



Manual para Técnicos de Juventude, para organização de *projetos comunitários* (eco), como forma de prevenção do *abandono escolar*



Co-funded by
the European Union

O Projeto

Projeto comunitário ECO, liderados por jovens, para a prevenção do abandono escolar financiados pela Agência Nacional para a gestão do programa Juventude em Ação, a Agência Nacional Portuguesa para a gestão do programa Erasmus+ Juventude em Ação.

OS PARCEIROS DO PROJETO SÃO:

DOTS – COOPERATIVA DE INOVAÇÃO SOCIAL PARA A TRANSFORMAÇÃO SOCIAL, CRL; PORTUGAL
LINK DMT S.R.L.; ITÁLIA
CENTRE FOR NON-FORMAL EDUCATION AND LIFELONG LEARNING; SÉRVIA
LEARNING WIZARD D.O.O.; CROÁCIA

EDITORA:

CENTRE FOR NON-FORMAL EDUCATION AND LIFELONG LEARNING; SÉRVIA

EDIÇÃO:

DANIJELA MATORCEVIC

AUTORES:

DANIJELA MATORCEVIC
SONJA BADJURA
JELENA ILIĆ
MARTA MONTEIRO
ČEDO VELAŠEVIĆ

DESIGN GRÁFICO:

ANTONIO BOTO

TRADUÇÃO (a partir da versão Inglesa):

SUSANA GODINHO



Índice

03 RESUMO DO PROJETO

05 INTRODUÇÃO E ESTRUTURA DO MANUAL

07 PARTE 1: CONCEITOS E RECOMENDAÇÕES

- 08 Importância da ENF para o desenvolvimento dos jovens
- 09 Como organizar workshops de ENF, para jovens em risco de abandono escolar
- 10 Estratégias de Recrutamento e de Motivação, para jovens em risco de abandono escolar
- 11 Capacitar jovens, para a implementação de projetos (eco) comunitários, utilizando o desenvolvimento pessoal como objetivo de aprendizagem académica/escolar

13 PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE (E PROFESSORES) PARA
DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS DOS JOVENS PARA A ORGANIZAÇÃO DE PROJETOS
(ECO) COMUNITÁRIOS

- 14 Quando menos é mais – O princípio dos 5 Rs
- 17 Iniciativas de Eficiência Energética
- 21 Campanha para transportes “verdes”
- 25 Criações artísticas ligadas ao meio ambiente
- 29 Práticas de Turismo Sustentáveis
- 32 Nós comemos os nossos desperdícios?
- 36 Princípios básicos da construção ecológica
- 39 Criação e lançamento de negócios ecológicos
- 43 Práticas de vida sustentáveis
- 46 Técnicas sustentáveis de jardinagem
- 49 Liderança e trabalho de equipa em projetos eco
- 52 Gestão de projetos e planeamento de iniciativas ecológicas
- 55 Competências de comunicação e apresentação eficazes
- 57 Estratégias de angariação de fundos para projetos comunitários
- 60 Estratégias criativas e inclusivas para a resolução de problemas em projetos eco
- 63 Competências para negociação e resolução de conflitos em contexto comunitário
- 66 Gestão do tempo e definição de prioridades, para o sucesso dos projetos
- 70 Redes sociais e marketing para projetos comunitários
- 73 Estratégias de defesa e de influência nos projetos comunitários eco
- 76 Inclusão e aprendizagem intercultural em projetos comunitários
- 78 Referências

Resumo do projeto

O abandono escolar é considerado um problema grave na Europa, podendo ser causado pela pobreza, pela emigração, mas também por diferentes fatores sociais que dificultam a existência de uma aprendizagem experimental e de um ambiente positivo nas escolas dos jovens. Embora haja muitas atualizações no sistema educativo e leis que são aplicadas para ajudar a situação e reduzir a taxa de abandono escolar, o fenómeno ainda está bastante presente, especialmente em algumas regiões e zonas rurais. O ambiente escolar ainda não é considerado totalmente atrativo para os jovens, pelo contrário, pode ser um espaço potencial para o bullying e a violência entre pares, da mesma forma que não existem esforços contínuos para a criação de atividades que promovam a inclusão social dos jovens.

A ideia de envolver os jovens em projetos sociais e ambientais na sua comunidade através da colaboração e do apoio das suas escolas (especialmente em regiões onde a taxa de abandono escolar é elevada) é a principal motivação para que este projeto seja implementado e receba financiamento adequado. A taxa de abandono escolar, enquanto fenómeno, ainda está bastante presente nos países parceiros neste projeto, apesar dos esforços dos governos na adoção de novas leis e regulamentos para abordagens mais inovadoras e práticas à educação, bem como apesar dos esforços dos professores para proporcionar uma aprendizagem de qualidade aos seus alunos.

A taxa de abandono escolar pode aumentar devido a muitos fatores, como a pobreza, a emigração, o bullying nas escolas, a falta de interações sociais e de inclusão no ambiente escolar, a falta de desenvolvimento do pensamento crítico entre os jovens nas escolas, a falta de capacidade para aceitar a presença de outras culturas e abraçar a diversidade, e causas relacionadas. Enumerando todas estas razões que causam o aumento ou a estagnação das taxas de abandono escolar, pode concluir-se que existe uma necessidade urgente de oferecer soluções eficazes a longo prazo que proporcionem um ambiente escolar atrativo, interativo, inclusivo e motivador para todos os jovens nos países das organizações parceiras e em toda a Europa, com o propósito de apoiar o objetivo da UE para 2030 de ter uma taxa de abandono escolar inferior a 9%.

Os princípios da educação não formal foram adoptados por um elevado número de jovens em toda a Europa e no mundo, tendo sido considerados muito atrativos e práticos. Por outro lado, as instituições de ensino formal não dispõem necessariamente de espaços e atividades interativas para os seus alunos. O trabalho com jovens recorrendo a metodologias de Educação Não Formal (ENF) garantiu motivação e interação, abrangendo a diversidade entre os jovens. Apesar de existirem diferentes programas de Educação Não Formal, a grande lacuna na ligação e cooperação entre os animadores de juventude e os professores das escolas ainda é uma realidade. A eliminação desta lacuna poderá conduzir a resultados positivos e à prevenção do abandono escolar através da combinação de métodos de Educação Formal e Não Formal, bem como através da partilha de boas práticas, do apoio nos processos e do estímulo aos jovens para se tornarem cidadãos ativos.

Este projeto utiliza uma abordagem inovadora com várias atividades, envolvendo parceiros associados de diferentes setores, incluindo escolas, para atender às necessidades dos jovens, com o principal objetivo de fornecer uma solução que seja considerada atraente e útil para a comunidade e o meio ambiente ao mesmo tempo, promovendo a inclusão e a diversidade na educação, no trabalho com jovens e nas comunidades locais.

OS OBJETIVOS ESPECÍFICOS DO PROJETO SÃO:

- Capacitar os jovens na organização de projetos comunitários (eco) e fortalecer suas competências para a vida por meio de um kit de ferramentas inovador e um curso online sobre como iniciar e implementar atividades dentro de programas de serviço e aprendizagem comunitária verde;
- Capacitar as habilidades dos trabalhadores jovens na colaboração com as escolas para reduzir as taxas de abandono escolar, desenvolvendo programas de serviço e aprendizagem comunitária para jovens estudantes (convencionais e em risco) – por meio de um currículo inovador;
- Trocar boas práticas entre quatro países europeus com diferentes realidades em relação às taxas de abandono escolar e à cidadania ativa dos jovens nas comunidades e aumentar a parceria para multiplicação dos resultados do projeto em toda a Europa.

AS ACTIVIDADES DO PROJETO SÃO:

- A1 – Gestão do projeto;
- Reunião inicial do projeto (online);
- O1 Manual para trabalho com jovens, na organização de projetos comunitários (eco), como forma de prevenção do Abandono Escolar;
- O2 Curso online para jovens, sobre a organização de projetos comunitários (eco) passo a passo;
- Reunião intermédia do projeto (online);
- O3 Programa para preparar técnicos de juventude em colaboração com escolas/professores na redução das taxas de abandono escolar por meio do desenvolvimento de programas de serviço e aprendizagem comunitária para jovens estudantes;
- Cursos de formação (a nível local/nacional);
- Conferência Nacional – PT;
- Conferência Nacional – HR;
- Conferência Nacional – IT;
- Conferência Internacional – RS;
- Reunião final de avaliação do projeto.

Introdução e estrutura do Manual

O Manual para Trabalho com Jovens para organizar projetos comunitários (eco) é criado e desenvolvido como uma metodologia para prevenir o abandono escolar. É especificamente projetado como um material inovador com oficinas práticas e recomendações para os trabalhadores jovens usarem em seu trabalho com os jovens. Este manual tem como objetivo fornecer aos trabalhadores jovens e professores um conjunto abrangente de oficinas de educação não formal e ferramentas para apoiar os jovens no desenvolvimento das competências necessárias para organizar projetos comunitários ecológicos. É projetado para incorporar a motivação dos jovens no desenvolvimento de projetos comunitários ecológicos em suas cidades, bem como o processo de mentoria para a orientação adequada.

O Manual será composto por workshops de Educação Não Formal, independentes e adequados para uso periódico. Será útil tanto para Técnicos de Juventude, como para a equipa de Educação Formal / professores que desejam reproduzir estes workshops nas suas escolas ou em cooperação com associações de jovens das suas comunidades. A estrutura do Manual consiste em duas partes. A primeira parte consiste na introdução com recomendações sobre como organizar workshops de Educação Não Formal para jovens em geral, como recrutar e motivar jovens em risco de abandono escolar a participar nos workshops e como orientá-los posteriormente para que esses jovens realmente implementem projetos comunitários ecológicos e, posteriormente, utilizem o desenvolvimento pessoal conseguido com esses projetos para seus objetivos académicos/escolares.

A segunda parte consiste em 20 Workshops e ferramentas úteis para apoiar Técnicos de Juventude (e professores) no desenvolvimento de competências dos jovens para organizar projetos comunitários (eco) dentro de programas de serviço e aprendizagem comunitária verde. Os primeiros dez workshops são focados nas questões ambientais, e os restantes dez são dedicados ao desenvolvimento de competências relevantes para os jovens.

A lista de tópicos apresentados nos workshops é a seguinte:

- Upcycling ecológico;
- Eficiência energética;
- Transporte “verde”;
- Arte Ambiental;
- Turismo sustentável;
- Gestão de resíduos;
- Construção ecológica;
- Negócios ecológicos;
- Vida sustentável;
- Jardinagem sustentável;
- Habilidades de liderança e trabalho de equipa;
- Gestão e planeamento de projetos;
- Estratégias de comunicação e de apresentação;
- Angariação de recursos e de orçamento para projetos comunitários;
- Estratégias criativas e inclusivas para a resolução de problemas;
- Competências de resolução de conflitos e negociação;
- Gestão do tempo e definição de prioridades;
- Redes sociais e marketing para projetos comunitários;
- Habilidades de defesa e de influência para projetos comunitários (eco);
- Inclusão e aprendizagem intercultural em projetos comunitários.

Cada workshop é composto por atividades interativas, jogos, role-play, dinâmicas de grupo e momentos de discussão centrados nos conhecimentos e nas competências a adquirir.

Parte 1

Conceitos e Recomendações

Importância da ENF para o desenvolvimento dos jovens

A Educação Não Formal (ENF) é uma abordagem inovadora e centrada no aluno, que complementa o sistema de Educação Formal, proporcionando aos jovens experiências de aprendizagem significativas e aplicáveis. A ENF oferece opções de aprendizagem flexíveis e adaptáveis, que podem ser ajustadas aos interesses e preferências de aprendizagem de cada pessoa. Quando se trata do desenvolvimento da criatividade, pensamento crítico, comunicação eficaz, trabalho em equipa, liderança, competências de resolução de problemas e, no geral, competências interpessoais, a ENF é a abordagem e método adequados para jovens, bem como para adultos e crianças. Os métodos e atividades da ENF também são positivos para acolher a diversidade, promover a inclusão e aumentar a motivação dos participantes.

Além disso, através do seu currículo e métodos utilizados, a ENF prepara os jovens para o envolvimento cívico, ajudando-os a desenvolver os valores e capacidades necessários para a cidadania ativa. O desenvolvimento de carreira e profissional é outro aspeto importante da ENF para o desenvolvimento dos jovens, pois proporciona-lhes competências práticas e experiências necessárias para se adaptarem rapidamente ao emprego que desejam seguir. Isto inclui também a aquisição de competências digitais, programas de liderança, atividades de trabalho em equipa, e muito mais.



Como organizar workshops de ENF, para jovens em risco de abandono escolar

Existem diferentes métodos e abordagens de ENF (Educação Não Formal) a considerar, ao organizar um workshop de ENF para jovens em risco de abandono escolar. Abaixo estão apresentados vários passos e abordagens, que devem ser tidos em conta ao organizar workshops de ENF.

- **PASSO 1: COMPREENDER O PÚBLICO:**

É importante conhecer e compreender os interesses, desafios e contexto dos jovens que estão em risco de abandono escolar. Por esta razão, é essencial o contacto e a conversa com professores, pais ou outros indivíduos/representantes relevantes dessas instituições para desenhar as oficinas de acordo com as necessidades dos jovens.

- **PASSO 2: DEFINIR O CONTEÚDO DO WORKSHOP:**

Depois de conhecer os aspetos mencionados anteriormente, o conteúdo da oficina é o segundo passo. Este passo está altamente ligado ao primeiro, pois deve ser desenhado de acordo com as necessidades dos jovens e visando abordar esses desafios, seguindo a solução para eles. Além disso, as oficinas devem ser desenhadas para desenvolver competências e habilidades de vida essenciais para os jovens.

- **PASSO 3: CRIAR UM AMBIENTE DE APOIO:**

O ambiente de aprendizagem deve ser inclusivo, capaz de fornecer apoio aos jovens. As seguintes regras devem ser destacadas:

- Promover o respeito e a inclusão;
- Integrar atividades de formação de equipas e dinâmicas de grupo, para fomentar o sentimento de comunidade;
- Integrar atividades de colaboração, promovendo a aprendizagem entre pares;
- Adaptar-se às necessidades e às aprendizagens dos participantes, aceitando o seu feedback e as sugestões dadas.

- **PASSO 4: APRENDIZAGEM PRÁTICA E INTERATIVA**

A utilização de ferramentas e plataformas digitais é essencial, juntamente com atividades interativas e práticas. Isto pode incluir iniciativas como a criação de um jardim comunitário ou outras pequenas atividades, que permitam aos participantes praticar o que aprenderam de forma imediata.

- **PASSO 5: MENTORIA E ACOMPANHAMENTO**

O último passo que apoia o trabalho e o impacto a longo prazo destas atividades e esforços é o programa de mentoria. Isto é essencial para apoiar os participantes individualmente, mantendo ao mesmo tempo o impacto na comunidade enquanto mantém o envolvimento ativo desses jovens. As sessões de acompanhamento abordam de forma semelhante estes aspetos e ajudam os participantes a rever o seu progresso, completar atividades adicionais e manter o envolvimento, bem como refrescar as suas competências.

PARTE I: CONCEITOS E RECOMENDAÇÕES

Para além destes passos, é importante que os Técnicos de Juventude estejam em constante comunicação e cooperação com as partes interessadas e relevantes na comunidade, para apoiar o empoderamento dos jovens e partilhar/trocar conhecimentos e experiências entre si. Por fim, a avaliação e o feedback dos workshops são uma parte crucial de cada oficina que ajudam a melhorar a qualidade e a abordar as necessidades dos jovens a longo prazo.

Estratégias de Recrutamento e Motivação, para jovens em risco de abandono escolar

O fenómeno do abandono escolar é influenciado por diversos fatores, sendo alguns deles o desequilíbrio social e económico, o bullying, a falta de apoio familiar, dificuldades académicas, entre outros. Os alunos de contextos desfavorecidos podem enfrentar desafios adicionais, como acesso limitado a recursos, apoio educacional inadequado e pressões sociais. Compreender estes fatores é crucial para desenvolver intervenções direcionadas que abordem as causas profundas do abandono escolar¹. Recrutar e motivar jovens que estão em risco de abandonar a escola apresenta um conjunto único de desafios, pois esses jovens frequentemente enfrentam barreiras que os desencorajam de participar em contextos educativos tradicionais e não tradicionais. No entanto, existem aspetos a considerar de forma estratégica que podem ajudar a superar esses desafios.

O primeiro aspetto é garantir um recrutamento eficaz, identificando com sucesso os jovens em risco de abandono escolar. A colaboração com escolas, centros comunitários, serviços sociais e instituições relevantes pode apoiar neste ponto. O segundo aspetto é assegurar visibilidade digital e presença nas redes sociais onde os jovens estão atualmente, como TikTok, Instagram e outras. Estas plataformas oferecem a possibilidade de partilhar conteúdo envolvente, podendo ser usadas para alcançar os jovens com informações úteis e materiais promocionais sobre oportunidades de workshops.

É essencial que influencers locais bem como figuras famosas e respeitadas, sejam contactados e convidados a colaborar. O seu papel como embaixadores deste programa é fundamental.

A criação de prémios, celebrações e certificados é outra ferramenta poderosa para motivar os jovens em risco a aderir e permanecer em programas de Educação Não Formal (ENF). É também importante que o conteúdo dos workshops seja concebido de acordo com os interesses dos participantes e as suas experiências. Os formadores devem adaptar o programa às suas necessidades, objetivos e metas de aprendizagem.

Outra estratégia de motivação é a criação e manutenção de relações de apoio com os participantes, para garantir um impacto e inspiração a longo prazo. Este aspetto pode ser alcançado através de métodos e atividades interativas com os seus pares, como trabalho em grupo, simulações, atividades de expressão criativa, entre outras. As sessões individuais também são úteis e essenciais para obter informações mais sensíveis, relacionadas com as preocupações e progressos dos jovens.

O último aspetto é a troca de feedback entre os técnicos de juventude/formadores e os jovens, para acompanhar e registar o seu progresso, sugerir adaptações no programa, permitindo que os jovens estejam activamente envolvidos e motivados.

Capacitar jovens, para a implementação de projetos (eco) comunitários, utilizando o desenvolvimento pessoal como objetivo de aprendizagem académica/escolar

O processo de mentoria e capacitação de jovens em projetos ecológicos comunitários é uma experiência transformadora que une o envolvimento prático com o desenvolvimento académico e pessoal. O papel de um mentor é complexo, incluindo a prestação de conhecimento especializado, apoio e assistência na definição de objetivos. A função do mentor também implica aumentar o conhecimento sobre a abordagem de questões ambientais, a gestão de projetos para iniciativas ecológicas comunitárias, a comunicação eficaz, a resolução de conflitos e muito mais. Mais importante ainda, os mentores são o apoio contínuo para os jovens durante todo o processo, bem como durante as atividades de seguimento.

Programa de Mentoria e Capacitação para projetos (eco) comunitários (passo a passo)

- PASSO 1: FORMAÇÃO E ORIENTAÇÃO DOS MENTORES**

O primeiro passo do processo de mentoria inclui uma formação adequada para os mentores, para que estejam plenamente equipados com as competências, conhecimentos e atitudes necessárias para apoiar os jovens no desenvolvimento de projetos/iniciativas ecológicas comunitárias. A formação deve incluir aprendizagem sobre comunicação eficaz, resolução de conflitos, psicologia dos adolescentes, gestão de projetos ecológicos comunitários, entre outros.

- PASSO 2: RECRUTAMENTO E AVALIAÇÃO DOS JOVENS**

O segundo passo envolve uma colaboração estreita com escolas, centros comunitários e outras instituições relevantes para encontrar os candidatos adequados que participarão neste processo.

- PASSO 3: DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS E PLANEAMENTO DO PROJETO**

Após o processo de recrutamento e seleção, o mentor e o aprendiz reúnem-se, para discutir as necessidades que o jovem deseja abordar na sua comunidade. Com base nesta discussão, desenvolvem objetivos claros e realistas e planeiam o projeto/iniciativa. Os objetivos e o projeto devem também alinhar-se com o desenvolvimento profissional do jovem e com as competências que ele/ela pretende desenvolver.

- PASSO 4: IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO**

Após a definição dos objetivos e o desenvolvimento do plano de ação, os jovens podem começar a implementar o projeto delineado, com o apoio contínuo e acompanhamento do mentor.

PARTE 1: CONCEITOS E RECOMENDAÇÕES

• PASSO 5: ANÁLISE E AJUSTES

O mentor deve assegurar que o jovem tem sessões regulares, para refletir sobre os conhecimentos adquiridos durante o processo de mentoria e o projeto. Isto ajudará a ajustar o processo de mentoria conforme necessário.

• PASSO 6: DOCUMENTAÇÃO E APRESENTAÇÃO

Durante todo o processo de mentoria, o mentor deve aconselhar o jovem a documentar a sua jornada, relatando todos os desafios encontrados e as soluções descobertas. Estes relatórios/apresentações podem também ser partilhados entre colegas ou educadores, bem como entre membros da comunidade, para apoiar o desenvolvimento das suas competências de apresentação e comunicação.

• PASSO 7: AVALIAÇÃO E FEEDBACK

A avaliação e o feedback são aspectos cruciais, incluindo diferentes partes interessadas, participantes, pessoal da comunidade escolar, membros da comunidade e mentores. O feedback sobre o processo e a avaliação no final são muito importantes para rever o trabalho realizado, o seu impacto nos jovens, bem como para rever os objetivos estabelecidos.

• PASSO 8: RECONHECIMENTO E CELEBRAÇÃO

Todo o processo de mentoria deve terminar com a entrega de um certificado/recompensa ao participante, para celebrar as suas conquistas. Esta celebração não só reconhece os seus esforços, mas também reforça o valor das competências e conhecimentos que desenvolveram.

• PASSO 9: CONTINUAÇÃO E ACOMPANHAMENTO

Por fim, o programa deve garantir a sustentabilidade do impacto do projeto e o desenvolvimento contínuo dos seus participantes, planeando atividades de acompanhamento ou projetos futuros. Recursos adicionais e novas oportunidades de mentoria devem ser oferecidos e disponibilizados aos participantes que desejem continuar o seu envolvimento em iniciativas ecológicas comunitárias ou prosseguir estudos avançados em áreas relacionadas.



Parte 2

**Workshops para
técnicos de juventude e
professores**

**para desenvolvimento de competências
dos jovens para a organização de projetos
(eco) comunitários**

Quando menos é mais – O princípio dos 5Rs

 **Título do Workshop:** Quando menos é mais – O princípio dos 5Rs

 **Duração:** 160 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** A beleza do princípio dos 5Rs é o facto de poder ser implementado em qualquer lugar e por qualquer pessoa. Antes de dependermos do princípio de Reciclar, que geralmente é o primeiro em que pensamos (sem considerar que, na verdade, representa um processo complexo que envolve indivíduos, serviços públicos e fábricas), cada indivíduo, bem como organizações, instituições e empresas, poderia dar uma grande contribuição ambiental aplicando primeiro os outros 4 princípios: Recusar, Reduzir, Reutilizar e Reapropriar. Neste workshop, vamos explorar como os princípios dos 5Rs podem ser aplicados a nível pessoal, nas escolas e nas organizações juvenis locais. Os hábitos pessoais e a produção de resíduos serão analisados através do prisma dos princípios dos 5Rs, e cada participante criará uma lista de novos hábitos a adotar no futuro.

 **Objetivo geral do workshop:** Aplicação de novos hábitos para a redução de resíduos, através da aplicação do Princípio dos 5Rs.

Objetivos específicos do Workshop:

- Proporcionar aos jovens uma compreensão abrangente dos princípios dos 5Rs e da sua importância na promoção de práticas de vida sustentável.
- Aumentar a conscientização entre os jovens sobre o impacto ambiental dos seus hábitos de consumo e produção de resíduos, enfatizando a importância de adotar práticas ecológicas.
- Incentivar os jovens a refletirem sobre os seus próprios padrões de consumo e criação de resíduos, identificando áreas onde podem incorporar os princípios dos 5Rs, para minimizar a sua pegada ambiental.
- Explora aplicações práticas dos princípios dos 5Rs no dia-a-dia, incluindo maneiras de implementá-los em casa, nas escolas e nas organizações juvenis locais.
- Facilitar momentos de discussão e atividades que promovam a colaboração entre os participantes, encorajando-os a partilhar ideias, experiências e melhores práticas para abraçar uma vida sustentável.

