar!</p> <p>Os participantes serão convidados a mudar para meios de transporte públicos durante uma semana enquanto frequentam a escola ou qualquer outro local. Terão de anotar se o transporte público estiver inacessível para eles, se estiver demasiado superlotado no momento em que o utilizam e todos os detalhes que possam parecer relevantes. Depois de fazerem a pequena investigação, serão divididos em grupos com base no critério de utilização do mesmo itinerário e ser-lhes-á pedido que partilhem e comparem os seus resultados. Depois de analisar todos os resultados, tentarão apresentar soluções sobre como descongestionar o tráfego, ou como torná-lo mais acessível e melhor para eles, a fim de o utilizarem diariamente.</p> <p>Tempo necessário:</p> <ul style="list-style-type: none">● 5 minutos para reunir os grupos● 30 minutos para discutir nos grupos● 10 minutos para apresentar as suas conclusões <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <p><u>Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:</u></p> <ul style="list-style-type: none">● Como foi a experiência para ti?● Conseguiste mudar dos veículos pessoais para os transportes públicos? Foi uma mudança difícil para ti?● Estás a considerar utilizar mais os transportes públicos?● Como é que esta experiência te fez sentir?● Falta alguma coisa no teu sistema de transportes públicos que consideres que deveria estar disponível? |

Módulo 2: Estilo de Vida Verde - Adotar um Estilo de Vida Ecológico**Tópico 6: Exemplos de boas práticas****Plano de Atividade 6** - Apresentação de exemplos de boas práticas**Duração: 45 minutos** (atividades no interior)

| | |
|--|--|
| Breve Descrição da Atividade | Este tópico visa principalmente a ideia de exemplos de boas práticas. Aos participantes serão mostradas diferentes abordagens sobre como adotar um estilo de vida mais eco-amigável através de exemplos do que outras pessoas já fizeram. |
| Objetivos de aprendizagem: | <p>Conhecer as boas práticas para ter um estilo de vida verde.</p> <p>Reconhecer a importância dos resultados práticos.</p> <p>Ser capaz de dar exemplos de boas práticas.</p> <p>Estar motivado para assumir responsabilidades e agir em prol da sua saúde.</p> <p>Ver o valor de uma vida verde e de um estilo de vida mais aneco-amigável.</p> <p>Inspirar-se na atividade de voluntários ou outras ONG e entidades.</p> <p>Ser capacitado para encontrar soluções e reunir-se com pessoas com ideias semelhantes..</p> |
| Grupo-alvo | Jovens técnicos de juventude entre 16 e 25 anos. |
| Abordagem Educativa | Os jovens terão a primeira experiência de um dos métodos/técnicas de vida verde. |
| Ligação ao Currículo Escolar (se aplicável) | |
| Instalações/ Equipamentos | <ul style="list-style-type: none"> ● Sala ● Acesso à Internet ● Computador/portátil ● Telemóveis |
| Ferramentas/Materiais | <ul style="list-style-type: none"> ● Música |
| Tarefas Principais | Quem o fez antes? |

Os participantes serão convidados a formar uma linha. O facilitador lerá em voz alta declarações de mudança ecológica, tais como "eu poderia usar pastilhas de pasta de dentes em vez de pasta de dentes proveniente de um tubo" ou "eu poderia obter uma garrafa de água reutilizável e enchê-la em vez de comprar sempre pastilhas de plástico de uso único" e assim por diante. Será pedido aos participantes que dêem um passo em frente se acreditarem que podem fazer as referidas alterações. No final podemos dizer como pode parecer fácil para outros ser amigo do ambiente e como seria difícil para alguns. As discussões podem ser feitas depois, se os participantes tiverem quaisquer perguntas.

Tempo necessário:

- 20-30 minutos para a implementação da actividade
- 10-15 minutos de avaliação e reflexão.

Possíveis perguntas para avaliação e reflexão:

1. Como te sentiste durante a implementação da actividade?
2. O que aprendeste com esta actividade?
3. Consideras-te diferente dos outros com base nas tuas escolhas?