 **Competências a desenvolver:** Competências analíticas; Comunicação; Pensamento crítico; Pensamento criativo; Trabalho em equipa; Competência cívica.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Competências analíticas; Comunicação; Pensamento crítico; Pensamento criativo; Trabalho em equipa; Competência cívica.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (10 minutos)

Começar um workshop com um energiser é sempre uma boa ideia, independentemente do facto dos participantes já se conhecerem ou não. Ajuda a criar um ambiente descontraído e a introduzir o tema do workshop de uma forma lúdica. O técnico de juventude convida os participantes a levantarem-se e a formarem um círculo e introduz o energiser "Agarra o dedo".

Todos os participantes formam um grande círculo. Cada participante estende os braços, para que possa facilmente tocar na mão da pessoa ao lado.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Todos viram a palma da mão esquerda para cima, à altura do ombro da pessoa ao lado. Todos viram o dedo indicador da mão direita para baixo, colocando-o na mão do participante à sua direita. Certifique-se de que os papéis das mãos esquerda e direita estão claramente explicados. A mão esquerda representa o desejo/necessidade de um produto, enquanto a mão direita representa hábitos de redução de resíduos. Ao seu comando, todos tentam agarrar o dedo da pessoa à sua esquerda e evitar que o seu próprio dedo seja agarrado pela pessoa à direita. Jogue várias rodadas. Após todos os participantes terem experimentado como é difícil obter um produto necessário/desejado e, ao mesmo tempo, aplicar hábitos para a redução pessoal de resíduos, chame a atenção dos participantes para o facto de que alcançar o equilíbrio entre estes dois opostos é um processo de aprendizagem que exige análise dos próprios hábitos e exploração dos ciclos de produção e do seu impacto ambiental.

II. O que está no teu caixote do lixo? (30 minutos)

Após o energiser, o técnico da juventude divide os participantes em pequenos grupos de 3-4 pessoas, pedindo que se sentem numa das mesas preparadas com materiais de trabalho. Cada grupo recebe um papel de flipchart com um grande caixote do lixo desenhado e marcadores de diferentes cores. A tarefa deles é pensar em todo o lixo que produziram nas últimas 2-4 semanas e "jogá-lo" no caixote do lixo desenhado. Os jovens podem concordar em usar diferentes cores de marcadores para diferentes tipos de resíduos — embalagens de alimentos, resíduos orgânicos e alimentares, roupas, resíduos eletrónicos, etc. O técnico de juventude deve estimulá-los com perguntas e ajudá-los a recordar todo o lixo que, como indivíduos, produziram no período indicado e anotá-lo no papel. Algumas das perguntas poderiam ser as seguintes:

- Quais foram as últimas 5 coisas que compraste e que tipo de resíduos estão relacionados com esses produtos?
- Se pensares nas tuas últimas refeições — comeste tudo ou deitaste fora parte delas?
- Deitaste fora algumas roupas ou sapatos recentemente?
- Deitaste fora algum dispositivo eletrónico recentemente? Ou algum dos dispositivos eletrónicos que tens está avariado?

Como trabalham em pequenos grupos, ao final desta parte da sessão, o caixote do lixo deverá estar bastante cheio. Agora, o técnico de juventude pede aos participantes que façam uma rápida análise dos tipos de resíduos, identificando qual tipo é o mais frequente no seu caixote.

III. Apresentação Teórica – O Princípio dos 5Rs (30 minutos)

Antes do técnico de juventude fornecer a introdução teórica sobre os princípios dos 5R, deve refletir rapidamente sobre os caixotes de lixo de todos os grupos e tirar as conclusões mais importantes. Durante a apresentação dos princípios dos 5Rs, o técnico de juventude deve fazer conexões entre a teoria e o conteúdo dos caixotes de lixo dos grupos. Esta apresentação teórica pode ser feita na forma de uma apresentação em PowerPoint, ou com cartazes, com o seguinte conteúdo:

- Definição do Princípio dos 5Rs, e quais os seus benefícios;
- Explicação de todos os princípios dos 5Rs;
- Exemplos de comportamentos/ações relacionados com cada um dos princípios dos 5Rs.

O técnico de juventude deve, de tempos em tempos, verificar com os participantes se eles entendem o conteúdo apresentado e se têm alguma pergunta.

Após a introdução teórica, o técnico de juventude anuncia uma curta pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes precisarem).

IV. Analisa o teu caixote do lixo e cria uma lista de bons hábitos (45 minutos)

Após a apresentação teórica, o técnico de juventude pede aos grupos que voltem ao seu caixote do lixo e analisem o conteúdo, agora sob a ótica dos princípios dos 5Rs. Para ajudar os participantes na análise, as seguintes perguntas podem ser escritas num papel de flipchart:

- Foi realmente necessário tudo o que usei/comprei/aceitei? Poderia ter evitado/recusado alguma dessas coisas?
- Qual é o tipo de resíduo mais comum que produzo? Posso reduzi-lo?

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

- Alguns dos itens que considero resíduos podem ser usados novamente? Posso reutilizá-los? Quantos dos meus resíduos são itens de uso único?
- Alguns dos itens que considero resíduos podem ser usados de maneira diferente? Posso dar-lhes um novo propósito?
- Quanto dos meus resíduos pode, realmente, entrar no processo de reciclagem?

Para alcançar o objetivo do workshop, com base na apresentação teórica e na análise dos resíduos, os participantes devem criar uma lista de novos hábitos para reduzir a produção de resíduos. Devem anotar o máximo de hábitos que conseguirem pensar para cada um dos princípios dos 5Rs. No final desta parte do workshop, devem decidir quem e como irão apresentar a sua lista de hábitos aos outros grupos.

V. Apresentação e discussão (30 minutos)

Cada grupo apresenta a sua lista de novos hábitos e coloca o papel na parede, para que todos possam ver. No final das apresentações, o técnico de juventude destaca o número total de diferentes hábitos listados pelos participantes, felicitando-os. Antes de encerrar o workshop, o técnico de juventude convida os participantes a escolherem, pelo menos, um hábito de cada categoria, que irão começar a aplicar a partir daquele momento. O técnico de juventude também pode escolher ou compartilhar com o grupo quais são os hábitos já aplica no seu quotidiano, ou adicionar alguns que não foram listados pelos participantes.

Para terminar o workshop, o técnico de juventude facilita uma breve discussão, na qual os participantes podem compartilhar quais hábitos escolheram da lista e porquê. Neste momento, os participantes podem compartilhar a sua principal impressão sobre o workshop e o tema apresentado, assim como discutir por que é importante estar ciente da própria produção de resíduos.

Material necessário: Flipcharts com caixotes do lixo desenhados, flipcharts para a lista de hábitos, marcadores de várias cores, apresentação do Princípio dos 5Rs (em powerpoint ou cartazes)).

Documentos de referência e leitura adicional:

- Os 5Rs da gestão de resíduos

<https://www.norcalcompactors.net/5rs-of-waste-management/>

- Os 5Rs do desperdício zero

<https://www.youtube.com/watch?v=SoX5qBpdnll>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem estar familiarizados com os princípios dos 5Rs e, antes do workshop, devem realizar uma análise dos seus próprios hábitos relacionados com a produção de resíduos. Isso ajudará a facilitar o workshop, para além de ajudar os participantes a compreenderem a diferença entre ações sobre as quais têm total controlo e ações que requerem uma abordagem de defesa organizada (por exemplo, recusar comprar frutas frescas embaladas no supermercado e, em vez disso, comprá-las no mercado é uma ação sobre a qual todos têm 100% de controlo; por outro lado, é improvável que os produtores/retalhistas reduzam ou deixem de usar embalagens de frutas frescas sem uma abordagem de defesa organizada - a nível local/nacional/internacional -, e esta é uma ação na qual uma pessoa pode participar, mas não tem controlo total).
- Os técnicos de juventude devem estar familiarizados com o contexto social e económico dos participantes, para evitar julgamentos em relação aos hábitos dos participantes e também para facilitar discussões, caso surjam julgamentos por parte dos participantes. Os fatores sociais e económicos influenciam fortemente os hábitos; estes não os justificam, mas tendo isso em mente, será mais fácil evitar situações de conflito.

Iniciativas de Eficiência Energética

 **Título do Workshop:** Iniciativas de Eficiência Energética

 **Duração:** 165 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** Todas as áreas da sociedade moderna são dependentes de energia – transporte, habitação, produção de bens, gestão de resíduos, medicina, educação, produção de alimentos e assim por diante. A produção de energia, incluindo todas as fontes conhecidas de energia, está estreitamente ligada à economia, política, sociedade e ao ambiente.

Uma forma de reduzir o impacto negativo da nossa dependência energética moderna é através da aplicação de práticas de eficiência energética. Isso implica o uso de menos energia para realizar a mesma tarefa ou produzir o mesmo resultado. Por exemplo, casas e edifícios energeticamente eficientes utilizam menos energia para aquecer, arrefecer e operar eletrodomésticos e eletrónicos, o que tem um impacto positivo no ambiente e na redução dos custos de energia dos habitantes.

Este workshop será focado na exploração das diferentes fontes de energia, a nível global, e nas práticas de eficiência energética a nível locais, bem como nos hábitos diários que podemos aplicar para reduzir o nosso próprio consumo de energia.

 **Objetivo geral do workshop:** Educar os participantes sobre a importância da eficiência energética e como implementar práticas de poupança de energia nas comunidades.

Objetivo específicos do Workshop:

- Explorar diferentes fontes de energia a nível global, incluindo fontes tradicionais e renováveis, e examinar os seus respetivos impactos na economia, política, sociedade e ambiente.
- Educar os jovens sobre a importância da eficiência energética na redução do impacto negativo da dependência energética.
- Enfatizar o papel dos indivíduos, e das comunidades, na redução do consumo de energia e na promoção da sustentabilidade.
- Envolver os jovens na identificação e discussão de hábitos diários e na tomada de medidas concretas para reduzir o seu próprio consumo de energia, promovendo a eficiência energética nas suas vidas pessoais.

 **Competências a desenvolver:** Literacia digital; Competências analíticas; Auto-reflexão, autoavaliação; Trabalho em equipa; Pensamento crítico; Competência cívica.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Pesquisa e análise; Apresentação teórica; Exibição de vídeos; Trabalho em grupo; Trabalho individual; Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (15 minutos)

O técnico de juventude deve começar o workshop com um energiser que relaxe os participantes, mas também lhes permita introduzir o tema. Uma das possibilidades é a dinâmica "A órbita", na qual os participantes representam elétrões e núcleos de átomos. Esta atividade requer um espaço livre para caminhar/correr e pode ser realizada em ambientes fechados ou exteriores.

O técnico de juventude convida o grupo a formar um círculo. Cada participante deve escolher outra pessoa do grupo, sem deixar que ninguém saiba quem é. Quando o técnico de juventude dá

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

o sinal para começar, todos os participantes tentam correr à volta da pessoa que escolheram — a pessoa-alvo ainda não saberá que foi escolhida. Depois que cada participante orbitar a pessoa escolhida três vezes, todos podem parar de correr.

A próxima rodada será um pouco mais exigente. Agora, cada participante deve escolher duas pessoas e tentar orbitar ao redor delas. O técnico de juventude dá o sinal para começar. Assim que o objetivo for cumprido, os participantes podem parar de correr.

Para demonstrar como mais trabalho requer mais energia, o técnico de juventude introduz a terceira rodada. Agora, cada participante deve escolher três outras pessoas e tentar orbitar ao redor delas. Depois que todos fizerem a grande órbita, podem parar de correr.

Quando o grupo se acalmar um pouco, o técnico de juventude introduz o tema do workshop, e estabelece a relação com o energiser: para os seres vivos, a fonte de energia é a comida; toda a cadeia de produção de alimentos depende de outras fontes de energia necessárias para a agricultura, transporte, embalagem, processamento de alimentos, distribuição em lojas/mercados, etc.; de onde vem toda essa energia e como estamos relacionados com ela?

II. O nosso mundo em dados – pesquisa e apresentação (45 minutos)

O técnico de juventude divide os participantes em pequenos grupos de 3-4 pessoas. Cada grupo recebe uma ou duas tarefas (dependendo do número de grupos) para encontrar dados específicos sobre a população mundial, produção/consumo de energia, emissões de gases de efeito estufa, produção de plástico e similares na base de dados científica online "Our World in Data" – ourworldindata.org/

Aqui estão alguns exemplos:

- Qual era o número da população global e da Europa 30 anos antes de nasceres, no ano em que nasceste e qual é atualmente? <https://ourworldindata.org/grapher/world-population-by-world-regions-post-1820>
- Qual era a área de terras agrícolas per capita disponível 20 anos antes de nasceres, no ano do teu nascimento e 10 anos depois? <https://ourworldindata.org/grapher/total-agricultural-land-use-per-person>
- Qual era a emissão per capita de dióxido de carbono no mundo no ano em que os teus pais nasceram, no ano em que nasceste e há 5 anos atrás?
<https://ourworldindata.org/grapher/annual-co-emissions-by-region>
- Qual era a produção cumulativa mundial de plástico no ano em que os teus pais nasceram, no ano em que nasceste e há 5 anos atrás? <https://ourworldindata.org/grapher/global-plastics-production>
- Qual era a produção de carvão na China e nos EUA no ano em que os teus pais nasceram e no ano em que nasceste? <https://ourworldindata.org/grapher/coal-production-by-country>
- Quantas pessoas habitavam áreas urbanas no ano em que os teus pais nasceram, no ano em que nasceste e como está atualmente? <https://ourworldindata.org/grapher/urban-and-rural-population?time=1960..2021>

Durante a pesquisa, o técnico de juventude deve estar disponível para ajudar os grupos, se necessário. Cada grupo encontra os dados, anota-os num papel junto com o tópico (por exemplo, população mundial, produção de plástico...) e decide quem os apresentará brevemente aos outros grupos. Um a um, os grupos apresentam a tarefa que receberam e os dados que encontraram, e colam o papel na parede. No final das apresentações, todos os papéis são alinhados na parede e os dados pesquisados estão visíveis para todos.

O técnico de juventude tira as principais conclusões com base nos dados e nas correlações entre eles.

III. Exposição teórico, exibição de vídeos e discussão (30 minutos)

IPara clarificar um pouco os dados que os participantes pesquisaram e colocá-los num contexto mais amplo, o técnico de juventude apresenta dois vídeos educativos curtos relacionados com a produção e o consumo de energia. Após cada vídeo, que fornece aos participantes factos e números sobre como a energia é produzida e os recursos necessários, o técnico conduz uma breve discussão para verificar se os participantes compreenderam o conteúdo e se têm alguma questão.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Os links para os vídeos estão disponíveis na secção "Documentos de apoio e leituras adicionais". O principal objetivo desta parte do workshop é apresentar as fontes de energia e as fontes de energia renováveis, bem como a sua correlação com as emissões de gases com efeito de estufa e o impacto no ambiente

Depois da exposição teórica, o técnico de juventude anuncia uma pequena pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes precisarem).

IV. Autoavaliação da eficiência energética (40 minutos)

Para evitar o efeito de "ecofobia" – sentir-se sobrecarregado pela dimensão dos problemas ambientais relacionados com a produção/consumo de energia – o técnico de juventude deve agora reduzir a escala e definir com os participantes o que podem fazer nas suas casas/escolas/comunidades no que diz respeito ao consumo de energia de forma sábia e racional. Apresenta o conceito de eficiência energética – realizar a mesma tarefa ou produzir o mesmo resultado utilizando menos energia – e propõe focar-se na eficiência energética nas habitações e no uso eficiente de dispositivos eletrónicos.

O técnico de juventude apresenta um questionário com duas secções – uma relacionada com as habitações e outra com os hábitos pessoais no uso de dispositivos eletrónicos. Durante o workshop, os participantes preenchem individualmente a secção sobre os hábitos pessoais, discutem brevemente os resultados e, em conjunto, sugerem formas de se tornarem mais eficientes em termos energéticos. Durante a discussão, o técnico de juventude deve referir-se aos dados dos vídeos e à base de dados utilizada no início do workshop, explicando claramente aos participantes que cada um de nós contribui para o quadro global.

V. Detetives da eficiência energética e conclusão (20 minutos)

Após a verificação da eficiência energética pessoal, o grupo lê as perguntas relacionadas com a eficiência energética nas habitações. O/a animador/a de juventude deve assegurar-se de que todos compreendem as perguntas e pedir-lhes que decidam se gostariam de fazer o levantamento na sua escola ou na sua casa/edifício. Este levantamento incluirá a observação e a entrevista com os membros do agregado familiar e o pessoal da escola. Os participantes e o/a animador/a de juventude devem concordar sobre a data da próxima reunião, onde irão apresentar os resultados do levantamento. Os participantes podem trabalhar nesta tarefa individualmente, em pares ou em pequenos grupos.

Após concordarem sobre como o levantamento será realizado, o técnico de juventude faz o encerramento do workshop com as principais conclusões e abre espaço para uma sessão de perguntas e respostas, garantindo que nenhuma questão ou dúvida fica por resolver

Material necessário: um espaço de trabalho suficientemente grande para dividir os participantes em vários grupos de trabalho mais pequenos, telemóveis, tablets ou portáteis para o trabalho de pesquisa (um dispositivo por grupo), ligação à internet, projetor, folhas de flipchart, papéis, marcadores, questionários impressos sobre eficiência energética para cada participante, canetas.

Documentos de referência e leitura adicional:

- **O nosso mundo em dados**

<https://ourworldindata.org/>

- **Quanta eletricidade é necessária, para alimentar o mundo?**

https://www.ted.com/talks/ted_ed_how_much_electricity_does_it_take_to_power_the_world

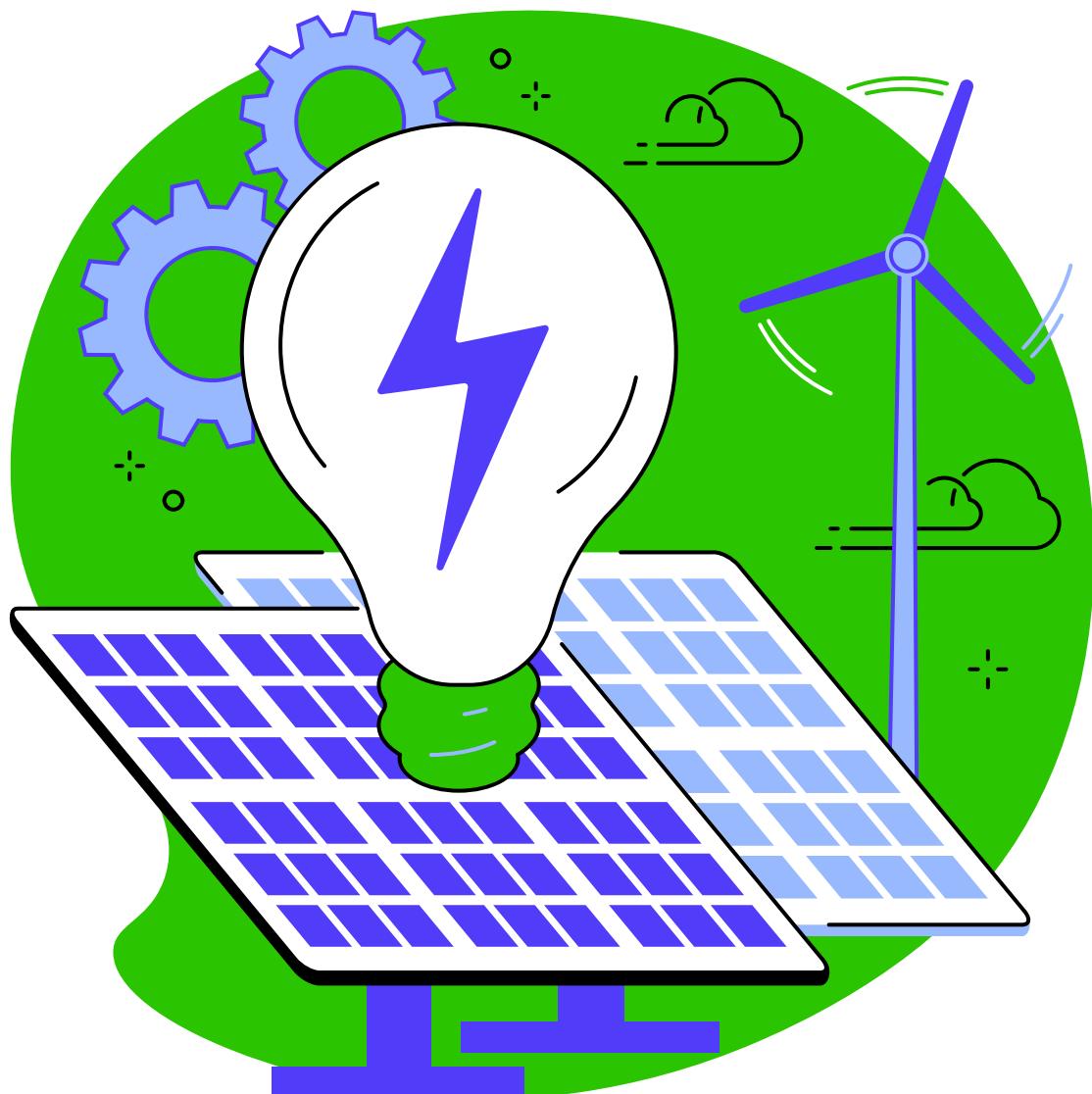
PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

- Quanta terra é necessária, para alimentar o mundo?

https://www.ted.com/talks/ted_ed_how_much_land_does_it_take_to_power_the_world?

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem preparar todos os materiais necessários com antecedência e familiarizar-se com os dados com que os participantes irão trabalhar na primeira parte do workshop, de modo a poderem apontar as correlações entre eles e dar explicações adicionais.
- A ligação à internet e os dispositivos eletrónicos são essenciais para este workshop, e antes de propor o workshop, os técnicos de juventude devem certificar-se de que têm todos os materiais necessários no espaço de trabalho.



Campanha para transportes “verdes”

 **Título do Workshop:** Campanha para transportes “verdes”

 **Duração:** 210 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** O transporte sustentável oferece inúmeros benefícios, sendo um dos mais destacados a redução significativa da pegada ambiental de uma nação. O transporte público destaca-se como um exemplo primordial de trânsito sustentável, especialmente em regiões urbanas densamente povoadas. Representa um meio mais rápido, seguro e acessível de transportar grandes números de pessoas, apresentando uma maior eficiência e emitindo menos poluentes por quilómetro e por passageiro em comparação com veículos de ocupação única. Além disso, contribui para a redução do volume total de automóveis nas estradas, da necessidade de lugares de estacionamento, deixando assim mais espaço para a criação de áreas verdes nas cidades. A juventude e o transporte estão intimamente ligados, pois os jovens muitas vezes necessitam de maior acesso ao transporte para participar em atividades como educação, emprego e lazer. Infelizmente, as suas necessidades de mobilidade, comportamentos de viagem e expectativas raramente são considerados e ainda menos integrados nas políticas de transporte. Neste workshop, os participantes podem criar um modelo de cidade com um sistema de transporte verde ideal, adaptado às suas necessidades, e pensar em como poderiam apresentá-lo aos seus pares.

 **Objetivo geral do workshop:** Promover opções de transporte sustentável entre os jovens para reduzir a pegada de carbono e destacar o papel das campanhas nesta matéria.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre o conceito de transporte sustentável e os seus benefícios, especialmente na redução do impacto no ambiente e na saúde.
- Examinar benefícios adicionais do transporte público, como a redução do volume de carros nas estradas, a minimização da necessidade de lugares de estacionamento e a criação de oportunidades para espaços verdes nas cidades.
- Facilitar o pensamento criativo e as competências de resolução de problemas entre os jovens enquanto conceptualizam e desenham uma cidade modelo com um sistema de transporte verde ideal.
- Incentivar os jovens a pensar em como podem apresentar de forma eficaz o conceito da sua cidade modelo e do sistema de transporte verde aos seus pares, promovendo o envolvimento e a defesa do transporte sustentável entre os jovens.

 **Competências a desenvolver:** Pensamento criativo; Resolução de problemas; Literacia digital; Trabalho em equipa; Comunicação; Competências de apresentação; Competência cívica.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Trabalho em equipa; Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (15 minutos)

Para introduzir o tópico e descobrir a atitude do grupo em relação ao transporte “verde”, o técnico de juventude propõe a dinâmica “Eu defendo”. Convida os participantes a se posicionarem no meio da sala de trabalho e indica que um canto da sala representa o “Concordo”,

enquanto o canto oposto representa o "Não concordo". O técnico lê uma afirmação, e os participantes deslocam-se para o canto apropriado, dependendo se concordam ou discordam da afirmação lida. Após cada afirmação, o técnico deve pedir a 2-3 participantes que expliquem brevemente o seu ponto de vista.

As afirmações devem estar relacionadas com diferentes aspectos do transporte verde em geral (saúde, ambiente, cidadania, etc.), mas também com as questões de mobilidade da sua cidade.

Por exemplo:

- O transporte em geral tem um grande impacto apenas na poluição do ar, não em outros aspectos ambientais.
- Atualmente, as emissões dos transportes representam cerca de 25% do total de emissões de GEE (gases com efeito de estufa) da UE.
- O sistema de transporte público na minha cidade é suficiente para todas as minhas necessidades de mobilidade.
- A minha cidade tem um sistema de mobilidade seguro e bem organizado para deslocações de bicicleta.
- Não me sinto seguro/a ao usar a bicicleta como meio de transporte.
- A proporção de áreas verdes e estacionamentos na minha cidade é igual.
- Um sistema de transporte sustentável melhora a saúde e o bem-estar das pessoas.
- Poderia dar sugestões sobre como o sistema de transporte na minha cidade poderia ser melhorado e ajustado às necessidades dos jovens.

O técnico de juventude deve verificar todos os factos e números relacionados com as afirmações que serão utilizadas. Para as afirmações gerais, o site da Agência Europeia do Ambiente, na secção sobre Transporte e Mobilidade, é altamente recomendado (o link pode ser encontrado na secção "Documentos de referência e leituras adicionais"). Além de afirmações gerais, podem ser adicionadas afirmações muito específicas relacionadas com as realidades locais. É importante que o animador juvenil esteja ciente de que o objetivo desta atividade não é testar o conhecimento dos participantes, mas sim conhecer a sua opinião sobre o tópico. No entanto, após cada afirmação, o animador juvenil deve apoiar a afirmação com factos e números verificados (exceto para as afirmações que se referem a como os participantes se sentem sobre algo).

II. Transporte "verde" de acordo com as nossas necessidades – mapeamento da cidade (45 minutos)

Usando as informações fornecidas pelos participantes durante a dinâmica anterior, o técnico de juventude introduz a próxima atividade. Dependendo do número de participantes, ele pode formar vários grupos mais pequenos, se necessário, garantindo que os grupos tenham no máximo 6 membros.

Cada grupo recebe os mesmos materiais: um grande mapa impresso em preto e branco da sua própria cidade (formato B2 ou maior) e marcadores. Após os participantes analisarem o mapa, o animador juvenil dá as seguintes instruções:

1. Marcar no mapa todos os locais que frequentam semanalmente – escola, casa, amigos, familiares, locais de lazer, etc. Todos os membros do grupo devem marcar no mapa, com um marcador, todos os locais importantes.
2. Discutir no grupo como se deslocam de um local para o outro (por exemplo: maioritariamente a pé, transporte público, pais/responsáveis têm de me levar de carro, bicicleta, partilha de carro com um amigo, etc.) e tomar notas para identificar qual o tipo de mobilidade mais comum e frequente.
3. Enumerar todos os problemas que encontram relacionados com a sua mobilidade (ex.: autocarros atrasados ou superlotados, demasiado trânsito, inseguro para ciclistas, etc.).
4. Escolher um dia da semana em que viajam mais e calcular quantos quilómetros percorrem.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Para a última tarefa, pode ser utilizado o Google Maps. Caso os participantes não tenham pelo menos um telemóvel por grupo, o técnico deve fornecer-lhes um tablet ou computador, bem como uma ligação à internet.

Caso o grupo seja dividido em grupos mais pequenos, todos devem apresentar brevemente os seus mapas e partilhar com os outros os resultados das tarefas 2, 3 e 4 – meio de transporte mais comum e frequente, problema mais frequente que encontram e número de quilómetros percorridos no dia escolhido.

III. Transporte “verde” de acordo com as nossas necessidades – criar o sistema de transporte verde perfeito no nosso mapa (60 minutos)

Agora começa a parte criativa do workshop. Usando o mesmo mapa com todas as localizações marcadas, os participantes têm a oportunidade de criar uma cidade com um sistema de mobilidade perfeito, adaptado às suas necessidades e segurança. Com diferentes cores e símbolos, eles devem marcar no mapa como gostariam de se deslocar pela cidade, onde adicionariam mais espaços verdes, onde removeriam um estacionamento/garagem, que meios de transporte gostariam de usar, e outros aspectos semelhantes. O técnico de juventude deve orientá-los com perguntas e motivá-los a pensar fora da caixa. É muito importante que não lhes dê ideias ou soluções; os participantes devem sentir-se à vontade para colocar no mapa tudo o que desejarem e não ter medo de propor algumas “ideias aparentemente absurdas” (como, por exemplo, uma autoestrada para skates na cidade).

No final desta etapa do workshop, caso os participantes tenham sido divididos em vários grupos menores, o técnico deve pedir a todos os grupos que decidam como querem apresentar o seu trabalho. Caso o grupo seja pequeno e todos tenham trabalhado juntos, não será necessária uma apresentação, e pode iniciar-se a discussão de imediato.

Após esta parte do workshop, o técnico de juventude anuncia uma curta pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes precisarem).

IV. Apresentações (45 minutos)

Todos os grupos prepararam as suas apresentações, e o técnico de juventude pergunta quem gostaria de apresentar primeiro.

Cada grupo terá aproximadamente 10 minutos para a apresentação, após os quais serão dedicados alguns minutos para perguntas e feedback dos outros participantes.

V. Discussão e exemplos de boas práticas (30 minutos)

Após a conclusão das apresentações, o técnico da juventude faz um resumo dos resultados, dá feedback e facilita a discussão, fazendo as seguintes perguntas:

- Foi difícil criar um sistema de mobilidade perfeito e verde que atenda às suas necessidades?
- Existiu algo que bloqueou o vosso processo criativo? Se sim, o quê?
- Ficaram surpreendidos com o número de quilómetros que percorrem num dia?
- Participariam ativamente numa campanha de transporte “verde”, se alguém a organizasse?
- Acham que os vossos amigos gostariam do sistema de mobilidade perfeito e “verde” que criaram?
- Como é que apresentariam esse Sistema de mobilidade aos vossos amigos?

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Neste ponto, o técnico de juventude destaca a importância da sensibilização e educação sobre transporte sustentável, uma vez que isso pode levar à redução significativa dos gases com efeito de estufa, melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas, melhorar as condições no ambiente local e trazer benefícios económicos.

No final do workshop, o animador juvenil pode partilhar alguns exemplos de boas práticas relacionadas com transporte verde, como as cidades mais amigas das bicicletas na Europa ou alguns exemplos locais.

Material necessário: Folhas de flipchart, canetas, marcadores, mapas impressos, tablets ou computadores, ligação à internet.

Documentos de referência e leitura adicional:

- **Agência Europeia do Ambiente, Transporte e Mobilidade:**

<https://www.eea.europa.eu/en>

- **Bike Hike Adventure: Cidades mais amigas das bicicletas na Europa em 2023**

<https://www.bikehike.com/blog/cycle-friendly-european-cities>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Se todos os participantes forem da mesma cidade, o respetivo mapa deve ser impresso. Se for um grupo misto, sugere-se usar um mapa aleatório (que não seja de nenhuma das cidades dos participantes), e o técnico de juventude deve adaptar a parte do mapeamento do workshop. O técnico deve preparar o mapa com antecedência e marcar os locais importantes, e os participantes continuarão a trabalhar com as informações fornecidas.



Criações artísticas ligadas ao meio ambiente

 **Título do Workshop:** Criações artísticas ligadas ao meio ambiente

 **Duração:** 270 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** O papel da arte na abordagem das questões ambientais é multifacetado. A arte possui uma capacidade única de despertar emoções, fomentar diálogos e estabelecer uma profunda ligação entre as pessoas e o mundo natural. Ela serve como uma ferramenta poderosa para aumentar a conscientização, cultivar laços emocionais e inspirar ações para combater os desafios colocados pela crise ambiental global. Neste workshop, será discutida a arte como ferramenta para abordar problemas ambientais locais e será iniciado um processo criativo.

 **Objetivo geral do workshop:** Aprender como a arte pode ser utilizada para sensibilizar sobre questões ambientais e como pode inspirar ações na comunidade.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre a interseção entre arte e defesa ambiental.
- Explorar diferentes formas de expressão artística (por exemplo, artes visuais, performance, literatura) e o seu potencial impacto na sensibilização para as questões ambientais.
- Promover discussões sobre como a arte pode inspirar ações e influenciar decisões políticas relacionadas com a conservação ambiental e a sustentabilidade.
- Incentivar os jovens a elaborar projetos ou iniciativas criativas que utilizem a arte para abordar desafios ambientais específicos nas suas comunidades.
- Inspirar um senso de empoderamento e agência entre os jovens, destacando o papel que os indivíduos podem desempenhar.

 **Competências a desenvolver:** Observação; Atenção ao detalhe; Pensamento criativo e crítico; Autoexpressão; Literacia: Competências específicas relacionadas com diferentes tipos de arte; Planeamento e gestão do tempo.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Brainstorming; Trabalho individual; Trabalho de equipa; Trabalho artístico: Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (10 minutos)

O workshop começa com um energiser divertido de corrida, para ativar todos os participantes, mas o mais importante, para fazer todos rirem e estimular a criatividade. Se possível, o energiser deve ser feito ao ar livre ou numa sala grande (as mesas e cadeiras devem ser encostadas às paredes). O técnico de juventude cola três pedaços de fita adesiva em cada participante, explicando que o objetivo é livrar-se de todas as suas fitas e colá-las noutras pessoas.

Parece fácil, mas... todos os outros também estão a tentar colar as suas fitas em ti, por isso... corre! Antes de dar o sinal de partida, o técnico pode dizer que as fitas representam alguns problemas dos quais os participantes querem livrar-se, entregando-os a outra pessoa para que

os resolva. Depois de dado o sinal de partida, começa a corrida, e todos tentam livrar-se dos seus problemas.

Depois de algum tempo, o técnico de juventude dá o sinal para parar o jogo e chama os participantes para se reunirem em círculo. O técnico pergunta aos participantes quem conseguiu livrar-se dos seus problemas e quem recolheu muitos problemas de outras pessoas, se foi mais fácil livrar-se deles ou se alguns ficaram colados às suas costas. O técnico conclui o exercício com o facto de que os problemas não desaparecem se os ignorarmos; os problemas têm de ser enfrentados, analisados e resolvidos!!

II. Brainstorming sobre os problemas ambientais locais (20 minutos)

Se o energiser foi realizado ao ar livre, agora é hora de voltar para dentro e iniciar o processo de brainstorming. O técnico de juventude convida os participantes a sentarem-se num grande círculo, a começarem a pensar nos problemas ambientais que notaram na sua comunidade/bairro/cidade e que gostariam de abordar. Antes do workshop, o técnico preparou um flipchart com as regras básicas do brainstorming, caso alguns dos participantes não estejam familiarizados com este método.

O conteúdo do flipchart pode ser o seguinte, e o técnico de juventude explica brevemente cada regra:

- Quanto mais ideias, melhor (neste caso, o número de problemas ambientais identificados na vossa comunidade e que gostariam de ver resolvidos);
- Mantenham o foco no tema (problemas ambientais na vossa comunidade, o foco deve permanecer neles, embora estejam muitas vezes intimamente relacionados com problemas sociais);
- Sem críticas (todas as propostas devem ser anotadas no flipchart sem analisar ou criticar, mesmo que, à primeira vista, pareçam ser demasiado grandes, como, por exemplo: poluição do ar);
- Incentivar ideias “fora da caixa” (ideias brilhantes podem parecer um pouco tolas no início, mas este é um espaço seguro, livre de julgamentos, para apresentá-las);
- Aproveitar as ideias dos outros (trabalhar em conjunto, e construir a partir das ideias dos outros, pode criar soluções inteligentes).

A sessão de brainstorming pode tornar-se muito emotiva e enérgica, e é importante que o técnico de juventude tenha experiência em facilitação. As regras básicas do brainstorming e de como conduzir uma sessão podem ser encontradas na secção de Documentos de Referência e Leituras Adicionais.

III. Início do processo criativo (30 minutos)

Após terem sido identificado os principais problemas ambientais que incomodam os participantes, é hora de cada um escolher o tipo de arte que gostaria de utilizar para abordar uma questão ambiental. Talvez alguns participantes já estejam envolvidos em algum tipo de arte, e será fácil para eles decidir como continuarão a trabalhar.

No entanto, entre os participantes, pode haver aqueles que não têm a certeza de como se expressar melhor artisticamente, e técnico de juventude oferece-lhes uma gama de possibilidades. Isto pode ser feito através de uma breve apresentação em PowerPoint, mostrando diferentes opções como: fotografia, vídeo, cartazes, murais, performances, música, poesia, etc., seguida de um exemplo concreto de uma canção, poema, cartaz, performance, etc. O técnico deve perguntar aos participantes se conhecem alguns exemplos ou se seguem alguns artistas que estejam envolvidos com questões ambientais. Se alguns participantes já estiverem envolvidos em alguma arte, podem mostrar o seu trabalho aos outros.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

No final desta parte do workshop, todos os participantes terão escolhido um tipo de arte preferido e terão expressado o seu desejo de trabalhar sozinhos ou em grupo. Agora, o técnico de juventude pode propor duas opções:

- o grupo pode escolher um problema ambiental da lista e trabalhar nele utilizando diferentes abordagens artísticas (desta forma, a preocupação com o mesmo problema será expressa de diferentes formas artísticas);
- cada um escolhe um problema diferente da lista.

Esta deve ser uma decisão de grupo. Quando todos tiverem escolhido o problema e o tipo de arte, precisam de pensar nos materiais de que necessitarão para continuar a trabalhar e verificar com o técnico se isso pode ser providenciado.

IV. Trabalho criativo, individual ou em grupo (120 minutos)

As próximas duas horas serão dedicadas ao trabalho criativo. Os participantes trabalharão individualmente, em pares ou em pequenos grupos e, dependendo do tipo de arte que escolheram, podem continuar a trabalhar no mesmo espaço ou ir para o exterior.

O técnico de juventude deve estar disponível durante o trabalho criativo, caso alguns participantes precisem de ajuda, conselhos ou materiais adicionais. Deve informar também os participantes de que todos devem voltar à sala o mais tardar em 90 minutos (caso saiam para o exterior) e que terão 30 minutos para finalizar a obra de arte ou preparar um esboço da obra para apresentá-la aos outros.

Após duas horas de trabalho criativo, o técnico da juventude prepara snacks e bebidas e convida todos para uma "pausa criativa" de 30 minutos, antes de começarem as apresentações.

V. Apresentações e discussão (45 minutos)

Mesmo que nem todas as obras de arte estejam concluídas, o técnico de juventude convida todos a apresentar o que estiveram a trabalhar e a partilhar a sua experiência. O técnico deve explicar que o trabalho criativo às vezes precisa de tempo... e que ninguém deve sentir-se mal se não terminou o que tinha planeado no tempo que tinha disponível.

Após cada apresentação, os participantes são incentivados com uma grande salva de palmas, e os outros podem fazer perguntas ou dar feedback.

VI. Conclusão e seguimento (15 minutos)

Para concluir este workshop, o técnico de juventude inicia uma breve discussão com as seguintes perguntas:

- Gostaste do trabalho criativo?
- Conseguiste expressar o que querias através da tua obra?
- Vais continuar a trabalhar na tua obra?
- Surgiram outras ideias durante o processo criativo?

Se os participantes expressarem que vão continuar a trabalhar na sua obra ou começar a trabalhar numa nova ideia, o técnico da juventude deve mostrar interesse em ver o resultado.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

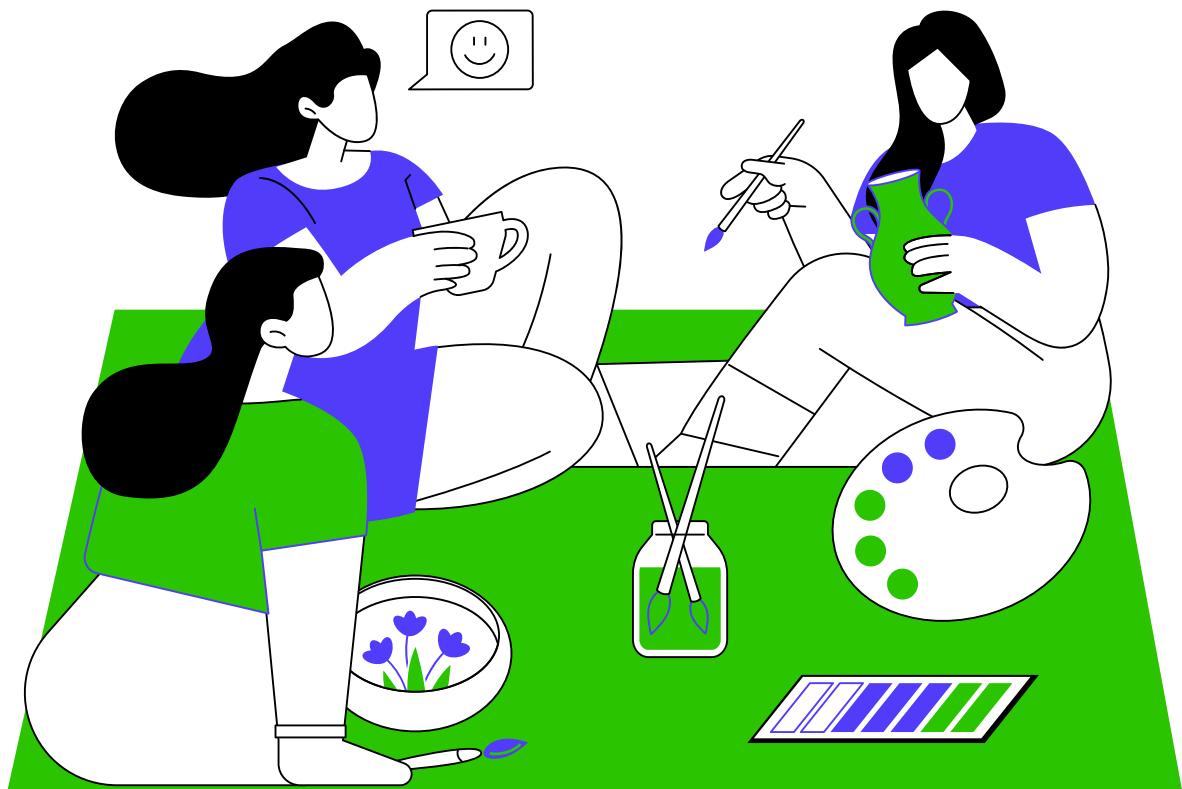
Material necessário: espaço ao ar livre (ou uma sala grande) para o energiser, papeis de flipchart, marcadores, smartphones, computadores portáteis, ligação à Internet, revistas, tesouras, papéis de cores diferentes, cola e outros materiais que o técnico de juventude possa achar úteis para a parte criativa da oficina.

Documentos de referência e leitura adicional:

- **7 regras essenciais para o brainstorming:** <https://www.mural.co/blog/brainstorming-rules>
- **Como facilitar uma sessão de brainstorming:** <https://www.mural.co/blog/run-a-brainstorming-session>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Para este workshop, os técnicos de juventude devem preparar uma vasta gama de materiais e ferramentas para o trabalho criativo, a fim de apoiar os participantes da melhor forma possível. Podem ser materiais para a criação de um cartaz, uma pequena performance, computadores portáteis com programas de design gráfico, sugestões de aplicações para telemóveis para edição de fotografias ou vídeos, etc.
- É importante que o técnico de juventude prepare exemplos concretos dos diferentes tipos de arte, para inspirar os participantes e despertar a sua criatividade.
- A duração sugerida para este workshop tem em conta que esta atividade será realizada num grupo de 10-12 participantes, e pode ser alterada de acordo com as necessidades do grupo (um grupo maior precisará de mais tempo para a parte de apresentação da oficina). Se for necessário mais tempo, os técnicos de juventude devem pensar numa pausa para almoço, em vez de apenas uma pequena pausa para o lanche. O horário exato deve ser comunicado aos participantes antes do início do workshop.



Práticas de Turismo Sustentáveis

 **Título do Workshop:** Práticas de Turismo Sustentáveis

 **Duração:** 195 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** A indústria do turismo é uma das que regista um crescimento mais rápido no mundo e, apesar do seu enorme contributo para os países turísticos, tem também um enorme impacto ambiental a nível global. O mesmo impacto pode ser sentido localmente durante a pandemia, quando os destinos turísticos nacionais ficaram sobrelotados devido às restrições às viagens internacionais. Tal como outros setores, a necessidade de práticas sustentáveis também existe no sector do turismo e é conhecida por diferentes nomes, como turismo sustentável, turismo verde ou ecoturismo. Neste workshop, os participantes irão explorar as práticas de turismo sustentável e debater a sua influência em diferentes aspectos da vida - aspectos económicos, sociais, ambientais e culturais.

 **Objetivo geral do workshop:** Conhecer os princípios do turismo sustentável e a forma como as comunidades podem adotar práticas de turismo respeitadoras do ambiente.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens acerca do impacto ambiental significativo da indústria do turismo à escala global, incluindo a sua contribuição para a poluição, o esgotamento de recursos e a destruição de habitats.
- Apresentar aos jovens o conceito de turismo sustentável e a importância de implementar práticas sustentáveis no sector do turismo para atenuar os seus impactos negativos.
- Discutir como o turismo sustentável pode contribuir para as economias locais, preservar os recursos naturais, promover a equidade social e proteger o património cultural.

 **Competências a desenvolver:** Competências analíticas; Comunicação; Pensamento crítico; Resolução de problemas; Trabalho em equipa; Capacidade de apresentação; Competência de cidadania.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Exposição teórica; Trabalho de grupo; Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a trabalhar (15 minutos)

O energiser será, ao mesmo tempo, utilizado para ativar o grupo e dividi-lo em vários grupos de trabalho mais pequenos. O técnico de juventude tem de preparar pequenos papéis (um por participante) e escrever em cada um uma das seguintes palavras: avião, comboio, bicicleta e carro (pode haver menos ou mais palavras, dependendo do número total de participantes). Todos os papéis são dobrados, colocados numa caixa e misturados. Agora convida-se os participantes a tirar um papel da caixa e a ler o que está escrito nele, sem o mostrar aos outros. Quando todos tiverem lido a palavra do papel, o técnico convida os participantes a formarem grupos sem falar com os outros, mas apenas imitando a palavra do papel. Depois de todos os participantes terem encontrado o seu grupo, o técnico de juventude pergunta-lhes qual dos meios de transporte consideram sustentável/não sustentável e utiliza-o para introduzir o tema do workshop.

II. Exposição Teórica (45 minutos)

Para garantir que os participantes compreendam os termos básicos do turismo sustentável, que serão necessários para o trabalho em grupo, o técnico de juventude faz uma breve apresentação para explicar os fundamentos do turismo sustentável. A apresentação deve incluir o seguinte:

- Definição de turismo sustentável;
- Pilares Ambiental, Social e Cultural/Educativo do turismo sustentável
- Impacto no ambiente local;
- Impacto no aspeto social e cultural da comunidade;
- Impacto na economia local;
- Exemplos de turismo sustentável;
- Ecoturismo ou “greenwashing”?

Os participantes podem fazer perguntas e pedir esclarecimentos durante a apresentação e, se tiverem alguma experiência com turismo sustentável, podem partilhá-la com o grupo.

III. Trabalho de Grupo (60 minutos)

Após a exposição teórica, o técnico de juventude convida os participantes a fazer uma análise aprofundada de 4 segmentos do turismo sustentável. Eles continuarão a trabalhar em 4 pequenos grupos. Os tópicos que devem discutir são os seguintes:

- Grupo 1: Quais são as preocupações ambientais do turismo sustentável?
- Grupo 2: Qual é o impacto social do turismo sustentável?
- Grupo 3: Como é que o turismo sustentável impacta o património cultural?
- Grupo 4: Quais são os benefícios económicos para os locais com o turismo sustentável?

Cada grupo recebe flipcharts e marcadores, para tomar notas e preparar uma breve apresentação para os outros grupos. Os participantes podem usar os seus telemóveis para procurar factos e exemplos relacionados com o seu tópico e têm também a responsabilidade de decidir como querem apresentar as conclusões – escolhendo um representante ou apresentando em conjunto como grupo.

O técnico de juventude deve estar disponível durante o trabalho em grupo, para passar de grupo em grupo e verificar se os participantes têm perguntas ou precisam de algum esclarecimento.

Antes das apresentações, o técnico anuncia uma curta pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes expressarem essa necessidade).

IV. Apresentação (40 minutos)

O técnico de juventude convida os grupos de trabalho a preparar a sala como se fosse uma assembleia, para apresentar os seus resultados. Quando a sala estiver pronta, o primeiro grupo começa a apresentação. Cada grupo tem até 7 minutos para apresentar os resultados, após os quais os outros grupos podem fazer perguntas ou comentários. O técnico convida os participantes a ouvir atentamente as apresentações e a refletir sobre como estes diferentes segmentos estão interligados e como influenciam uns aos outros

V. Discussão e conclusão (20 minutos)

Depois de todas as apresentações, o técnico de juventude inicia uma discussão focada em como estes quatro segmentos estão interligados, orientando os participantes através das seguintes perguntas:

- O conceito de turismo sustentável era novo para ti?
- Foi difícil encontrar respostas para a tua pergunta?
- Como estão os aspetos ambientais e sociais do turismo sustentável ligados?
- Qual é a ligação entre os aspetos social e o económico?
- Achas que o turismo sustentável considera o património cultural importante? Porquê?
- Como é que os jovens podem estar envolvidos nas ofertas de turismo sustentável?

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Material necessário: Papel, canetas, uma caixa pequena para o energiser, flipcharts, marcadores coloridos, ligação de internet, projetor.

Documentos de referência e leitura adicional:

- **Unir a juventude pelo Ecoturismo**

<https://yeeenet.eu/wp-content/uploads/2018/11/Uniting-youth-for-ecotourism-publication.pdf>

- **Práticas de Turismo Sustentável**

<https://enterclimate.com/blog/sustainable-tourism-practices/>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Se existirem exemplos locais ou nacionais de práticas de turismo sustentável, os técnicos de juventude devem partilhá-los com os participantes ou, se possível, até convidar indivíduos que estejam ativamente envolvidos nessas práticas como oradores convidados.



Nós comemos os nossos desperdícios?

 **Título do Workshop:** Nós comemos os nossos desperdícios?

 **Duração:** 255 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** Quando deitamos fora o nosso lixo, especialmente se o separarmos em diferentes caixotes, gostamos de pensar que ele será tratado da melhor forma possível para o nosso ambiente. Gostamos de pensar que fizemos a nossa parte e agora esperamos que os serviços públicos de gestão de resíduos e as autoridades responsáveis façam a sua parte. Infelizmente, a gestão de resíduos não é muito eficiente em muitos países, incluindo alguns bem desenvolvidos. A maior parte do lixo produzido globalmente acaba em aterros ilegais, rios, lagos e oceanos, onde se decompõe lentamente. Várias pesquisas realizadas nos últimos 50 anos mostram que o lixo plástico, com o tempo, se degrada e se transforma em micro e nano plásticos, que atualmente podem ser encontrados literalmente em todo o lado – no solo, na água, no ar, nos alimentos e até nos nossos corpos! Em outras palavras, o nosso lixo plástico, após algum tempo, acaba por voltar para os nossos pratos!

Este workshop permitirá aos participantes explorar o problema dos microplásticos, analisar que tipo de resíduos plásticos mais contribuem para este problema e descobrir formas de reduzir a sua pegada plástica.

 **Objetivo geral do workshop:** Compreender as consequências da má gestão dos resíduos no exemplo dos microplásticos e aprender sobre práticas eficazes de redução de resíduos.

Objetivos: específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre a falta de eficiências e desafios dos sistemas de gestão de resíduos a nível global, incluindo a prevalência de aterros ilegais e a poluição de corpos de água naturais com resíduos
- Aumentar a consciência entre os jovens sobre o impacto a longo prazo dos resíduos plásticos no meio ambiente, particularmente a sua degradação em microplásticos.
- Analisar os diferentes tipos de resíduos plásticos que contribuem para a formação de microplásticos.
- Incentivar os jovens a refletir sobre os seus hábitos de consumo e identificar áreas onde podem fazer escolhas conscientes para reduzir a sua pegada plástica, explorando alternativas aos plásticos de uso único.

 **Competências a desenvolver:** Competências analíticas; Literacia digital; Pensamento crítico; Comunicação; Competências de apresentação; Trabalho em equipa; Cidadania.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Análise; Exposição teórica Trabalho em grupo; Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a trabalhar (30 minutos)

Para introduzir o tema do workshop, o técnico de juventude inicia a atividade "Caça ao Tesouro Sustentável", realizada em pequenos grupos de 3-4 participantes. Quando os grupos são formados, cada um recebe uma lista de itens ou tarefas relacionadas com resíduos plásticos e

redução de resíduos plásticos. Por exemplo: garrafa de água reutilizável, caixotes de reciclagem, item de plástico de uso único, lixo plástico descartado de forma inadequada, um produto que contenha poliéster, um exemplo de um animal ameaçado por resíduos plásticos, etc. O técnico define um limite de tempo para a caça ao tesouro, como 15-20 minutos, dependendo do tempo disponível e do número de itens na lista. Os participantes espalham-se para procurar os itens da lista. Podem tirar fotos ou gravar vídeos com cada item que encontrarem para documentar o seu progresso ou, se possível, levar o item consigo. Assim que o tempo terminar, todos regressam à sala de trabalho e apresentam os itens encontrados. O técnico de juventude facilita a discussão, assegurando que cada item seja brevemente abordado e questiona os participantes sobre a sua relevância para a sustentabilidade e a redução de resíduos plásticos

II.O nosso mundo em dados – resíduos plásticos (45 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a sentarem-se e anuncia que irão continuar a trabalhar em pequenos grupos. Para compreenderem melhor a gravidade do problema global dos resíduos plásticos, cada grupo recebe uma ou duas tarefas (dependendo do número de pequenos grupos) – para encontrar dados específicos relacionados com a produção de plástico e a eliminação de resíduos plásticos na base de dados científica online “Our world in data” – ourworldindata.org/

Aqui estão alguns exemplos:

- Qual foi a produção global de plástico no ano em que os teus pais nasceram, no ano em que nasceste e há 5 anos? <https://ourworldindata.org/grapher/global-plastics-production>
- Qual é a diferença na representação dos métodos de eliminação de resíduos nos EUA, na China e na Europa? <https://ourworldindata.org/grapher/plastic-fate>
- Quais são os países com a maior quantidade de resíduos plásticos mal geridos no mundo? <https://ourworldindata.org/grapher/plastic-waste-mismanaged>
- Qual foi o país que teve o maior aumento na reciclagem de plástico entre os anos 2000 e 2019? <https://ourworldindata.org/grapher/share-plastic-waste-recycled>
- Qual é a percentagem de resíduos plásticos que foram reciclados, depositados em aterros, incinerados e mal geridos na Europa nos anos de 2000 e 2019? [https://ourworldindata.org/grapher/share-plastic-fate?
time=2019&country=~OWID_EUR](https://ourworldindata.org/grapher/share-plastic-fate?time=2019&country=~OWID_EUR)
- Quanto aumentou a acumulação de resíduos plásticos em rios e lagos entre 2000 e 2019 na Europa, EUA e China?

Durante a pesquisa, o técnico de juventude deve estar disponível para ajudar os grupos, se necessário. Cada grupo encontra os dados, escreve-os numa folha de papel juntamente com o tópico (por exemplo, produção global de plástico, acumulação de resíduos plásticos em rios e lagos...) e decide quem os apresentará brevemente aos outros grupos.

Um por um, os grupos lêem a tarefa que receberam e os dados que encontraram e colam o papel na parede. No final das apresentações, todos os papéis estão alinhados na parede e os dados pesquisados são visíveis para todos. O técnico de juventude tira as principais conclusões com base nos dados e nas correlações existentes.

III. Theoretical input and video screening (45 minutes)

Para compreenderem melhor a gravidade da produção e do uso do plástico, e como as nossas vidas diárias estão ligadas a vários tipos de plástico, o técnico de juventude mostra aos participantes o gráfico “Produção global de plástico primário por setor industrial de 1990 a 2019”, da plataforma “Our World in Data” (<https://ourworldindata.org/grapher/plastic-production-by-sector>). O técnico deverá chamar a atenção para o aumento em cada setor, mas especialmente para o setor de Embalagens, que apresenta o maior aumento. Com base nestes dados e nos dados que os participantes exploraram e apresentaram, o animador juvenil tira conclusões e correlações entre o crescimento da população global, o crescimento do consumo global e o crescimento da produção e eliminação de resíduos globais. Os problemas ambientais relacionados com os resíduos plásticos que podemos observar são ecossistemas poluídos, má

gestão de resíduos que leva à emissão de gases de efeito estufa e várias espécies de animais ameaçadas diretamente pelos resíduos plásticos (por exemplo, aves, tartarugas marinhas, peixes, etc.). Mas, nas últimas décadas, existe um problema invisível relacionado com os resíduos plásticos – a poluição por microplásticos na água, no ar e no solo. Agora, o técnico pergunta aos participantes se já ouviram falar deste problema e explica o termo microplástico e a influência que ele tem no ambiente e na saúde humana. O gráfico seguinte mostrará aos participantes que vários tipos de polímeros (frequentemente também designados como “tipos de plástico”) usados para a produção de vários produtos plásticos contribuem para o problema dos microplásticos. No final desta parte do workshop, é exibido um breve vídeo sobre a quantidade de microplásticos que consumimos com a nossa comida.

Depois da exposição teórica, o técnico da juventude anuncia uma pausa de 30 minutos

IV. Que polímero está no meu produto? (45 minutos)

Os participantes voltam a dividir-se em pequenos grupos de trabalho e sentam-se à mesa. Cada grupo recebe 2 produtos de plástico com etiquetas e a sua tarefa é analisar quais os polímeros que eles contêm. Devem ler cuidadosamente o rótulo do produto e anotar o tipo/tipos de polímeros que ele contém. Os produtos podem ser, por exemplo: frasco de champô, toalhetes húmidos, garrafa de água, talheres de plástico, rímel, lata de tinta, etc. Se encontrarem apenas as abreviaturas dos polímeros nos rótulos, podem usar os seus telemóveis para encontrar o nome completo do polímero. Depois disso, devem verificar se conseguem encontrar as etiquetas nas suas roupas e verificar se as suas roupas contêm alguns polímeros. Atualmente, os cientistas estimam que os têxteis produzem 35% da poluição por microplásticos nos oceanos do mundo (sob a forma de microfibras sintéticas), o que faria dos têxteis a maior fonte conhecida de poluição marinha por microplásticos².

V. Como podemos reduzir a nossa pegada de microplásticos? (45 minutos)

Assim como existem diferentes formas de produzir microplásticos, que os participantes exploraram até agora no workshop, existem muitas formas de os reduzir, e é exatamente isso que eles irão explorar na continuação do workshop. Todo o grupo trabalha agora em conjunto para fazer uma lista de maneiras de reduzir a sua pegada de microplásticos. Enquanto os participantes discutem e dão sugestões, o técnico de juventude escreve-as numa folha de flipchart. O técnico aconselha-os a pensar sobre diferentes aspectos da sua vida:

- roupas – compra e manutenção;
- produtos de cuidados pessoais;
- alimentação – consumo e preparação;
- limpeza da casa;
- substituir produtos de uso único por produtos reutilizáveis.

VI. Discussão e encerramento (15 minutos)

Para concluir o workshop e motivar os participantes a aplicar as ações listadas para reduzir a poluição por microplásticos, o técnico de juventude facilita a discussão final, colocando as seguintes perguntas:

- Ficaste surpreendido com alguns dos dados que descobriste hoje?
- Qual foi a maior surpresa do dia?
- Achas que será fácil aplicar as ações identificadas?
- Achas que os teus colegas conhecem este problema?

Material necessário: lista da caça ao tesouro para cada grupo, telemóveis, tablets ou portáteis para o trabalho de pesquisa (um dispositivo por grupo), ligação à internet, projetor, folhas de flipchart, folhas de papel, marcadores, vários produtos com polímeros (o número depende do número de participantes; frasco de champô, toalhetes húmidos, garrafa de água, talheres de plástico, rímel, lata de tinta, etc.)

²IUCN, Primary microplastics in the Oceans,
<https://portals.iucn.org/library/sites/library/files/documents/2017-002-En.pdf>

Documentos de referência e leitura adicional:

- **A Terra tem um problema com o plástico escondido – Os cientistas estão à procura dele** <https://www.scientificamerican.com/article/microplastics-earth-has-a-hidden-plastic-problem---scientists-are-hunting-it-down/>
- **Dos peixes aos humanos uma invasão de microplásticos pode estar a provocar danos** <https://www.scientificamerican.com/article/from-fish-to-humans-a-microplastic-invasion-may-be-taking-a-toll/>
- **Formas simples de reduzir a poluição por microplásticos e o seu consumo diário** <https://www.perchenergy.com/blog/lifestyle/reduce-microplastic-pollution-consumption>
- **Quanto plástico ingerimos numa semana?** https://wwf.panda.org/wwf_news/?348337/Revealed-plastic-ingestion-by-people-could-be-equating-to-a-credit-card-a-week
- **Impacto da poluição por plásticos nos oceanos sobre as espécies marinhas, a biodiversidade e os ecossistemas** https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf_impacts_of_plastic_pollution_on_biodiversity.pdf
- **A tua dieta de plástico** <https://www.youtube.com/watch?v=xiuxHvAaZ2M>
- **O nosso mundo em dados – poluição por plástico** <https://ourworldindata.org/plastic-pollution>

Recomendações para futuros técnicos de juventude que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem preparar todos os materiais necessários com antecedência e familiarizar-se com os dados que os participantes irão trabalhar na primeira parte do workshop, para poder destacar as correlações entre eles e fornecer explicações adicionais.
- A ligação à internet e dispositivos eletrónicos são essenciais para este workshop. Antes de propor o workshop, os técnicos de juventude devem garantir que possuem todos os materiais necessários no espaço de trabalho..



Princípios básicos da construção ecológica

- ⓘ **Título do Workshop:** Princípios básicos da construção ecológica
- ⏰ **Duração:** 260 minutos (já com uma pausa incluída)
- 📚 **Enquadramento:** Casas construídas naturalmente utilizam materiais naturais locais, minimamente processados, abundantes e/ou renováveis. São projetadas para se adequar ao clima e à geografia, para utilizar eficientemente energia, água e outros recursos, proporcionando um abrigo modesto que pode durar muitos séculos. Idealmente, estas casas e a forma como são habitadas estão em equilíbrio e harmonia com o ambiente. Neste workshop, os participantes irão aprender sobre materiais naturais e técnicas de construção natural, que forneceram abrigo a pessoas durante milénios, e discutir com especialistas em construção como essas técnicas podem ser usadas para diminuir o impacto negativo das abordagens convencionais de construção
- 🌍 **Objetivo geral do workshop:** Criar um espaço para discussão sobre o conceito de construção sustentável e explorar boas práticas.

Objetivos geral do workshop:

- Educar os jovens sobre os princípios da construção natural e o uso de materiais naturais locais.
- Familiarizar os jovens com técnicas de construção tradicionais que foram usadas por comunidades durante milénios para construir casas de forma natural.
- Discutir a importância da utilização eficiente de energia, água e outros recursos no design e na construção de edifícios.

⚙️ **Competências a desenvolver:** Pensamento crítico e criativo; Competências práticas; Cooperação; Comunicação; Competência de cidadania.

⚙️ **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Exposição teórica; Trabalho em grupo; Apresentação; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (20 minutos)

Para introduzir o tema do workshop, o técnico de juventude e o especialista em construção natural convidado preparam 15-20 amostras de diferentes materiais e colocam-nas no centro de um círculo de cadeiras.

Depois, pedem aos participantes que dividam as amostras em 3 categorias diferentes: materiais usados na construção convencional, materiais usados na construção natural e materiais nunca usados na construção.

Os participantes podem conversar entre si enquanto dividem as amostras nos 3 grupos de acordo com as categorias, mas não podem falar com o especialista, mesmo que não consigam reconhecer o material. Quando todas as amostras estiverem reorganizadas, o especialista reflete sobre o trabalho realizado e introduz o tema do workshop

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

II. Exposição teórica, feita pelo especialista em construção natural (60 minutos)

O workshop continua com uma exposição teórica, sobre técnicas de construção natural e materiais naturais. Para isso, o especialista prepara uma apresentação em PowerPoint com os princípios básicos da construção natural e exemplos de diferentes técnicas de construção.

III. Trabalho em grupo – construção de uma casa modelo (120 minutos)

Como a construção natural é uma habilidade prática, as próximas 2 horas serão dedicadas à construção de uma casa modelo com materiais naturais.

Enquanto o especialista prepara os materiais (argila, palha, ramos, etc.) e as ferramentas e os coloca numa mesa grande, de onde os participantes os irão buscar para a sua estação de trabalho, o técnico de juventude divide os participantes em pequenos grupos de trabalho com 3-4 pessoas. Isto pode ser feito usando uma frase curta, por exemplo, "Eu amo lama". Os participantes ficam todos em círculo e cada um deles deve dizer em voz alta apenas uma palavra da frase. Um participante começa com a palavra "Eu", depois o que está à sua esquerda diz "amo", o próximo "lama", e o próximo começa novamente com "Eu". O grupo repete a frase tantas vezes quantas necessárias até que todos tenham dito uma palavra em voz alta. Depois, dividem-se nos grupos "Eu", "amo" e "lama". Dependendo do número de participantes, a frase poderá ter de ser mais longa.

Todos os grupos vão para as suas estações de trabalho, e o especialista dá-lhes instruções. A tarefa é construir uma casa modelo usando os materiais naturais disponíveis na mesa. Cada grupo pode decidir quais e quantos materiais diferentes usar e como desenhar a sua casa. Durante a exposição teórica, viram vários exemplos de design de casas naturais, então agora podem criar o seu próprio design.

Durante este trabalho prático, os participantes podem fazer perguntas e pedir sugestões ao especialista, que os orientará durante todo o processo.

No final, cada grupo deve dar um nome à sua casa e pensar numa breve apresentação.

IV. Apresentações e encerramento (60 minutos)

Cada grupo tem 5-7 minutos para apresentar a sua casa modelo, mencionando o nome, os materiais utilizados e as dificuldades encontradas durante a construção.

Após cada apresentação, o especialista dá o seu feedback, e os outros grupos podem fazer perguntas.

Depois de todas as apresentações, o especialista e o técnico de juventude concluem com as principais observações relacionadas com o trabalho prático, convidando os participantes a explorar mais a fundo a construção natural.

Material necessário: Papéis, canetas, folhas de flipchart, marcadores, materiais para o trabalho prático (a combinar com o especialista convidado), computador, projetor, ligação à internet

Documentos de referência e leitura adicional

- Edifícios "verdes"

<https://greenbuildingcanada.ca/green-building-guide/>

- Construir, com a Natureza em mente

<https://www.gaiakosovo.org/2020/02/02/building-with-nature-in-mind-publication-posters/>

- Construção Natural pelo mundo

<http://naturalhomes.org/naturalhomes.htm>

Recomendações para futuros técnicos de juventude que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem organizar este workshop em colaboração com um especialista em construção natural ou uma organização especializada no tema. A duração, os materiais necessários e o tamanho do grupo devem ser discutidos previamente
- É altamente recomendável organizar uma visita de estudo a uma construção natural na área circundante após o workshop, como uma atividade de seguimento para os participantes interessados.



Criação e lançamento de negócios ecológicos

ⓘ **Título do Workshop:** Criação e lançamento de negócios ecológicos

⌚ **Duração:** 210 minutes (já com uma pausa incluída)

📝 **Enquadramento:** Um negócio ecológico opera de maneira sustentável, causando um mínimo impacto negativo no ambiente, utilizando recursos renováveis locais sempre que possível, monitorizando a sua pegada de carbono, procurando minimizar qualquer impacto negativo no meio ambiente e na comunidade, e mantendo um forte compromisso social.

Cada vez mais, pequenas empresas e start-ups estão a desenvolver modelos de negócio sustentáveis para aumentar o seu impacto social e ambiental positivo.

Neste workshop, os participantes irão aprender sobre os princípios dos negócios ecológicos, analisando exemplos de boas práticas locais e como o seu plano de negócios pode ser economicamente viável, socialmente responsável e ambientalmente amigável.

Para a realização do workshop conforme proposto, serão necessários 3 técnicos de juventude, para o trabalho em grupo relacionado com os estudos de casos.

💡 **Objetivo geral do workshop:** Encorajar o empreendedorismo focado em modelos de negócios ecológicos

Objetivos específicos do workshop:

- Introduzir os jovens aos princípios e práticas fundamentais de negócios ecológicos, destacando a importância da sustentabilidade, do impacto ambiental mínimo e da responsabilidade social.
- Promover o pensamento crítico no desenvolvimento de ideias de negócios ecológicos e incentivar soluções criativas para os desafios ambientais.
- Facilitar oportunidades de networking para que os jovens se conectem com pares com ideias semelhantes, mentores e profissionais na área dos negócios ecológicos, promovendo a colaboração e a troca de ideias.

⚙️ **Competências a desenvolver:** Trabalho em equipa; Competências analíticas; Comunicação; Pensamento criativo; Pensamento crítico; Competência de cidadania.

⚙️ **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Trabalho de grupo; Estudos de caso; Brainstorming; Discussão.

○ **Plano do Workshop:**

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (15 minutos)

O técnico de juventude cumprimenta os participantes e introduz o energiser "Dedo cor-de-rosa" para iniciar o workshop de forma divertida. O técnico explica que vai dizer em voz alta uma parte do corpo e uma cor, e que a tarefa dos participantes é encontrar um objeto dessa cor na sala e tocá-lo com a parte do corpo escolhida. Por exemplo, se ele disser "cotovelo cinzento", os participantes precisam de encontrar algo cinzento na sala e colocar o cotovelo sobre esse objeto. Para tornar a atividade mais interessante, pode ser proposto um limite de tempo ou um limite ao número de pessoas que podem tocar no mesmo objeto. Algumas combinações de parte do corpo e cor serão fáceis de realizar, mas outras exigirão pensamento criativo para conseguir combinar as duas no tempo estipulado. Devem combinar-se tarefas fáceis com tarefas desafiadoras e guardar as duas mais desafiadoras para o final da atividade (isto depende muito do que ele/ela encontrar no espaço de trabalho).

Após várias rondas e as últimas duas tarefas desafiantes, o técnico faz referência às soluções criativas apresentadas pelos participantes e explica que, por vezes, é necessário ver as coisas comuns de uma perspetiva diferente para chegar a uma solução inovadora. Negócios ecológicos precisam deste tipo de pensamento criativo e crítico para encontrar a harmonia entre economia, sociedade e ambiente.

II. Estudo de caso – Conhecer um Negócio Ecológico (60 minutos)

Nesta parte do workshop, os participantes assumirão o papel de potenciais financiadores à procura de uma start-up ecológica para apoiar financeiramente, enquanto os técnicos de juventude apresentam 3 ideias. Os participantes dividem-se em 3 grupos mais pequenos, e cada grupo dirige-se a uma das estações de apresentação. Após 15 minutos, cada grupo vai para a próxima estação, e depois de mais 15 minutos, dirigem-se à terceira estação. Desta forma, todos os participantes ouvirão as 3 apresentações e poderão compará-las. Cada participante recebe uma ficha de avaliação com 3 colunas, onde deve fazer anotações que os ajudarão a escolher uma das start-ups. As colunas são: aspeto económico → lucro; aspeto social → pessoas; aspeto ambiental → planeta.

Antes do workshop, os técnicos de juventude devem escolher 3 exemplos de negócios ecológicos e preparar uma apresentação baseada nos 3 aspetos de avaliação. Em 45 minutos, eles apresentarão a sua ideia de negócio ecológico aos 3 pequenos grupos de trabalho, ou seja, aos potenciais financiadores. Devem assegurar-se de que, dentro dos 15 minutos, deixam algum tempo para que os participantes possam fazer perguntas.

Depois de os participantes ouvirem as 3 ideias de negócio, devem analisar as suas anotações e compará-las, fazem anotações adicionais ou conversam com outros participantes, se necessário, e escolhem a ideia de negócio que mais lhes agrada. O técnico de juventude verifica se todos tomaram uma decisão e convida os participantes para a sessão de brainstorming.

Idea 1 - nome da ideia		
Aspecto económico → lucro	Aspecto social → pessoas	Aspecto ambiental → planeta
O que torna esta ideia sustentável?		
Idea 2 - nome da ideia		
Aspecto económico → lucro	Aspecto económico → lucro	Aspecto económico → lucro
O que torna esta ideia sustentável?		
Idea 3 - nome da ideia		
Aspecto económico → lucro	Aspecto económico → lucro	Aspecto económico → lucro

III. Brainstorming sobre Start-ups Ecológicas para Escolas e Clubes de Jovens (45 minutos)

Depois de ouvirem sobre 3 negócios ecológicos e de os terem avaliado nos 3 aspetos, os participantes são convidados para uma sessão de brainstorming sobre que tipo de start-ups ecológicas poderiam organizar na sua escola ou centro de juventude. O técnico de juventude explica as regras do brainstorming, caso alguns dos participantes não estejam familiarizados com o método (mais detalhes sobre as regras de brainstorming podem ser encontrados no workshop "Criações artísticas ligadas ao meio ambiente").

Durante a sessão de brainstorming, o técnico de juventude toma notas e escreve em papel de flipchart todas as ideias que os participantes propõem. O técnico encoraja-os a "pensar fora da caixa", a propor ideias invulgares e a tentar gerar o maior número de ideias possível.

Quando os participantes esgotarem as ideias, o técnico de juventude convida-os a votar e a escolher 3 ideias que gostariam de desenvolver mais. Cada participante pega num marcador e coloca um ponto ao lado de 3 ideias. No final, as 3 ideias com mais pontos são escolhidas, escritas num papel de flipchart separado e desenvolvidas posteriormente.

Neste ponto, o técnico de juventude pode decidir, juntamente com os participantes, se irão trabalhar todos juntos nas 3 ideias ou se voltarão a dividir-se em 3 grupos de trabalho, sendo que cada grupo trabalha numa ideia.

Após a sessão de brainstorming, o técnico de juventude anuncia uma pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes precisarem).

IV. Desenvolvimento das 3 Ideias de Start-up (60 minutos)

O desenvolvimento das 3 ideias pode continuar num grupo grande ou em 3 grupos pequenos. Qualquer que seja o modo de trabalho escolhido pelo grupo, é importante que sejam guiados pelas seguintes perguntas (as perguntas podem ser escritas num papel de flipchart, impressas num papel para cada grupo ou projetadas a partir de um computador):

- Qual é a nossa ideia?
- Porque é que esta ideia é importante para nós?
- Que problema ambiental esta ideia aborda?
- De quem precisaremos de apoio para a concretizar?
- De que recursos precisamos (materiais e humanos)?
- Quais são as nossas principais atividades?

Cada ideia é desenvolvida num papel de flipchart separado, onde serão escritas as respostas. Se o trabalho continuar em 3 pequenos grupos de trabalho, os técnicos de juventude precisarão de dedicar algum tempo adicional às apresentações das ideias desenvolvidas. Cada grupo deve ter 10 minutos para apresentar a sua ideia e receber perguntas dos outros participantes. Se todos os participantes trabalharam juntos num único grupo, o técnico de juventude pode fazer um breve resumo das ideias desenvolvidas e continuar com a discussão final.

V. Discussão e encerramento (15 minutos)

O técnico de juventude felicita os participantes pelo seu trabalho criativo e facilita uma breve discussão, que levará às conclusões finais do workshop.

As perguntas podem ser as seguintes:

- Como te sentiste no papel de financiador?
- Foi fácil escolher uma das ideias apresentadas?
- Gostaste da sessão de brainstorming?
- Gostarias de implementar a ideia que desenvolveste?

Material necessário: Papel, canetas, formulários de avaliação, flipcharts, marcadores.

Documentos de referência e leitura adicional :

- **Modelos de Negócios sustentáveis** <https://ecocation.org/sustainable-business-models/>
- **Tornar-se um negócio ecológico** <https://www.business.qld.gov.au/running-business/environment/environmentally-friendly>
- **Eko kurir, Novi Sad, Serbia** <https://ekokurir.rs/>
- **Biciklinika, Osijek, Croatia** <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=RQIHdgXNUTI>
- **Plantiverse, Roma, Italy** <https://www.plantiverse.it/>
- **Planetiers, Lisboa, Portugal** <https://www.planetiers.com/>
- **Maria Granel, Lisboa, Portugal** <https://www.mariagranel.com/>
- **7 regras fundamentais do brainstorming** <https://www.mural.co/blog/brainstorming-rules>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude precisam de encontrar exemplos de boas práticas nos seus países para a segunda parte do workshop “Estudos de Caso – Conhecer um Negócio Ecológico” e preparar uma breve apresentação para cada exemplo, tendo em conta os princípios básicos dos modelos de negócio sustentáveis. Este workshop requer a participação de 3 técnicos de juventude na parte dos Estudos de Caso, e cada um deles deve estar familiarizado com o estudo de caso que vai apresentar.
- O técnico de juventude deve ter em consideração que os participantes poderão querer continuar a trabalhar na sua ideia e encontrar uma forma de a implementar. Pode ser necessário um workshop de seguimento ou apoio ao grupo de jovens na concretização da sua ideia. Isto também pode incluir a cooperação com a escola.



Práticas de vida sustentáveis

 **Título do Workshop:** Práticas de vida sustentáveis

 **Duração:** 180 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** As práticas sustentáveis podem ser aplicadas a vários níveis – individual, de grupo, organização, comunidade ou instituição. Em todos os níveis, é necessário ocorrer uma mudança no comportamento habitual, o que muitas vezes é um processo longo e complexo. Por vezes, embora saibamos que as nossas escolhas não são sustentáveis, é difícil alterá-las. Isso é especialmente difícil se estivermos sozinhos e não tivermos apoio dos outros. Mas, se um grupo de pessoas trabalhar em conjunto e concordar em adotar práticas sustentáveis, podem apoiar-se e motivar-se mutuamente, tornando todo o processo de mudança de comportamento mais fácil e duradouro. Neste workshop, os participantes terão a oportunidade de explorar como os princípios de sustentabilidade – Reutilizar, Reaproveitar, Reduzir e Recusar – podem ser aplicados ao nível da comunidade e como podem ser o motor dessa mudança.

 **Objetivo geral do workshop:** Explorar e discutir hábitos e práticas diárias que contribuem para um estilo de vida sustentável.

Objetivos específicos do workshop:

- Introduzir os jovens aos princípios da sustentabilidade: Reutilizar, Reaproveitar, Reduzir e Recusar, e discutir como estes princípios podem ser aplicados a nível comunitário para promover práticas sustentáveis e reduzir o impacto ambiental.
- Educar os jovens sobre o conceito de sustentabilidade e como pode ser aplicado a diferentes níveis, desde o individual até ao institucional.
- Enfatizar o papel do apoio de grupo e da colaboração na facilitação da mudança de comportamento em direção à sustentabilidade.
- Explorar oportunidades potenciais para implementar práticas sustentáveis a nível comunitário.
- Capacitar os participantes para se tornarem agentes de mudança nas suas comunidades, defendendo e implementando práticas sustentáveis.

 **Competências a desenvolver:** Comunicação; Colaboração; Pensamento criativo; Resolução de problemas; Competências organizacionais; Competências de cidadania.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Exposição teórica; Trabalho em grupo; Discussão.

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (15 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a levantar-se e introduz a atividade “Stop and Go”. Ao comando VAI do técnico, todos começam a andar pela sala, e ao comando PARA todos param e ficam parados num só lugar. O técnico repete os comandos várias vezes, alterando o ritmo de lento para rápido. Após algum tempo, anuncia que o significado dos comandos vai mudar, e que agora VAI significa parar, e PARA significa começar a andar. Agora, repete os

comandos várias vezes e observa quão fácil ou difícil é para os participantes segui-los e reagir da maneira acordada.

Após várias gargalhadas, o grupo reúne-se num grande círculo e o técnico salienta o facto de que por vezes não é fácil deixar de fazer as coisas da maneira que estamos habituados. E o mesmo se aplica à mudança de hábitos. Às vezes, embora saibamos que as nossas escolhas não são sustentáveis, temos dificuldade em mudá-las. É especialmente difícil se estiveres sozinho nisso e não tiveres apoio dos outros. Mas se um grupo de pessoas trabalhar em conjunto e concordar em adotar práticas sustentáveis, podem apoiar-se mutuamente, tornando todo o processo de mudança de comportamento mais fácil e duradouro.

II. Exposição teórica – O princípio dos 5 Rs (30 minutos)

Antes de começar a parte prática do workshop, é importante que o técnico de juventude faça uma breve apresentação sobre o princípio dos 5Rs, com um foco especial nos primeiros 4 princípios – Reutilizar, Reaproveitar, Recusar e Reduzir. Esta introdução teórica deve incluir o seguinte conteúdo:

- Definição do princípio dos 5R e os seus benefícios;
- Explicação de todos os princípios dos 5Rs;
- Exemplos de comportamentos/ações relacionados com cada um dos princípios dos 5Rs.

Durante a apresentação, o técnico deve assegurar-se de que os participantes compreenderam o conteúdo apresentado e pedir-lhes que deem exemplos de ações sustentáveis para os princípios de Reutilizar, Reaproveitar, Recusar e Reduzir. Todos os exemplos dados devem ser escritos pelo técnico num flipchart. Caso os participantes tenham dificuldade em dar exemplos, o técnico deve apresentar alguns

III. Dá uma segunda vida aos teus objetos (45 minutes)

Os papéis de flipchart com as ações sustentáveis propostas para os princípios de Reutilizar, Reaproveitar, Recusar e Reduzir devem estar visíveis no espaço de trabalho, pois irão guiar os participantes no trabalho que se segue.

Com base nas ações listadas nos papéis de flipchart, os participantes têm agora que pensar em itens que possam associar a essas ações, por exemplo, itens que tenham em casa mas que já não utilizam ou que usam muito raramente. Para os ajudar nesta tarefa, o técnico de juventude pede-lhes que façam uma “limpeza mental” ao seu quarto/armário/cave. Devem passar mentalmente por todas as suas roupas, livros, jogos, equipamento desportivo, joias, etc., e adicionar à lista os itens que já não utilizam. Muito provavelmente, concluirão que a maioria dos itens está em perfeitas condições e poderia, por exemplo, ser trocada por algo diferente.

Neste ponto, o técnico de juventude pergunta aos participantes se gostariam de organizar uma “troca de segunda mão” e dar uma segunda vida a esses itens valiosos que identificaram. Explica ainda que, através desta ação, 4 dos 5 princípios dos R podem ser abordados:

- Reutilizar, porque muitos itens serão reutilizados por outras pessoas (roupas, livros, jogos);
- Reaproveitar, porque alguns itens podem ser usados de forma diferente pelas pessoas que os receberão (roupas antigas para fazer novos itens, como sacos ou objetos decorativos);
- Recusar, porque ao aceitar um item de segunda mão, recusamos comprar itens novos;
- Reduzir porque, ao trocar os itens que temos, reduzimos a quantidade de coisas que compramos e, dessa forma, reduzimos a quantidade de resíduos que produzimos.

Todas estas ações são realizadas por indivíduos, mas como são feitas de forma organizada, toda uma comunidade pode envolver-se nelas. Desta forma, são tomadas ações concretas que promovem ainda mais práticas de vida sustentável.

Antes de iniciar o workshop de planeamento, o técnico anuncia uma pausa de 15 minutos (ou mais, se os participantes expressarem essa necessidade).

IV. Planeamento de uma troca na escola/centro de juventude (60 minutos)

O técnico de juventude apoia os participantes a elaborar um plano de ação e a discutir cada passo da "troca de segunda mão". Para isso, utiliza um modelo com o seguinte conteúdo:

- Quando será organizada a ação;
- Onde será organizada a ação;
- Quanto tempo durará a ação;
- Quantos participantes podem participar;
- Como e onde anunciar a ação;
- De quem precisamos de apoio para implementar a ação;
- Quais os recursos necessários para a implementação;
- Precisamos estabelecer algumas regras para os participantes da ação?

O técnico orienta-os passo a passo pelo modelo e pede aos participantes que tomem notas nos papéis de flipchart. Desta forma, os participantes irão, em conjunto, delinejar passos específicos que podem tomar para promover a sustentabilidade nas suas comunidades

V. Discussão e encerramento (15 minutos)

Para encerrar o workshop, o facilitador inicia uma breve discussão sobre como trabalhar em grupo pode proporcionar apoio mútuo, motivação e responsabilidade, tornando a mudança de comportamento em direção a um estilo de vida sustentável mais fácil e mais duradoura.

Material necessário: Flipcharts, marcadores, papel, canetas.

Documentos de referência e leitura adicional:

- Os 5Rs da Gestão de Resíduos <https://www.norcalcompactors.net/5rs-of-waste-management/>
- Os 5Rs do Desperdício Zero <https://www.youtube.com/watch?v=SoX5qBpdnl>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem estar familiarizados com os princípios dos 5Rs e preparar exemplos de ações sustentáveis relacionadas com eles, antecipadamente, para o caso de os participantes terem dificuldade em dar exemplos.
- A probabilidade de que este workshop necessite de uma atividade de seguimento é moderadamente alta. Os técnicos de juventude devem garantir que podem proporcionar um espaço para organizar uma "troca de segunda mão", caso os participantes se mostrem muito entusiasmados em organizá-la. Esta troca pode ser organizada no centro de juventude ou na escola (isto deve ser verificado com os professores e/ou o diretor da escola).
- Os técnicos de juventude devem estar familiarizados com o contexto social e económico dos participantes para evitar qualquer tipo de julgamento da sua parte em relação aos hábitos dos participantes, mas também para poderem facilitar discussões caso surjam julgamentos por parte dos participantes. Fatores sociais e económicos influenciam fortemente os hábitos, o que não os justifica, mas, tendo isto em mente, será mais fácil para os facilitadores evitar situações de conflito.

Técnicas sustentáveis de jardinagem

 **Título do Workshop:** Técnicas Sustentáveis de Jardinagem

 **Duração:** 215 minutos (já com uma pausa incluída)

 **Enquadramento:** Cultivar as tuas próprias ervas aromáticas e medicinais, legumes e frutas em áreas urbanas traz muitos benefícios, não só para a saúde e bem-estar, mas também ajuda a biodiversidade local. Um jardim de pequena escala, que pode incluir vários vasos no terraço ou canteiros elevados no quintal, aproxima as pessoas da natureza. Estas pequenas ilhas verdes em áreas urbanas criam uma rede de corredores verdes para polinizadores, várias espécies de insetos que nos prestam o serviço de polinização de plantas de vegetais e frutas. Aproximadamente 80% das plantas selvagens e 75% das culturas mais importantes dependem da polinização por animais³. Cada terceira dentada de comida que comemos depende dos polinizadores.

Neste workshop, os participantes irão explorar diferentes possibilidades de jardinagem e os seus benefícios para o seu bem-estar e a biodiversidade local.

 **Objetivo geral do workshop:** Promover práticas de jardinagem que apoiem a biodiversidade e a produção local de ervas medicinais/aromáticas e alimentos.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre os múltiplos benefícios da jardinagem, incluindo a melhoria da saúde e bem-estar, bem como o impacto positivo na biodiversidade local.
- Educar os jovens sobre o papel dos jardins urbanos no apoio à biodiversidade local, particularmente na criação de corredores verdes para polinizadores e outros insetos benéficos.
- Introduzir várias técnicas de jardinagem urbana adequadas para espaços de pequena dimensão.
- Fomentar um sentido de responsabilidade ambiental entre os jovens, encorajando práticas de jardinagem responsáveis que priorizem a sustentabilidade, a conservação de recursos e o impacto ambiental mínimo.

 **Competências a desenvolver:** Pesquisa; Trabalho em equipa; Comunicação; Competências organizacionais; Resolução de problemas; Literacia digital; Cidadania.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Energiser; Pesquisa; Trabalho de grupo; Apresentação; Discussão

Plano do Workshop:

I. Energiser para introduzir a temática a ser trabalhada (20 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a levantar-se e formar um grande círculo e introduz a atividade “Evolução”, apresentando 5 espécies: ameba, caracol, peixe, gato selvagem e humano. Para cada espécie, os participantes têm de criar um movimento e repeti-lo várias vezes, de modo a que todos memorizem os 5 movimentos. Quando o técnico estiver certo de que todos estão familiarizados com os movimentos, anuncia que a única maneira de evoluir de uma espécie para outra (sempre na mesma ordem: ameba – caracol – peixe – gato selvagem – humano) é jogar “Pedra, Papel, Tesoura”.

³Top 10 facts about bees <https://www.wwf.org.uk/learn/fascinating-facts/bees>

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Todo o grupo começa como amebas e tem de evoluir na escala evolutiva. Só os participantes que são da mesma espécie podem jogar “Pedra, Papel, Tesoura” (por exemplo, ameba com outra ameba, peixe com outro peixe). O vencedor evolui para o nível seguinte, enquanto o perdedor permanece no mesmo nível, e ambos procuram a mesma espécie para continuar a jogar “Pedra, Papel, Tesoura”. Os participantes não devem falar entre si, mas reconhecer a sua espécie apenas pelos movimentos acordados. Quando a maioria dos participantes se torna humana, o técnico de juventude explica que esta não é realmente a forma como a evolução funciona, que uma espécie se transforma noutra, mas o que é característico da evolução é que se formam ligações muito fortes entre as espécies e que todas as espécies estão conectadas e dependem umas das outras de diferentes maneiras – através da cadeia alimentar, da polinização e da dispersão de sementes, partilham o mesmo habitat, são abrigos para outras espécies, etc. Neste workshop, o processo de polinização será enfatizado – a interdependência entre plantas e insetos.

II. Encontra a técnica de jardinagem certa para o teu espaço (45 minutos)

O técnico de juventude precisa de preparar três estações de trabalho, nas quais os participantes irão explorar três técnicas de jardinagem diferentes. Para dividir os participantes em três grupos, o técnico convida-os a retirar um item de um vaso de flores que os levará à estação correta (por exemplo, folhas de 3 cores/formas diferentes ou 3 tipos diferentes de sementes). Cada grupo precisará de papéis de flipchart, marcadores e pelo menos um telemóvel ou um computador para a pesquisa. É necessária uma ligação à Internet estável. Durante a pesquisa, os grupos precisam de tomar notas e começar a esboçar uma breve apresentação para os outros participantes.

As técnicas de jardinagem exploradas serão as seguintes:

Grupo 1: Vasos de flores no terraço;

Grupo 2: Jardins verticais de pequena escala;

Grupo 3: Canteiro elevado no quintal.

A tarefa de cada grupo é descobrir quais os recursos e condições necessários para começar com a técnica específica de jardinagem.

As seguintes perguntas irão guiá-los na pesquisa:

- Quais são as condições necessárias para esta técnica?
- Quanto espaço é necessário?
- Que tipos de materiais são necessários?
- Quais são as ferramentas necessárias?
- Qual é o melhor período do ano para começar com esta técnica?
- Aproximadamente, quanto tempo é necessário para a instalação?

O técnico de juventude deve acompanhar o trabalho de cada grupo e, ocasionalmente, verificar se necessitam de ajuda.

III. Encontra as plantas certas para o teu espaço (45 minutos)

Depois dos participantes recolherem informações sobre os recursos e condições necessários, precisam de descobrir quais as espécies de ervas/vegetais/frutas mais adequadas. Para esta parte da pesquisa, os participantes também recebem um conjunto de perguntas para orientar as buscas:

- Quantas horas de luz solar tem o local escolhido para o jardim?
- Quais são as ervas mais adequadas para essas condições?
- Em que mês devem ser plantadas?
- Quanto tempo demora a germinação?
- Quando podem ser colhidas?
- As sementes podem ser recolhidas para a próxima temporada?
- Quanta água necessitam?
- São ervas anuais ou perenes?
- Precisam de ser podadas no outono?
- Propagam-se sozinhas ou necessitam de ser plantadas?

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Os participantes podem escolher 2-3 ervas diferentes e explorá-las mais detalhadamente, para perceberem quais os diferentes aspectos a considerar.

Após a sessão de brainstorming, o técnico de juventude anuncia uma breve pausa de 15 minutos (ou mais se os participantes precisarem).

IV. Apresentação e discussão (45 minutos)

Quando os participantes se reunirem após a pausa, o técnico de juventude anuncia que cada grupo irá agora apresentar o seu trabalho aos outros. Em 10 minutos, devem apresentar as principais conclusões da sua pesquisa, após o que os participantes dos outros grupos podem fazer perguntas e dar comentários.

Depois das três apresentações, o técnico inicia uma breve discussão, fazendo as seguintes perguntas:

- Quais são as vantagens e desvantagens das três técnicas de jardinagem apresentadas?
- Quão exigentes são?
- Quais são os benefícios para a biodiversidade local?
- Quais são os benefícios para os jardineiros?

V. Esboçar um plano de ação e encerramento (45 minutos)

A discussão ajudará os participantes a obter uma visão completa de quanto exigente e útil cada uma das técnicas de jardinagem é e, com base em todas as informações recolhidas, os participantes podem agora fazer um esboço de um plano de ação.

Este plano deve conter todas as informações necessárias, tais como quando começar, quais os recursos necessários, como mantê-lo e quantas pessoas precisam de estar envolvidas na ação.

Antes de encerrar o workshop, o técnico deve rever os três planos de ação e perguntar aos participantes se irão começar o seu próprio pequeno jardim.

Material necessário: Papéis com desenhos de animais para o energiser, papéis de flipchart, marcadores, papéis, canetas, telemóveis ou computadores, ligação à Internet, vaso com itens para dividir os participantes em grupos de trabalho.

Documentos de referência e leitura adicional:

- O que é horticultura urbana? <https://www.iberdrola.com/social-commitment/what-is-urban-gardening>
- 5 Benefícios de cultivar as tuas próprias ervas <https://mylittlegreengarden.com/5-benefits-of-growing-your-own-herbs/>
- 5 Benefícios de começar um jardim de ervas <https://www.theseedcollection.com.au/blog/5-Benefits-of-Starting-an-Herb-Garden>
- Como tirar o máximo proveito de um pequeno jardim <https://www.treehugger.com/get-most-sustainable-small-garden-5097612>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- A probabilidade deste workshop requerer uma atividade de seguimento é moderadamente alta. Os participantes podem estar interessados em experiências de aprendizagem prática e no desenvolvimento de competências em jardinagem, incluindo plantio, rega, fertilização e técnicas de gestão de pragas adequadas para ambientes urbanos. Os técnicos de juventude devem verificar onde os participantes podem adquirir estas competências ou considerar a organização de workshops adicionais com trabalho prático
- Os técnicos de juventude poderiam fornecer livros e guias de jardinagem. Se isso não for possível, uma ligação à Internet estável é importante, já que toda a pesquisa será feita online.

Liderança e trabalho de equipa em projetos eco

ⓘ **Título do Workshop:** Liderança e trabalho de equipa em projetos eco

⌚ **Duração:** 240 minutos (já com uma pausa incluída)

📎 **Enquadramento:** Trabalho em equipa e liderança são elementos cruciais na implementação de eco-projetos. Tudo começa com uma ideia, mas alcançar os objetivos definidos e as mudanças visionadas no ambiente e na comunidade requer muito trabalho, planeamento, tomada de decisões e definição de papéis e responsabilidades dos membros da equipa. Neste workshop, os participantes terão a oportunidade de aprender sobre diferentes estilos de liderança, experienciar a tomada de decisões em equipa através de um jogo cooperativo e fazer uma autoavaliação das suas próprias competências.

💡 **Objetivo geral do workshop:** Fortalecer as competências de liderança e trabalho em equipa no contexto de projetos eco-comunitários.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre o papel crítico do trabalho em equipa e da liderança na implementação bem-sucedida de eco-projetos.
- Introduzir os jovens a vários estilos de liderança e discutir as suas características, pontos fortes e fracos.
- Proporcionar aos jovens oportunidades para experimentar e praticar processos de tomada de decisões em equipa através de um jogo de cooperação.
- Facilitar exercícios de autoavaliação, para avaliar as suas próprias competências e áreas de crescimento em liderança e trabalho em equipa.

⚙️ **Competências a desenvolver:** Comunicação; Colaboração; Escuta ativa; Pensamento crítico.

⚙️ **Metodologia e métodos a utilizar:** Jogo de cooperação; Exposição teórica; Autoavaliação; Discussão

● **Plano do Workshop:**

I. Jogo de cooperação – Construção de equipa (30 minutos)

Para começar este workshop, o técnico de juventude propõe o jogo de construção de equipa "Caneta, Bola, Garrafa" (o link para as instruções detalhadas pode ser encontrado na secção - Documentos de referência e leitura adicional).

Este jogo pode ser jogado quer os participantes se conheçam ou não. Após o jogo, o técnico deve destacar a importância do trabalho em equipa, o facto de que cada pessoa traz um conjunto diferente de conhecimentos e competências para a equipa, e que, para algumas pessoas, assumir o papel de líder é algo que surge de forma mais natural.

II. Trabalho em equipa e Estilos de liderança (45 minutos)

Para garantir que todos no grupo têm a mesma compreensão dos termos "trabalho em equipa" e "liderança", o técnico de juventude pede aos participantes que os definam em conjunto. O técnico escreve as sugestões dos participantes num papel de flipchart.

Depois, apresenta cinco estilos de liderança e discute com os participantes as vantagens e desvantagens de cada estilo. Para isso, são usados cinco papéis de flipchart com o nome do estilo de liderança e as colunas de vantagens e desvantagens. O técnico distribui 10 papéis com declarações curtas que apresentam ou uma vantagem ou uma desvantagem, e pede aos participantes que as associem a um estilo de liderança. Os participantes podem falar e discutir cada uma das declarações brevemente antes de as colarem num dos papéis de flipchart. Depois disso, o técnico começa a adicionar outras declarações aos flipcharts. Algumas delas podem ser lidas em voz alta, e pode pedir aos participantes para adicionar ao estilo correspondente.

Quando todas as declarações forem adicionadas, o técnico de juventude pode fazer as seguintes perguntas:

- Já tiveram alguma experiência com estes estilos de liderança?
- Qual destes cinco líderes gostariam de ter na equipa?
- Reconhecem-se em algum deles?

III. Qualidades e competências dos líderes (45 minutos)

Com base nas vantagens e desvantagens discutidas sobre os diferentes estilos de liderança, os participantes agora têm a tarefa de criar o líder perfeito.

São distribuídos canetas e post-its, nos quais devem escrever tantas qualidades e competências quanto possível que gostariam de ver num líder. Devem escrever uma qualidade/competência por post-it e colá-la na silhueta de uma pessoa. O desenho da silhueta deve ser neutro em termos de género.

No início, será fácil para os participantes sugerirem qualidades e competências. Quando o técnico de juventude notar que estão a ficar sem ideias, deve fazer perguntas e orientá-los para as que estão em falta.

No final, o técnico também pode adicionar algumas qualidades e competências em falta.

Observando o "líder perfeito", o facilitador faz a pergunta:

- Quão provável é que uma pessoa tenha todas estas qualidades e competências?

Neste momento, o técnico de juventude anuncia uma curta pausa de 15 minutos (ou mais tempo se os participantes precisarem).

IV.Jogo de cooperação – Tomada de decisão (45 minutos)

O workshop continua com outro jogo de cooperação, desta vez relacionado com a tomada de decisões em equipa, destacando a importância da comunicação eficaz, colaboração e construção de consenso para alcançar objetivos comuns (o link para as instruções detalhadas pode ser encontrado na secção – Documentos de referência e leitura adicional).

Este jogo demonstra que a tomada de decisões muitas vezes não é um processo fácil, mas é necessário para agir. O mesmo acontece ao implementar um eco-projeto. Para alcançar os objetivos definidos do projeto, a equipa precisa de planejar, tomar decisões, agir e, no final, avaliar todo o processo de implementação do projeto. É um processo de aprendizagem constante, do qual a (auto)reflexão e a (auto)avaliação são um segmento importante. Tornar-se um bom líder, assim como tornar-se um bom membro de equipa, requer muita aprendizagem, melhoria de competências e coragem para se envolver em experiências, mesmo quando não se sente 100% preparado para isso

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

V.Roda das competências – autoavaliação (45 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes para uma atividade de autoavaliação e distribui papéis e canetas.

Para fazer a "Roda das competências", cada um precisa de desenhar um círculo no papel e, em seguida, dividi-lo de acordo com o número de competências que gostariam de avaliar. Cada fatia do círculo representa uma competência. O centro do círculo representa um nível baixo da competência, enquanto a borda representa um nível alto.

O técnico de juventude pode chamar a atenção dos participantes para os post-its nos quais escreveram anteriormente as competências, para servir como um lembrete e ajudá-los a escolher. Deve aconselhar os participantes a escolher pelo menos cinco competências, mas não mais do que oito para este exercício. Depois de todos terem escolhido e escrito as competências, devem começar a colorir cada uma das fatias do círculo. Quanto mais alto for o nível da competência, mais da fatia será colorida, começando do centro do círculo.

Quando todos terminarem, o técnico pede aos participantes que mostrem a sua "Roda das competências" e orienta uma discussão, fazendo as seguintes perguntas:

- Onde gostariam de melhorar?
- Como podem fazer isso?

Neste ponto, o técnico de juventude pode sugerir ações concretas para melhorar as competências, como workshops temáticos, cursos online, livros, etc.

VI. Conclusão (15 minutos)

Para concluir o workshop, o técnico de juventude propõe jogar novamente o jogo "Caneta, Bola, Garrafa" e verificar se agora conseguem fazê-lo mais rápido do que no início do workshop. Relembra os participantes, mais uma vez, que o desenvolvimento de competências é um processo que requer dedicação e tempo.

Material necessário: Canetas para todos os participantes, 1 bola de ténis, 4 garrafas plásticas, folhas A4, canetas de colorir, papéis de flipchart, marcadores, post-its

Documentos de referência e leitura adicional:

- **Jogos de construção de equipas – Caneta, bola, garrafa** <https://www.youtube.com/watch?v=S12Oa8zZDVI&list=PLKTUgUOnJEBzOhAjRlubQMmSyh0g5okSv&index=48>
- **Jogos de construção de equipas – Tomada de decisão** <https://www.youtube.com/watch?v=R1YxBdNxi-A&list=PLKTUgUOnJEBzOhAjRlubQMmSyh0g5okSv&index=14>
- **Como ser um líder numa organização ambiental** https://yeeenet.eu/wp-content/uploads/2019/03/How_to_be_a_leader_in_an_environmental_organisation.pdf

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem prestar atenção, no início do workshop, para garantir que os participantes compreendem os termos "competências" e "habilidades", e explicá-los, se necessário, dando exemplos.
- Jogos de cooperação podem tornar-se muito energéticos e têm um potencial moderado de conflito, por isso, os técnicos de juventude devem ter experiência em resolução de conflitos e em conduzir jogos de cooperação – isto aplica-se especialmente ao jogo de Tomada de decisão.

Gestão de projetos e planeamento de iniciativas ecológicas

ⓘ **Título do Workshop:** Gestão de projetos e planeamento de iniciativas ecológicas

ⓘ **Duração:** 210 minutos (já com uma pausa incluída)

ⓘ **Enquadramento:** A gestão de Projetos é o processo de planeamento, organização, coordenação e avaliação de um projeto de forma eficiente ao longo das suas fases, desde a ideia inicial, passando pelo planeamento e execução, até ao alcance dos objetivos definidos e, finalmente, à concretização das mudanças desejadas no ambiente ou na sociedade.

Embora cada projeto seja único, é possível encontrar algumas semelhanças gerais entre eles.

Neste workshop, os participantes terão a oportunidade de se familiarizar com a estrutura de um projeto e com ferramentas úteis para a sua implementação.

ⓘ **Objetivo geral workshop:** Capacitar os participantes com conhecimentos sobre ferramentas e técnicas de gestão de projetos relevantes para projetos ecológicos.

Objetivos específicos do workshop:

- Educar os jovens sobre os fundamentos da gestão de projetos, incluindo os processos de planeamento, organização, coordenação e avaliação de um projeto de forma eficiente, desde a conceção até à conclusão.
- Ajudar os jovens a compreender a importância de definir objetivos claros e alcançáveis para o projeto, alinhados com as mudanças desejadas no ambiente ou na sociedade.
- Familiarizar os jovens com ferramentas e técnicas úteis para o planeamento de projetos, através do processo de elaboração de um plano de projeto.

ⓘ **Competências a desenvolver:** Comunicação e colaboração; Resolução de problemas; Pensamento crítico e criativo; Competência de cidadania

ⓘ **Metodologia e métodos a utilizar** Jogo de cooperação; Exposição teórica; Trabalho de grupo; Discussão.

ⓘ **Plano do Workshop:**

I. Jogo de construção de equipa (20 minutos)

Para introduzir o tema do workshop, o técnico de juventude propõe o jogo de construção de formas (o link para as instruções detalhadas pode ser encontrado na secção - Documentos de apoio e leitura adicional).

Este jogo pode ser jogado independentemente dos participantes se conhecerem ou não. Após o jogo, o técnico deve salientar a importância do trabalho em equipa no planeamento e implementação de projetos, uma vez que é um processo muito dinâmico que muitas vezes exige adaptação e tomada de decisões rápidas.

II. Brainstorming de ideias para um projeto ecológico (20 minutos)

Para guiar os participantes através de todo o ciclo de gestão de projetos, o técnico de juventude pede que lhe sugiram temas ambientais nos quais têm interesse. Utilizar um tema/problema ambiental concreto que interesse aos participantes tornará mais fácil orientá-los através das diferentes fases do ciclo de projeto e envolvê-los na elaboração de vários segmentos de um plano de projeto.

Caso o técnico de juventude já tenha organizado alguns dos workshops temáticos deste Manual (workshops 1-10), pode propor algum desses temas.

Todos os temas propostos nesta sessão de brainstorming devem ser escritos numa folha de papel de flipchart e, em seguida, o grupo escolhe um que utilizará para o trabalho posterior. O técnico de juventude explica as regras do brainstorming, caso algum dos participantes não esteja familiarizado com o método (mais detalhes sobre as regras de brainstorming podem ser encontrados no workshop "Criações artísticas ligadas ao meio ambiente").

III. Introdução ao ciclo de gestão de projetos (30 minutos)

Depois de escolhido o tema ambiental, o técnico de juventude apresenta brevemente a estrutura de um projeto e informa que, nas próximas 2 horas, passarão por todas as fases e familiarizar-se-ão com várias ferramentas utilizadas na gestão de projetos.

Para esta parte do workshop, o técnico pode utilizar uma apresentação em PowerPoint ou folhas de flipchart.

Durante a exposição teórica, deve garantir que os participantes compreendem o conteúdo apresentado e pedir as suas opiniões (se souber que alguns participantes já têm alguma experiência)

IV. Elaboração de um plano de projeto (120 minutos)

Após a introdução, o técnico de juventude divide os participantes em vários grupos de trabalho menores, no máximo com cinco participantes cada. Cada grupo senta-se na sua estação de trabalho com todos os materiais necessários. Esta parte do workshop será uma combinação de exposição teórica (dada pelo técnico de juventude) e trabalho prático em grupo, realizado pelos participantes. O objetivo é elaborar um plano de projeto comum, passo a passo. Após cada parte da exposição teórica, os grupos farão um exercício prático. O técnico recolherá os resultados de cada grupo e combinará num modelo de plano de projeto comum (isto pode ser feito em papéis de flipchart ou em formato digital). A definição exata do tempo para cada passo deve ser feita pelo formador e exigirá um nível moderado de flexibilidade, uma vez que depende da experiência dos participantes e de quão ativamente eles se envolvem.

- Passo 1: Definir o objetivo e as metas do projeto – Que mudança queremos ver no final do projeto?

Cada grupo discute e escreve a mudança que deseja alcançar. Em seguida, compartilham com os outros grupos, e o técnico de juventude define, a partir das exposições dos grupos, o objetivo do projeto. Depois, mostra como definir as metas de um projeto e explica a diferença entre o Objetivo e as Metas, além do método SMART para definir metas.

- Passo 2: Planeamento de atividades e recursos (materiais e humanos) para o projeto – O que queremos fazer e do que precisamos para isso?

Para alcançar as metas definidas, é necessário planejar as atividades e os recursos. Agora, cada grupo usa o modelo de Atividades e Recursos e começa a preenchê-lo. É suficiente que escrevam 2-3 atividades e pensem em todos os recursos necessários para as implementar. Os grupos compartilham os seus resultados, e o técnico de juventude integra-os no modelo de plano de projeto comum.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

- Passo 3: Cronograma do plano de projeto – Quando precisamos fazer o quê?

Depois de definidas várias atividades, os participantes precisam agora definir o cronograma para elas, utilizando um gráfico de Gantt. O técnico de juventude explica qual a utilidade desta ferramenta no planeamento e na implementação de projetos. Os grupos compartilham os seus resultados, e o técnico integra os resultados no modelo de plano de projeto comum.

- Passo 4: Implementação e monitorização – O que precisamos monitorizar durante a implementação?

INesta parte do workshop, o técnico de juventude explica a importância da monitorização e da definição de indicadores.

Como esta é uma tarefa bastante difícil, os grupos não trabalham nela sozinhos; o técnico de juventude guia-os pelo processo de definição de indicadores e mostra exemplos de indicadores bem e mal definidos. Em seguida, todos juntos definem os indicadores para as atividades que colocaram no plano de projeto comum. O técnico explica brevemente a importância da gestão adaptada e a sua ligação à monitorização.

- Passo 5: Avaliação do projeto – O que correu bem e o que poderia ser melhorador?

A última etapa do ciclo de projeto é a avaliação, baseada nos dados de monitorização.

Neste ponto, o técnico de juventude explica a importância da avaliação e mostra diferentes métodos para realizá-la. Para dar um exemplo prático de como fazer uma avaliação, o técnico anuncia que os participantes irão agora avaliar o workshop

Nesta parte do workshop, uma pausa de 20 minutos deve ser planeada pelo técnico de juventude. O tempo exato depende do nível de energia do grupo.

V. Encerramento (20 minutos)

Para concluir o workshop, o técnico de juventude resume os principais pontos do workshop e faz as seguintes perguntas aos participantes:

- Qual foi a etapa do ciclo do projeto que mais gostaste?
- Qual foi a etapa do ciclo do projeto que achaste mais difícil?
- Qual foi a etapa que para ti foi a mais fácil de entender?
- Gostarias de fazer parte de uma equipa de projeto?

Material necessário: Flipcharts, papéis A4, canetas, marcadores, modelos de plano de projeto, modelos de gráfico de Gantt, computador, projetor

Documentos de referência e leitura adicional:

- **Jogos de construção de equipa – Formar formas** <https://www.youtube.com/watch?v=i2G5sCGSqjE&list=PLKTUgUOnJEBzOhAjRlubQMmSyhOg5okSv&index=4>
- **Como ser um líder numa organização ambiental** https://yeenet.eu/wp-content/uploads/2019/03/How_to_be_a_leader_in_an_environmental_organisation.pdf

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Os técnicos de juventude devem estar familiarizados com a gestão de projetos e ser capazes de moldar as contribuições dos participantes na forma correta, utilizando-as para o plano comum de projeto que está a ser desenvolvido durante o workshop. Se não se sentirem confortáveis com a abordagem proposta, podem saltar a parte de brainstorming do workshop e propor diretamente um tema para o qual já tenham elaborado um plano de projeto, utilizando-o como exemplo para os exercícios de grupo propostos
- Sugere-se utilizar uma forma divertida de dividir os participantes em grupos de trabalho, uma vez que o workshop exige esforço mental, e isso ajudará os participantes a relaxar. Se necessário, pode ser realizado um pequeno energiser, caso os participantes fiquem cansados.

Competências de comunicação e apresentação eficazes

 **Título do Workshop:** Competências de Comunicação e Apresentação eficazes

 **Duração:** 190 minutos

 **Enquadramento:** A comunicação eficaz envolve a troca clara e eficiente de informações, ideias e sentimentos. Está enraizada na capacidade de transmitir mensagens de forma que sejam facilmente compreendidas pelos outros, além de ser capaz de ouvir e entender a comunicação vinda dos outros. Por outro lado, as competências de apresentação são um subconjunto das competências de comunicação que lidam especificamente com a capacidade de apresentar informações de forma eficaz a uma audiência. Este workshop foi desenhado para cobrir estes dois conceitos e explorar mais a fundo a sua relação, com foco no desenvolvimento de projetos comunitários. O workshop também aborda os 7Cs da comunicação para melhorar o aprendizado e a compreensão dos participantes sobre o tema

 **Objetivo geral do workshop:** Aprender e destacar a importância das competências de comunicação e apresentação eficazes na implementação de projetos comunitários e no envolvimento de audiências diversas.

Objetivos específicos do workshop:

- Aprender sobre o conceito de comunicação eficaz;
- Explorar os 7Cs da comunicação eficaz;
- Compreender o conceito de competências de apresentação e a sua relação com a comunicação eficaz;
- Utilizar discussões em grupo e pesquisa para explorar mais a fundo a importância das competências de comunicação e apresentação eficazes em projetos comunitários;
- Criar espaço para trabalho em equipa e comunicação.

 **Competências a desenvolver:** Competências pessoais; sociais e de aprender a aprender; Competências de apresentação; Competências de pesquisa; Competências analíticas; Comunicação; Competência de cidadania; Pensamento crítico.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Exposição teórica; Discussão em grupo; Pesquisa; Apresentações e Discussão.

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O técnico de juventude apresenta os participantes ao workshop e destaca os principais objetivos, enquanto convida todos a partilharem a sua motivação para participar.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

II. Exposição Teórica: 7Cs para uma Comunicação Eficaz (20 minutos)

O técnico de juventude inicia o workshop com uma exposição teórica sobre o conceito de comunicação eficaz. Esta apresentação inclui a introdução dos 7Cs, que significam: claro, conciso, concreto, correto, coerente, completo e cortês

III. Discussão em grupo (35 minutos)

Após a apresentação sobre comunicação eficaz, o técnico de juventude convida os participantes a formarem quatro pequenos grupos. Nestes grupos, têm 20 minutos para discutir a seguinte questão:

- Qual é a relação entre comunicação eficaz e competências de apresentação?

Os participantes utilizam 20 minutos para discutir e depois 10 minutos para partilhar em plenário os resultados da discussão.

IV. Pesquisa (60 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a permanecerem nos seus grupos para uma tarefa maior. Nos próximos 60 minutos, precisam de realizar uma pesquisa relacionada com a questão/tópico dado pelo técnico. Depois disso, precisam de apresentar as informações obtidas na pesquisa. As questões/tópicos são:

- Quais são algumas dicas úteis sobre falar em público: linguagem corporal, modulação de voz e recursos visuais;
- Exploração dos elementos-chave de uma mensagem ecológica convincente (clareza, emoção, urgência);
- Quais podem ser as técnicas potenciais para adaptar estilos de comunicação a diferentes contextos culturais e sociais;
- Visão geral das ferramentas digitais que podem melhorar a comunicação (redes sociais, vídeo, blogs).

V. Apresentações e discussão (70 minutos)

Após a tarefa de pesquisa, todos os grupos reúnem-se em plenário para apresentar as informações que obtiveram sobre o seu tópico.

O técnico de juventude dá a cada grupo 10 minutos para apresentar, seguidos de mais 5-10 minutos de perguntas e comentários por parte dos outros participantes

Material necessário: Flipcharts (alguns deles, já com preparados com as questões orientadoras da pesquisa), post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor, um computador (ou telemóvel) por grupo para a pesquisa.

Documentos de referência e leitura adicional:

- MindTools | Home. (n.d.). <https://www.mindtools.com/a5xap8q/the-7-cs-of-communication>
- Competências de comunicação e apresentação – Desenvolvimento das tuas competências – Universidade de Bradford. (n.d.). Universidade de Bradford <https://www.brad.ac.uk/careers/develop-skills/communication/>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Para esta atividade, o técnico de juventude deve ser flexível com o tempo – se os participantes precisarem de mais tempo para completar o processo de pesquisa, devem ser permitidos
- O técnico de juventude deve ter bom conhecimento do tema, para poder fornecer informações adicionais sobre as questões de pesquisa quando os participantes apresentarem o seu trabalho.

Estratégias de angariação de fundos para projetos comunitários

ⓘ **Título do Workshop:** Estratégias de angariação de fundos para projetos comunitários

ⓘ **Duração:** 170 minutos

ⓘ **Enquadramento:** O processo de angariação de fundos é um componente crítico para o lançamento e sustentação bem-sucedida de projetos comunitários. Embora existam várias fontes de financiamento e diversas estratégias, ainda é um desafio para ativistas, líderes de projetos juvenis, escolas e outras entidades ou indivíduos relevantes garantir financiamento e implementar determinados projetos comunitários. Conhecendo estes desafios e reconhecendo esta necessidade, o workshop foi desenhado especificamente para proporcionar aos participantes a oportunidade de discutir, partilhar e aprender sobre as estratégias de angariação de fundos, a importância de obter fundos para os seus projetos, entre outros aspectos. O workshop inclui também uma exposição teórica, feita pelo técnico de juventude, com exemplos práticos de métodos/fontes de angariação de fundos existentes nos locais onde os participantes vivem

ⓘ **Objetivo geral do workshop:** Capacitar os participantes com conhecimentos sobre técnicas e métodos eficazes de angariação de fundos para projetos comunitários.

Objetivos específicos do workshop:

- Criar um espaço para brainstorming sobre as fontes de financiamento existentes;
- Aprender sobre várias fontes e estratégias eficazes de financiamento;
- Utilizar o trabalho em equipa e a discussão para explorar abordagens criativas para a angariação de fundos.

ⓘ **Competências a desenvolver:** Competências pessoais, sociais e de aprender a aprender; Trabalho em equipa; Competências analíticas; Comunicação; Pensamento criativo; Competência empreendedora; Literacia; Pensamento crítico

ⓘ **Metodologia e métodos a utilizar:** Brainstorming; Exposição teórica; Brainstorming silencioso e trabalho em grupo; Apresentações e discussão.

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O workshop começa com uma receção oficial do técnico de juventude e uma introdução aos objetivos, agenda e contribuição dos participantes. O técnico convida os participantes a apresentarem-se e a partilharem a motivação para participar no workshop.

II. Brainstorming: Angariação de fundos para o meu projeto (15 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a participar numa sessão de brainstorming, como atividade inicial do workshop

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

O técnico coloca a pergunta: "Como podes angariar fundos para o teu projeto comunitário?". Os participantes utilizam os 15 minutos seguintes para pensar na questão e partilhar os seus conhecimentos/opiniões. À medida que a informação vai sendo partilhada, o técnico escreve no papel de flipchart as palavras-chave que surgem dos participantes.

III. Exposição teórica: Fontes de financiamento para projetos comunitários (30 minutos)

O workshop continua com uma sessão de exposição teórica. A apresentação está relacionada com várias fontes de financiamento disponíveis para projetos comunitários, tais como:

- Fontes de financiamento para projetos comunitários: Subsídios governamentais, Organizações sem fins lucrativos, Programas de Responsabilidade Social Corporativa (RSC), Fundações Comunitárias;
- Recursos de financiamento para projetos comunitários: Plataformas de crowdfunding, Negócios locais e câmaras de comércio, Instituições de ensino, Agências internacionais de ajuda e desenvolvimento, Bases de dados e diretórios de subsídios online, Eventos de angariação de fundos comunitários

IV. Brainstorming silencioso: Ideias para angariação de fundos para projetos comunitários (60 minutos)

TO técnico de juventude apresenta o método de brainstorming silencioso aos participantes. São instruídos para, nos próximos 30 minutos, caminhar em silêncio e adicionar os seus pensamentos ou expandir as ideias em cada papel que está no chão. Mais especificamente, a sua tarefa é dar ideias sobre como as ideias de angariação de fundos intituladas nos grandes papéis podem ser exploradas. Folhas de flipchart, com diferentes ideias de angariação de fundos, foram colocadas previamente no chão, contendo um dos seguintes títulos:

- ·Livro de receitas comunitário;
- ·Workshops de bricolage/trabalhos manuais;
- ·Venda de garagem no bairro;
- ·Exposição e venda de arte;
- ·Campanha de criação de tijolos personalizados;
- ·Festas e jantares temáticos.

V. Preparação final dos flipcharts e apresentações (60 minutos)

O técnico de juventude convida os participantes a juntar-se a um dos flipcharts, de acordo com o nível de contribuição ou com a sua preferência. Após ter um grupo equilibrado para cada flipchart, o técnico dá aos participantes 15 minutos para resumir a contribuição dos participantes e preparar uma apresentação. Depois, cada grupo tem 5 minutos para apresentar o resumo do seu flipchart. A apresentação é seguida por uma sessão de perguntas e respostas e, posteriormente, quando todas as dúvidas estiverem esclarecidas, é concluída pelo técnico de juventude.

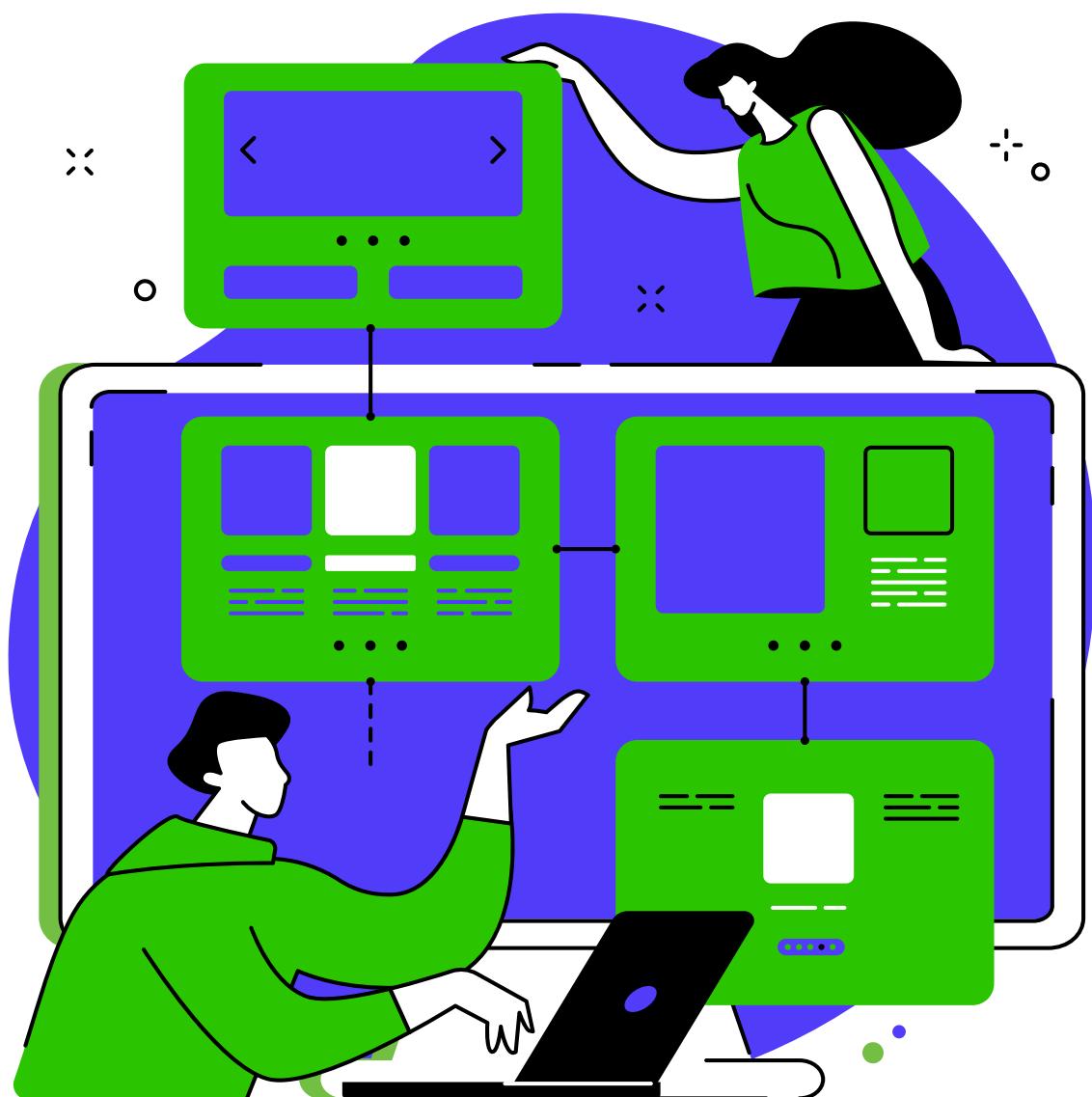
Material necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor

Documentos de referência e leituras adicionais:

- Brookes, A. (2023, 13 de outubro). O Guia Completo para a angariação de fundos comunitários – easyfundraising <https://www.easyfundraising.org.uk/blog/the-complete-guide-to-community-fundraising-strategies-ideas-and-best-practices/>
- Seoadmin. (2024, 12 de janeiro). Ideias de angariação de fundos para projetos comunitários – 2021 – Coenda de angariação de fundos de sucesso para projetos comunitários. <https://vaticangroupassociation.org/fundraising-ideas-for-community-projects/>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Na sessão de enquadramento e de exposição teórica, o técnico de juventude deve incluir também exemplos práticos e programas existentes a nível nacional para a angariação de fundos. Isto é importante, pois apoia a aprendizagem dos participantes e fornece-lhes as ferramentas e informações úteis para as suas futuras iniciativas.



Estratégias criativas e inclusivas para a resolução de problemas em projetos eco

 **Título do Workshop:** Estratégias criativas e inclusivas para a resolução de problemas em projetos eco

 **Duração:** 180 minutos

 **Enquadramento:** Os desafios comunitários e ambientais continuam a impactar o globo inteiro. Existe uma necessidade urgente de soluções inovadoras e sustentáveis, que envolvam diretamente os membros da comunidade, assim como uma necessidade de educar jovens estudantes para que façam parte dessas iniciativas.

Este workshop foi concebido para capacitar os participantes com competências criativas e inclusivas de resolução de problemas, especificamente direcionadas para projetos eco. Ao focar-se numa abordagem estruturada para identificar e enfrentar questões ambientais comunitárias, o workshop apresenta o método SCAMPER—uma técnica comprovada para desenvolver a criatividade nos processos de resolução de problemas. Os participantes terão a oportunidade de passar por trabalho individual, em grupo e discussão para identificar uma questão comum a ser abordada, enquanto recebem do formador o input sobre a técnica mencionada. O método SCAMPER será utilizado para explorar formas inovadoras de transformar essas questões em projetos eco práticos e com impacto para as suas comunidades

 **Objetivo geral do workshop:** Promover abordagens criativas e inclusivas para resolver desafios em projetos eco-comunitários.

Objetivos específicos do workshops:

- Incentivar a autorreflexão e o pensamento crítico dos participantes em relação às questões comunitárias que os preocupam;
- Aprender sobre competências criativas e inclusivas de resolução de problemas, e a sua relevância em projetos eco;
- Introduzir os participantes ao método SCAMPER;
- Criar um espaço para trabalho em equipa e discussão sobre como enfrentar questões comunitárias e explorar soluções.

 **Competências a desenvolver:** Competências pessoais, sociais e de aprender a aprender; Trabalho em equipa; Competências analíticas; Comunicação; Pensamento criativo e crítico

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Autorreflexão; Trabalho em pequenos grupos; Exposição teórica; Apresentações e discussão.

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O técnico de juventude apresenta o workshop aos participantes e destaca os seus principais objetivos, convidando todos a partilhar a sua motivação para participar..

II. Atividade de Autorreflexão (15 minutos)

Após a introdução, os participantes são convidados a usar os próximos 10–15 minutos para refletir individualmente sobre uma questão comunitária ou ambiental que os preocupa, focando-se especialmente no motivo que leva esta questão a afetá-los, bem como à sua comunidade. Durante este tempo, escrevem em post-its palavras-chave e pensamentos.

III. Discussão em Pequenos Grupos (20 minutos)

O técnico de juventude divide os participantes em pequenos grupos e convida-os a usar os próximos 10 minutos para partilhar as questões que identificaram durante a sua reflexão. Durante a discussão, são incentivados a discutir também as causas e os potenciais impactos dessas questões.

Após 10 minutos, cada grupo é instruído a selecionar uma questão entre as discutidas que acreditam poder ser abordada através de um eco-projeto. Esta questão será o foco da sua tarefa na próxima parte do workshop, e utilizam mais 10 minutos para decidir sobre isso.

IV. Exposição Teórica: Método SCAMPER (15 minutos)

O técnico de juventude preparou uma apresentação detalhada sobre o método SCAMPER, uma técnica de pensamento criativo que encoraja o pensamento inovador e lateral. A exposição consiste em explicações sobre cada elemento do SCAMPER (Substituir, Combinar, Adaptar, Modificar, Dar outro uso, Eliminar e Reverter). O técnico também explica como este método pode ser relevante para projetos eco e questões comunitárias.

V. Trabalho em pequenos grupos: Competências criativas e inclusivas de resolução de problemas em projetos eco, utilizando o Método SCAMPER (65 minutos)

Os participantes são instruídos a trabalhar em pequenos grupos sobre a questão comunitária escolhida na atividade anterior.

Têm a tarefa de usar o método SCAMPER para fazer brainstorming e desenvolver soluções inovadoras que sejam inclusivas. O método SCAMPER é utilizado para os orientar na transformação da questão escolhida num projeto eco prático, focando-se na sustentabilidade e no envolvimento da comunidade.

Utilizam 45 minutos para este trabalho em grupo, incluindo a preparação das apresentações para os restantes participantes

VI. Apresentações e discussão (60 minutos)

O técnico de juventude convida todos os grupos a juntarem-se, para apresentarem o seu trabalho em grupo. Cada grupo tem 5–7 minutos para apresentar, seguido de uma breve sessão de perguntas e respostas.

Em seguida, realiza-se uma breve discussão sobre a importância da criatividade e do envolvimento comunitário na resolução de certas questões, facilitada pelo técnico de juventude

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Material necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor

Documentos de referência e leitura adicional:

- North, J. (2023, 25 de julho). O Método SCAMPER para a resolução criativa de problemas – The Big Bang Partnership

<https://bigbangpartnership.co.uk/scamper/#:~:text=The%20SCAMPER%20technique%20is%20a,use%2C%20Eliminate%2C%20and%20Reverse.>



Competências para negociação e resolução de conflitos em contexto comunitário

 **Título do Workshop:** Competências para negociação e resolução de conflitos em contexto comunitário

 **Duração:** 240 minutos

 **Enquadramento:** As competências de resolução de conflitos e de negociação em projetos comunitários são cruciais, uma vez que estas atividades reúnem pessoas de diferentes origens e, consequentemente, diferentes opiniões e interesses podem levar a discussões, desacordos e, eventualmente, a conflitos.

Os participantes terão a oportunidade de explorar diferentes estratégias de resolução de conflitos, como evitar, competir, acomodar, colaborar e comprometer, através de cenários de role-play e de informações, dadas pelo técnico de juventude.

Os passos-chave para a resolução de conflitos também serão abordados através de uma exposição teórica neste workshop, sendo essenciais para os projetos comunitários. O workshop foca-se ainda na definição de competências de negociação essenciais para alcançar acordos em iniciativas comunitárias.

 **Objetivo geral do workshop:** Aprender e explorar os fundamentos da resolução de conflitos e competências de negociação na resolução de conflitos, que possam surgir em contextos de projetos comunitários, através de atividades práticas.

Objetivos específicos do workshop:

- Criar um espaço para a aprendizagem e exploração das principais estratégias de resolução de conflitos;
- Criar um espaço para a aprendizagem e exploração das principais estratégias de resolução de conflitos;
- Identificar competências de negociação essenciais para projetos comunitários;
- Incentivar o trabalho em equipa e a comunicação para uma implementação eficaz de projetos comunitários e resolução de conflitos;
- Usar a criatividade para a aprendizagem de resolução de conflitos.

 **Competências a desenvolver:** Competências pessoais, sociais e de aprender a aprender; Trabalho em equipa; Competências de cidadania; Competências analíticas; Comunicação; Expressão criativa; Pensamento crítico

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Trabalho em pares; Role play; Exposição teórica; Trabalho em pequenos grupos; Apresentações e discussão

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O workshop começa com uma saudação e introdução sobre o tema, o workshop e os principais objetivos, tarefa levada a cabo pelo técnico da juventude.

De seguida, os participantes são convidados a partilhar a sua motivação para participar no workshop e como o tema é relevante para os seus projetos/comunidades.

II. Discussão em Pares (20 minutos)

O técnico da juventude convida os participantes a trabalharem em pares com a pessoa sentada ao lado. A sua tarefa é discutir quais são os potenciais conflitos (bem como os mais comuns) que podem ocorrer nos seus projetos comunitários.

Usam 10 minutos para esta discussão e, depois, são convidados a partilhar os resultados da discussão com todos os participantes

III. Role Play: Estratégias de Conflito I (60 minutos)

O técnico de juventude divide os participantes em pequenos grupos e dá a cada grupo um papel contendo um dos seguintes títulos/termos: evitar, competir, acomodar, colaborar e comprometer.

O técnico explica que estas são estratégias de conflito e que, nos seus grupos, devem explorar e demonstrar estas estratégias através de um role play. Especificamente, têm 60 minutos para preparar uma pequena encenação (2-3 minutos) que ilustre como a estratégia atribuída pode ser usada num conflito num projeto comunitário. Podem escolher uma situação de conflito mencionada na discussão anterior.

IV. Role Play: Estratégias de Conflito II (35 minutos)

Os participantes juntam-se em plenário. São convidados a usar 2-3 minutos para apresentar o role play que preparam, enquanto os participantes e o técnico de juventude dão feedback sobre a estratégia de conflito escolhida por cada grupo.

V. Exposição teórica sobre estratégias de conflito e passos para a resolução de conflitos (30 minutos)

Após o role play, o formador inicia uma sessão teórica sobre as cinco estratégias de conflito: evitar, competir, acomodar, colaborar e comprometer. O input inclui também os passos essenciais na resolução de conflitos e as competências de negociação essenciais introduzidas por Herryt (2024):

1. Reconhecer o conflito;
2. Definir o problema;
3. Reunir-se em terreno neutro e dar a todos a oportunidade de falar;
4. Chegar a acordo, em relação à solução;
5. Determinar o papel de cada interveniente na solução.

VI. Trabalho em pequenos grupos sobre competências de negociação (40 minutos)

Depois da exposição teórica, realizada pelo técnico da juventude, os participantes voltam aos seus grupos para realizar outra tarefa.

Nesta atividade, têm de definir certas competências de negociação, discutir as suas aplicações e listar os benefícios destas competências em contextos comunitários. Devem também incluir no seu trabalho algumas explicações sobre como as competências de negociação podem ser implementadas praticamente nos seus projetos.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

O técnico dá-lhes 40 minutos para esta tarefa, incluindo a preparação da apresentação de cada grupo.

VII. Apresentações e discussão (50 minutos)

Os grupos reúnem-se para apresentar o seu trabalho sobre as competências de negociação. O técnico de juventude abre uma sessão de perguntas e respostas após cada apresentação. No final, o técnico faz um resumo dos pontos de aprendizagem resultantes do workshop, destacando a importância de aprender e praticar competências de resolução de conflitos e negociação.

Material necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor.

Documentos de referência e leitura adicional:

- Herrity, J. (2024, 9 de abril). **Cinco estratégias de resolução de conflitos: etapas, benefícios e dicas** – Indeed.

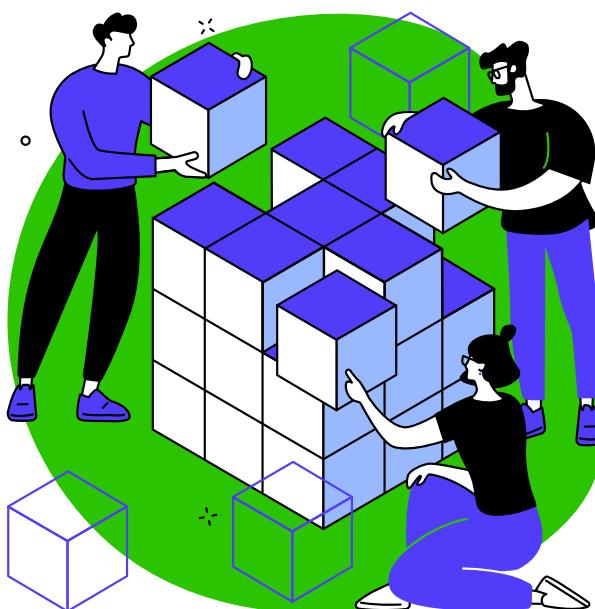
<https://www.indeed.com/career-advice/career-development/conflict-resolution-strategies>

- Indeed Editorial Team. (2023, 12 de setembro). **Dominar as competências de negociação: definições, benefícios e exemplos.** – Indeed.

<https://in.indeed.com/career-advice/career-development/negotiation-skills>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- O técnico de juventude deve dar espaço e tempo suficientes para que os participantes realizem o exercício de role play. Isto é essencial, para que explorem e demonstrem com sucesso a estratégia atribuída, bem como para que a compreendam. O técnico também deve estar disponível para ajudar e apoiar os grupos, caso encontrem dificuldades durante a preparação da atividade.



Gestão do tempo e definição de prioridades, para o sucesso dos projetos

 **Título do Workshop:** Gestão do tempo e definição de prioridades, para o sucesso dos projetos

 **Duração:** 130 minutos

 **Enquadramento:** TA gestão eficaz do tempo e a priorização são competências cruciais para o sucesso de qualquer projeto, especialmente em contextos comunitários onde os recursos são frequentemente limitados.

Neste workshop, os participantes terão a oportunidade de se envolver em atividades interativas, como o exercício de 'Planeamento de Empilhamento de Copos', que simula os desafios da gestão de projetos e a importância de priorizar tarefas de forma eficaz. O foco na gestão do tempo e na priorização é reforçado através de sessões de brainstorming, exibição de vídeos e discussões, com o objetivo principal de fornecer uma compreensão prática de como avaliar e alinhar as tarefas do projeto de acordo com a urgência e a importância.

As atividades são projetadas para mostrar cenários de gestão de projetos da vida real e incentivar os participantes a pensar criticamente e aplicar técnicas de priorização para garantir o sucesso do projeto.

 **Objetivo geral do workshop:** Compreender o papel e a importância da gestão do tempo e da priorização de tarefas para a implementação eficiente de projetos.

Objetivos específicos do workshop:

- Equistar os participantes com competências essenciais de gestão do tempo e priorização, que aumentem a sua capacidade de planear, executar e gerir projetos com sucesso, através de atividades práticas;
- Promover o trabalho em equipa e a comunicação para o processo de tomada de decisão entre os participantes;
- Incentivar o pensamento crítico, através de atividades práticas;
- Criar espaço para discussão e esclarecimento de dúvidas, para tarefas de gestão de projetos futuros, com base nas atividades implementadas.

 **Competências a desenvolver:** Competências pessoais, sociais e de aprender a aprender; Trabalho em equipa; Competências analíticas; Comunicação; Gestão do tempo; Pensamento crítico.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Trabalho em pares; Role play; Exposição teórica; Trabalho em pequenos grupos; Apresentações e discussão.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O técnico de juventude introduz os participantes ao workshop e destaca os seus principais objetivos, convidando todos a partilhar a sua motivação para participar.

II. Brainstorming (20 minutos)

O técnico de juventude inicia uma sessão de brainstorming, perguntando aos participantes: "O que consideram uma prioridade na vossa vida? Quais são as tarefas/obrigações que vocês completam primeiro quando acordam?".

Os participantes usam os próximos 15-20 minutos para partilhar, enquanto o técnico escreve no flipchart as palavras-chave mencionadas.

III. Exibição de vídeo: Chaves para o sucesso no planeamento e agendamento de projetos (5 minutos)

O técnico de juventude exibe um vídeo relacionado com o planeamento e agendamento de projetos. Enquanto assistem ao vídeo, os participantes são convidados a pegar em post-its e a tomar notas sobre tarefas e processos-chave mencionados no vídeo, relacionados com o planeamento e agendamento de projetos.

O vídeo exibido será o seguinte:

- Gestão de Projetos (2022, 28 de novembro). Chaves para o sucesso no planeamento e agendamento de projetos [Video]. YouTube
<https://www.youtube.com/watch?v=nexdRE6Um7U>

IV. Atividade de Planeamento de Empilhamento de Copos e Trabalho em Grupo (30 minutos)

Após a exibição do vídeo, os participantes são convidados a formar pequenos grupos de 3-5 membros. O técnico de juventude distribui um conjunto de copos de papel e um marcador para cada grupo.

Além disso, são fornecidos cartões de tarefas que descrevem várias atividades de projeto, como:

- Conduzir pesquisa de mercado;
- Desenvolver um plano de marketing;
- Criar um orçamento;
- Desenhar um protótipo de produto;
- Planejar um evento de lançamento;
- Elaborar proposta de projeto;
- Realizar análise de riscos;
- Criar um website;
- Organizar reuniões de equipa;
- Contratar pessoal;
- Realizar um teste piloto;
- Avaliar feedback;
- Ajustar o plano de projeto;
- Preparar o relatório final;
- Encerrar o projeto.

De seguida, o técnico de juventude dá um conjunto de instruções a cada grupo, para que as possam realizar:

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

1. Escrevam uma tarefa em cada copo, considerando a importância de cada tarefa em termos de prioridade e tempo necessário;
2. Construam uma torre de copos na mesa. A ordem em que empilham os copos deve representar a sequência lógica e a prioridade das tarefas no projeto. A estabilidade da torre simboliza um plano de projeto bem estruturado;
3. Desafio de Tempo: vocês têm um tempo limitado para discutir, priorizar e empilhar os copos. Têm 15 minutos no total e precisam garantir que a torre seja estável.

Após as instruções, os grupos têm 15 minutos para realizar a tarefa.

V. Apresentações (30 minutos)

O técnico de juventude convida cada grupo a apresentar a sua torre de copos e a explicar a lógica por trás da ordem das tarefas, discutindo também os desafios enfrentados durante o processo.

VI. Discussão e Reflexão (40 minutos)

O técnico de juventude reúne todos os participantes para uma sessão de discussão sobre as estratégias utilizadas, a importância da priorização de tarefas e como este exercício se relaciona com a gestão real de projetos.

As seguintes questões são utilizadas para orientar a discussão:

- Que critérios utilizaram para determinar a ordem das tarefas nos vossos copos?
- Como é que a vossa equipa decidiu sobre a colocação de cada tarefa?
- Houve algum desacordo, e como foi resolvido?
- Como é que o número disponível de copos influenciou as vossas decisões?
- Quais foram os maiores desafios ao construir a vossa torre de copos?
- Houve algum momento em que tiveram de reordenar a vossa pilha?

Após esta parte, o técnico foca-se mais nos pontos de aprendizagem e na reflexão, facilitando o processo de discussão com as seguintes perguntas:

- Quais são os principais pontos de aprendizagem desta atividade?
- Como podem os princípios de priorização e planeamento de tarefas ser aplicados aos vossos projetos atuais ou futuros?
- Como é que as tarefas na base da vossa torre impactaram a estabilidade e o sucesso da estrutura do vosso projeto?
- Como é que trabalhar sob um limite de tempo afetou o vosso processo de tomada de decisões?
- Que estratégias podem ser úteis para gerir o tempo de forma eficaz em projetos reais?
- Com base nesta atividade, como abordarão tarefas semelhantes de forma diferente no futuro?

Material necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor, um conjunto de copos de papel e um conjunto de cartões com as tarefas do projeto para cada grupo de trabalho.

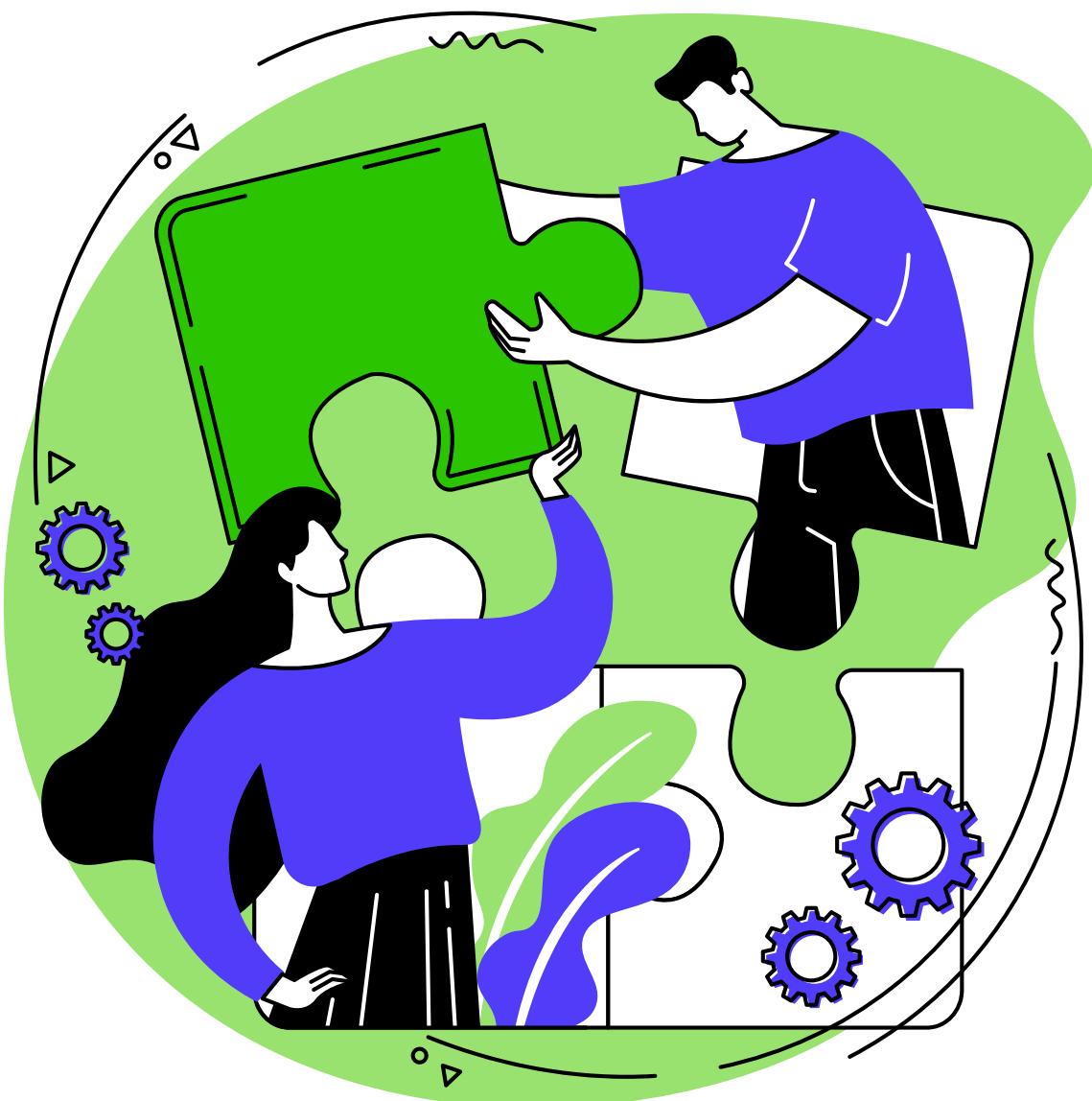
PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Documentos de referência e leitura adicional:

- Suslov, E. (2023, 12 de outubro). A arte de equilibrar o tempo: melhores práticas para a gestão do tempo na Gestão de Projetos. PPM Express
<https://ppm.express/blog/time-management-in-pm/>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- O técnico de juventude deve observar o nível de conhecimento dos participantes sobre tarefas de gestão de projetos e gestão do tempo. Se necessário, deve fornecer alguma explicação teórica, após a atividade de exibição de vídeo.



Redes sociais e marketing para projetos comunitários

 **Título do Workshop:** Redes sociais e marketing para projetos comunitários

 **Duração:** 120 minutos

 **Enquadramento:** Na era digital atual, o uso de redes sociais e marketing é crucial para o sucesso de projetos comunitários e de qualquer outro tipo de projeto.

Este workshop é projetado para dar aos participantes a oportunidade de explorar os seus talentos e criatividade na promoção das suas iniciativas através de um exercício criativo. Os participantes terão a oportunidade de se envolver numa atividade prática de criação de cartazes visuais que capturem a ideia e os valores dos seus projetos comunitários. A criação dos cartazes será seguida por uma exposição, melhorando ainda mais as habilidades de marketing dos participantes para promover o seu trabalho criativo.

Além disso, este workshop oferece aos participantes a chance de discutir e explorar como utilizar várias plataformas de redes sociais para maximizar o alcance e impacto, destacando a importância do marketing e das redes sociais para os projetos comunitários.

 **Objetivo geral do workshop:** Explorar o papel e a importância das plataformas de redes sociais e do marketing na promoção de projetos comunitários através de atividades criativas e discussão.

Objetivos específicos do workshop:

- Incentivar a criatividade no marketing e no conteúdo para redes sociais, envolvendo os participantes na criação de cartazes;
- Criar oportunidades para os participantes partilharem as suas estratégias de marketing e receberem feedback construtivo;
- Criar espaço para discussão sobre estratégias de marketing relevantes para projetos comunitários e destacar a importância das redes sociais e do marketing, na era digital atual.

 **Competências a desenvolver:** Competência pessoal, social e de aprender a aprender; Habilidades de apresentação; Auto-reflexão; Habilidades analíticas; Comunicação; Expressão criativa; Pensamento crítico.

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Criação de cartazes; Exposição; Discussão

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop (5 minutos)

O técnico de juventude apresenta os participantes ao workshop, destacando os seus principais objetivos, e convida todos a partilharem a sua motivação para participar.

II. Atividade de Criação de Cartazes (65 minutos)

O técnico de juventude pergunta aos participantes se há alguma iniciativa ou projeto de que gostem, em que estejam envolvidos, ou que planeiam realizar. Os participantes partilham as suas ideias.

Após esta breve reflexão, o técnico explica que, neste workshop, terão a oportunidade de criar um cartaz que represente os projetos/iniciativas mencionados ou qualquer outro de que gostem. O técnico explica ainda que esta atividade serve como uma ferramenta de visualização, para expressar concretamente os objetivos, benefícios e impacto comunitário do projeto. Ao desenhar o cartaz, os participantes devem pensar nele como uma forma de promover o projeto, podendo ser um cartaz para redes sociais ou outro conteúdo visual com fins de marketing.

Os participantes recebem materiais como marcadores, papel, jornais e outros materiais para incentivar a criatividade e o envolvimento. Eles têm 60 minutos para criar o cartaz e devem depois reunir-se para uma exposição.

III. Exposição de Cartazes (20 minutos)

Quando todos os cartazes estiverem concluídos, o técnico de juventude convida os participantes a exibi-los numa parede ou num local escolhido pelos próprios. Os participantes usam 10-15 minutos para verem o trabalho uns dos outros.

IV. Discussão em Grupo: A Importância das Redes Sociais e do Marketing (30 minutos)

Após a exposição, o técnico de juventude convida todos para uma sessão conjunta de discussão sobre a importância do marketing eficaz e do uso das redes sociais para o sucesso dos projetos comunitários.

As seguintes questões são usadas para orientar a discussão:

- Como as redes sociais podem ajudar a aumentar a visibilidade dos nossos projetos comunitários? Pode dar exemplos com base no que viu nos cartazes?
- Que tipos de conteúdo acha que são mais eficazes para envolver a comunidade nas redes sociais, com base nos projetos que viu hoje?
- Quais são alguns dos desafios potenciais que podemos enfrentar ao usar as redes sociais para promover os nossos projetos?
- Quem é o público-alvo do seu projeto e como o seu cartaz chega até ele?
- Que ações específicas espera inspirar, com a publicação do seu projeto nas redes sociais?
- Como podemos medir o sucesso dos nossos esforços nas redes sociais para projetos comunitários?

Materiais necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador portátil, projetor, jornais, lápis de cor e outros materiais de trabalhos manuais solicitados pelos participantes (e que sejam necessários para a elaboração dos cartazes).

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Como esta atividade é projetada com atividades práticas e discussões, recomenda-se que o técnico de juventude partilhe exemplos reais ou estudos de caso de campanhas de redes sociais bem-sucedidas para projetos comunitários semelhantes, dando a conhecer bons exemplos já existentes, que possam encorajar os participantes.



Estratégias de defesa e de influência nos projetos comunitários eco

 **Título do Workshop:** Estratégias de defesa e de influência nos projetos comunitários eco

 **Duração:** 220 minutos

 **Enquadramento:** Este workshop foi concebido para apoiar o desenvolvimento de competências dos participantes para advogar de forma eficaz, em prol de iniciativas ambientais e comunitárias.

Nele, os participantes terão a oportunidade de aprender sobre os conceitos de defesa e lobbying/influência, e explorar ferramentas práticas para o desenvolvimento de campanhas, desde a definição de objetivos claros e a criação de mensagens, até à escolha de táticas estratégicas para o envolvimento público e influência direta.

Serão realizados cenários de simulação, onde os participantes desempenham o papel de diferentes partes interessadas dentro de uma cidade/comunidade, desenvolvem uma campanha e negociam para persuadir outros grupos a adotar a campanha proposta.

Este workshop visa capacitar os participantes a tornarem-se futuros líderes comunitários e defensores ambientais, utilizando a sua voz para enfrentar problemas comunitários e gerar um impacto de longo prazo nas suas comunidades.

 **Objetivo geral do workshop:** Criar um espaço para aprendizagem prática sobre competências de defesa e lobbying/influência para projetos comunitários, integrando o processo de negociação.

Objetivos específicos do workshop:

- Compreender os fundamentos da defesa e do lobbying/influência, no contexto de projetos comunitários ecológicos;
- Praticar o desenvolvimento e apresentação de campanhas de defesa;
- Criar espaço para discussão e pensamento crítico;
- Melhorar as competências de negociação e de influência dos participantes.

 **Competências a desenvolver:** Competência pessoal, social e de aprender a aprender; Habilidades de apresentação; Habilidades analíticas; Comunicação; Competência de cidadania; Pensamento crítico

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Exposição teórica; Atividade de criação de campanhas; Discussão; Reflexão e feedback.

PARTE 2: WORKSHOPS PARA TÉCNICOS DE JUVENTUDE E PROFESSORES

Plano do Workshop:

I. Introdução ao Workshop, Agenda e Tema (20 minutos)

O técnico de juventude apresenta os participantes ao workshop e destaca os seus principais objetivos, convidando todos a partilharem a sua motivação para participar. Em seguida, oferece uma introdução ao tema, especificamente sobre os conceitos de defesa e de lobbying/influência, destacando o seu papel crucial na promoção de mudanças ambientais e comunitárias.

Além disso, o técnico menciona que, em qualquer iniciativa ecológica comunitária, existem diferentes partes interessadas, cada uma com interesses diferentes, sendo, portanto, essencial a comunicação estratégica nesses processos

II. Brainstorming ideas for an eco-project (20 minutes)

O técnico de juventude divide os participantes em quatro grupos e cada grupo recebe um cartão que indica o título da sua parte interessada (stakeholders). Os cartões têm os seguintes títulos: membros da comunidade, empresários, autoridades governamentais locais, representantes de ONGs. Os participantes são informados de que o título no cartão representa o seu papel na comunidade, e devem trabalhar em grupo para representar os interesses e obrigações desse papel.

Após formar os grupos, o técnico de juventude introduz a tarefa: "Como um grupo de representantes diversificados, vocês têm de trabalhar numa campanha para transformar um edifício antigo e abandonado num eco-centro para a cidade. Devem desenvolver necessidades específicas, objetivos, planos de atividades, mensagens de lobbying/influência, entre outros, com os vossos colegas de equipa nos próximos 45 minutos, de acordo com as vossas necessidades e papel. Após 45 minutos, haverá uma apresentação das campanhas, seguida por uma reunião de 90 minutos com outros representantes da cidade para discutir e concordar sobre o desenvolvimento da campanha."

III. Competências de Defesa e Lobbying/Influência para Projetos Comunitários Eco – Trabalho de Grupo (45 minutos)

Todos os grupos continuam com a sua tarefa durante os próximos 45 minutos. O técnico de juventude permanece disponível, para esclarecimentos ou informações adicionais sempre que for necessário.

IV. Competências de Defesa e Lobbying/Influência para Projetos Comunitários Eco – Apresentação das Campanhas (20 minutos)

Todos os grupos reúnem-se em plenário para apresentar as suas campanhas. O técnico de juventude dá a cada grupo 5 minutos para apresentar o seu trabalho, destacando por que razão a sua campanha é a mais adequada para abordar a questão comunitária.

V. Competências de Defesa e Lobbying/Influência para Projetos Comunitários Eco – Reunião e Negociação entre as partes interessadas (Stakeholders) (90 minutos)

Após as apresentações, o técnico de juventude abre a sessão para a reunião e negociação. O técnico convida os participantes a utilizarem uma abordagem compreensiva e uma comunicação eficaz, para chegarem a um acordo comum sobre a criação da campanha. A reunião dura 90 minutos.



VI. Reflexão em Grupo e Feedback (30 minutos)

Após a reunião, o técnico de juventude convida todos os participantes a refletirem durante 5 minutos sobre as estratégias usadas na negociação.

Depois, partilham em plenário e fornecem feedback sobre o que foi eficaz e os desafios encontrados.

No final, o técnico sublinha a importância da atividade, enfatizando que a ideia por trás de toda a atividade foi estimular o desenvolvimento de competências de defesa, lobbying/influência e negociação, já que são altamente necessárias para enfrentar problemas comunitários.

Material necessário: Flipcharts, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador portátil, projetor, cartões preparados com os nomes dos papéis/ partes interessadas.

Documentos de referência e leitura adicional:

- AIPP. 2013. *Training Manual on Advocacy, Lobbying and Negotiation Skills for Indigenous Peoples in Climate Change and REDD+*. Asia Indigenous Peoples Pact: Chiang Mai, Thailand
- Antje. (2024, May 16). *Lobbying and advocacy: Start here. The Commons*
<https://commonslibrary.org/lobbying-and-advocacy-start-here/>

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- É importante que os participantes se sintam seguros e confiantes ao desempenharem um papel na atividade. O técnico de juventude deve ser flexível na divisão dos grupos e permitir trocas, se solicitado.
- Durante o processo de reunião, o técnico de juventude não deve interferir na discussão. Caso a comunicação entre os grupos escale para conflito, exclusão ou qualquer forma de discriminação, o técnico deve intervir e apoiar, para assegurar um processo de negociação tranquilo.



Inclusão e aprendizagem intercultural em Projetos Comunitários

 **Título do Workshop:** Inclusão e aprendizagem intercultural em Projetos Comunitários

 **Duração:** 150 minutos

 **Enquadramento:** Os projetos comunitários envolvem sempre grupos diversificados de indivíduos com diferentes contextos culturais e perspetivas.

Este workshop foi concebido para aprimorar a compreensão e as competências dos participantes na promoção da inclusão e da aprendizagem intercultural dentro das suas iniciativas comunitárias, ajudando a perceber os aspetos positivos dessa diversidade.

Durante o workshop, os participantes irão interagir entre si através do formato de discussão World Café. Terão a oportunidade de explorar várias questões sobre o que significa ser inclusivo, como aprender sobre diferentes culturas de forma respeitosa e o impacto das perspectivas diversificadas no sucesso dos projetos.

 **Objetivo geral do workshop:** CPromover a inclusão e a compreensão intercultural em projetos comunitários eco através de atividades interativas e sessões de discussão.

Objetivos específicos do workshop:

- Compreender a importância da inclusão e da aprendizagem intercultural nos projetos comunitários;
- Destacar a importância da diversidade e da integração de diferentes valores num projeto;
- Utilizar atividades interativas para promover a comunicação e o trabalho em equipa entre os participantes;
- Criar um espaço de discussão sobre o tema da inclusão e da aprendizagem intercultural.

 **Competências a desenvolver:** Competência pessoal, social e de aprender a aprender; Habilidades de apresentação; Habilidades analíticas; Comunicação; Competência de cidadania; Pensamento crítico

 **Metodologia e métodos a utilizar:** Exposição teórica; World café; Apresentações e Discussão

Plano do Workshop:

I. Introdução ao workshop, agenda e tópico (15 minutos)

O técnico de juventude introduz os participantes ao workshop, destacando os principais objetivos e convidando todos a partilhar a sua motivação para participar.

De seguida, o técnico apresenta o tema, com uma exposição teórica sobre a importância de explorar e melhorar a compreensão da inclusão e da aprendizagem intercultural nos projetos comunitários

II. World cafe (70 minutes)

O técnico de juventude divide os participantes em 5 grupos pequenos. Cada grupo recebe uma folha de papel com um dos seguintes títulos/perguntas para trabalhar:

- O que significa ser inclusivo numa equipa ou grupo?
- Como podemos aprender sobre diferentes culturas de forma divertida e respeitosa?
- Porque é importante que todos se sintam incluídos em projetos comunitários?
- O que pode fazer se vir alguém a ser deixado de fora?
- Como é que compreender diferentes perspetivas melhora um projeto?

O técnico de juventude explica que esta atividade será organizada usando o método World Café, onde inicialmente os grupos começam por discutir durante 15 minutos na sua pergunta original, e depois mudam para outras mesas a cada 10 minutos, para discutirem as outras questões.

Outra regra é que cada grupo deve nomear um moderador, que é a pessoa que permanece na mesa original todo o tempo, para explicar e apresentar a informação já existente aos novos visitantes.

No final, os grupos regressam à mesa inicial, usando os 15 minutos restantes para resumir a informação recolhida e preparar a apresentação. Todo o processo dura 70 minutos.

Depois de ouvirem e compreenderem as instruções e a tarefa, os participantes continuam a trabalhar, aguardando o sinal do técnico de juventude para mudar de mesa a cada 10 minutos.

III. Apresentações e Discussão (65 minutos)

Após o processo de World Café, todos os grupos reúnem-se em plenário para apresentar o resumo do seu trabalho. O técnico de juventude dá a cada grupo 5 minutos para apresentar, seguidos de uma sessão de perguntas e respostas e comentários.

No final das apresentações, o técnico faz perguntas adicionais para refletir sobre o que foi aprendido, tais como:

- Que temas comuns surgiram sobre inclusão e aprendizagem intercultural?
- Que novos conhecimentos foram adquiridos, ao ouvir diferentes perspectivas?
- Que ação específica está disposta a comprometer-se, para promover a inclusão e a aprendizagem intercultural nos seus projetos?

Material necessário: Folhas de papel, post-its, marcadores, lápis e canetas, computador e projetor, folhas de flipchart com perguntas preparadas, uma mesa de trabalho para cada grupo.

Recomendações para futuros técnicos de juventude, que queiram reproduzir este workshop:

- Para esta atividade, o técnico de juventude deve ser flexível com o tempo na última ronda, onde cada grupo resume as informações, assim como na sessão de apresentação e discussão.

Referências

- AIPP. 2013. Training Manual on Advocacy, Lobbying and Negotiation Skills for Indigenous Peoples in Climate Change and REDD+. Asia Indigenous Peoples Pact: Chiang Mai, Thailand
- CATALOGUE OF SCHOOL PROJECTS ON INCLUSIVE EDUCATION in South-East Europe. (2015). In Council of Europe. Joint EU/CoE Programme Regional Support for Inclusive Education. <https://pjp-eu.coe.int/inclusive-education/images/catalogue%20of%20school%20projects%20on%20inclusive%20education%20final%20pdf.pdf>
- Gale, A., Chapman, J., White, D., Ahluwalia, P., Williamson, A., Peacock, K., Akagbosu, R., Lepine, T., Arizor, I., Bone, L., Brown, J., Fahrngruber, A., Goldberg-Flood, A., Kovirineni, S., Lamb-Laurin, S., Zia, N., Innocent, S., Lee, W., Moran, G., . . . Cooke, S. (2022). On embracing the concept of becoming environmental problem solvers: the trainee perspective on key elements of success, essential skills, and mindset. Environmental Reviews, 30(1), 1–9. <https://doi.org/10.1139/er-2021-0040>
- Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD). (2018). PREPARING OUR YOUTH FOR AN INCLUSIVE AND SUSTAINABLE WORLD. In OECD. <https://www.oecd.org/pisa/Preparing-youth-inclusive-sustainable-world.pdf>
- Raoult, D. (2023). Addressing the issue of school dropout: Empowering students for success. www.eduscires.com. <https://doi.org/10.22521/JESR.2023.13.1.06>
- Rehman, N., Zhang, W., Mahmood, A., Fareed, M. Z., & Batool, S. (2023). Fostering twenty-first century skills among primary school students through math project-based learning. Humanities & Social Sciences Communications, 10(1). <https://doi.org/10.1057/s41599-023-01914-5>
- Solutions, D. (n.d.). 15 Effective Strategies for dropout prevention. ESLplus. <https://eslplus.eu/15-effective-strategies-for-dropout-prevention>
- Suzie, & Suzie. (2024, April 15). School Dropout: Strategies and Tools to Combat it. DYNSEO. <https://www.dynseo.com/en/school-dropout-strategies-and-tools-to-combat-it/>
- UNICEF and UIS, Monitoring Education Participation: Framework for Monitoring Children and Adolescents who are Out of School or at Risk of Dropping Out. UNICEF Series on Education Participation and Dropout Prevention, Vol I. Geneva: UNICEF Regional Office for Central and Eastern Europe and the Commonwealth of Independent States, 2016.

Editor

Centre for Non-formal education and Lifelong learning, Serbia



**Co-funded by
the European Union**

Finaciado pela União Europeia. As opiniões expressas são, no entanto, apenas dos autores e não refletem necessariamente as opiniões da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia de Educação e Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas

