



# Conectados pela #CIDADANIA

## Ficha técnica

© Associação Mais Cidadania

### “Conectados pela #cidadania”

Manual desenvolvido para o projeto #cidadania no âmbito do Programa Cidadãos Ativ@s  
Cofinanciado pelo Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu, gerido pela Fundação  
Calouste Gulbekian e em consórcio com a Fundação Bissaya Barreto

**Título:** Conectados pela #cidadania

### **Autores:**

Associação Mais Cidadania

Maria Marques, Paula Mendes, Telmo Romeu Simões

Confederação Portuguesa do Voluntariado

Raquel Gonçalves

Menneskerettighetsakademiet – Human Rights Academy

Lillian Hjorth

**Design:** Ana Filipa Olímpio Curly

**Tradução:** Joana Cruz

Lisboa, 2019

# ÍNDICE

**Introdução** pág. 6

---

**Contextualização pedagógica** pág. 7

---

**Cidadania e participação** pág. 9

---

**Atividades propostas** pág. 13

Agora sim, agora não...

Qual é a tua posição?

Quem escolher para a comunidade?

A escada da participação

No palco da cidadania

Discriminação discretamente

O orçamento nas tuas mãos

**Introdução aos Direitos Humanos** pág. 28

---

**Atividades propostas** pág. 33

O novo planeta

Um, dois, três: Representa!

O que podemos fazer?

Quais são as notícias?

Sem discriminação, por favor!

Examinar os Direitos Humanos

**Ambiente e desenvolvimento sustentável** pág. 46

---

**Atividades propostas** pág. 50

Qual é o tamanho da tua pegada?

A rota do vestuário

Interesses divergentes

O julgamento do Tua

Quem quer ser ambientalista?

Faz ouvir a tua voz

**Diversidade Cultural** pág. 64

---

**Atividades propostas** pág. 68

A imagem da minha identidade

Às escuras

Barnga

A corrente da discriminação

Publicitar a diferença

A cultura em transformação

Rumo a...

---

**Voluntariado** **pág. 82**

---

**Atividades propostas** **pág. 86**

À procura de um conceito

A desigualdade à frente dos teus olhos

Voluntariado, e que mais?

O passaporte do voluntariado

O voluntariado em ação

---

**Bibliografia** **pág. 101**

---

**Anexos** **pág. 103**

*A juventude é feliz porque tem a capacidade de ver beleza. Todos os que mantêm a habilidade de ver beleza nunca envelhecem.*

Franz Kafka

## INTRODUÇÃO

O #Cidadania é um projeto de promoção da cultura democrática e da educação para a cidadania. É financiado pelo fundo EEA Grants – Programa Cidadãos Ativ@s e é promovido pela Associação Mais Cidadania em parceria com o Instituto Português do Desporto e da Juventude IP, a Confederação Portuguesa do Voluntariado, a organização norueguesa Human Rights Academy, o Agrupamento Vertical de Escolas Baixa-Chiado, a Escola Profissional Bento de Jesus Caraça – Delegação do Barreiro e de Lisboa e a Associação Percursos – Ensino e Formação Profissional.

Mais do que nunca, assistimos a um distanciamento entre jovens, política e participação comunitária. A forma como os sistemas democráticos funcionam e se apresentam aos e às jovens não as e os motivam a acreditar que o seu envolvimento pode fazer a diferença. Neste mundo digital e sempre conectado, em que a educação para a cidadania global se tornou uma prioridade, entendemos ser fundamental desenvolver abordagens centradas nas e nos jovens, partindo das suas preocupações e motivações e apelando à utilização do digital e do experiencial

como meios de excelência para a expressão e participação.

O manual *Conectados pela #cidadania* assume-se como um guia para facilitadores destinado a educadores, nomeadamente professores, youth workers, psicólogos, animadores e outros agentes educativos, que trabalhem com jovens a nível da promoção da cidadania.

O manual é constituído por uma secção introdutória de contextualização pedagógica, seguido de cinco secções temáticas identificadas como estruturantes para um debate rico sobre o exercício da cidadania na atualidade: Cidadania e Participação, Introdução aos Direitos Humanos, Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, Diversidade Cultural e Voluntariado. Elas foram selecionadas através de uma abordagem holística inserida num contexto de educação para a cidadania global.

Cada uma das secções inicia-se com um enquadramento sobre a temática e propõe de seguida um conjunto de atividades selecionadas para abordar as diversas vertentes de cada tema e a sua relação com a temática global do manual – a cidadania. As atividades poderão ser utilizadas individualmente ou combinadas entre si, dependendo

dos objetivos definidos para o grupo de jovens, das suas características e das suas necessidades. Elas baseiam-se essencialmente em metodologias de educação não formal, inspiradas em diversas teorias de aprendizagem e nos princípios de educação de adultos. O objetivo final passa por colocar os jovens no centro do processo de aprendizagem, tendo por base os seus conhecimentos, experiências e expectativas.

As atividades do manual poderão ser utilizadas em contextos de educação formal, nomeadamente de sala de aula, mas também em contextos de educação não formal, tais como clubes de jovens e associações. Aqui podem ser encontradas atividades introdutórias ou de aprofundamento a uma determinada temática, atividades pontuais, de uma aplicação única, ou outras que necessitam de várias sessões com o mesmo grupo de jovens.

Em suma, o manual *Conectados pela #cidadania* pretende constituir-se como um recurso flexível e orientador destinado a todos e todas aquelas que querem refletir e descobrir mais sobre como inspirar e envolver os jovens enquanto cidadãos num mundo global.

## CONTEXTUALIZAÇÃO PEDAGÓGICA

Planificar e facilitar uma sessão de educação para a cidadania é como pintar um quadro, uma obra de arte de pedagogia. A base pedagógica deste manual assenta no pressuposto de que não basta saber sobre educação para a cidadania – é fundamental o desenvolvimento de competências (saber fazer) e de atitudes (saber ser) aliadas à reflexão da cultura global de cidadania.

Esta aprendizagem acontece de uma forma holística, englobando as experiências da pessoa ao nível intelectual, emocional, social, física e artística. Assim, nesta abordagem holística, é importante não apenas o que as pessoas aprendem, mas a forma como aplicam essa aprendizagem nas suas atitudes e comportamentos. A experiência é o ponto de partida, mas esta não faz sentido sem a reflexão sobre essa experiência e sem a colocação em prática daquilo que se aprendeu.

### Ciclo de aprendizagem experiencial de David Kolb

David Kolb, em 1984, publicou a sua teoria de Aprendizagem Experiencial, colocando a experiência como a base da aprendizagem e do desenvolvimento. A teoria de Kolb sugere a existência de quatro fases no processo de aprendizagem, sendo as atividades do manual construídas tendo como base este modelo.

A primeira fase – experienciar – envolve os e as participantes numa determinada atividade, dinâmica ou exercício planeado. A segunda fase – refletir – guia o grupo a refletir sobre a experiência vivida. A terceira fase – generalizar – motiva o grupo a avaliar a atividade com o objetivo de relacionar o que se aprendeu com o mundo global. Por fim, a quarta fase – aplicar – consiste em colocar a aprendizagem em prática.



## Princípios de educação de adultos e de educação não formal

A educação de adultos engloba uma série de princípios e pressupostos que se encontram na base pedagógica deste manual. Falar de educação de adultos é colocar o indivíduo no centro do processo de aprendizagem, e são os métodos de educação não formal a forma por excelência de trabalho deste tipo de abordagem pedagógica. Neste âmbito, o papel do facilitador passa por inspirar, auxiliar e criar oportunidades de aprendizagem individual.

Planear um processo para jovens com base em metodologias de educação não formal implica partir das suas necessidades, interesses e experiência, e utilizar uma abordagem focada na pessoa. É necessário proporcionar oportunidades para a aprendizagem auto-organizada, relacionar a teoria e a prática, criar pontes entre ação e reflexão e envolvê-los na tomada de decisão sobre o que estão a fazer e como vão aprender.

A educação não formal é um processo organizado com objetivos educativos, e por isso é fundamental que cada sessão seja planeada cuidadosamente (modelo de plano de sessão, na página 106) tendo como objetivo o desenvolvimento de competências pessoais e sociais e a

preparação para uma cidadania ativa.

Tendo em conta os princípios acima referidos, existem algumas orientações práticas que consideramos fundamentais que o facilitador tenha em atenção ao trabalhar sobre estas temáticas com os jovens:

- As sessões devem ser conduzidas com o espaço organizado em círculo ou em semicírculo;
- As atividades não devem ser utilizadas apenas para serem divertidas ou interessantes; devem ser cuidadosamente escolhidas e combinadas entre si de modo a resultarem num plano de sessão com objetivos delineados para atingir com os jovens e com um período de reflexão sobre a ação;
- O facilitador deverá ter testado previamente as atividades que pretende desenvolver com o grupo, de preferência experimentando-as como formando;
- Tornar-se um facilitador que utiliza a educação não formal como ferramenta efetiva é um processo que começa pela própria experiência do educador e pela reflexão pessoal sobre as suas crenças e atitudes em relação aos temas que vai facilitar. A educação não formal significa horizontalidade e partilha, e é muito importante o facilitador desenvolver

esta consciência e estar predisposto para manter a atitude de aprendiz;

- O facilitador não é transmissor de conhecimento, pois o conhecimento enquanto formadores e facilitadores é parcial e contextual. Assumir isto pode por vezes fazer-nos sentir inseguros ou impreparados, mas o desafio é aprendermos a lidar com isso e aceitar que esta abordagem não é compatível com soluções e respostas unidimensionais;
- Uma aprendizagem aberta implica estar disponível para acolher opiniões diferentes e discordantes. A missão do educador é a de fomentar a reflexão crítica;
- Ninguém tem todas as respostas, mas o que devemos procurar enquanto seres humanos é desenvolver a nossa capacidade e vontade de lidar com o conhecimento tendo em conta múltiplas perspetivas!

*“O educador é, evidentemente, um artista (...). O que o educador faz ao ensinar é permitir que os estudantes se tornem neles próprios.”*

Paulo Freire

The background is a vibrant, abstract composition of thick, expressive brushstrokes in shades of red, orange, yellow, and white. The strokes are layered and directional, creating a sense of movement and depth. Several stylized human figures are integrated into the composition: a large white figure in the lower-left, a yellow figure in the center, and a smaller white figure to the right. The overall aesthetic is modern and energetic, suggesting themes of community, progress, and human activity.

# CIDADANIA E PARTICIPAÇÃO

### A Cidadania e as suas origens

A noção de cidadania é um conceito complexo que tem variado ao longo da história entre países, culturas, sociedades e ideologias. Porque não começar por olhar para essa evolução para tentar compreender a função que ela representa no nosso quotidiano?

A ideia de cidadania foi criada inicialmente durante o período da Grécia Antiga, em Atenas, e designava aqueles que tinham o dever de participar nas tomadas de decisão desta cidade-estado. A cidadania como exercício de democracia era considerado um dever que o indivíduo tinha para com a sua cidade, uma posição de destaque na esfera pública que complementava a vida familiar da esfera privada.

Ainda que a prática da democracia tenha sofrido diversas alterações ao longo dos tempos, a participação em cidadania associa-se ainda hoje ao conjunto de atividades realizadas pelo indivíduo que procuram contribuir para o bem comum.

### Pilares da Cidadania e Direitos Humanos

A vivência em comunidade existe desde o início da civilização como forma de o Ser Humano melhor responder aos

desafios que lhe são colocados, sejam eles de origem material ou imaterial. A forma como a sociedade satisfaz estas necessidades vai determinar o seu bem-estar e o dos seus indivíduos. Como tal, a cidadania tem de ser uma prática multidisciplinar capaz de influenciar as diversas facetas da vida de uma pessoa.

Uma analogia interessante é considerar a cidadania como uma cadeira que suporta a existência da comunidade – na base dessa cadeira estão as quatro vertentes que influenciam o seu bem-estar – a vertente social, política, económica e cultural.

A vertente social considera os aspetos relacionais dentro da sociedade e baseia-se em valores de lealdade, empatia e solidariedade. A vertente política refere-se aos direitos de participação e representação do indivíduo perante os poderes instituídos. A vertente económica preocupa-se em conceder condições financeiras que permitam aos cidadãos viver com dignidade, seja através de condições laborais adequadas ou através de uma segurança social solidária e inclusiva. Por fim, a vertente cultural está relacionada com as práticas e heranças que juntam todos os seres debaixo de um contexto histórico

comum e lhes nutre o sentimento de pertença e união.

Todas estas vertentes têm a mesma importância – uma perna mais longa que as outras iria pôr em causa a estabilidade da cadeira da cidadania e perturbar a vivência da sociedade por ela suportada. O indivíduo apenas é capaz de concretizar em pleno o seu potencial como cidadão se tiver equilíbrio entre os seus direitos políticos, sociais, económicos e culturais.

Esta representação mostra a forma como a cidadania protege os direitos – e estabelece os deveres – que alguém possui inerentes à sua pertença na comunidade, tal como estabelecido pelo artigo 29 da Declaração Universal dos Direitos Humanos. O perfil de cidadão dá espaço a cada um para nutrir as suas individualidades, cultivar os seus gostos, exprimir as suas opiniões, praticar as suas tradições, seguir a sua religião, entre outros, enquanto isso não puser em causa as liberdades da cidadania das outras pessoas.

Seguindo esta lógica, é muito importante respeitar os direitos de cidadania pois estão diretamente relacionados com o cumprimento de todos os Direitos Humanos.

Esta simbiose deve ser reforçada ao trabalhar a temática com jovens, pois se o futuro está nas suas mãos, é através de um exercício de cidadania mais responsável que se poderá caminhar em direção a uma maior igualdade, compreensão e inclusão baseada nos Direitos Humanos.



### A partilha de valores da Cidadania

A cadeira da cidadania pode também simbolizar a construção dos valores comuns a toda a população – tudo aquilo que é importante defender, preservar e celebrar. Esta rede de ideologias partilhadas são os elos de ligação que mantêm unido o tecido comunitário e que dão forma à identidade coletiva da sociedade. Ela pode ter características tão particulares que abrangem apenas um bairro, como características universais que se estendam a todo um país.

Ao abordar esta temática com jovens é muito importante realçar a importância da partilha de valores entre cidadãos como pilar fundamental na participação cívica. A cidadania não é algo que está desligado das vivências do dia a dia – é através dela que se podem influenciar os valores da sociedade e dar rumo ao futuro da comunidade em que se está inserido.

A participação em cidadania está tradicionalmente associada ao universo democrático e às votações para as instituições de um país. Essa designação é, no entanto, antiquada e desligada da realidade atual. Na verdade, considerando o modelo desenvolvido por Roger Hart em 1992, a participação jovem é uma escada que tem diversos degraus de

envolvência, variando entre práticas de não-participação (manipulação e uso de jovens como símbolo para medidas tomadas) e de participação (partilha da tomada de decisões e liderança).

Nunca houve tantos meios para participar no desenvolvimento das quatro vertentes de cidadania acima descritas, de influenciar as tomadas de decisão e de lutar pela concretização de ideais pessoais e coletivos. Continua a ser pertinente participar nos organismos democráticos tradicionais, mas novas formas de participação têm ganho força de expressão e capacidade para produzir resultados concretos, como por exemplo os orçamentos participativos, a organização de movimentos e manifestações através do mundo digital e as iniciativas de cidadania e participação europeia. Acima de tudo, a verdadeira participação na cidadania deve ser livre, voluntária, natural e enriquecedora à vivência social de uma pessoa.

## Educar para a Cidadania e Participação

É necessário a população estar verdadeiramente integrada no exercício da cidadania e democracia para as esferas do poder instituído tomarem medidas que respeitem os Direitos Humanos e a dignidade de todos os indivíduos. Tendo em conta que a participação através dos métodos tradicionais tem vindo a decrescer, torna-se bastante importante trazer estas temáticas de volta para o debate público e encontrar novas formas de envolver a população na prática da cidadania.

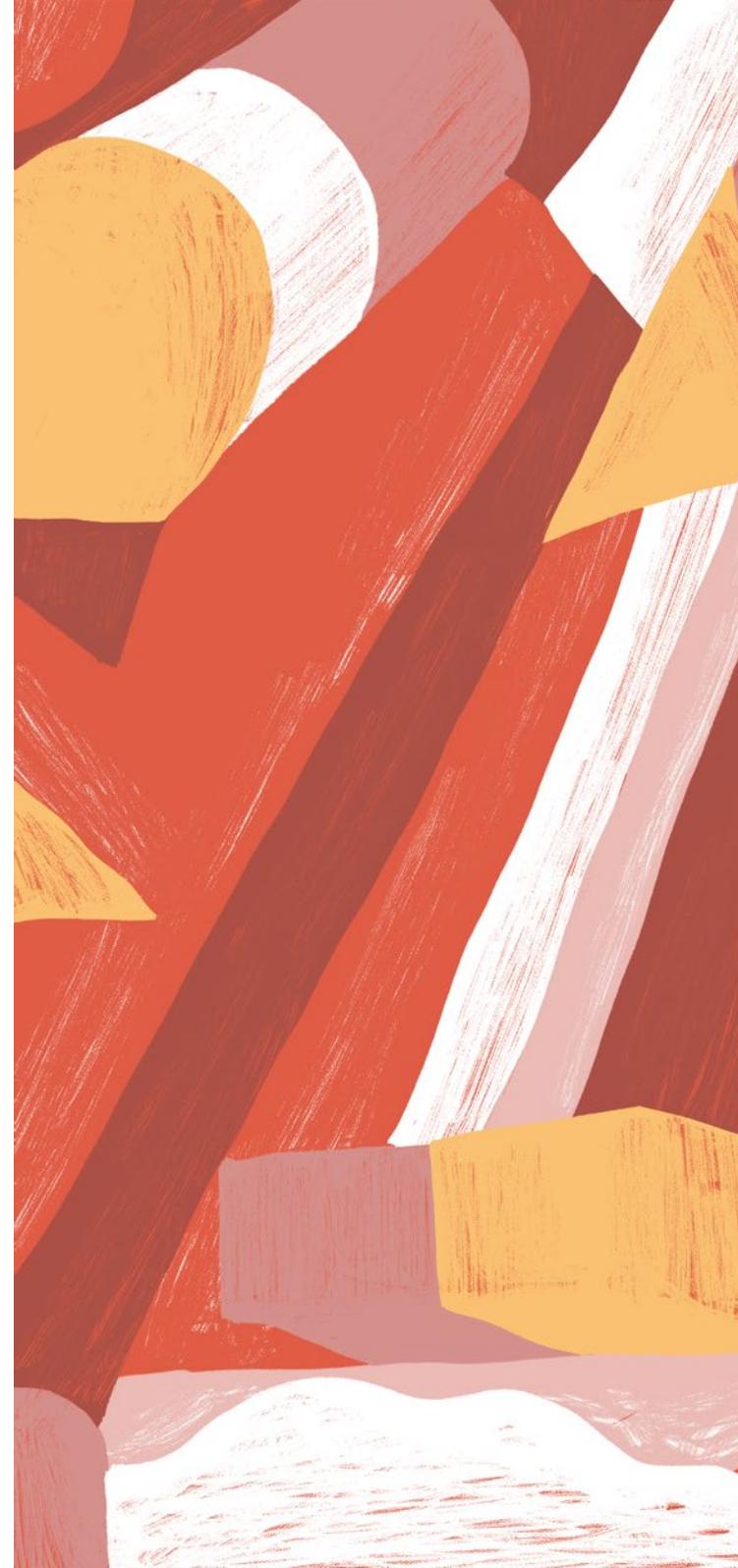
As novas modalidades de participação ganham ainda maior relevância dentro de grupos que ao longo da história têm ficado excluídos do debate público, e que ainda hoje não encontram a representatividade nem o espaço de participação na democracia necessários para verem cumpridos os seus direitos e necessidades. Os jovens, as mulheres, as minorias raciais e religiosas são exemplos desta realidade. Histórias como a de Malala Yousafzai ou a de Greta Thunberg provam que hoje em dia é possível os jovens terem influência num contexto de cidadania e através do mundo digital chamarem a atenção para temáticas determinantes para o

seu futuro, nestes casos o acesso livre à educação por todos os jovens e um combate mais empenhado contra a catástrofe climática.

Com estas atividades pretendemos mostrar aos jovens a importância que a cidadania representa para a sua vida presente e futura, e para o cumprimento integral dos seus Direitos Humanos. Queremos mostrar a diversidade e as possibilidades de recursos à sua disposição para despertar uma corrente de ação e de participação. No fim, esperamos criar as sementes positivas que levem a uma maior envolvimento dos jovens na tomada de decisões nos poderes instituídos.

*“Ninguém nasce um bom cidadão; nenhuma nação nasce uma democracia. Ambos são processos que continuam a evoluir ao longo de uma vida. A juventude tem de ser incluída desde a nascença. Uma sociedade que se afasta dos seus jovens compromete a sua esperança de vida.”*

Kofi Annan



## ATIVIDADES PROPOSTAS

### AGORA SIM, AGORA NÃO... pág.14

Se é através da participação cívica que garantimos os nossos direitos como cidadão, o que explica as taxas de participação tão reduzidas? Explore aquilo que nos leva ou não a dar o nosso contributo para a comunidade com o auxílio de uma música.

### QUAL É A TUA POSIÇÃO? pág.16

Numa comunidade, todos os Direitos Humanos têm a mesma importância... ou será que não? Através de uma escala de concordância explore como cada um dá mais ou menos valor aos seus diferentes direitos.

### QUEM ESCOLHER PARA A COMUNIDADE? pág.18

Todos nós contribuimos de alguma forma para o bom funcionamento da comunidade. Motivados pelo desastre ambiental, escolham quem terá a honra de continuar a representar a comunidade portuguesa no futuro.

### A ESCADA DA PARTICIPAÇÃO pág.20

A participação jovem na sociedade está repleta de desafios e oportunidades. Explore e analisem diferentes situações da atualidade para descobrir em que degrau na escada da participação se encontram.

### NO PALCO DA CIDADANIA pág.22

Para o bom funcionamento da sociedade é necessário que todos – indivíduos e instituições – assumam as devidas responsabilidades. Promovam um debate para conhecer os papéis que cada ator cívico deve desempenhar.

### DISCRIMINAR DISCRETAMENTE pág.24

Por vezes são os gestos mais inocentes que representam as maiores formas de discriminação. Organizem uma competição para identificar (e resolver) as subtis formas de discriminação sofridas pelas minorias.

### O ORÇAMENTO NAS TUAS MÃOS pág.26

Existem cada vez mais formas alternativas de participar no exercício da cidadania. Explore as possibilidades dos orçamentos participativos como ferramenta para influenciar e melhorar a comunidade.

# AGORA SIM! AGORA NÃO...

## OBJETIVOS

Identificar os motivos que levam à participação (e à não participação) em cidadania

Analisar a capacidade de músicas ou outras formas de expressão cultural promoverem o debate relacionado com temáticas sociais

## MATERIAIS

Leitor MP3 (smartphone, computador...)

Colunas



30 minutos



Até 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por falar com o grupo sobre a ligação da música com as causas sociais, como a cidadania e participação, defesa dos Direitos Humanos e das minorias, defesa do ambiente, entre outros.

2. Pergunte se conhecem artistas que sejam ativistas famosos, e se conhecem músicas que chamem a atenção para estes temas.

3. Reproduza a música *Movimento Perpétuo Associativo* dos Deolinda para o grupo.

4. Pergunte qual é o tema da música e qual a mensagem transmitida. Dê espaço para que todos e todas possam dar a sua opinião.

5. Volte a reproduzir a música, desta vez com a letra projetada ou distribuída em folhas para todos e todas lerem. (ver em anexos, página 107)

6. Analise a letra da música com o grupo:

a. Identificam-se com estas motivações de participação em cidadania?

b. E com as situações evocadas para a não participação? É comum ouvirem argumentos semelhantes no vosso dia a dia?

c. Para vocês, quais são as que têm mais força, as motivações ou os obstáculos?

d. Como é que se podem ultrapassar esses obstáculos?

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Gostaram de ouvir a música?

Como é que a banda explora artisticamente esta temática? Qual das perspetivas é que acham que se está a defender?

Costumam prestar atenção à mensagem transmitida na letra das músicas?

Acham que a música é um bom meio para discutir questões de Cidadania e Direitos Humanos?

Será que estas músicas ou outras formas de expressão cultural têm o poder de mudar as práticas das pessoas?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Na altura de analisar a letra da música pode dividir todos e todas em pequenos grupos de 4 ou 5 elementos. Alguns grupos podem necessitar de analisar a letra por partes, enquanto outros poderão começar logo a debater sobre

o tema. Procure mediar e orientar esses debates.

Esta atividade é interessante para introduzir os jovens à temática da participação pois retrata de uma forma criativa a realidade vivida atualmente no país.

O uso de músicas e de outros elementos culturais pode ser bastante interessante para servir de contextualização para o debate relativamente às diversas temáticas abordadas neste manual. Apresentamos aqui outras sugestões:

### Músicas

Beautiful (Christina Aguilera) - Diversidade e discurso de ódio

Big Yellow Taxi (Joni Mitchell) - Proteção ambiental

Black or White (Michael Jackson) - Racismo e discriminação

Born This Way (Lady Gaga) - Direitos LGBTI+

Imagine (John Lennon) - Cidadania e democracia

Mother Earth (Natural Anthem) (Neil Young) - Proteção ambiental

Parklife (Blur) - Participação e comunidade

People Are People (Depeche Mode) - Tolerância e igualdade

The Times They Are A' Changin (Bob Dylan) - Mudança social

What A Wonderful World (Louis Armstrong) - Diversidade e igualdade

### Filmes

American History X (1998) - Extremismo e discriminação

Eight Grade (2018) - Participação e presença digital

Gran Torino (2008) - Racismo e diversidade cultural

Green Book (2018) - Segregação racial e identidade cultural

Love, Simon (2018) - Direitos LGBTI+ e participação digital

Mustang (2015) - Feminismo e igualdade de gênero

Napoleon Dynamite (2004) - Participação jovem

Nightcrawler (2014) - Desinformação e papel dos media

The Big Sick (2017) - Diversidade Cultural

Wall-E (2008) - Sustentabilidade e proteção ambiental

# QUAL É A TUA POSIÇÃO?

## OBJETIVOS

Debater as diferenças entre Direitos Políticos, Económicos, Sociais e Culturais

Desenvolver as capacidades de debate e argumentação

Fomentar o respeito pela diferença de opiniões

## MATERIAIS

Uma cópia da folha de afirmações (ver em anexos, página 108)

Folhas A3 e canetas

Espaço para os e as participantes se movimentarem



60 minutos



Até 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Prepare 2 cartazes - um que diga “Concordo” e outro que diga “Discordo” - e coloque-os em paredes opostas da sala.

2. Explique aos e às participantes que irá ler algumas afirmações. Devem ouvir as afirmações até ao final em silêncio. Cada pessoa deve então ocupar um lugar entre os dois cartazes que simbolize a sua concordância ou discordância com a afirmação.

3. Escolha uma afirmação e leia. Espere que as pessoas decidam a sua posição e peça àqueles que estiverem mais perto dos extremos para partilharem a sua opinião. Peça também a alguém que esteja no centro que explique a sua posição.

4. Lembre os e as participantes que, após ouvirem os argumentos dos colegas, podem mudar de opinião e alterar a sua posição. No entanto, devem de ouvir os argumentos até ao final e só depois mudar de posição.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Qual foi a questão mais difícil de responder?

Mudaram alguma vez de posição após ouvirem os argumentos das restantes pessoas?

Ficaram surpreendidos ou surpreendidas com o nível de desacordo sobre alguma das questões?

Seria melhor para a comunidade se todos estivessem de acordo acerca dos seus direitos e deveres? Será que algum dia isso será alcançado?

Acham que há respostas “certas” e “erradas” para as diferentes afirmações, ou será que é só uma questão de opinião pessoal?

Acham que as exigências da atualidade requerem que sejam criados novos direitos? E deveres?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Se o grupo necessitar de apoio sobre a temática comece a atividade com uma pequena introdução sobre as diferenças entre Direitos Políticos, Económicos, Sociais e Culturais. Façam uma tabela no quadro com quatro colunas e apontem

exemplos dos diferentes tipos de direitos.

Os Direitos Económicos, Sociais e Culturais são muitas vezes desvalorizados, difíceis de garantir e considerados antes responsabilidade do indivíduo. Explore com o grupo essas ideias e proponham formas de os valorizar.

Poderá ser interessante para o grupo ter acesso à versão abreviada da Declaração Universal dos Direitos Humanos durante a atividade, como forma de apoio para a sua argumentação.

# QUEM ESCOLHER PARA A COMUNIDADE?

## OBJETIVOS

Debater o papel de cada indivíduo no funcionamento da sociedade

Discutir quais os valores pessoais valorizados pela comunidade

Treinar a capacidade de argumentação e debate

## MATERIAIS

12 cartões com os nomes das personagens (ver em anexos, página 109)

Alfinetes ou molas para prender os cartões



75 minutos



Mínimo 15 participantes  
A partir dos 16 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Apresente a todos e todas a temática da atividade:

*Devido à catástrofe climática, o Ser Humano está a planear enviar uma nave espacial para continuar a civilização humana noutra planeta. Cada país tem direito a enviar apenas 6 pessoas, pelo que foi selecionado este pequeno grupo de pessoas residentes em Portugal do qual serão selecionadas as pessoas a enviar.*

2. Deixe que 12 elementos do grupo se voluntariem para representar os papéis/personagens. Estes devem ser distribuídos aleatoriamente. O restante grupo fará parte da comissão que irá no fim decidir quais os escolhidos. Peça para se sentarem em meia-lua com a comissão à sua frente. Distribua entre eles e elas os cartões com os papéis das personagens e peça-lhes para os colocar ao peito. Dê-lhes alguns minutos para interiorizarem a sua personagem e delinearem a sua argumentação. Relembre que devem defender a sua posição tendo em conta as personagens que representam.

3. De seguida, dê aproximadamente um minuto a cada personagem para expor os motivos pelo qual deviam ser escolhidas

pela comissão.

4. No fim de todas as personagens falarem, a comissão irá propor uma regra que ajudará a definir quais as pessoas escolhidas. Dê agora 10 minutos para que as personagens debatam com a comissão, tendo em consideração a nova regra criada, o porquê de deverem ser escolhidos.

5. Ao fim de 10 minutos, a comissão irá introduzir uma segunda regra, e uma nova ronda de debate será criada.

6. Quando o debate estiver a esgotar de argumentos dê 10 minutos para a comissão debater entre si quais são as pessoas escolhidas.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Como se sentiram ao representar uma personagem que podia não ter a ver com a vossa personalidade?

Houve alguma característica da vossa personagem que acreditavam ser importante para a sociedade, mas que não a tenham conseguido exprimir corretamente ou que não tivesse sido valorizada pelos restantes participantes?

Foi fácil ou difícil selecionar as pessoas? Os critérios de seleção foram aqueles que imaginavam ao início?

O que acharam das regras introduzidas? Foram simples ou complexas? Foram justas?

Acham que se fosse realizado o mesmo exercício, mas que a comissão tivesse sido escolhida aleatoriamente entre a população, o resultado seria o mesmo?

Será que algum dia existirá um exercício semelhante na história da humanidade?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Pode começar o exercício por desenvolver uma chuva de ideias sobre o conceito de Cidadania. Pergunte se é fácil para o grupo definir o que é realmente a cidadania e o que faz cada pessoa ser ou não uma boa cidadã.

Realce o facto de a atividade utilizar personagens fictícias influenciadas pela nossa realidade. Motive o grupo a pensar em argumentos e ideias originais, mesmo que rebuscadas, para defenderem serem escolhidos ou escolhidas.

A comissão pode definir as regras que irá introduzir de acordo com o grupo e com o debate que se está a desenvolver. Um exemplo de uma regra pode ser “ter nacionalidade portuguesa”.

Tente orientar as duas fases do debate para responder às regras colocadas pela comissão, ou para as personagens desfavorecidas tentarem contornar e contrapor com outros argumentos.

Durante o debate da comissão tente que as personagens não intervenham. Os seus argumentos devem ter sido apresentados anteriormente. Esta fase serve para as personagens compreenderem a eficácia e a reação da comissão aos argumentos apresentados.

# A ESCADA DA PARTICIPAÇÃO

## OBJETIVOS

Explorar os fatores que impedem ou facilitam a participação jovem na sociedade

Comparar a participação jovem ideal com a real, e debater formas de as aproximar

## MATERIAIS

Ficha “A escada da participação” (ver em anexos, página 110)

Folhas, marcadores e canetas



120 minutos



De 12 a 30 participantes

A partir dos 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por perguntar o que pensam sobre o conceito de participação jovem. Distribua ou projete a ficha da escada da participação e explique que se trata de um modelo que nos ajuda a compreender as diversas formas de participação em cidadania. Debatam brevemente os diferentes níveis.

2. Dê 5 minutos para cada pessoa pensar individualmente e anotar exemplos de participação para cada nível da escada. Podem estar relacionados com a sua vida familiar, escolar, social, associativa, entre outros.

3. Divida os e as participantes em 3 grupos (ou em 6 grupos no caso de serem muito participantes) e atribua a cada grupo de trabalho uma zona diferente da escada: não participação (níveis 1–3), participação parcial (níveis 4 e 5) e participação completa (níveis 6 – 8).

4. Utilizando os exemplos anteriormente apontados, dê 30 minutos para os grupos preparem uma pequena dramatização (2 a 3 minutos) que ilustre um exemplo de participação jovem referente ao nível da escada que lhes foi entregue.

5. Quando os grupos estiverem prontos apresentam as suas dramatizações aos restantes. No fim de cada dramatização façam um pequeno debate centrado na situação apresentada:

a. Quais são os obstáculos que impedem de haver uma maior participação dos jovens?

b. Quais são os fatores que facilitam a participação jovem?

6. Vá apontando numa tabela os obstáculos e os factores que facilitam a participação referidos pelo grupo. No fim, organize uma pequena discussão sobre se os jovens têm controlo sobre esses fatores, e como podem contornar os obstáculos mencionados para garantir uma maior participação.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Foi fácil ou difícil encontrar exemplos para todos os níveis da escada da participação?

A escolha dos exemplos e da situação a dramatizar foi consensual entre todos os elementos?

Como descreveriam a participação jovem na vossa escola ou no vosso bairro e comunidade?

Quais é que acham que são as razões para os exemplos de participação baixa? Devem-se a fatores externos ou a escolhas pessoais?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Quando estiverem a debater os diversos níveis da escada da participação, esclareça que nem sempre estar no nível mais elevado é o ideal, uma vez que isso depende do contexto da situação, das competências da pessoa e do seu nível de interesse. Ainda assim, os três níveis mais baixos não são formas de participação, e como tal devem ser evitados.

Quando o grupo estiver a pensar em obstáculos e fatores facilitadores, motive-os a pensar em coisas que estão dentro do seu controlo. Lembre-os que os obstáculos podem ser estruturais, mas também físicos ou psicológicos.

# NO PALCO DA CIDADANIA

## OBJETIVOS

Compreender as dinâmicas de colaboração entre os diferentes atores da sociedade

Sensibilizar para a cooperação e responsabilidade civil

Debater a relação entre direitos e responsabilidades

## MATERIAIS

Folhas e canetas de cores diferentes

Folhas de papel grandes (A3 ou flipchart)



120 minutos



De 8 a 20 participantes

A partir dos 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Explique que o objetivo da atividade é criar um “plano” das relações entre os quatro atores de uma sociedade democrática ideal.

2. Divida os e as participantes em quatro grupos que representem diferentes “atores” numa democracia: o governo, o sector das ONG, os media e os cidadãos e as cidadãs. Dê a cada grupo uma folha A3.

3. Peça para cada grupo fazer uma pequena reflexão sobre qual o seu papel numa sociedade democrática, ou seja, quais são as funções principais que desempenha. No fim, peça para apontarem na folha as 5 funções mais importantes.

4. Junte todas e todos em plenário. À vez, o ou a porta-voz de cada grupo apresenta as ideias e as notas que discutiram. Pergunte aos restantes grupos se concordam com as funções e deixe-os propor mais ideias se o desejarem.

5. Volte a dividi-los nos mesmos grupos e peça-lhes para discutirem o que precisam dos restantes três atores para pôr em prática as suas funções. No fim, escrevam nas mesmas folhas as duas exigências

mais importantes relativas a cada ator.

6. Junte novamente todos os elementos e elejam outro ou outra porta-voz para apresentar esta ronda de exigências. Os restantes atores podem comentar as exigências que lhes foram feitas (são realistas, vão surtir efeito, não são da sua responsabilidade, precisam de contrapartidas?).

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Como é que decidiram quais as funções e exigências a destacar?

Os diferentes grupos concordaram facilmente sobre quais as exigências a aceitar, ou houve alguma discussão e pontos de vista diferentes?

Houve alguma função ou exigência sobre a dinâmica de uma sociedade democrática sobre a qual nunca tivessem pensado?

A atividade provocou alguma reflexão sobre a vossa postura como cidadãos e cidadãs na realidade?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Se os grupos estiverem com dificuldades em pensar nas suas funções, motive-os a pensar no que aconteceria se esse ator não existisse na realidade:

- Sem os governos não haveriam leis, serviços públicos, entre outros;
- Sem as ONGs, as minorias e outros assuntos como os animais ou o ambiente poderiam ser afastados da discussão pública;
- Sem os media não saberíamos as medidas tomadas por cada ator, ou poderíamos não compreender o significado e o impacto das medidas tomadas.
- Os cidadãos são o objeto central da sociedade, mas ainda assim não devem esperar que tudo seja feito à sua medida. Têm igualmente a responsabilidade de participar na vida democrática, de lutarem pelos Direitos Humanos, etc.

A atividade pode tornar-se mais ou menos complexa conforme o número e a natureza dos atores utilizados. Pode ser interessante adicionar mais atores “macro”, como as empresas ou as minorias, mas podem também diminuir a escala e trabalhar a temática a um nível local, utilizando atores como os jovens, a escola, a família, o bairro, entre outros.

# DISCRIMINAR DISCRETAMENTE

## OBJETIVOS

Sensibilizar para as diversas formas de discriminação que as minorias sofrem na sociedade

Debater como podem os indivíduos contribuir para uma comunidade mais inclusiva

## MATERIAIS

Papéis e canetas

Quadro para anotar as pontuações



45 minutos



Mínimo 9 participantes

A partir dos 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

Comece por desenvolver uma chuva de ideias sobre os agentes da sociedade local que influenciam o dia a dia de cada pessoa. Decidam aqueles que têm mais influência sobre a sociedade.

Divida os e as participantes em pequenos grupos e atribua a cada grupo um dos agentes da sociedade acima mencionados.

De seguida, enuncie uma ou duas minorias com quem os e as participantes tenham contacto (por exemplo, comunidade LGBTI, ciganos, imigrantes africanos, muçulmanos, mulheres, etc.). Dê 10 minutos para que cada grupo pense em formas como o agente da sociedade que representa pode discriminar essas minorias, violando os seus direitos, criando obstáculos e impedindo a sua participação como cidadãos, mas sem quebrar a lei.

De seguida, faça uma grelha num quadro para anotar as pontuações de cada grupo. À vez, cada grupo irá revelar uma forma de discriminação efetuada pelo agente da sociedade que representa. Cada forma válida de vale 2 pontos, ou 3 pontos se for uma prática notavelmente

subtil, mas igualmente discriminatória. Formas de discriminação que já tenham sido apontadas por outros grupos recebem apenas 1 ponto.

Cada vez que um grupo aponta uma forma válida de discriminação, um dos outros grupos pode “roubar” 1 ponto ao sugerir uma forma de combater essa prática discriminatória.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Foi fácil ou difícil pensar em formas como as minorias são discriminadas? E pensar nas soluções?

Que outros motivos para além de pertencer a uma minoria podem fazer com que uma pessoa seja discriminada?

Pensaram maioritariamente em casos de discriminação negativa, ou também de discriminação positiva? Será que a discriminação positiva é uma forma válida de travar a negativa?

Já alguma vez foram alvo ou assistiram a alguma das formas de discriminação aqui mencionadas?

Como é que podemos agir individualmente e localmente para

impedir estas práticas?

Falámos de formas de discriminação efetuadas por diversas instituições. E nós próprios? Será que discriminamos outras pessoas sem nos apercebermos? Como podemos ganhar consciência dos efeitos das nossas ações? E como podemos combater isso?

### DICAS PARA O FACILITADOR

A primeira parte é bastante importante para adequar a atividade ao grupo em questão. Podem pensar em *agentes da sociedade* que estejam presentes no dia a dia dos jovens, como as escolas, as famílias, a igreja ou as associações comunitárias, mas também outras que estão mais afastadas e que influenciam igualmente as suas vidas, como a comunicação social e os políticos.

O objetivo principal do jogo não é perpetuar as formas de discriminação, mas sim chamar a atenção da sua existência e propor formas de as resolver. Motive os grupos a tentar roubar pontos ao “inventar” soluções!

Por vezes por ser difícil lembrar as formas mais subtis de discriminação, principalmente para quem nunca tenha passado por elas. Porque não procurar inspiração em elementos culturais (séries, filmes, músicas, BDs)?

# O ORÇAMENTO NAS TUAS MÃOS

## OBJETIVOS

Explorar formas alternativas de participação em cidadania

Refletir sobre as oportunidades de melhoria da comunidade

## MATERIAIS

Acesso à internet

Computadores



60 minutos



Até 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por perguntar ao grupo se sabem o que são programas de orçamento participativo, e se conhecem algum em específico.
2. Passe algum tempo a explorar alguns casos de orçamentos participativos (como por exemplo, o orçamento participativo das câmaras municipais ou o orçamento participativo jovem). Tentem abordar pontos como:
  - a. Que tipos de projetos podem ser apresentados?
  - b. Quem pode participar?
  - c. Quais as verbas disponíveis?
  - d. A escolha dos projetos vencedores é feita internamente ou existe uma votação? Quem pode votar?
  - e. Quais os projetos escolhidos em edições anteriores?
3. Oriente agora a discussão para a realidade local. Haverá algum problema que o grupo ache que pudesse ser resolvido através de um orçamento participativo?

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Já conheciam anteriormente exemplos de orçamentos participativos?

Acham que é uma ferramenta adequada como forma de participação em cidadania?

Acham que devia de haver mais ou menos iniciativas destas?

Estas iniciativas funcionam melhor em âmbitos nacionais ou locais?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Após conhecerem os diferentes projetos de orçamentos participativos, debatam a possibilidade de no futuro se envolverem nestas iniciativas através da votação em projetos, ou até mesmo ao concretizarem uma candidatura.

Caso tenham interesse em desenvolver uma candidatura, podem encontrar apoio na organização de projetos na atividade “planear um voluntariado” ou “Faz ouvir a tua voz”.

Pode ser interessante procurar e explorar orçamentos participativos aplicados no contexto local dos jovens.

**Ligações úteis**

Orçamento Participativo Jovem

<https://opjovem.gov.pt/>

Orçamento Participativo de Portugal

<https://opp.gov.pt/>

Orçamento Participativo de Lisboa

<https://op.lisboaparticipa.pt/>

Tome a Iniciativa – Iniciativa de  
Cidadania Europeia

<http://ec.europa.eu/citizens-initiative>

An abstract painting in a cubist style, featuring a vibrant palette of red, blue, and white. The composition includes a checkered floor in the lower half, a person's legs in the center, and various geometric shapes and brushstrokes throughout. The overall mood is dynamic and celebratory.

# INTRODUÇÃO AOS DIREITOS HUMANOS

No mundo atual, é quase impossível abrir um jornal ou ver o telejornal sem que os Direitos Humanos sejam mencionados. Em foco estão, frequentemente, violações e abusos desses direitos. Ainda que os Direitos Humanos se tenham tornado parte do nosso vocabulário moderno, muitos de nós não sabemos o que eles, de facto, são. Como é que esses direitos funcionam e como é que podem influenciar as nossas sociedades?

Os Direitos Humanos são direitos fundamentais reconhecidos a todos os seres humanos. Os valores éticos de base que estão por trás da ideia dos Direitos Humanos são a dignidade humana e a igualdade. A noção de que devem ser reconhecidos, a todos os seres humanos, alguns direitos fundamentais tem uma origem histórica antiga, e nasceu com a necessidade de proteger os indivíduos de abusos arbitrários, de violações e de discriminação perpetrada pelos que estavam no poder. De acordo com a noção moderna de Direitos Humanos, os Estados são os principais responsáveis por respeitar, promover e proteger os Direitos Humanos das suas populações.

### **A ONU e os Direitos Humanos universais**

As atrocidades que ocorreram durante a Segunda Guerra Mundial conduziram à formação da Organização das Nações Unidas (ONU), em 1945. Os campos de concentração Nazis e a discriminação e assassinio sistemático de Judeus, de ciganos Sinti e Roma, de homossexuais e outros grupos, foram fatores subjacentes à decisão da ONU de que os Direitos Humanos fossem uma parte importante do mandato da nova organização global. Assim, a Carta da ONU fala claramente em promover e encorajar o respeito pelos Direitos Humanos para todas as pessoas, sem discriminação.

Para definir o conteúdo dos diferentes Direitos Humanos, a ONU estabeleceu uma Comissão para os Direitos Humanos, em 1946. O objetivo era redigir uma Declaração Internacional de Direitos. A Comissão era composta por 18 representantes de Estado de todo o mundo, todos com diferentes origens culturais, religiosas e étnicas. Os restantes países membros da ONU (38, na altura) podiam comentar e apresentar as suas próprias propostas. Concordar no conteúdo dessa declaração foi um processo negocial difícil, mas a 10 de dezembro de

1948, em Paris, foi proclamada, pela Assembleia Geral das Nações Unidas, a Declaração Universal do Direitos Humanos (DUDH), como um quadro comum de referência de direitos para todos os povos e todas as nações. Este documento define, pela primeira vez na história, alguns Direitos Humanos fundamentais para que sejam protegidos universalmente.

A Declaração é composta por um preâmbulo e 30 artigos, estabelecendo os Direitos Humanos a que todos os homens e mulheres têm direito, em todo o mundo, sem qualquer distinção.

O artigo 1 descreve a filosofia em que a Declaração se baseia, ao sublinhar que todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos.

O artigo 2 estabelece o princípio básico da igualdade e proíbe a discriminação de qualquer tipo, de cor, de sexo, de língua, de religião, de opinião política ou outra, de origem nacional ou social, e assim por diante.

O artigo 3 proclama o direito à vida, à liberdade e à segurança da pessoa – um direito essencial ao gozo de todos os outros direitos.

Os artigos 4 a 21 definem os direitos civis e políticos, enquanto os artigos 22 a 27 definem os direitos económicos,

sociais e culturais. Os artigos 28 a 30 reconhecem que todas as pessoas têm direito a uma ordem social e internacional em que os Direitos Humanos estabelecidos na Declaração sejam totalmente concretizados.

A Declaração Universal é geralmente aceita como a base do Direito Internacional em matéria de Direitos Humanos. Foi traduzida para mais de 520 línguas e detém o record do Guinness World como documento mais traduzido.



### Documentos juridicamente vinculativos no domínio dos Direitos Humanos

Enquanto *declaração*, a DUDH não era juridicamente vinculativa para os Estados, quando foi adotada em 1948. Por isso, a Comissão para os Direitos Humanos continuou a trabalhar com o intuito de desenvolver tratados de Direitos Humanos juridicamente vinculativos, frequentemente chamados pactos ou convenções. Em 1966, o Pacto sobre os Direitos Cíveis e Políticos e o Pacto Internacional sobre os Direitos Económicos, Sociais e Culturais foram adotados. Os dois Pactos, juntamente com a Declaração Universal, formam a chamada Carta Internacional dos Direitos Humanos. Uma série de tratados internacionais sobre Direitos Humanos, e outros instrumentos que foram adotados, expandiram, desde então, a legislação internacional em matéria de Direitos Humanos.

O Direito Internacional em matéria de Direitos Humanos determina obrigações que os Estados têm de respeitar. Ao tornarem-se partes signatárias dos tratados que são juridicamente vinculativos, as autoridades estatais assumem obrigações e deveres de *respeitar, proteger e realizar plenamente os Direitos Humanos*.

- O dever de *respeitar* significa que as autoridades estatais têm de abster-se de interferir com, ou restringir, o pleno gozo dos Direitos Humanos;

- O dever de *proteger* significa que as autoridades estatais têm de proteger os indivíduos e os grupos contra violações dos Direitos Humanos;

- O dever de *realizar plenamente* significa que as autoridades estatais têm de tomar medidas resolutas para viabilizar o gozo dos Direitos Humanos básicos.

Existem dez principais convenções internacionais da ONU em matéria de Direitos Humanos. Os seus objetivos são, e.g., proteger os indivíduos contra a discriminação racial, a tortura e o tratamento degradante; e proteger grupos vulneráveis, como as mulheres, as crianças, as pessoas com deficiência e os migrantes contra o abuso e contra violações dos Direitos Humanos.

A ONU e outras organizações internacionais estão constantemente a trabalhar para assegurar que os Estados estão a implementar, para os seus cidadãos, os Direitos Humanos acordados. O mais importante é fazer com que os Estados se vinculem legalmente aos tratados e que implementem medidas internas

e legislação. As leis nacionais têm de estar em conformidade com as obrigações relativas a Direitos Humanos estipuladas nas convenções. Por meio de informação e educação, as autoridades oficiais de todos os níveis hierárquicos têm de aprender a respeitar e a implementar os Direitos Humanos. As crianças devem aprender sobre os Direitos Humanos nas escolas e devem-se criar instituições como gabinetes do provedor para os Direitos Humanos. Outra obrigação dos governos é comunicar com frequência (normalmente, a cada cinco anos), aos órgãos da ONU responsáveis pelos tratados, de que forma têm cumprido as suas obrigações.

Atualmente, mais de 85% dos Estados-membros da ONU já se vincularam legalmente (ratificaram) a mais de quatro das principais convenções de Direitos Humanos. Todos os Estados ratificaram pelo menos uma. Isto mostra que o sistema internacional de Direitos Humanos tem, hoje em dia, apoio universal.

Além do sistema global de Direitos Humanos da ONU, têm-se desenvolvido sistemas regionais de Direitos Humanos em várias partes do mundo. A Europa, as Américas, a África e o mundo Árabe têm desenvolvido os seus próprios

tratados e sistemas.

Adicionalmente aos mecanismos jurídicos do sistema de convenção, a ONU e outras organizações internacionais podem recorrer à pressão política para influenciar os Estados no sentido de respeitarem os Direitos Humanos. As resoluções adotadas pela Assembleia Geral da ONU, pelo Conselho de Segurança e pelo Conselho para os Direitos Humanos são exemplos de medidas desse tipo.

### **A Sociedade Civil**

A *Sociedade Civil* é um termo frequentemente usado quando se fala em democracia e Direitos Humanos. Ela engloba as diversas partes interessadas de uma sociedade que se situam fora das estruturas de poder governamentais. Algumas das mais importantes são as Organizações Não-Governamentais (ONGs). Em todo o mundo, há milhares de organizações para os Direitos Humanos, nacionais e internacionais, e inúmeros projetos para melhorar a situação de grupos vulneráveis, como os refugiados, as crianças, as pessoas com necessidades especiais, as minorias sexuais, os idosos, e outros.

Os meios de comunicação social livres e independentes também estão entre as mais valiosas instituições nas sociedades democráticas para a promoção dos Direitos Humanos. É somente através da TV, rádio, jornais e internet que as pessoas podem tomar conhecimento das violações aos Direitos Humanos. Essa informação é um pré-requisito para que as pessoas se organizem e ajam relativamente aos problemas que surgem.

Por último, mas não menos importante, deve ser enfatizado que todos nós podemos contribuir de diferentes formas para melhorar a situação dos Direitos Humanos nas nossas próprias sociedades. É fundamental que todos respeitemos os direitos das outras pessoas. Ninguém deve ser discriminado. Também podemos tornar-nos membros de uma ONG, participar em campanhas e manifestações e escrever artigos em jornais sobre o que pensamos da situação atual dos Direitos Humanos na nossa sociedade. É importante discutirmos o assunto, diariamente, com os nossos amigos e família, escutar os outros e expressar as nossas opiniões. Todos nos influenciemos uns aos outros!

Os Direitos Humanos são importantes, tanto no que toca a afirmarmos os

nossos próprios direitos, como a proteger os direitos dos outros. Eles não nos são dados em definitivo – é preciso protegê-los e lutar por eles, todos os dias.

Nas atividades que se seguem, pretendemos esclarecer os jovens sobre os Direitos Humanos. Queremos que compreendam que os Direitos Humanos são direitos individuais e que as autoridades estatais são os principais responsáveis por respeitá-los, promovê-los e realizá-los plenamente.

Esperamos motivar um maior respeito pelos direitos dos outros e fazer uso dos nossos próprios direitos para participar ativamente no processo de desenvolvimento das nossas sociedades. Por fim, esperamos que estas atividades fortaleçam o respeito pelos Direitos Humanos internacionais enquanto pré-requisitos para criar democracias funcionais e pacíficas.

*“Nunca duvidem que um pequeno grupo de cidadãos conscientes e empenhados possa mudar o mundo; de facto, é só isso que o tem mudado.”*

Margaret Mead



## ATIVIDADES PROPOSTAS

### O NOVO PLANETA pág.34

Que regras devem estar em vigor para que as pessoas possam viver vidas boas numa sociedade? Comecem a aprender sobre Direitos Humanos trabalhando em grupo para decidir quais aqueles que deveriam servir de base para a humanidade.

### UM, DOIS, TRÊS: REPRESENTA! pág.36

Em todo o mundo, existem ainda diversas violações dos Direitos Humanos. Usem a mímica para discutir os problemas que precisam da nossa atenção e as formas de os ajudarmos a resolver.

### O QUE PODEMOS FAZER? pág.38

A responsabilidade de tornar os Direitos Humanos uma realidade recai tanto sobre as pessoas como sobre as instituições. Utilizem imagens referentes aos vários Direitos Humanos para debater as obrigações de cada agente.

### QUAIS SÃO AS NOTÍCIAS? pág.40

Os meios de comunicação social são uma ótima via para tomarmos conhecimento da concretização ou da violação dos Direitos Humanos. Procurem, em jornais e revistas, imagens que mostrem diferentes situações relacionadas com os Direitos Humanos.

### SEM DISCRIMINAÇÃO, POR FAVOR! pág.42

A necessidade de pertença é um dos mais importantes traços humanos. Reflitam sobre as noções de *nós e eles* com um simples exercício de grupo.

### EXAMINAR OS DIREITOS HUMANOS pág.44

Agora, vocês é que são os e as “especialistas” em Direitos Humanos. Usem o vosso conhecimento para avaliar quão respeitados esses direitos são no vosso país.

# O NOVO PLANETA

## OBJETIVOS

Refletir sobre que regras devem vigorar para que as pessoas possam viver vidas boas

Apresentar a origem e o conteúdo da Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948)

Sensibilizar para o objetivo final dos Direitos Humanos: a criação de sociedades boas para todas as pessoas, sem distinção

## MATERIAIS

Folhas de papel grandes (A3 ou flipcharts)

Uma cópia da Declaração Universal dos Direitos Humanos para cada grupo (ver em anexos, página 111)



120 minutos



Mínimo 4 participantes  
A partir dos 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Divida os participantes em pequenos grupos de 3 a 5 pessoas e apresente a temática da atividade:

*“Aconteceu uma catástrofe na Terra e toda a vida foi eliminada. Vocês foram as únicas pessoas que tiveram a sorte de embarcar numa nave espacial que está a caminho de um planeta totalmente novo. Este planeta é muito parecido com a Terra: tem montanhas, água, planícies, oceanos, atmosfera, natureza e animais. Vocês serão os primeiros seres humanos neste planeta e, como tal, têm o privilégio de decidir as regras que deverão ser implementadas. Essas regras aplicar-se-ão não só às pessoas do vosso grupo, mas a todas as pessoas que venham a viver no planeta.”*

2. Dê 30 minutos a cada grupo para debater as regras que escolheria implementar no novo planeta. As regras têm de se aplicar a todas as pessoas e têm de lhes permitir viver vidas boas.

3. De seguida, peça a cada grupo para chegar a acordo e escrever numa folha grande de papel as 10 principais regras para o seu novo planeta. Podem também escolher um nome para o seu planeta.

4. Junte todos os e as participantes

e peça para cada grupo apresentar o seu planeta. Os outros podem fazer perguntas e discutir as escolhas que cada grupo fez.

5. Depois de todos partilharem as suas ideias, faça uma comparação entre o trabalho de grupo e o processo de negociação que a Comissão da ONU para os Direitos Humanos levou a cabo após a Segunda Guerra Mundial, em que representantes de Estados de todo o mundo concordaram nalguns Direitos Humanos básicos que deveriam aplicar-se a todas as pessoas, em toda a parte.

6. Entregue uma cópia da Declaração Universal dos Direitos Humanos (ver em anexo) e peça aos grupos que comparem as regras que criaram para o seu planeta com os artigos da Declaração Universal. Que artigos regulam os mesmos temas que as suas próprias regras? Peça que escrevam os números dos artigos junto às regras do planeta com as quais se relacionam.

7. Depois de todos acabarem, peça aos grupos que regressem a plenário para síntese e reflexão.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Foi interessante ter a responsabilidade de decidir sobre os Direitos Humanos fundamentais?

O vosso planeta tinha muitos direitos também incluídos na Declaração Universal? Porque é que acham que eles eram semelhantes?

Relativamente àqueles direitos que escolheram para o vosso planeta e que não estão incluídos na Declaração, porque é que acham que isso aconteceu?

Porque é que é importante que as pessoas reflitam sobre as regras que devem existir numa sociedade?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Tente encorajar o debate e uma reflexão profunda sobre as diferentes regras durante as sessões de plenário, uma vez que este processo revelará que muitas das regras dos grupos têm parecenças e a mesma intenção que os Direitos Humanos modernos.

O pouco tempo disponível para debater os tópicos, juntamente com o limite estipulado de número de direitos que poderiam escolher, pode, por vezes, fazer com que as decisões tomadas sejam controversas aos olhos de outras

pessoas. É importante por isso que a discussão seja conduzida com respeito, boa vontade e com uma atitude positiva entre todos.

Uma das principais conclusões é que os Direitos Humanos internacionais representam valores e normas que se ligam às necessidades do ser humano, e como tal são comuns a todas as sociedades humanas do mundo.

O objetivo do trabalho em grupo não é identificar o “melhor” planeta. Pelo contrário, o objetivo é que os grupos aprendam uns com os outros – o “melhor” planeta será um novo planeta que inclua as melhores regras de cada grupo. Este ponto também pode ilustrar o funcionamento da democracia. Todos devem ser convidados a refletir, a ter uma opinião e a ser escutados. Após debate, é possível chegar a um consenso que todos possam respeitar.

Pode ser interessante introduzir a atividade com um vídeo (ver o link abaixo) sobre a Declaração Universal dos Direitos Humanos. Depois, se o grupo quiser aprender mais, poderá criar uma sessão adicional que mostre como o sistema internacional de Direitos Humanos evoluiu desde 1948.

### Ligações úteis

Declaração Universal dos Direitos Humanos: <https://dre.pt/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>

Filmes e documentos sobre os Direitos Humanos: <https://www.journalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/online-recources.html>

Filme: [The Universal Declaration of Human Rights \(ONU\)](#)

Artigo Dignidade Humana e Direitos Humanos (Lillian Hjorth): <https://www.journalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/article-human-dignity-and-human-rights.html>

Artigo o menor denominador comum – a Declaração Universal dos Direitos Humanos (Lillian Hjorth): <https://www.journalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/article-the-lowest-common-denominator-the-universal-declaration-of-human-rights.html>

# UM, DOIS, TRÊS: REPRESENTA!

## OBJETIVOS

Familiarizar para a variedade de Direitos Humanos

Consciencializar o facto de as violações aos Direitos Humanos serem problemas concretos e reais

## MATERIAIS

Pequenos papéis, cada um com um artigo da Declaração Universal escrito



45 minutos



De 10 a 30 participantes  
A partir dos 10 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Divida as e os participantes em pequenos grupos de 3 a 5 pessoas. Dê a cada grupo um pequeno papel com um artigo da Declaração Universal escrito. Os grupos não podem revelar os seus artigos aos outros.

2. Dê cerca de 10 minutos a cada grupo para que prepare uma curta mímica que represente uma situação em que o seu artigo dos Direitos Humanos é violado.

3. Quando todos estiverem prontos, peça a cada grupo que represente a sua mímica aos outros grupos. Os participantes têm de pensar qual o direito humano (qual o artigo) que a mímica está a representar e que está a ser violado. Se alguém julgar que já sabe a resposta, deverá levantar a mão e aguardar que o grupo acabe a sua representação. Quando a representação do grupo tiver terminado, deixe que os outros participantes adivinhem.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Como é que se sentiram as pessoas que, durante a mímica, representaram situações em que cometiam uma violação de um direito humano?

E as pessoas que foram alvo dessa violação?

Quando estavam a tentar adivinhar que direito estava a ser violado, foi difícil traduzir uma ação real para as palavras da Declaração Universal?

Alguma vez testemunharam uma violação de Direitos Humanos como aquelas que viram?

Fizeram ou fariam alguma coisa para tentar resolvê-la?

Podemos aprender alguma coisa com este exercício? O quê?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Esta atividade é um seguimento útil e divertido para quando os e as participantes já tiverem algum conhecimento sobre Direitos Humanos e sobre a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Os Direitos Humanos estão presentes

na nossa vida cotidiana e, por vezes, os direitos das pessoas são violados. Os Direitos Humanos não são um assunto abstrato, são leis concretas que visam criar sociedades boas para as pessoas viverem. Em sociedades assoladas pelo conflito e pela guerra, as violações dos Direitos Humanos são frequentes, mas elas também podem acontecer em sociedades democráticas modernas. Nenhuma sociedade é perfeita. Precisamos de conhecer os nossos Direitos Humanos para que possamos envolver-nos na sua promoção e proteção.

Os seguintes artigos são relevantes para serem usados nas mímicas: 4, 5, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 24, 26.

# O QUE PODEMOS FAZER?

## OBJETIVOS

Compreender a responsabilidade das autoridades estatais na promoção e implementação dos Direitos Humanos

Debater onde recai o dever de cada indivíduo para ajudar a realizar

## MATERIAIS

Fotografias (impressas ou online) com situações que ilustrem um direito humano



45 minutos



De 5 a 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Comece a atividade com uma chuva de ideias, perguntando aos participantes quem é o principal responsável por implementar os Direitos Humanos num país. Anote num quadro todas as sugestões que surgirem.

2. Use as opiniões expressas para concluir que é o Direito Internacional em matéria de Direitos Humanos que define as obrigações que os Estados têm de respeitar.

3. De seguida, mostre fotografias diversificadas a todo o grupo que ilustrem vários Direitos Humanos. Para cada fotografia, pergunte:

- a. O que é que as autoridades estatais deveriam fazer para implementar este direito?

- b. O que é que eu ou nós podemos fazer?

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Foi difícil identificar a responsabilidade das autoridades em assegurar cada direito humano?

E o vosso próprio papel?

Quem tem tido o pior desempenho no cumprimento do seu papel para assegurar os Direitos Humanos: as pessoas ou as autoridades?

## DICAS PARA O FACILITADOR

A atividade é mais apelativa se encontrar fotografias que ilustrem cada direito humano no contexto e realidade do grupo. Procure diversas situações, como crianças na escola, pacientes num hospital, uma igreja, sinagoga, mesquita ou padre, um processo de eleições, mulheres, crianças ou refugiados, comida (ou falta de), manifestações, meios de comunicação social ou indivíduos que protestam, jornalistas a escrever...

Também pode mostrar fotografias de pessoas comuns e ativistas pelos Direitos Humanos que tenham influenciado a sociedade e contar a sua história.

Pode dedicar algum tempo a ajudar o grupo a compreender o papel de

cada agente no cumprimento dos Direitos Humanos. Ao tornarem-se partes signatárias dos tratados que são juridicamente vinculativos, são as autoridades estatais que assumem a obrigação e o dever de respeitar, proteger e realizar plenamente os Direitos Humanos. O dever mais importante é o de garantir que as leis nacionais estão em harmonia com os artigos da convenção dos Direitos Humanos. As autoridades podem tomar muitas outras medidas para implementar os Direitos Humanos: construir escolas e hospitais, educar os professores e a polícia, informar a população, organizar eleições, etc...

Contudo, ainda que as obrigações legais pertençam ao Estado, todos temos o dever de respeitar os direitos das outras pessoas, de participar ativamente na sociedade e de protestar, caso vejamos alguém a ser discriminado. Temos de ir à escola, votar nas eleições, usar a nossa liberdade de expressão, ser membros de organizações ou fundar uma, discutir o tema com a nossa família e amigos e muitas outras coisas. As pessoas “comuns” podem fazer muito!

A frase de Margaret Mead pode ser uma inspiração: *“Nunca duvidem que um pequeno grupo de cidadãos conscientes e empenhados possa mudar o mundo; de facto, é só isso que o tem mudado.”*

# QUAIS SÃO AS NOTÍCIAS?

## OBJETIVOS

Relacionar os Direitos Humanos com situações do cotidiano

## MATERIAIS

Jornais e revistas

Folhas de papel grandes (A3 ou flip charts)

Para cada grupo:

- Tesouras
- Cola
- Cópia da Declaração Universal dos Direitos Humanos (ver em anexos, página 111)



45 minutos



Mínimo 3 participantes  
A partir dos 10 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por dividir os e as participantes em pequenos grupos de 3 a 5 pessoas. Dê a cada grupo um par de tesouras, um stick de cola, uma folha de flip chart e diversos jornais e revistas.
2. Peça aos grupos que recortem fotografias, imagens ou ilustrações, dos jornais e revistas, que mostrem:
  - a. Direitos Humanos a serem respeitados;
  - b. Direitos Humanos a serem violados.
3. Diga-lhes para colarem as imagens na folha de flip chart: as situações em que os Direitos Humanos estão a ser respeitados devem ficar no topo da folha, e as situações em que os Direitos Humanos estão a ser violados na parte de baixo. Peça-lhes que escrevam quais os artigos da Declaração Universal dos Direitos Humanos com que cada fotografia se relaciona.
4. Quando todos terminarem, peça aos grupos que apresentem o seu trabalho e expliquem aos outros as suas escolhas.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Leem jornais e revistas? Acham que eles são uma boa maneira de se estar informado acerca da situação dos Direitos Humanos?

A maior parte das situações estava relacionada com o respeito ou com a violação dos Direitos Humanos?

Concentraram-se na concretização material ou imaterial dos Direitos Humanos?

Depois deste exercício, consideram que estão habitualmente bem informados sobre a situação dos Direitos Humanos?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Os Direitos Humanos influenciam a nossa vida quotidiana. Muito do que está a acontecer no mundo e é noticiado pode ser entendido numa perspetiva de Direitos Humanos. Quando há acontecimentos positivos, eles estão, muitas vezes, relacionados com a concretização de Direitos Humanos; quando há acontecimentos negativos, eles estão, muitas vezes, relacionados com a violação de Direitos Humanos.

Esta atividade pode ser uma boa

oportunidade para sublinhar que, em todo o mundo, a situação dos Direitos Humanos está a melhorar a cada ano que passa. A cada ano, mais crianças vão à escola, a situação das mulheres e das minorias está a melhorar, cada vez mais pessoas vivem vidas mais longas e saudáveis, e assim sucessivamente. Quando se educam os mais jovens sobre Direitos Humanos, é muito importante que a ênfase esteja nas evoluções positivas.

Este exercício também é útil para promover uma reflexão sobre liberdade de expressão e o papel muito importante que os meios de comunicação social têm nas nossas sociedades. Frequentemente, são os jornalistas e outros profissionais ligados à comunicação social que decidem quais as temáticas que devem ser entendidas, nas nossas comunidades, como um desafio importante.

# SEM DISCRIMINAÇÃO, POR FAVOR!

## OBJETIVOS

Compreender como e por que razão a categorização ocorre e como é que noções de nós e eles podem ser construídas

Consciencializar para a importância de ver para além dos rótulos de um grupo, e passar a considerar os traços individuais

Fomentar atitudes de não-discriminação

## MATERIAIS

Pequenos pedaços de papel, com cola de um dos lados, para colocar na testa de cada participante. Os pedaços têm de ter pelo menos cinco cores diferentes.



30 minutos



De 15 a 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

Peça às e aos participantes que formem um círculo à sua volta e que fechem os olhos. Informe-os que irá tocar ligeiramente nas suas testas.

Coloque um pedaço de papel na testa de cada participante. Os pedaços têm de ter cores diferentes e alguns elementos (e.g., 4 a 6) receberão as mesmas cores, enquanto dois dos ou das participantes receberão pedaços de cores únicas, que mais ninguém tem.

Quando cada participante tiver um pedaço na testa (ainda de olhos fechados), diga ao grupo para abrir os olhos, e peça às e aos participantes que se organizem em grupos.

Quando os participantes tiverem formado os seus grupos, proceda à reflexão sobre a atividade, ainda com todos e todas nos seus respetivos grupos.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Foi difícil encontrarem o “vosso” grupo?

Cada um descobriu a cor que tinha?  
Como?

Porque é que alguns estão sozinhos ou sozinhas? Pediram para se juntarem a algum grupo? Qual foi a reação desse(s) grupo(s)? Alguém vos convidou a juntarem-se ao seu grupo?

Quais são os aspetos positivos de pertencer a um grupo?

Podem existir aspetos negativos de pertencer a um grupo? Porquê?

Qual é a sensação de ficar sozinho ou sozinha? O sentimento de solidão é algo com que todos nos podemos identificar e que já experienciámos?

## DICAS PARA O FACILITADOR

As pessoas escolhidas para terem uma cor única devem ser autoconfiantes o suficiente para conseguirem ficar sozinhas fora dos grupos, que será o resultado do exercício. Também devem estar preparadas para falar sobre o que experienciaram durante o exercício.

Habitualmente, os e as participantes não saberão o que fazer quando abrem os olhos. Contudo, depois de um curto período de tempo, começarão a juntar-se em grupos. Quase sempre, as e os

participantes que têm a mesma cor irão juntar-se. As duas pessoas com cores que diferem do resto acabarão por ficar fora dos grupos ou juntar-se-ão uma à outra.

Este exercício pode ser usado como uma introdução a tópicos como estereótipos e preconceitos, minorias, criação da ideia de “outros” e discriminação. Funciona bem como ponto de partida para uma sessão sobre os desafios e as possibilidades que se colocam em sociedades multiculturais, e para consciencializar sobre os Direitos Humanos, incluindo o importante direito à diferença.

Formar grupos é uma característica humana. Ao longo da história, em todas as culturas e civilizações, os seres humanos têm sido criaturas sociais, e formar grupos é um fenómeno natural. Contudo, quando percebemos estes grupos como “categorias”, a fim de tornar o mundo mais fácil de compreender, tendemos a simplificar demasiado e a pensar que as pessoas de um grupo são mais semelhantes entre si do que de facto são.

Nós criamos grupos e eles funcionam de forma positiva e de forma negativa. Como o exercício mostrou, ser deixado de fora pode criar uma sensação de solidão. Por isso, é importante tomar consciência de que, mesmo que

partilhemos algumas características, todos os seres humanos são únicos e complexos, com uma combinação de características, traços, qualidades e experiências.

# EXAMINAR OS DIREITOS HUMANOS

## OBJETIVOS

Conscientizar sobre a situação nacional dos Direitos Humanos

Refletir sobre os desafios da implementação dos Direitos Humanos

## MATERIAIS

Folhas de papel grandes (A3 ou flip charts)

Marcadores

Uma cópia da Declaração Universal dos Direitos Humanos para cada grupo (ver em anexos, página 111)



75 minutos



De 10 a 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por dividir as e os participantes em grupos de 3 a 5 pessoas, e dê a cada grupo uma folha de papel grande, marcadores e uma cópia da Declaração Universal dos Direitos Humanos.

2. Explique aos grupos que o objetivo da atividade é avaliar de que forma é que alguns artigos da Declaração Universal são respeitados e implementados no seu país. Os e as participantes têm de analisar a situação real e não a forma como a legislação nacional protege os Direitos Humanos. Elas e eles devem analisar a situação relativamente a cada direito e dar uma nota de 1 (a situação é terrível; só os que têm poder gozam deste direito) a 5 (a situação relativamente a este direito é perfeita; todos gozam deste direito e ele não é violado).

3. Quando todos tiverem terminado a sua análise, peça aos grupos que apresentem os seus resultados e expliquem as notas que atribuíram. É desejável que os outros participantes façam comentários e coloquem questões.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Alguma vez tinham parado para pensar sobre a situação dos Direitos Humanos no vosso país?

A situação é melhor ou pior do que vocês pensavam?

Tomaram conhecimento sobre algumas violações que não conheciam?

Pensam que a situação tem vindo a melhorar ou a piorar?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Os seguintes artigos da Declaração Universal dos Direitos Humanos são recomendados para esta análise: 4, 5, 12, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 26.

Os e as participantes devem ter um conhecimento básico sobre Direitos Humanos (incluindo sobre a Declaração Universal dos Direitos Humanos) antes de fazer esta atividade.

A finalidade das apresentações finais é escutar diferentes pontos de vista e argumentos, a fim de obter o máximo de informação possível sobre a situação dos Direitos Humanos.

Se todos e todas forem do mesmo país, podem ser dados diferentes artigos aos grupos para analisarem, para evitar repetição. Porém, se forem de países diferentes, pode ser interessante dar os mesmos artigos, de modo a comparar situações específicas em diferentes países.

Conseguirá um resultado mais aprofundado sobre cada artigo se der a cada grupo algum tempo para pesquisar acerca da situação real no seu país. Será possível encontrar exemplos concretos? O que dizem os relatos das instituições da sociedade civil? Como é que a imprensa ou outros meios de comunicação social cobrem esse direito humano em particular?

É importante enfatizar a evolução positiva que tem sido feita, quer a nível mundial, quer nas nossas próprias sociedades. Há muitos anos atrás, a situação era, frequentemente, muito pior do que é hoje (exceto em países em que há guerra e conflito), e isto mostramos que a mudança positiva é possível e que todos devemos trabalhar para desenvolver as nossas sociedades.

A Declaração Universal dos Direitos Humanos é bastante adequada a esta atividade. No entanto, também é possível usar a Convenção Europeia dos Direitos Humanos (1951).

The background is an abstract composition of thick, expressive brushstrokes in various shades of green and blue. The strokes are layered and overlapping, creating a sense of depth and movement. The colors range from light, airy greens to deep, saturated blues and dark forest greens. The overall effect is organic and textured, reminiscent of a natural landscape or a close-up of foliage.

# AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

## Ambiente, o desafio do século

O equilíbrio ambiental é um dos assuntos que tem ocupado a opinião pública nos últimos tempos e o motivo para isso acontecer é justificado: a catástrofe climática é hoje a maior ameaça à existência da civilização humana. Inúmeros avisos por parte da comunidade científica alertam para consequências catastróficas caso não se mudem hábitos: subida do nível do mar, secas severas, inundações, desertificação, incêndios incontroláveis, perda de habitats. A lista é infindável, e o caminho para impedir que as piores previsões se concretizem será o maior desafio de cidadania que o Ser Humano já enfrentou.

A civilização tem utilizado os recursos naturais para sustentar um crescimento económico e populacional ilimitado. No entanto, o planeta em si tem limites e a sua capacidade de regeneração não tem sido considerada. Isto está a trazer ao de cima graves problemas de sustentabilidade ambiental, de biodiversidade e de equilíbrio climático.

## A violação do Ambiente como violação de Direitos Humanos

As alterações climáticas são frequentemente vistas como um efeito secundário necessário ao desenvolvimento da civilização. No entanto, do que vale o infindável crescimento económico se tem como consequência danos ambientais irreversíveis desastrosos para a humanidade?

Enormes centros de produção industrial projetam para o ar poluentes sem se conhecer os efeitos reais para a saúde humana. A queima de combustíveis fósseis lança para a atmosfera quantidades inimagináveis de gases com efeito de estufa, levando ao aumento da temperatura global e ao derretimento das calotes polares. Diversas zonas do planeta continuam a ser desflorestadas e transformadas para agricultura e pecuária para poder satisfazer as necessidades alimentares causadas pelo crescimento populacional desajustado, deixando a vida selvagem sem espaço para existir. Contaminam-se os solos com pesticidas que dizimam populações de animais como as abelhas e que se infiltram nos lençóis de água necessários à sobrevivência das populações. Milhares de toneladas de

plástico são despejadas diariamente nos oceanos, sufocando a vida marinha e entrando para a cadeia alimentar do ecossistema, voltando posteriormente para afetar as comunidades dependentes do mar para a sua subsistência.

Através do artigo 25 da Declaração Universal dos Direitos Humanos, todos têm direito a um planeta que lhe permita alcançar um nível de vida adequado, incluindo em questões de alimentação e alojamento. Como tal, todas as situações descritas em cima constituem alguma forma de violação de Direitos Humanos, muitas vezes causadas apenas pelo desejo de maior expansão económica e financeira.

## O caminho para o Desenvolvimento Sustentável

A emergência climática é a maior ameaça à humanidade da atualidade quando considerados os efeitos catastróficos que pode significar para uma grande parte da população humana. O caminho para um futuro mais verde requer soluções a longo prazo, mas é necessário que estas decisões sejam tomadas urgentemente, pois o planeta está rapidamente a chegar ao ponto de não retorno.

A história mostra que ações internacionais decisivas e concertadas podem ser bem-sucedidas para solucionar graves problemas ambientais. Em 1987, o Protocolo de Montreal decretou a substituição dos químicos destruidores da camada de ozono e prevê-se que os seus níveis na atmosfera voltem aos valores pré-1980 durante as próximas décadas. A ONU tem mediado tratados e acordos internacionais sobre alguns problemas específicos relacionados com a proteção do meio ambiente, como por exemplo sobre a poluição do ar, a biodiversidade, a biossegurança, a desertificação, as espécies ameaçadas de extinção, a poluição por navios, a madeira tropical, as zonas húmidas, a indústria baleeira e o tráfico de marfim.

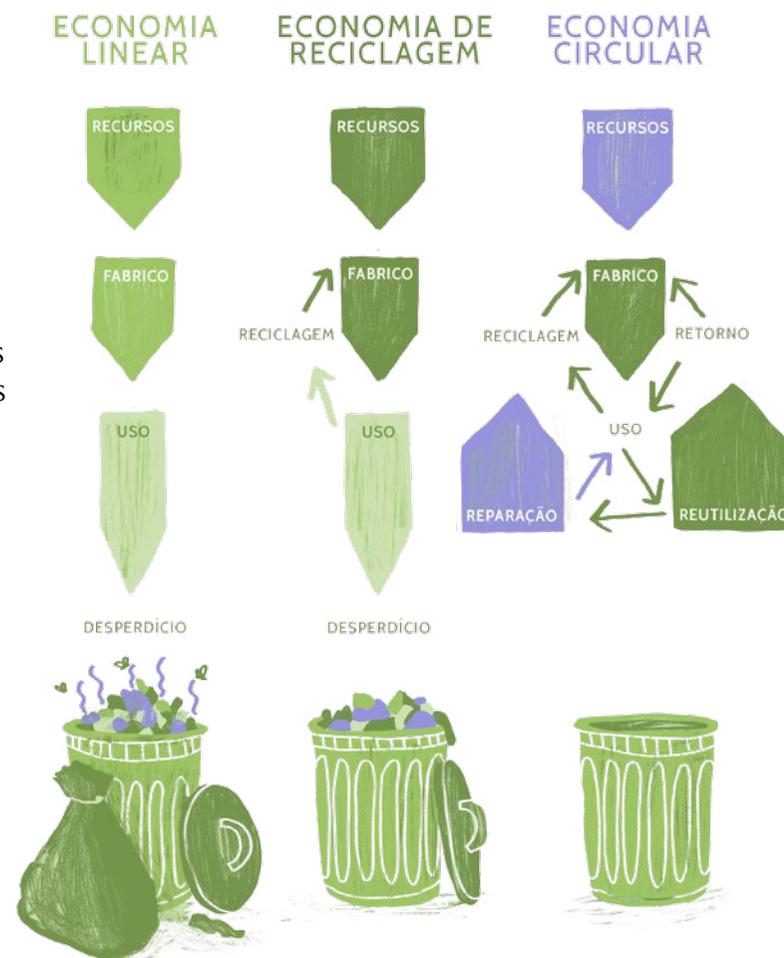
O Acordo de Paris de 2015 tem o objetivo de limitar o aumento da temperatura global ao colocar limites à emissão de gases que provocam efeito de estufa. No entanto, os países têm sido lentos a tomar medidas concretas para alterar os métodos de produção de energia, os meios de transporte utilizados e os hábitos alimentares dos seus cidadãos, pelo que há o risco de as temperaturas altas terem graves consequências que já não sejam possíveis de reverter.

O que é necessário é uma mudança de postura perante o planeta e o repensar dos estilos de vida puramente consumistas. Tendo em conta que apenas 20% da população do mundo utiliza mais de 70% dos seus recursos, a filosofia de mais produção e maior crescimento deve ser repensada.

O primeiro passo é começar por uma perspetiva individual e pensar nas pequenas ações que se podem tomar para reduzir a pegada ambiental de cada um. Devem ser promovidas escolhas de consumo responsável como a substituição dos plásticos de uso único, a redução, reutilização e reciclagem dos resíduos produzidos, a escolha de produtos locais, a diminuição do consumo de carne e o uso de transportes coletivos, por exemplo. Estas são práticas banais que, ao serem multiplicadas por milhões de pessoas, trazem mudanças significativas no impacto que o Ser Humano exerce sobre o planeta.

Mas o combate à catástrofe climática não passa somente pelos indivíduos, uma vez que existem políticas com efeitos desastrosos no ambiente que estão nas mãos das grandes empresas e dos governos vigentes. Deve-se começar por apostar numa economia circular e orientar a inovação para o desenvolvimento de produtos mais

duráveis, reutilizáveis e reparáveis para poupar os recursos naturais. É preciso financiar o desenvolvimento das energias renováveis e terminar com os subsídios às energias sujas, bem como o desenvolvimento de transportes públicos mais eficientes e acessíveis para diminuir a emissão de gases com efeitos de estufa.



## Educar para o Desenvolvimento Sustentável

Tendo em conta todos estes desafios, para alcançar os objetivos de proteção ambiental é necessário implementar uma educação para o desenvolvimento sustentável. Como vimos, a solução passa por todos: indivíduos, governos, empresas e instituições. Apenas a união entre todos estes atores pode trazer as políticas e as práticas necessárias para a proteção do ambiente, o desenvolvimento de tecnologias verdes que não esgotem os recursos naturais e, enquanto sociedade, o respeito pelos animais e pelas plantas, pelo direito a viver e a pertencer a este mundo como humano e, acima de tudo, o respeito pelas gerações futuras, para que possamos deixar como herança um planeta sustentável com condições dignas de habitação e vivência.

Uma tendência interessante é dotar o próprio mundo natural de direitos, como se se tratasse de uma entidade viva. Na Nova Zelândia, o rio Whanganui alcançou o mesmo estatuto legal que uma pessoa, pois a tribo Maori considera-o como um antepassado cujas vidas estão interligadas. Também um tribunal colombiano decretou a Amazônia como uma entidade sujeita de direitos, argumentando que o alto ritmo de

desflorestação representa um risco para as gerações atuais e futuras.

Apesar do futuro estar sob ameaça, novas vozes têm-se levantado para criar a mudança necessária para alterar o seu rumo. Atualmente, os mais jovens já têm a consciência que o desastre ambiental não é algo hipotético que poderá acontecer no futuro: são alterações reais e catastróficas que irão impactar já as suas vidas, e ainda mais as vidas dos seus descendentes diretos. Ainda que a mudança esteja nas nossas mãos, os indivíduos por si não têm o poder para reparar todos os males feitos ao meio ambiente. É necessário convencer e pressionar as esferas de poder a agir. É através desta perspetiva que, influenciada pela Greta Thunberg, a Greve Climática Estudantil tem conseguido juntar milhões de jovens por todo o mundo para levar estas temáticas à mesa de discussão.

Com estas atividades pretende-se motivar os jovens a adotar pequenos gestos diários de proteção ambiental e de diminuição da pegada ecológica, sensibilizar para o ajuste dos padrões de consumo e motivar à mudança de estilos de vida numa perspetiva individual e coletiva. Pretende-se também debater como pode cada pessoa exigir às empresas e aos governos responsáveis

as medidas necessárias para que o verdadeiro combate à catástrofe climática esteja em sintonia com a vontade da sociedade.

*“O ambiente não é propriedade de ninguém para destruir; é a responsabilidade de todos para proteger.”*

Mohith Agadi

## ATIVIDADES PROPOSTAS

### QUAL É O TAMANHO DA TUA PEGADA? pág.51

O impacto que temos sobre o planeta é maior do que imaginamos. Com a ajuda de um website, calcule a pegada ecológica do grupo e encontrem maneiras de a diminuir.

### A ROTA DO VESTUÁRIO pág.53

Alguma vez pararam para pensar na história que existe por trás da roupa que vestimos? Construam um mapa e analisem os passos que podemos melhorar para diminuir o impacto ambiental do nosso consumo.

### INTERESSES DIVERGENTES pág.55

A proteção ambiental esbarra muitas vezes contra outros interesses económicos, sociais e culturais. Através da análise de diferentes estudos de caso debatam (atividade quem quer ser) como garantir boas práticas ambientais sem comprometer os restantes interesses da população.

### O JULGAMENTO DO TUA pág.57

O Rio Tua foi escolhido para a construção de uma barragem que irá trazer grandes alterações para a população e para a região. Através de uma encenação em tribunal, discutam as vantagens e as desvantagens deste projeto.

### QUEM QUER SER AMBIENTALISTA? pág.59

O caminho para um futuro mais verde está repleto de desafios que exigem ação urgente por parte do Ser Humano. Através de um questionário online debatam ao longo de 3 sessões alguns dos mais sérios problemas ambientais deste século.

### FAZ OUVIR A TUA VOZ pág.61

Como podemos chamar a atenção para os problemas ambientais existentes à nossa volta? Organizem campanhas de sensibilização para tornar a vossa comunidade mais amiga do ambiente.

# QUAL O TAMANHO DA TUA PEGADA?

## OBJETIVOS

Conscientizar sobre o impacto das escolhas pessoais no ambiente

Debater práticas alternativas ambientalmente sustentáveis para reduzir a pegada ecológica

## MATERIAIS

Post-its

Acesso à internet (através de computadores ou smartphones)



50 minutos



Até 30 participantes

Mínimo 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

### 1ª parte – Cálculo da pegada ecológica

1. Explique ao grupo que irão calcular a pegada ecológica que cada um e cada uma representa para o planeta.
2. Distribua post-its de uma cor pelas e pelos participantes.
3. Num quadro ou na parede, faça uma escala de 0 a 5 planetas e peça-lhes para, individualmente, tentarem adivinhar quantos planetas precisam para viver com o seu consumo e estilo de vida. Após uma breve reflexão, devem colar o seu post-it na zona correspondente da escala.
4. De seguida, diga ao grupo para, individualmente, aceder à internet num computador ou nos seus smartphones, para entrar no website [“www.footprintcalculator.org”](http://www.footprintcalculator.org) e preencher o questionário. Existe também a possibilidade de alterar a língua para português no canto superior direito do website.
5. Deixe cada elemento responder às perguntas e esclareça as dúvidas que

### 2ª parte – Discussão dos resultados

1. Distribua novamente post-its pelo grupo, agora de cores diferentes. Repitam o processo de fixar o post-it na escala de planetas, mas agora utilizando os resultados concretos do questionário.
2. Peça ao grupo para refletir sobre os resultados. Quantos planetas são precisos em média para satisfazer as suas necessidades?
3. Discutam as diferenças entre os resultados de cada pessoa. Os elementos que necessitam de mais planetas, quais serão as práticas que mais contribuem para a pegada ecológica? Os que necessitam de menos, quais são as boas práticas que desenvolvem e que podem partilhar com os colegas?
4. Por fim, procurem alternativas para as práticas que mais contribuem para a pegada ecológica.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Ficaram impressionados com os resultados? Necessitam de mais ou menos planetas do que estariam à espera?

Já tinham pensado no impacto que as ações individuais têm sobre o planeta?

As práticas que mais contribuem para a pegada ecológica são fáceis de alterar?

Como poderemos garantir que, no futuro, os hábitos mais difíceis de alterar sejam mais amigos do ambiente?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Faça o cálculo da sua pegada ecológica anteriormente para conhecer os dados que é preciso fornecer e para se preparar para auxiliar o grupo.

As diferenças de riqueza e recursos entre os jovens podem ser um dos fatores fundamentais para a diferença entre as pegadas ecológicas. É interessante tentar discutir como é que os recursos adicionais de uma família podem ser utilizados para tentar diminuir a sua pegada, ao invés de a aumentar.

Esta atividade é pertinente para ser utilizada como introdução à temática da proteção ambiental e do desenvolvimento sustentável pois confronta os jovens com a sua própria influência na degradação do planeta.

### Ligações úteis

Website do questionário:

[www.footprintcalculator.org](http://www.footprintcalculator.org)

# A ROTA DO VESTUÁRIO

## OBJETIVOS

Alertar para o impacto ambiental e para os custos indiretos que advêm dos padrões de consumo modernos

Sensibilizar para práticas de consumo local e responsável

## MATERIAIS

Projeto

Post-its de cores diferentes

Marcadores

Mapa-mundo (ver em anexos, página 112)

Imagens relacionadas com a produção de roupa



90 minutos



De 9 a 24 participantes (grupos de 3 a 8 pessoas)

Mínimo 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

### 1ª Parte – A origem

1. Comece por projetar a imagem do mapa mundo num local onde possa desenhar e tirar apontamentos (por exemplo, um quadro branco ou uma folha de papel cenário).
2. Distribua um post-it pequeno da mesma cor por cada pessoa, e peça-lhes para o colarem no mapa onde acham que a maioria da sua roupa é produzida.
3. De seguida, divida o grupo em pares e distribua mais dois post-its, desta vez de cores diferentes.
4. Peça para as e os participantes consultarem nas etiquetas e escreverem nos post-its a origem e o material da t-shirt do seu colega. Colem o post-it com a origem novamente no mapa mundo. Para o post-it do material, desenhe duas colunas no quadro, uma para “Materiais Orgânicos”, e outra para “Materiais Sintéticos”, e cole os post-its no espaço correspondente.

### 2ª Parte – A viagem

1. Explique ao grupo que irão agora fazer a viagem das roupas, desde a origem até

à compra. Divida os e as participantes em 3 grupos diferentes:

- O primeiro grupo fica responsável pela agricultura do algodão. Cole uma imagem no sudeste asiático (cerca de 50% do algodão é produzido na Índia e na China), e peça ao grupo para debater sobre os problemas ambientais que esta agricultura intensiva provoca.
- O segundo grupo vai debater a transformação do algodão em roupa. Junto da primeira imagem (onde a maioria da roupa de baixo custo é produzida), adicione outra imagem que esteja associada às sweatshops, e remeta a discussão para os problemas sociais e ambientais provocados por este tipo de economia.
- O terceiro grupo vai debater o transporte dos produtos terminados. Desenhe uma linha que represente a rota do produto desde a sua zona de produção até ao país de consumo, e junte uma imagem que traga à discussão os problemas de poluição causados por este transporte.

2. Peça aos grupos para sugerirem alterações à sua etapa que tornem a produção de roupa ecologicamente mais sustentável.

3. Quando todos os grupos estiverem prontos, juntem-se para partilhar e debater as reflexões.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Já tinham imaginado qual a viagem que as vossas roupas fazem antes de chegarem às prateleiras das lojas?

Porque é que a maioria da roupa é produzida numa determinada região?

Como é que se sentiram ao ver os resultados?

Foi difícil encontrar soluções para os problemas identificados?

O que podemos fazer, como consumidores, para alterar esta rota e estes métodos de produção?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Os post-its não devem conter o nome dos e das participantes. Se alguma das roupas não tiverem as etiquetas com o material ou com a origem, procurem uma peça de roupa diferente.

Esta atividade está desenhada para debater a produção de roupa no sudeste asiático, e os seus problemas ambientais e sociais associados. No entanto, se a origem da roupa dos participantes for diferente, será interessante conduzir a atividade para responder a essa situação, nomeadamente imaginar quais as vantagens de adquirir roupa produzida localmente.

Pode ser difícil para o grupo imaginar soluções aos métodos de produção habituais. Procure se faz sentido introduzir o grupo a conceitos como agricultura sustentável, venda de roupa em segunda mão, produção local e economia circular antes de realizar esta atividade.

Podem realizar esta dinâmica olhando para a origem de diversas coisas, como por exemplo, dos alimentos que costumam consumir.

# INTERESSES DIVERGENTES

## OBJETIVOS

Conhecer casos reais de problemas ambientais do país

Estudar a relação entre o ambiente e os direitos económicos, sociais e culturais

Treinar a capacidade de análise e de argumentação

## MATERIAIS

Folhas de flipchart ou um quadro, canetas e marcadores para a chuva de ideias

Fichas com os casos a analisar (ver em anexos, página 113)



60 minutos



De 9 a 27 participantes (grupos de 3 a 9 pessoas)

A partir dos 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Inicie a atividade com uma chuva de ideias sobre o conceito de proteção ambiental. Aponte tudo o que for mencionado, mas não debatam as ideias nesta primeira fase.

2. Peça às e aos participantes para se dividirem em 3 grupos e distribua as fichas com os casos.

3. Deixe que cada grupo leia bem o seu caso e que debata entre si a situação. Dê 30 minutos para apontarem as ideias que surgirem e para abordarem as perguntas referentes ao caso.

4. Peça para regressarem ao plenário. Cada grupo deve apontar um ou uma porta-voz para expor o seu caso aos restantes e transmitir qual a sua opinião (ou dúvidas) relativamente às perguntas que lhes foram apresentadas.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Já conheciam anteriormente estes casos?

Acham que este tipo de casos deve fazer parte da discussão pública para decidir a sua resolução?

Como é que podemos acabar com as violações ambientais? O que é que pode e deve ser feito:

- Pelas autoridades públicas?
- Pelas empresas e companhias?
- Pela comunidade local?
- Pelas pessoas individualmente?
- Pelas associações e ONGs?

Será que são as empresas ou as pessoas individuais que mais contribuem para a degradação do ambiente?

Até que ponto pode a defesa do ambiente impedir o desenvolvimento dos restantes Direitos Humanos?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Alguns participantes podem ter opiniões muito fortes viradas para a proteção ambiental, bem como pelo desenvolvimento económico, cultural ou social. Não se pretende com a atividade escolher um em detrimento dos outros, mas sim debater como se pode promover o desenvolvimento respeitando todas estas vertentes.

O objetivo da atividade passa por compreender que os casos reais raramente são lineares e de fácil resolução. Como tal, motive as e os participantes a explorar com atenção ambos os lados da disputa.

Muitas vezes não existe apenas uma postura certa ou errada para responder às perguntas, uma vez que isso depende dos valores que cada indivíduo considera mais importantes. Dê liberdade aos grupos de não responderem diretamente às perguntas, mas sim de refletirem sobre a situação, exporem as suas dúvidas, convicções e orientações.

# O JULGAMENTO DO TUA

## OBJETIVOS

Debater as oportunidades e os riscos trazidos pelo desenvolvimento

Estudar o papel de cada agente da sociedade na defesa pelo ambiente

Treinar técnicas de argumentação

## MATERIAIS

Cópias das fichas de funções (ver em anexos, página 116)

Canetas e papel para tomar notas

Cadeiras e mesas para simular um tribunal



90 minutos



Mínimo 6 participantes

A partir dos 16 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

### 1ª parte – Estudo do caso e preparação

1. Divida, aleatoriamente, os e as participantes em três grupos idênticos:

- a. O grupo A representa a “Plataforma Salvar o Tua”
- b. O grupo B representa o governo português
- c. O grupo C representa o júri

2. Apresente o caso ao grupo: *o governo português está a construir uma barragem hidroelétrica na foz do Rio Tua. Um coletivo de cidadãos e associações uniu-se para travar a construção da barragem pois esta iria alterar gravemente o vale do Rio Tua, influenciando a vida da população e a existência da fauna e da flora.*

3. Distribua as fichas de funções pelos grupos e dê 30 minutos para eles estudarem o caso e pesquisarem mais informação se necessitarem. Os grupos A e B devem preparar os argumentos para apresentar ao tribunal, enquanto o grupo do júri deve preparar as questões que irão perguntar a ambas as partes.

### 2ª parte – Simulação de julgamento

4. Passado 30 minutos, chame de volta todos os elementos e prepare a sala para a sessão de tribunal com 3 zonas distintas para os diferentes grupos.

5. Comece a sessão por dar alguns minutos aos grupos A e B para apresentarem os seus argumentos.

6. De seguida, é a vez do júri começar a fazer as suas perguntas com direito a resposta. O júri pode dar tempo e espaço ao grupo oposto para contra-argumentar às respostas que são dadas.

7. Quando as questões do júri estiverem esclarecidas, dê dois minutos para o grupo do júri se juntar e, em privado, debater sobre que posição vai tomar em relação ao caso.

8. Por fim, o júri anuncia o seu parecer sobre se a construção da barragem deve ou não avançar.

9. Deve dar o julgamento por terminado. Ainda divididos em grupos, pode dar espaço para que quem quiser tecer alguns comentários ou reações à decisão final do júri.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Quais foram as maiores dificuldades que sentiram durante o caso?

Foi difícil desempenhar o vosso papel? Concordavam com a posição do grupo em que foram inseridos?

Acham que o governo tomou a posição correta relativamente a este caso? E as associações?

Acham que o júri tomou a decisão correta? Quais foram os fatores mais importantes para a decisão final?

O julgamento é um método útil para decidir disputas ambientais como esta?

Conhecem mais casos semelhantes a este que tenham sido apresentados em tribunal?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Se for possível, deixe que os grupos se reúnam em sítios separados para terem maior privacidade e poderem debater o caso entre si de forma mais aberta e livremente.

Explique a ambos os lados do julgamento que, mesmo que não concordem com a posição que estão encarregues de defender, o objetivo é apresentar a melhor defesa possível perante o júri e, como tal, pode ser necessário procurar argumentos que vão contra a sua opinião pessoal.

Transmita ao júri a responsabilidade de moderar a sessão. Explique-lhe durante a fase preparatória como se irá desenrolar o julgamento e transfira-lhe a responsabilidade de gerir o tempo disponível e a tarefa de dar a palavra aos diferentes grupos, alertando para a necessidade de ser preciso resolver quaisquer argumentos e indecisões que possam existir.

# QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

## OBJETIVOS

Dar a conhecer a diversidade de problemas ambientais que atualmente ameaçam o planeta

Sensibilizar para o papel de cada pessoa no combate à catástrofe climática

Abordar práticas de consumo de economia circular e de desenvolvimento sustentável

## MATERIAIS

Guião de perguntas (ver em anexos, página 119)

Acesso à internet (computadores ou smartphones)

Projeter

Username: HashtagCidadania

Password: QuemQuerSer



3 sessões de 60 minutos



Até 30 participantes

A partir dos 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Esta atividade consiste na utilização de um questionário online como ponto de partida para debater diversos tópicos relacionados com a proteção ambiental e com o desenvolvimento sustentável.

2. Aceda ao website [kahoot.com](https://kahoot.com) e faça Log In utilizando as informações fornecidas na secção de Materiais. Existem 3 questionários disponíveis com 5 perguntas cada:

a. A 1ª sessão relaciona-se com a catástrofe climática e com o aquecimento global;

b. A 2ª sessão relaciona-se com a poluição e a perda de biodiversidade;

c. A 3ª sessão relaciona-se com o desenvolvimento sustentável e a economia circular.

3. Escolha a sessão pretendida, clique play e lance o jogo, o que vai gerar um Game PIN. Peça às e aos participantes para acederem ao website [kahoot.it](https://kahoot.it) e para inserirem o Game PIN para se juntarem à sessão. Dê algum tempo para que todos e todas se conectem e se familiarizarem com a interface.

4. Quando todas e todos estiverem prontos comece com o questionário. No fim de cada pergunta, passe algum tempo a debater o tema com o grupo. No guião de perguntas existem alguns dados que podem auxiliar e guiar o rumo do debate.

5. Após a ronda de perguntas de uma sessão voltem a olhar para o tema como um todo. Debatam como podem, como indivíduos e como coletivo, fazer algo para ajudar a inverter as situações de degradação ambiental apresentadas.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Acham a informação abordada importante?

Houve alguma resposta que vos tivesse deixado mais impressionados ou impressionadas?

Será que a sociedade em geral tem consciência sobre o impacto que o Ser Humano tem no ambiente? Como podemos divulgar estes dados de modo a que todos e todas ganhem consciência sobre o assunto?

Depois desta atividade estão motivados para alterar alguns hábitos do vosso dia a dia? O que pode ser alterado?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Dedique algum tempo previamente a conhecer as perguntas da sessão e a preparar-se para o debate. Nos anexos tem o plano das perguntas, com a resposta correta destacada a negrito, e com alguma informação relativa a cada pergunta para servir de guião ao debate.

Conhecer alguma informação relativa aos temas é importante, pelo que pode levar alguns apontamentos para o auxiliar, mas não é o essencial da discussão. É sim mais importante dar espaço para que cada um partilhe a sua opinião e sugira soluções para os problemas apresentados nas questões.

As perguntas não estão construídas para que os jovens saibam qual é a resposta correta, mas sim para provocar alguma apreensão e para os sensibilizar e lançar o debate perante os tópicos tratados.

Se os e as jovens começarem a ficar inquietos por não saberem as respostas corretas, assegure-os que não é esse o objetivo do questionário.

As sessões foram organizadas sobre a lógica de apresentação de problemas e conseqüente procura de soluções. No entanto, não tem de obedecer obrigatoriamente à sua ordem, nem de fazer as 3 sessões como um conjunto.

# FAZ OUVIR A TUA VOZ

## OBJETIVOS

Explorar diferentes formas de ativismo

Incentivar um olhar crítico à situação ambiental local

Praticar o planeamento e a execução de projetos

## MATERIAIS

Materiais para tirar apontamentos

Computador com acesso à internet e programas de tratamento de vídeo e imagem



3 (ou mais) sessões de duração



Até 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

### 1ª sessão – Introdução ao ativismo

1. Comece por introduzir o grupo ao conceito de ativismo. Explique que se trata de uma forma de pensamento que utiliza a ação para sensibilizar para problemas reais e que procura soluções para os resolver.

2. Mostre o exemplo de ativistas conhecidos, como a Greta Thunberg no campo do ambiente ou a Malala Yousafzai na educação. Pode também mostrar alguns exemplos históricos, como o Martin Luther King Jr. e a sua luta contra a segregação racial.

3. Explore a forma como esses ativistas conseguiram provocar alterações reais no mundo, mesmo estando a lutar por causas sobre as quais era muito difícil de alterar a opinião das pessoas. Estudem qual a estratégia que eles usaram para conseguir espalhar as suas ideias pelo mundo.

4. De seguida, mude o foco para a vossa realidade local. Peça ao grupo para pensar em pequenas coisas que gostariam de mudar na comunidade. Esta atividade está focada em resolver

problemas ambientais, mas o foco pode cair sobre qualquer assunto relacionado com a vivência dos e das jovens.

5. Explique que o objetivo para a próxima sessão é todos e todas trazerem um assunto que desejem resolver. Se possível, peça para trazerem algo que ilustre o problema, como uma fotografia ou um clip de vídeo.

### 2ª sessão – Como abordar o problema?

1. Comece a sessão por pedir às e aos jovens para partilharem com o grupo quais os problemas que decidiram abordar. Se houver pessoas que tenham interesse em resolver o mesmo assunto poderão formar um grupo de trabalho.

2. De seguida, dê 30 minutos para cada um e a cada uma começar a desconstruir o seu problema:

a. Qual é a origem do problema? Já existe há muito tempo?

b. Quem tem a responsabilidade de o resolver?

c. Qual é a melhor forma de influenciar essa entidade?

d. Quais são as capacidades que tenho, os meios ao meu dispor, e os

recursos que serão necessários para montar a campanha?

3. De seguida, distribua todos e todas por pequenos grupos de 3 ou 4 pessoas. Peça para cada elemento partilhar o seu plano dentro dos pequenos grupos. As restantes pessoas devem então dar feedback.

4. Por fim, dê mais algum tempo para cada pessoa trabalhar individualmente e tentar incorporar no seu plano o feedback que recebeu dos seus colegas.

### 3ª sessão: Realização e implementação

A realização e implementação das campanhas pode variar largamente consoante os planos engendrados pelos e pelas jovens.

Uma sessão pode ser suficiente se o objetivo for algo simples como escrever cartas a sensibilizar o poder político para a resolução de um problema.

No entanto, uma campanha que tenha como objetivo criar e espalhar cartazes para chamar a atenção para um assunto pode necessitar de mais sessões de desenvolvimento e concretização.

Em último caso, esta pode ser

uma atividade que necessita de acompanhamento durante um longo período de tempo. Problemas que sejam de difícil resolução podem necessitar de uma pressão constante perante a opinião pública ou o poder político. O ideal será planear uma sessão por mês, por exemplo, para acompanhar o progresso e refinar a estratégia delineada.

Algum tempo após as campanhas estarem realizadas (ou em realização) é importante organizar uma quarta sessão para avaliar e refletir sobre a atividade.



## PISTAS PARA REFLEXÃO

Neste momento o grupo poderá analisar quais as fases das campanhas que correram melhor ou pior, e até mesmo alinhar novas formas de ação para novos problemas (ou para aqueles que continuam por resolver).

- As campanhas foram bem-sucedidas? Conseguiram provocar mudança real na comunidade?
- Vai ser necessário uma nova e diferente abordagem ou um futuro acompanhamento do assunto?
- Foi fácil procurar problemas que quisessem enfrentar? E resolver?
- Focaram-se em problemas mais materiais ou na mudança de opiniões?
- Optaram por resolver questões num contexto local, ou tentaram abordar problemas de grande dimensão?
- Ficaram satisfeitos com o problema que escolheram trabalhar ou arrependem-se da escolha que fizeram? (Pelo problema ser demasiado simples ou demasiado complexo? Por não ter grande importância?)
- Optaram por trabalhar mais em grupos ou individualmente? O que é que produz melhores resultados? E o que é mais gratificante?

## DICAS PARA O FACILITADOR

As e os jovens podem optar por trabalhar em conjunto se tiverem um problema em comum que queiram resolver, ou então podem preferir lutar sozinhos por um problema mais pequeno que tenha significado especial para essa pessoa. Não restrinja os e as participantes na sua organização.

Não limite a imaginação dos e das participantes quando estiverem à procura de problemas para resolver. Eles podem ser tão pequenos ou tão grandes quanto a ambição dos e das jovens. Podem fazer ativismo por um caixote do lixo no campo de futebol para que as pessoas não atirem lixo para o chão, tanto como poderão querer resolver um problema de poluição que afete toda a região, ou até mesmo lutar pela mudança de preconceitos que afeta todo o país!

Quando os pequenos grupos se juntam para partilhar feedback é importante que não se foquem no impossível, mas sim em formas de o tornar mais possível. É desmotivante alguém ter um plano de difícil execução e ouvir os outros apontarem todas as dificuldades que irá encontrar. Peça aos e às jovens para se focarem em propor antes soluções para essas dificuldades.

Motive as e os jovens a continuar com o seu ativismo e a não ficarem

desmotivados pelas dificuldades que encontraram. Há sempre novas formas de pensar e de agir, e estamos sempre a aprender com os nossos erros!



DIVERSIDADE  
CULTURAL

## As manifestações culturais no exercício da Cidadania

Hoje em dia, o conceito de cultura e cidadania andam lado a lado para se reforçarem mutuamente. Não é possível falar de um sem falar no outro, já que um dos pré-requisitos para o exercício da cidadania é um ambiente cultural rico e ativo onde a comunidade se sinta livre e motivada para manifestar a sua cultura.

Mas o que são estas manifestações culturais das quais depende o nosso perfil de cidadão e de cidadã? A cultura é um termo abrangente que engloba o conjunto dinâmico, contínuo e nunca finalizado de práticas que fazem sentido na envolvimento e história de uma comunidade. Estas práticas permitem aos indivíduos a apreensão da realidade à sua volta com o objetivo de responder aos desafios que lhe são apresentados.

Algumas dessas manifestações culturais saltam à vista porque são autênticas representações visuais da identidade coletiva do grupo: a roupa, a comida, a música, os desportos, a língua e a literatura, a arquitetura e as artes, por exemplo. No entanto, existem inúmeras outras manifestações que não se fazem representar visualmente, mas que influenciam profundamente as

características da comunidade, como as tradições e os costumes, as relações familiares e profissionais, os rituais e as cerimónias, os modos de vida e de comunicação, a religião e os sistemas de crenças.

Todos estes elementos se traduzem em formas através das quais cada indivíduo expressa a sua humanidade e dá sentido à sua existência. Eles têm um papel fundamental na coesão da comunidade pois são interiorizados através da interação com as gerações anteriores e posteriormente transmitidos às futuras. Este processo fomenta uma identidade de grupo palpável e um sentimento de pertença, de união e de compreensão perante a sociedade em que se está inserido. Este é aliás o motivo pelo qual a cultura representa tanta importância para a prática da cidadania, já que molda a maneira como cada um se comporta num contexto de cooperação comunitária.

Muitas destas manifestações mencionadas passam despercebidas a quem não interage regularmente dentro dessa realidade cultural, pelo que é apenas através de uma maior consciencialização, através de inúmeros diálogos e vivências que é possível compreender os aspetos imateriais de cada cultura. Tendo

em conta a importância que esses aspetos representam na coesão de um povo, torna-se clara a importância que o diálogo representa num contexto de diversidade cultural e compreensão intercultural.

## A influência da cultura no indivíduo e nos seus Direitos Humanos

Ainda que a cultura esteja relacionada com as práticas individuais de cada pessoa inserida num contexto coletivo, estas maneiras de ser e de estar trespassam depois para a sua própria identidade individual. A cultura em que um indivíduo cresce influencia em grande parte os seus gostos, o seu comportamento e os seus valores. Desde tenra idade que determina a língua que fala, a comida que gosta ou a religião em que acredita.

A importância para o livre desenvolvimento da personalidade de um indivíduo leva a cultura a estar consagrada no artigo 27 da Declaração Universal dos Direitos Humanos. Este artigo assinala o direito do indivíduo e da comunidade terem liberdade para exercer, desenvolver e celebrar a sua cultura livremente. É também devido a este papel essencial para a formação identitária de uma pessoa que se

torna importante debater a cultura e as temáticas relacionadas com jovens cuja identidade está ainda em processo de construção.

Ainda assim, a cultura a que uma pessoa pertence é apenas uma linha orientadora que pode mudar com o tempo e com a geografia. A identidade é constituída por diversas facetas, como a identidade pessoal, de género, nacional, cultural ou étnica, e enquanto algumas delas são influenciadas maioritariamente pela realidade cultural, outras podem ser determinadas por aspetos diversos como a biologia ou o próprio consciente que a pessoa determinou para a sua vida. É através deste prisma que entra na discussão a importância de existir espaço para a diversidade cultural.

### **A importância da Diversidade Cultural e da Interculturalidade**

A diversidade cultural apresenta um interesse fulcral para a humanidade pois é uma janela aberta através da qual se compreende a razão de ser de todos os indivíduos e de todas as comunidades. Com a preservação da herança cultural de cada povo garantimos a sua dignidade humana e asseguramos que o mundo mantém a riqueza e a diversidade

de práticas que até hoje continuam a ser a expressão mais pura da criatividade do Ser Humano.

Como as diferentes culturas podem ser consideradas construções orgânicas e fluídas, sem fronteiras rígidas entre si e na sua influência nos indivíduos, a globalização gerou um importante debate à volta da diversidade cultural e da interculturalidade: como funciona a dinâmica dos pontos de contacto entre diferentes culturas, ou entre indivíduos que se encontram deslocados da sua cultura e inseridos numa outra diferente?

Tendo em consideração o artigo dos Direitos Humanos acima referido, uma pessoa não pode ser impedida de exercer a sua cultura independentemente da sua origem. Num mundo globalizado, é de extrema importância que a diversidade cultural tenha espaço para existir, pois é através desse diálogo e vivência em conjunto que as diferenças e semelhanças culturais são debatidas. Isto leva a que todas as manifestações não-visíveis de uma cultura sejam melhor compreendidas pelas comunidades, um passo absolutamente necessário no caminho para uma maior aproximação entre povos. Em sentido contrário, é com a falta de empatia cultural que se dá origem a situações que constituem a

violação de outros Direitos Humanos, por exemplo através de ações de discriminação, racismo e violência.

A livre partilha cultural deve ser o objetivo para o futuro, sem ignorar as necessidades das minorias nem a dignidade de cada indivíduo inerente aos seus Direitos Humanos. Isto alcança-se através de uma análise relativista das culturas, com a compreensão das suas origens, envolvências e razões de existir. Só assim se moldará um futuro em que todas as culturas tenham espaço para se expressarem com a dignidade inerente aos Direitos Humanos.

### **Educar para a Diversidade Cultural**

Vivemos num mundo global onde a partilha de informação é constante e instantânea, e, como tal, a diversidade cultural é um conceito cada vez mais pertinente. A pergunta que deve ser colocada é onde se encaixa o “eu” no meio de toda esta partilha de referências culturais.

O debate e a exposição a manifestações culturais referentes a diferentes realidades motivam cada pessoa a repensar as suas próprias noções sobre cultura. É através destas práticas que se aprendem novas vivências, que se identificam as semelhanças que unem

e compreendem as diferenças que separam as comunidades, o que vai contribuir para uma maior união entre povos e respeito intercultural.

Este processo de exposição à diversidade cultural leva também cada pessoa a ponderar sobre a própria identidade cultural individual. Com o passar do tempo, a normalização das ações e dos costumes dissolve a cultura nas vivências do dia a dia ao ponto de banalizar elementos que têm um importante significado para a existência de uma comunidade. Ao celebrar a diversidade cultural, cada um materializa estes elementos na sua consciência, o que leva a uma confiança reforçada na sua própria cultura e ao crescimento do sentimento de pertença na identidade coletiva.

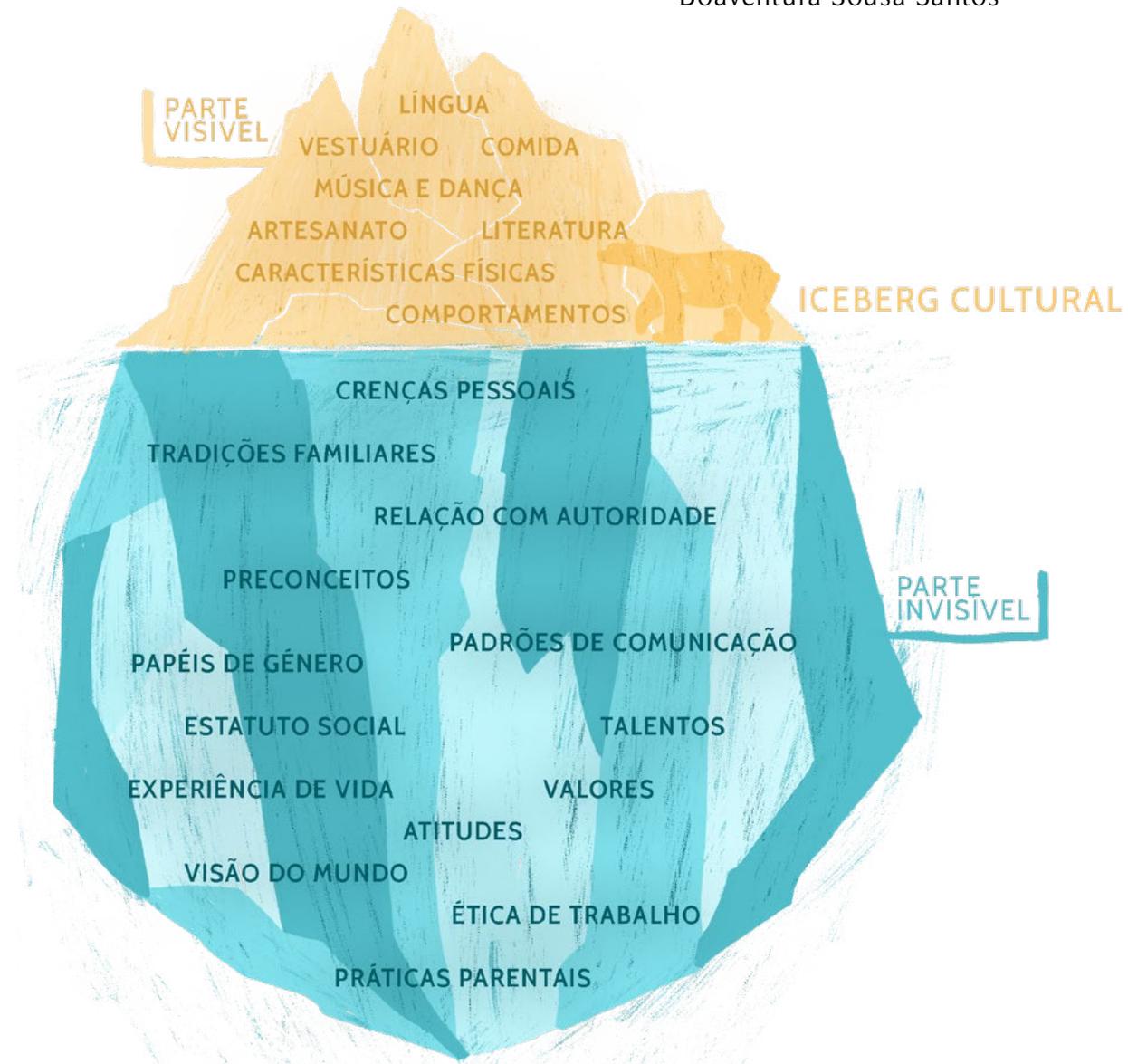
Este manual pretende despertar a curiosidade dos jovens e motivar a vontade de explorar e aprofundar o seu conhecimento no âmbito da diversidade cultural. Pretendemos partir de cada realidade individual para debater as manifestações culturais visíveis em que cada um se enquadra, avançando para as características não-visíveis que formam as raízes de cada cultura, e desta forma analisar as dinâmicas de partilha e de compreensão da diversidade cultural.

Esperamos com isto sensibilizar e

consciencializar para as diferenças, criar empatia e inclusão, e quebrar os estereótipos e preconceitos que têm vindo a surgir com o conflito de culturas neste mundo cada vez mais global.

*“Temos o direito de ser iguais quando a nossa diferença nos inferioriza, e temos o direito de ser diferentes quando a nossa igualdade nos descaracteriza.”*

Boaventura Sousa Santos



## ATIVIDADES PROPOSTAS

### A IMAGEM DA MINHA IDENTIDADE pág.69

A cultura influencia a identidade de cada pessoa em diversas perspectivas. Através de reflexão e análises de grupo, leve cada indivíduo a explorar melhor a sua personalidade.

### ÀS ESCURAS pág.71

Nem sempre os olhos nos dizem tudo acerca de uma cultura. Use texturas, cheiros e sons para debater a riqueza da diversidade cultural.

### BARNGA pág.73

Alguns costumes podem ser inicialmente difíceis de assimilar. Organize um jogo de cartas que simula a experiência de passar por um choque cultural.

### A CORRENTE DA DISCRIMINAÇÃO pág.75

O preconceito nunca morre solteiro. Explore uma banda desenhada que mostra as raízes profundas que a discriminação tem na sociedade.

### PUBLICITAR A DIFERENÇA pág.76

Os preconceitos em volta das minorias têm de ser desmistificados! Organizem campanhas publicitárias para combater as ideias antiquadas à volta destes grupos discriminados.

### A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO pág.78

Será que toda a cultura deve ter espaço para existir? Organizem uma reunião para debater práticas culturais com implicações em Direitos Humanos, Ambientais e Animais.

### RUMO A... pág.80

A viagem para um futuro de respeito e partilha entre culturas passa por diversos desafios e obstáculos. Explore a temática da diversidade cultural para criar um mapa que nos guie em direção a uma sociedade de maior tolerância e empatia cultural.

# A IMAGEM DA MINHA IDENTIDADE

## OBJETIVOS

Compreender a relação entre o conceito de identidade e de cultura

Promover a solidariedade e o respeito pelas diferentes subculturas

## MATERIAIS

Canetas e marcadores coloridos

Uma folha de papel por cada participante

Folhas A3 e marcadores

Máquina fotográfica (ou telemóvel)

 45 minutos

 Indiferente  
A partir dos 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Para começar, peça a todos e todas para se juntarem em pares e se apresentarem. Pergunte então o que gostam de conhecer quando falam com alguém pela primeira vez. Aponte as ideias que surgirem para analisar mais tarde.
2. Distribua papéis e canetas e peça às e aos participantes que desenhem individualmente uma representação da sua identidade. Podem optar por apontar características biológicas, culturais, sociais, tudo o que seja importante para representar fielmente a sua identidade.
3. Quando todas e todos tiverem terminado, indique para se levantarem, circularem pela sala e compararem aquilo que escreveram sobre a sua identidade com os e as restantes participantes. Quando encontrarem alguém com quem partilham uma característica, devem escrever na sua folha o nome dessa pessoa. Por exemplo, se a Teresa e o Pedro partilharem “ballet”, devem escrever nos seus papéis o nome da outra pessoa.

4. Volte a reunir o grupo e debatam os resultados obtidos:
  - Existe alguma característica que é partilhada pela maioria das pessoas? E alguma que seja exclusiva de uma pessoa?
  - As pessoas deste grupo têm entre si mais diferenças ou semelhanças?
5. Para terminar, peça para o grupo olhar para as características que anotou e para mencionar aquelas com as quais nasceu, aquelas que foram influenciadas pela sua cultura, e aquelas que escolheu por si. Faça três colunas no quadro para anotar estas informações.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Acham que esta atividade serve para mostrar aos outros qual a vossa verdadeira identidade?

Como escolheram quais as características que melhor representavam a vossa identidade?

Tinham mais ou menos características em comum com as restantes pessoas? Surpreenderam-se com algum dos resultados que encontraram?

A interação com as outras pessoas levou-vos a descobrir alguma coisa sobre vós mesmos?

Houve representações das outras pessoas que vos tivessem deixado curiosos e curiosas, com vontade de as e os conhecer melhor?

Há muitas diferenças ou semelhanças entre o grupo? Será que isso ajuda ou dificulta no entendimento entre todos e todas?

As pessoas são livres de escolher a sua própria identidade? Ou será que isso está fora do controlo de cada um?

para terem em consideração que as ideias sobre estas temáticas podem mudar ao longo do tempo.

Se o grupo se interessar pela atividade pode numa oportunidade futura explorar o conceito de interseccionalidades, a ideia de que cada pessoa é uma junção de características de diferentes origens sociais, biológicas e culturais, e que é essa combinação que faz a identidade de cada pessoa ser única.

### DICAS PARA O FACILITADOR

Se o grupo estiver com dificuldades em representar a sua identidade pode indicar para a moldarem na forma de uma estrela. Peça para cada um e uma escolher as características mais importantes da sua identidade e formar com elas as pontas da sua estrela.

Conversar sobre formas de desenvolvimento da identidade pode criar desacordos, principalmente em temáticas fraturantes como a religião e o género. Peça às e aos participantes para respeitarem a opinião dos restantes e

# ÀS ESCURAS

## OBJETIVOS

Despertar a curiosidade para a riqueza da diversidade cultural

Explorar a importância dos sentidos para a vivência cultural

Refletir sobre a reação perante o desconhecido

## MATERIAIS

Uma caixa ou um saco que não seja possível ver o que está no interior

Diferentes objetos com diferentes texturas, cheiros ou sons para experimentar

Leitor MP3 (smartphone, computador...)

Colunas



30 minutos



Até 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Escolha entre 4 a 8 objetos com texturas diferentes e fora do comum, por exemplo, um boião de creme para mãos, um rolo de arame, lã, um boneco de borracha para cães, uma batata, uma cebola, um boneco de porcelana, etc.
2. Prepare anteriormente a caixa colocando lá dentro um dos objetos.
3. Peça a uma voluntária ou a um voluntário para avançar e colocar a mão dentro da caixa. Apenas através do tato, ela ou ele deve descrever aos restantes com um máximo de 3 características o objeto que está a sentir. Essa pessoa não pode revelar qual é o objeto, apenas deve usar adjetivos que descrevam a sua sensação para os e as restantes descobrirem.
4. Os restantes elementos devem tentar adivinhar qual é o objeto na caixa.
5. Quando o grupo conseguir adivinhar, utilize um novo objeto e peça a uma nova pessoa para o descrever.
6. Tem também a possibilidade de utilizar tipos diferentes de estímulos. Pode preparar frascos com substâncias de cheiros característicos de algum lugar

ou país, ou utilizar auscultadores com sons musicais, por exemplo. O objetivo é que as pessoas possam descrever alguma coisa sem a conseguir ver para que os

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Quem teve de descrever os objetos, qual foi a primeira sensação depois do toque? Em que aspetos é que se concentraram para descrever o objeto?

Ficaram surpreendidos quando viram o objeto? Depois de verem o objeto mudavam a forma como tinham descrito as características iniciais?

Foi fácil reconhecer a origem das coisas sem as conseguir ver?

Como é que este desafio pode ser comparado com a vida real?

Será que a primeira impressão que temos das coisas e das pessoas corresponde à realidade?

Quando falamos de cultura, será que conseguimos ver todas as características culturais à primeira vista?

Já alguma vez pensaram em todos os elementos culturais que não são visíveis, mas que têm um grande significado para

a cultura de um povo? Como podemos ficar a conhecer essas características que não são visíveis?

Se tivessem de descrever a vossa cultura a um desconhecido, quais seriam os objetos, cheiros e sons que escolheriam para a representar?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Se optar por usar um saco, deve garantir que os jovens não conseguem ver o objeto que está dentro do saco no seu interior. Pode usar uma venda para tapar os olhos dos e das participantes que vão tocar no objeto. Se usar uma caixa, deve pensar numa forma de trocar os objetos sem que o grupo consiga ver quais são.

Não é necessário que as descrições sejam muito precisas. A pessoa pode descrever os seus sentimentos ao tocar, ao cheirar ou ao ouvir, e não necessariamente as coisas em si. Por exemplo, uma reação pode ser “que nojo”, “é frio”, etc.

Por vezes, os e as jovens podem ter dificuldade em encontrar uma característica para descrever o objeto, e a sua primeira reação é tentarem adivinhar qual é o objeto, pelo que deve clarificar à partida o que pretende. Se for necessário pode dar um exemplo de

uma característica, por exemplo “é frio ou quente”. Deve dar o tempo necessário para o jovem tocar no objeto e pensar que características lhe atribui.

A discussão no final não precisa de ser muito orientada ou profunda, o importante é que todos tenham oportunidade de partilhar a sua experiência.

A atividade pode ser realizada com vista à partilha coletiva de sensações. Pode reproduzir os sons com uma coluna para todo o grupo e explorar quais os sentimentos que existiram, ou então preparar diversas caixas com objetos ou cheiros para todos e todas as participantes experimentarem e debaterem o que contêm.

Tente fazer um paralelismo entre esta atividade e aquilo que sentimos quando experienciamos uma nova cultura: muitas vezes a primeira opinião está incompleta ou incorreta, e só quando passamos algum tempo a tentar compreender a cultura (ou o objeto) é que ela começa a fazer sentido para nós.

Pode também utilizar esta dinâmica para refletir sobre a realidade cultural de um país. Para Portugal, por exemplo, pode-se apresentar uma caixa para sentir areia, um frasco de manjeriço para cheirar, e o som de uma guitarra portuguesa para

ouvir, para dessa forma criar um debate sobre quais os sentimentos que a cultura nacional desperta em cada pessoa.

# BARNGA

## OBJETIVOS

Perceber que diferentes culturas têm diferentes práticas

Praticar métodos de comunicação alternativa e de resolução de conflitos

Experienciar o que é um choque cultural

## MATERIAIS

Entre 3 a 6 mesas numeradas

Por cada mesa:

- Uma folha de regras únicas para cada mesa (ver em anexos, página 126)
- Um baralho de cartas (contendo as cartas do às ao 7)



90 minutos



Entre 12 a 30 participantes

A partir dos 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

### 1ª parte – Jogo de cartas (30 minutos)

1. Divida os e as participantes em grupos de 4 a 6 elementos e peça para se sentarem às mesas. Nelas podem encontrar um baralho de cartas e um conjunto de regras. Estas regras são diferentes de mesa para mesa, mas não o revele aos e às participantes. Este será um dos pontos principais numa fase mais adiantada do jogo.

2. Dê cerca de 5 minutos aos jogadores e às jogadoras para estudarem as regras e praticarem o jogo de cartas. Avise-os que têm de decorar as regras, pois não será possível consultar a folha durante o torneio!

3. Quando todos e todas estiverem confortáveis com o jogo, retire as folhas das regras e introduza uma nova regra: é proibido comunicação verbal! Isto quer dizer que se pode gesticular ou desenhar coisas, mas não se pode falar, cantar ou escrever palavras.

4. Anuncie o funcionamento do torneio. Vai-se jogar uma ronda e, no fim, quem tiver ganho muda para a mesa com o número seguinte, e quem tiver menos

pontos muda para a mesa com o número anterior.

### 2ª parte: Reflexão (20 minutos)

No fim de algumas rondas, junte todos os elementos e conversem sobre o jogo e sobre a experiência.

- O que estavam à espera no início do jogo?
- O que é que pensaram ou sentiram enquanto estavam a jogar?
- Quais foram as partes em que foram mais ou menos bem-sucedidos?
- Como é que o facto de não poderem falar contribuiu para o que estavam a sentir?
- Quando é que se aperceberam que algo não estava a bater certo?
- Como é que lidaram com a existência de regras diferentes?

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Que situações da vida real é que o Barnga simula?

Alguma vez passaram por uma experiência em que houvesse uma diferença de regras que não conhecessem?

Como é que este jogo nos ajuda a estar atento aos aspetos invisíveis da cultura?

Qual foi a coisa mais importante que aprenderam durante o jogo?

O que é que aconteceria se pudessem falar durante o jogo?

O que é que esta experiência sugere acerca do que devem fazer quando se encontram numa situação semelhante no mundo real?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Se necessitar de um auxílio visual para debater as dinâmicas visíveis e invisíveis da cultura após a atividade pode utilizar o conceito do icebergue cultural.

Pode alterar o número de mesas e os participantes por mesa consoante o tamanho do grupo. Cada mesa deve ter

pelo menos 4 elementos, e devem existir pelo menos 4 mesas.

Se o grupo começar a ficar frustrado durante o jogo não fique preocupado, faz parte da atividade. Deixe-o tomar o seu rumo. No fim, utilize o período de reflexão para trabalhar e resolver os sentimentos negativos que possam ter existido.

A segunda parte é bastante importante para fazer o paralelismo entre os sentimentos experienciados durante o jogo com aqueles relativos a um contexto de diversidade cultural. Procure que o grupo comece por falar das suas próprias experiências, e avance depois para situações hipotéticas onde possam ocorrer estas falhas de comunicação.

### Ligações úteis

Intercultural Learning for Pupils and Teachers:

<http://intercultural-learning.eu/Portfolio-Item/barnga/>

# A CORRENTE DA DISCRIMINAÇÃO

## OBJETIVOS

Compreender a origem e as consequências dos gestos de discriminação

Debater formas de intervir em situações de discriminação

## MATERIAIS

Banda desenhada “discriminação” (ver em anexos, página 129)

Projetor



75 minutos



De 9 a 30 participantes

Mínimo 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Comece por dividir todos e todas as participantes em 6 grupos.
2. Distribua uma cópia da banda desenhada “discriminação” por cada grupo e peça para lerem com atenção.
3. De seguida, peça a cada grupo para se focar numa vinheta em específico, e para responderem às seguintes perguntas:
  - a. Que situação está a acontecer?
  - b. Quais são os motivos que podem levar a pessoa a ter esta opinião?
  - c. Quais são os argumentos que podemos apresentar para desconstruir esta opinião?
4. Junte os grupos em plenário para debater a banda desenhada. Projete-a numa parede para todos poderem ver. Peça então a cada grupo para escolher um ou uma porta-voz e apresentar aos restantes a vinheta que analisaram e as conclusões a que chegaram.
5. Podem realizar um pequeno debate tendo em conta as seguintes questões:
  - a. O que aconteceu ao longo da história?
  - b. Em que situações há discriminação?
  - c. Qual a moral da história?

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Já presenciaram situações destas na realidade?

Conhecem pessoas que têm atitudes semelhantes às retratadas?

Foi difícil encontrar os motivos pelos quais as pessoas podem ter estas opiniões e atitudes?

Que argumentos podemos apresentar para provocar uma mudança de opinião?

Acham que a banda desenhada é um bom meio para debater diferenças culturais?

## DICAS PARA O FACILITADOR

Reserve algum tempo antes da atividade para conhecer a banda desenhada e familiarizar-se com as temáticas que vão ser debatidas.

As questões servem para orientar a discussão e não precisam de uma resposta formal. Diga aos grupos para apontar antes as opiniões e os argumentos que forem apresentados.

Se tiver um número reduzido de participantes pode fazer apenas 3 grupos e pedir a cada um para analisar duas situações diferentes.

# PUBLICITAR A DIFERENÇA

## OBJETIVOS

Criar empatia cultural

Promover os aspetos positivos da diversidade cultural

Incentivar o respeito pelas minorias

## MATERIAIS

Folhas para cartazes

Marcadores e tintas

Acesso à internet e a meios digitais



90 minutos



Mínimo 9 participantes

A partir dos 12 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Peça ao grupo que pense no local onde vive (ou na sua cidade ou país) e que identifique alguns grupos minoritários.
2. Promova um pequeno debate sem ser necessário dar respostas concretas:
  - a. Como é que estes grupos vivem?
  - b. Como interagem com a comunidade envolvente?
  - c. Como são vistos pelos seus vizinhos?
3. Divida as e os participantes por pequenos grupos com um máximo de 5 participantes e atribua-lhes uma minoria habitualmente discriminada pela sociedade. Pode ser por razões étnicas, de orientação sexual, de crença religiosa, etc.
4. Dê 15 minutos para que cada grupo faça uma breve pesquisa sobre a realidade cultural da minoria que lhes foi atribuída.
5. De seguida, peça a cada grupo para criar uma campanha publicitária para promover os traços culturais dessa minoria. Podem produzir cartazes, spots de rádio ou televisão, etc. As campanhas

de publicidade não devem mostrar as fragilidades da minoria e apelar à caridade, mas sim focar-se nos aspetos culturais positivos dessa minoria.

6. No fim, cada grupo apresenta as suas campanhas aos restantes.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Em que tipo de manifestações culturais se focaram para partilhar?

As campanhas criadas geraram curiosidade para conhecer mais profundamente algumas das culturas retratadas?

Acham que essas minorias têm total liberdade para celebrar a sua cultura no nosso país?

As minorias devem ser forçadas a esquecer a sua própria cultura de forma a adaptarem-se e agir perante as normas da maioria que compõe a sociedade?

Quais são as vantagens de conhecer culturas diferentes daquela em que crescemos?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Publicitar aspetos positivos de uma cultura que não se conhece pode ser complicado. Dê tempo para que os grupos pesquisem sobre a minoria que lhes foi atribuída, seja o seu contexto histórico, as suas práticas culturais, entre outros.

É importante que se tente aprofundar e conhecer a verdadeira cultura das minorias para não se cair no risco de publicitar apenas estereótipos.

Cada grupo pode ter competências a trabalhar em meios diferentes. Dê-lhes liberdade para escolher o modo de expressão que desejarem para concretizar a sua campanha publicitária.

# A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO

## OBJETIVOS

Debater conflitos entre as manifestações culturais, os Direitos Humanos, o bem-estar animal e o equilíbrio ambiental

Estudar formas alternativas de preservar manifestações culturais

Treinar formas de argumentação, debate e consenso

## MATERIAIS

Fichas das organizações (ver em anexos, página 130)

Canetas e papel para os diferentes grupos



90 minutos



Mínimo 14 participantes

A partir dos 16 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Comece a atividade por perguntar ao grupo para lembrarem práticas culturais que, ao longo da história, violassem de alguma forma os Direitos Humanos.

Alguns exemplos pertinentes podem ser as lutas de gladiadores ou a escravatura.

2. De seguida, pergunte se conseguem lembrar-se de algum exemplo que continue a ser praticado na atualidade. Explique que a cultura é um processo dinâmico que se vai transformando ao longo do tempo e, como tal, práticas que aconteciam antigamente podem hoje ser consideradas chocantes.

3. Apresente a temática da atividade com esta perspetiva em vista. *A povoação de Casal do Cavallo é uma pequena vila no ribatejo com tradições tauromáticas. No entanto, devido à pressão que a sociedade civil tem exercido contra as touradas, a câmara municipal está a ponderar decretar a proibição de eventos desta natureza no município. Alguns membros da população não ficaram satisfeitos com esta possibilidade, pelo que foi marcada uma reunião entre todos os intervenientes para debater a temática.*

4. A reunião é mediada pela CDASD

(Cultura, Direitos, Ambiente, Sustentabilidade e Diálogo) e junta na mesa de negociações a povoação de Casal do Cavallo a favor das touradas, a Plataforma Basta de Touradas pela defesa dos animais, e a Câmara Municipal à qual pertence a vila de Casal do Cavallo como entidade neutra.

5. Chame quatro voluntários e voluntárias para representarem a CDASD e dividam o resto das e dos participantes em três grupos. Distribua as fichas das organizações e dê aos grupos 15 minutos para lerem a informação e prepararem os argumentos para a defesa do seu caso.

6. Quando os grupos estiverem preparados, reúnam em plenário. Peça às e aos representantes da CDASD que presidam a reunião.

7. No final da reunião, a CDASD deve fazer um pequeno resumo das conclusões retiradas.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

O que acharam da atividade e do processo de debate?

Foi difícil desempenhar o papel que vos foi atribuído?

Qual foi o tipo de argumento que resultou melhor, apelar às emoções ou apresentar raciocínios lógicos?

Foi difícil entender os argumentos das restantes entidades? E aceitá-los?

O que é que deve ter prioridade: o direito às tradições culturais ou a proteção ambiental e o bem-estar animal?

Na vida real, até que ponto devemos aceitar práticas culturais de outras pessoas que achamos cruéis, incompreensíveis ou imorais?

Será que uma cultura modificada é uma cultura perdida? Devemos pensar nas transformações culturais como um processo positivo?

Como podemos adaptar estas práticas culturais para serem respeitadores dos Direitos Humanos, Ambientais e Animais?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Esta atividade tem como objetivo confrontar o grupo com discussões complexas que por vezes devem existir relativamente a certas práticas culturais.

As touradas despertam opiniões muito contrárias, pelo que é um grande desafio tentar chegar a um consenso. Para aqueles intransigentes na luta contra as touradas, podem, por exemplo, perguntar como reagiriam se existisse uma proibição de realizar uma prática específica importante para a sua vida cultural.

A atividade pretende também aumentar as capacidades de tomada de decisão e de compromisso. É por esse motivo que foi concebida para ser mediada por uma organização imaginária: a CDASD.

Esta atividade pode ser utilizada para debater outras práticas culturais consideradas polémicas, como por exemplo a mutilação genital feminina e masculina ou a caça de baleias.

# RUMO A...

## OBJETIVOS

Pensar num mundo onde o respeito pela diversidade cultural é universal

Desenvolver competências de imaginação, criatividade e cooperação

## MATERIAIS

Uma folha A3 ou flipchart por grupo

Marcadores coloridos

Mapa (ver em anexos, página 134)



90 minutos



Mínimo 12 participantes

A partir dos 14 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

### 1ª Parte – Definição de problemas e respetivas soluções (30 minutos)

1. Peça às e aos participantes que se juntem em grupos de 3 a 5 pessoas. Distribua uma folha e algumas canetas por cada grupo e peça-lhes para desenharem três colunas.

2. Anuncie que na *Terra da Interculturalidade* o respeito entre culturas é total. Peça aos grupos para pensarem em exemplos concretos de como seria esta comunidade, e para os anotarem na primeira coluna.

3. De seguida, pensem sobre como é a vida hoje, na sociedade atual, comparando com as características que escreveram na coluna 1. Escrevam então na segunda coluna os passos necessários para se passar do nosso presente para o futuro da *Terra da Interculturalidade*.

4. Por fim, peça para refletirem sobre os obstáculos que poderão existir no caminho para a *Terra da Interculturalidade* e sobre como os ultrapassariam. Escrevam estes obstáculos na terceira coluna.

### 2ª Parte – Desenho do mapa (30 minutos)

1. Anuncie que o objetivo é desenhar o mapa que nos leve rumo à *Terra da Interculturalidade*. Explique brevemente os aspetos caraterísticos de um mapa e introduza a ideia de símbolos metafóricos. Pergunte se conhecem alguma história que represente ideias morais com características geográficas: uma floresta escura para simbolizar indecisão e confusão, uma montanha impenetrável para representar uma tarefa monumental para conquistar, ou um rio traiçoeiro que obrigue o protagonista a procurar um caminho alternativo ou a criar uma solução engenhosa para o atravessar.

2. Distribua agora um mapa por grupo e peça para o personalizarem de acordo com as diferentes características que apontaram na primeira parte do exercício: as características do nosso presente num lado e o futuro da *Terra da Interculturalidade* no outro, ligados por um caminho a percorrer com todos os desafios existentes e as soluções sugeridas para os resolver.

3. No final, junte todos os grupos numa sessão plenária para apresentarem os seus mapas.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Gostaram da atividade? Porquê?

Alguma vez tinham pensado em mapas para planificar desafios sociais?

Das três questões, qual foi a mais fácil e a mais difícil de responder? Porquê?

Quais são as principais características da *Terra da Interculturalidade*?

O que deve ser mudado para que se possa construir uma sociedade onde haja respeito pela diversidade cultural?

Justificar-se-ão políticas de discriminação positiva como forma de proteger as práticas das minorias?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Tente que todos os e as participantes contribuam para referir exemplos de como seria a vida na *Terra da Interculturalidade*.

Se os grupos estiverem com dificuldades a preencher as colunas motive-os a pensar nos pequenos gestos de discriminação existentes e em formas de os resolver. Por exemplo, como é que as pessoas de culturas diferentes são retratadas nos media e no entretenimento? Quais são os termos para descrever as minorias em ambiente familiar? Que forma de representação é que têm nas diversas formas da democracia?

Na construção do mapa pode utilizar um exemplo concreto para que as e os participantes tenham uma ideia do que é pretendido: um refugiado que atravessa a ponte da educação para atravessar o rio da barreira linguística? O ideal é pensar em exemplos que vão ao encontro da realidade da sociedade e que tentem alcançar formas de os resolver!

O método de desenhar um mapa que procura ir do presente ao futuro pode ser adaptado a uma grande variedade de questões em que os e as participantes têm de pensar em problemas e de imaginar soluções para os resolver.

An abstract illustration featuring stylized human figures in shades of blue, yellow, and white. The figures are rendered in a simplified, almost geometric style, with some appearing to be in motion or interacting. The background is a mix of these colors, creating a sense of depth and movement. The overall aesthetic is modern and graphic.

**VOLUNTARIADO**

## Voluntariado como forma de solidariedade e cidadania

O voluntariado é a associação mais evidente entre a solidariedade humana e a vontade expressa de os cidadãos apoiarem terceiros de forma desinteressada. É uma prática que remonta há muitos séculos atrás, mesmo que nem sempre com esta designação, e tem feito parte de praticamente todas as civilizações e sociedades.

A história conta-nos que as pessoas mais necessitadas sempre foram acolhidas e ajudadas por particulares e organizações que tentavam de algum modo minorar-lhes as carências e desigualdades que tinham em relação aos demais. É esta solidariedade que constitui o princípio fundamental do voluntariado.

Existem atualmente um crescente número de cidadãos que consideram ser sua responsabilidade intervir para alcançar uma sociedade mais justa, solidária e igualitária. As motivações que mobilizam cada pessoa para a ação voluntária são diversas, mas nascem sempre desse encontro entre a solidariedade e a cidadania.

Este contributo da sociedade civil para a resolução dos seus próprios problemas ajuda a consolidar a democracia e a cidadania no país. Assim sendo, o

voluntariado ajuda a cimentar as bases da democracia ao aliar práticas sociais, envolvimento cívico e compromisso para a transformação e mudança social. Além do mais, é também uma oportunidade de abertura a novas experiências, de aprendizagem e aquisição de competências e capacidades. Permite juntar o prazer de ser útil à criação de ligações relacionais e ao reforço do sentido de comunidade.

### O contexto e reconhecimento do voluntariado

O conceito de voluntário surge na língua portuguesa no século XV com o significado de espontâneo. Deriva do substantivo *voluntas* ou *voluntatis*, que em latim significa capacidade de escolha, de decisão e fazer algo por sua livre vontade. O voluntariado sempre esteve presente na tradição portuguesa, e ao longo da história passou por um profundo processo de transformação e revalorização. Inicialmente estava circunscrito ao ambiente religioso e era motivado por valores da caridade e amor ao próximo. Hoje, no entanto, está intrinsecamente associado ao exercício da cidadania. No conceito atual, voluntário é aquele que, movido por uma ética de solidariedade,

doa – sem remuneração financeira – tempo, trabalho e talento para causas de interesse social e comunitário. As Nações Unidas estabelecem três critérios gerais para caracterizar uma ação como voluntária: ser empreendida de livre vontade, sem remuneração e em benefício de terceiros.

Na sociedade atual reconhece-se que o voluntariado tem um espaço próprio de atuação. O seu trabalho situa-se como complemento ao trabalho profissional e à atuação das instituições. O trabalho voluntário não substitui o Estado, nem busca ocupar o espaço do trabalho remunerado, mas exprime a capacidade da sociedade de assumir responsabilidades e de agir por si mesma. Abrange um amplo leque de possibilidades de intervenção que incluem as iniciativas dos cidadãos em áreas mais tradicionais – o desporto, a educação, a ação social, a assistência à terceira idade, as atividades de lazer – até ao voluntariado na esfera de catástrofes de grande dimensão.

O voluntariado está hoje na agenda política e social do Mundo e tem vindo a crescer de uma forma vertiginosa. Os governos e a sociedade civil atribuem hoje uma maior importância à prática do voluntariado, considerando-o um recurso valioso para a vida comunitária

e um instrumento de intervenção social que tem criado um espaço próprio para o exercício de cidadania.

A prática do voluntariado deve, no entanto, ser exercida com consciência e responsabilidade. A falta de formação dos voluntários pode significar um risco para o seu desempenho eficiente e responsável, pelo que é importante haver uma educação para a compreensão dos contextos de ação voluntária e para os direitos e deveres enquanto voluntário e voluntária.

### As definições do voluntariado

Em Portugal, o voluntariado tem os seus antecedentes na ação social inspirada na caridade cristã de práticas assistencialistas e de beneficência. Adquiriu uma maior expressão no pós-25 de Abril devido à crescente evolução do associativismo português com o reconhecimento e apoio do Estado.

A celebração do Ano Internacional dos Voluntários em 2001 pela Organização das Nações Unidas, e do Ano Europeu do Voluntariado em 2011 marcaram a posição internacional no sentido de reconhecimento da importância

do voluntariado. Em 1985 a ONU declarou o dia 5 de dezembro como Dia Internacional das Voluntárias e dos Voluntários para o Desenvolvimento Económico e Social. A comemoração destas datas enfatiza a necessidade de reforçar a promoção do voluntariado como ação determinante para um maior envolvimento entre cidadãos e para a melhoria das condições de vida das pessoas a nível local e internacional.

A Declaração Universal sobre o Voluntariado, de 14 de setembro de 1990, coloca a ênfase na perspetiva global de mudança do mundo em constante transformação através do voluntariado. Ela reconhece o voluntariado como fortalecedor dos valores comunitários, como uma oportunidade para o exercício de direitos e responsabilidades individuais, e como forma de criar soluções conjuntas para desafios partilhados. No mesmo sentido, a consagração em 2015 do Ano Europeu do Desenvolvimento reconheceu a importância da mobilização dos cidadãos europeus, com base na tomada de consciência do papel que todos podem ter na contribuição para resolver os problemas da pobreza a nível mundial.

Este passo solidificou o entendimento de que a participação ativa dos

cidadãos, nomeadamente através do voluntariado, será crucial na concretização dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável até 2030. Desde então, à escala global, nacional ou local, o voluntariado conquistou uma importância social, cultural (e também económica) indiscutível, reclamando novos espaços e áreas de atuação.

### Da teoria à prática

A participação em voluntariado é extremamente diversa, olhando tanto para os indivíduos envolvidos, como para o tipo de atividades realizadas. Em Portugal, são os jovens, os desempregados e as pessoas com maior nível de escolaridade que mais se envolvem no voluntariado. Ainda assim, têm-se verificado níveis baixos de participação quando comparados com a média da União Europeia. Em sentido oposto, são os países do norte da Europa que mais se envolvem em ações de voluntariado.

Também o tipo de atividades difere entre regiões, sendo que os voluntários e as voluntárias portuguesas se envolvem mais nas áreas do apoio social e da religião, deixando para segundo plano a participação em desporto, cultura, associações comunitárias,

defesa de direitos e sindicatos.

As seguintes atividades pretendem ajudar a esclarecer qual o verdadeiro significado de voluntariado e como é que ele se relaciona com cada pessoa individualmente. Queremos motivar à reflexão sobre as motivações que pode levar cada pessoa a fazer voluntariado e auxiliar nos primeiros passos da organização de projetos de voluntariado.

Esperemos que esta reflexão leve a um futuro com jovens mais participativos e solidários, envolvidos e envolvidas em verdadeiras ações de voluntariado que procurem auxiliar nos mais importantes desafios da sociedade. No fim, confiamos que o voluntariado passe a ser visto como uma atividade natural e regular no verdadeiro exercício de cidadania de todas as pessoas.

*“Ninguém pode voltar atrás e fazer um novo começo, mas qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim.”*

Chico Xavier



## ATIVIDADES PROPOSTAS

### À PROCURA DE UM CONCEITO pág.87

O voluntariado pode ser descrito de tantas formas diferentes quanto o número de pessoas que o tentam definir. Através de uma lista de conceitos, debatam quais as definições de voluntariado que para vocês mais sentido fazem.

### A DESIGUALDADE À FRENTE DOS TEUS OLHOS pág.89

Os desequilíbrios económicos e demográficos das regiões do mundo continuam a aumentar. Visualizem estas assimetrias e debatam como pode o voluntariado conduzir a um futuro melhor.

### VOLUNTARIADO, E QUE MAIS? pág.91

Quando falamos de voluntariado, falamos de quê? E quando falamos de solidariedade? Através de uma dinâmica de posicionamento, reflitam sobre estes conceitos e identifiquem as principais características que separam os dois.

### O PASSAPORTE DO VOLUNTARIADO pág.93

Cada pessoa tem as suas próprias motivações para fazer voluntariado. Criem um passaporte individual de voluntariado que explore aquilo que leva cada um a dar o seu contributo à comunidade.

### O VOLUNTARIADO EM AÇÃO pág.95

O voluntariado existe para ser concretizado. Organizem projetos de voluntariado para que os e as jovens ponham em prática os conceitos e definições debatidos.

# À PROCURA DE UM CONCEITO

## OBJETIVOS

Refletir sobre a definição de voluntariado

Conhecer a versatilidade e diversidade do conceito de voluntariado

## MATERIAIS

Uma ficha de definições de voluntariado por cada participante (ver em anexos, página 135)



40 minutos



De 10 e 20 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Distribua uma ficha de definições de voluntariado por cada participante.
2. Peça às e aos participantes para, individualmente, escolher três frases que, na sua opinião, melhor representem o conceito de voluntariado.
3. De seguida, divida todos e todas em pequenos grupos de 3 a 5 pessoas. Peça a cada grupo para selecionar três frases daquelas escolhidas anteriormente pelos seus membros que melhor caracterizem o conceito de voluntariado.
4. Após os grupos terem escolhido as suas frases, peça para que apresentem e justifiquem as suas escolhas.
5. No fim de todos os grupos apresentarem as suas escolhas, peça para, em plenário, definirem as características essenciais que deverá conter uma definição de voluntariado.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Ficaram surpreendidos e surpreendidas com a variedade de conceitos que existem para definir o voluntariado?

Já tinham pensado no que significa para vocês, individualmente, o conceito de voluntariado? Foi difícil encontrarem o conceito que mais sentido faz para vós próprios?

E em grupo? Foi difícil chegar a um acordo sobre qual o conceito a escolher? A escolha foi unânime?

Acham que todos os conceitos apresentados são definições do voluntariado? Se não, quais são aqueles que não apresentam uma definição de voluntariado?

Consideram que faltam outras definições face às definições apresentadas?

## DICAS PARA O FACILITADOR

O importante nesta discussão não é que se chegue a um consenso relativamente a uma definição de voluntariado, mas sim conhecer a diversidade de definições existente.

Ainda assim, é também importante compreender que alguns dos conceitos estão mais relacionados com uma

perspetiva mais tradicional de voluntariado, nomeadamente a tomada de consciência dos desequilíbrios existentes no mundo e a importância da nossa participação ativa.

Muitas vezes, a subjetividade do conceito de voluntariado torna necessário elaborar diferentes definições. O interessante é perceber que para cada pessoa existem aspetos que são mais importantes que outros, e que estes aspetos podem estar relacionados com as motivações que as levam a desenvolver ações de voluntariado, ou com aquilo que cada um de nós pensa que o voluntariado devia de ser.

Desta forma, não existem definições boas ou más, corretas ou incorretas. Existem sim tendências que diferentes organizações e indivíduos seguem e que se traduzem nos seus programas e ações de voluntariado.

# A DESIGUALDADE À FRENTE DOS TEUS OLHOS

## OBJETIVOS

Visualizar os desequilíbrios demográficos e económicos entre continentes

Experienciar as diferenças de poder de decisão e influência

Identificar as principais causas que estão na origem dessas desigualdades e assimetrias

## MATERIAIS

Ficha de apoio (ver em anexos, página 136)

Sala ampla

Uma cadeira por participante



90 minutos



De 12 e 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Coloque cartazes com os nomes das 5 regiões do mundo dispersos pelas paredes da sala – América do Norte, América Latina, África, Europa, Ásia e Oceânia. Deixe na sala apenas as cadeiras correspondentes ao número de participantes.

2. Explique ao grupo que esta atividade serve para, de uma forma simbólica, mostrar como está repartida a população e a riqueza a nível mundial. Desta forma, a sala representa o planeta terra, as pessoas do grupo representam toda a população mundial, e as cadeiras representam a riqueza existente.

3. Comece por pedir ao grupo para distribuir a riqueza existente – as cadeiras – pelas regiões apresentadas, de acordo com a realidade que os e as participantes acreditam ser verdade. Por exemplo, se o grupo tiver 20 participantes e considerar que a América do Norte possui 30% da riqueza mundial, então deverão colocar 6 das 20 cadeiras existentes junto do cartaz da América do Norte. Deixe que o grupo debata brevemente como a divisão deve ser feita, e não permita que procurem os

dados na internet.

4. De seguida, peça para os e as participantes se dividirem pelas regiões do mundo de uma forma que represente aquilo que acreditam ser a distribuição da população mundial. Procedam da mesma forma que anteriormente. Desta forma, se o grupo achar que a Europa representa 10% da população mundial, então 2 elementos deverão juntar-se ao cartaz da Europa.

5. Peça às e aos participantes para se apoderarem da sua riqueza – não deverá haver nenhuma cadeira sem ser utilizada. Aqueles que não tiverem cadeira deverão-se sentar no chão.

6. Procedam então a um breve debate acerca da distribuição da riqueza pela população de acordo com a situação que o grupo decidiu.

7. Revele finalmente ao grupo os dados estatísticos verdadeiros existentes na ficha de apoio, e peça para se reorganizarem (tanto em termos de população como em termos de riqueza) consoante esta nova informação. Lembre novamente para todos e todas se apoderarem da riqueza que lhes é devida.

8. De seguida, peça a cada região para escolher um porta-voz e para preparar um discurso para ser apresentado na Assembleia das Nações Unidas. Este discurso tem o objetivo de propor medidas para a diminuição das desigualdades. Esta fase de discursos deve demorar 15 minutos, e cada região deve ficar com uma percentagem de tempo correspondente à sua riqueza. Deixe que cada grupo apresente o seu discurso sem interrupções por parte dos restantes, e proceda de seguida a uma reflexão sobre os resultados e sobre a atividade.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

O que sentiram durante a atividade?

Alguém se sentiu desconfortável na sua região? Como é que se sentiram em relação às outras regiões? Alguma vez tiveram vontade de mudar?

As soluções apresentadas nos discursos referiam-se aos problemas de uma perspetiva global, ou cada região falou de si?

Será que as soluções propostas seriam adequadas para todos os países?

### DICAS PARA O FACILITADOR

O debate e a reflexão devem ter em atenção que mesmo dentro de certas regiões poderão haver diferenciações e desigualdades de país para país. Estes desequilíbrios traduzem-se não só a um nível intercontinental, como também entre os diferentes países de cada região e ainda a uma escala nacional.

Não deixe que a discussão aquando da divisão da população e da riqueza se arraste durante muito tempo. Essa maior reflexão deve surgir apenas no final e em função do impacto sentido por cada pessoa.

A tendência das e dos participantes é muitas vezes saltar para as conclusões sem ponderar os sentimentos gerados pela atividade. Insista no debate à volta desta vertente emocional, pois é central à conclusão a ser retirada da atividade. Se for complicado para o grupo debater este contexto emocional, pode ajudar com perguntas mais específicas:

- Como se sentiram os habitantes da Ásia, conseguiram respirar? Estavam confortáveis nas cadeiras?
- Como se sentiram os habitantes da América do Norte ao ver os outros sem cadeiras?

### Ligações úteis

Relatório sobre riqueza mundial:

<https://www.credit-suisse.com/media/assets/corporate/docs/publications/research-institute/global-wealth-report-2018-en.pdf>

Relatório sobre população mundial:

<https://www.worldometers.info/>

Informações sobre desigualdade mundial:

<https://inequality.org/>

# VOLUNTARIADO, E QUE MAIS?

## OBJETIVOS

Debater sobre as diferenças entre voluntariado, ações de solidariedade e relações de vizinhança

Desenvolver a capacidade crítica de leitura da realidade no que diz respeito às ações de voluntariado

## MATERIAIS

Quadro e canetas

Folhas “É voluntariado” e “Não é voluntariado”

Lista de casos para leitura (ver em anexos, página 137)



90 minutos



De 10 e 30 participantes

## ORIENTAÇÕES

1. Divida a sala colocando um traço visível no chão, como fita cola ou um cordel. Coloque uma folha que tenha escrito “É voluntariado” de um lado da sala, e outra que diga “Não é Voluntariado” no lado oposto.
2. Escolha um caso da folha e leia-o em voz alta para o grupo. Diga aos e às participantes para se posicionarem em silêncio num dos lados da sala de acordo com a sua opinião. Não há lugar para indecisão.
3. Peça a ambos os grupos para debaterem entre si e apontarem os principais argumentos que fundamentaram o seu posicionamento em relação ao caso apresentado.
4. De seguida, os grupos devem escolher um ou uma porta voz para apresentar os argumentos apontados. O seu objetivo é tentar influenciar os elementos do outro lado da sala para que mudem de opinião ou posição.
5. Após um grupo ter apresentado os seus argumentos, deverá dar tempo para uma reflexão individual e perguntar depois se alguém quer mudar de posição.

Se isto acontecer, a pessoa poderá explicar a sua decisão.

6. Poderá ir anotando no quadro, para cada caso, as principais razões e argumentos apresentados pelos e pelas participantes para definirem aquilo que pode ser considerado voluntariado ou não, o que irá ajudar no momento da reflexão.

## PISTAS PARA REFLEXÃO

Como se sentiram a fazer este exercício? Foi fácil ou difícil decidir a posição na sala?

Que critérios usaram para definir se uma situação era ou não voluntariado?

Dentro dos grupos criados após o posicionamento, todos e todas concordaram sobre as razões apresentadas ou houve opiniões divergentes?

Houve alguém que tenha mudado de opinião e de posição? Se sim, o que as levou a mudar?

Na vossa opinião, o que significa solidariedade? E boa vizinhança? Podem dar exemplos dessas situações?

Acham que esta discussão contribuiu para uma maior clarificação sobre o conceito de voluntariado?

Quais os princípios e valores que estão subjacentes à prática de voluntariado?

### DICAS PARA O FACILITADOR

É importante na fase da reflexão dar espaço e tempo às e aos participantes para falarem, dizerem como se sentiram, e o que significou terem de tomar uma decisão sem haver espaço para indecisões.

Após o posicionamento das e dos participantes, passe imediatamente para a reflexão dos grupos. O debate e a discussão devem apenas existir depois dos grupos apresentarem os seus argumentos. Deve também ter em atenção os seus próprios comentários de forma a não viciar a dinâmica e os casos que se seguem.

Para orientar a discussão é importante colocar os e as participantes a pensar nos seguintes pontos:

- A diferença entre voluntariado, campanhas de sensibilização, manifestações e relações de vizinhança;
- A regularidade de uma ação de

voluntariado;

- O significado de compromisso;
- Voluntários em oposição a recursos humanos remunerados.

Deve-se ter presente que, por vezes, a ação de voluntariado é confundida com os princípios e com os valores do voluntariado. Por isso é importante estar capacitado para promover uma clarificação e diferenciação entre estes conceitos.

Os princípios subjacentes às ações de voluntariado são:

- **Solidariedade:** é o laço social que une os cidadãos, a responsabilidade de todos os cidadãos contribuírem para o bem comum.
- **Participação:** é a intervenção de voluntários e de entidades promotoras em áreas de interesse social.
- **Complementaridade:** a ideia de que o voluntário não deve substituir os recursos humanos das entidades.
- **Gratuidade:** a ideia de que o voluntário não deve ser remunerado pelo exercício das suas atividades.
- **Responsabilidade e compromisso:** o voluntário é responsável pelo exercício da atividade que se comprometeu realizar, dadas as expectativas criadas aos

destinatários desse trabalho voluntário.

- **Convergência:** é a harmonia da atuação do voluntário com a cultura e objetivos da entidade.

# O PASSAPORTE DE VOLUNTARIADO

## OBJETIVOS

Explorar as motivações individuais para a realização de ações de voluntariado

Refletir sobre o perfil de voluntário de cada pessoa

## MATERIAIS

Um modelo de passaporte do voluntariado por cada participante (ver em anexos, página 138)

Canetas e marcadores

Leitor de música e colunas



45 minutos



Até 30 participantes

A partir dos 15 anos de idade

## ORIENTAÇÕES

1. Distribua um passaporte de voluntariado por cada participante. Refira que o objetivo da atividade é, individualmente, cada pessoa refletir acerca daquilo que a motiva a fazer voluntariado.

2. Explore o passaporte com o grupo e explique o que é pretendido em cada secção. Ele está dividido em 6 partes que poderão ser preenchidas e personalizadas livremente consoante as motivações (e a criatividade) dos e das participantes:

a. A primeira zona refere-se à área de voluntariado pretendida (trabalhar com jovens, idosos, animais, na área do ambiente, etc.);

b. A segunda está relacionada com o local geográfico preferido (será um contexto mais local como o bairro ou a cidade, será um contexto internacional ou até mesmo um país em específico?);

c. A terceira remete para o tipo de experiência desejada (mais isolada e pessoal ou mais coletiva e comunitária?);

d. A quarta ajuda a olhar para a identidade pessoal e quais as qualidades

(e defeitos) marcantes do perfil de cada um;

e. A quinta pede para imaginar quais as mudanças que gostariam de alcançar com o seu voluntariado;

f. A sexta leva a refletir qual o mundo ideal de cada um (e como se pode caminhar para essa direção através do voluntariado).

3. Dê 15 minutos para que os e as participantes preencham o seu passaporte. Pode colocar uma música ambiente para ajudar à reflexão e à introspeção.

4. Quando todas e todos estiverem prontos, peça para, quem se sentir confortável, partilhar com os restantes o seu passaporte.

### PISTAS PARA REFLEXÃO

Já fizeram ou alguma vez pensaram em fazer voluntariado?

Foi difícil encontrar a resposta para cada secção?

Pensaram mais no que vocês podem fazer pelos outros através do voluntariado, ou no que o voluntariado pode fazer por vocês?

Os passaportes do grupo são semelhantes entre si, ou cada pessoa tem motivações bastante diferentes para fazer voluntariado?

Conseguem visualizar a forma como a personalidade de cada um e uma influencia o seu passaporte?

Esta atividade motivou-vos ou afastou-vos de fazerem voluntariado?

### DICAS PARA O FACILITADOR

Todos devem compreender a dinâmica antes de começarem a preencher o passaporte para evitar interrupções no momento de reflexão.

Esta é uma atividade bastante pessoal. É bom haver partilha e discussão das ideias presentes no passaporte de cada pessoa, mas ninguém deve ser obrigado ou obrigada a divulgar coisas que não estão confortáveis em divulgar.

Não existem melhores ou piores motivações para fazer voluntariado. É interessante explorar a forma como cada pessoa usa as suas melhores capacidades para dar ao próximo, mas também a forma como elas usam o voluntariado para trabalhar e melhorar certas competências e características da sua personalidade.

### Ligações úteis

Instruções de dobragem do Passaporte

<https://www.youtube.com/watch?v=iAd9xJwuDIU>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ixqr9e3wCxI>

# O VOLUNTARIADO EM AÇÃO

## OBJETIVOS

Explorar as diferentes fases da construção de um projeto de voluntariado

Incentivar formas de ativismo e de prática de voluntariado

Motivar o olhar crítico relativamente a problemas identificados e formas de os solucionar

## MATERIAIS

Materiais para tirar apontamentos

Computador com acesso à internet

Máquina fotográfica (ou telemóvel)



7 fases a serem desenvolvidas para a implementação do projeto



Formar grupos de trabalho de dimensão variável, cada um com o seu próprio projeto de voluntariado

## ORIENTAÇÕES

### 1ª Fase – Diagnóstico de necessidades

1. Comece por explicar ao grupo que irão ter como objetivo planear e concretizar projetos de voluntariado durante as próximas sessões. Estes projetos deverão procurar soluções para resolver problemas identificados na comunidade escolar ou nas comunidades locais envolventes. De forma a consciencializar o grupo para a dinâmica e o volume de trabalho futuro, explique que serão necessárias várias etapas, encontros e reuniões até serem alcançados os objetivos finais.

2. Esta primeira sessão tem como objetivo diagnosticar quais os problemas que serão abordados. Devem começar por identificar dentro da comunidade escolar as necessidades que justifiquem formular um projeto de voluntariado. Devem também identificar quais as entidades e organizações locais com necessidades e capacidade para acolher um projeto de voluntariado. Elas poderão também servir para auxiliar no diagnóstico de necessidades.

3. Após esta primeira análise podem então traçar o perfil dos e das

participantes – qual será o trabalho e as competências que os voluntários poderão disponibilizar ao projeto? Identifiquem também quais serão as ações, os recursos necessários, o tempo previsto, as ferramentas e os meios para a sua implementação. Estes apontamentos serão depois considerados no plano de ação.

4. Podem realizar múltiplas atividades para auxiliar a realização do diagnóstico, como entrevistar pessoas da comunidade e instituições locais, realizar questionários e inquéritos, e conversar com moradores antigos, media locais, políticos e lideranças locais para pesquisar a história da comunidade.

5. As propostas de diagnóstico criadas nesta sessão devem ser concretizadas num plano de ação que defina a calendarização, as pessoas a contactar, a divisão de tarefas pelo grupo, a definição do perfil dos voluntários e a organização da informação recolhida.

### 2ª Fase – Elaboração do projeto

1. Comecem esta sessão por relembrar o diagnóstico de necessidades anteriormente elaborado, e debatam em grupos as ideias e as dúvidas existentes

relativas aos diagnósticos apresentados.

2. Após estar marcada a intenção de criar um projeto de voluntariado, de identificar quais são as necessidades da comunidade, e de definir quem irá participar, podem então planear qual a ação a ser tomada. Existem inúmeras maneiras possíveis de realizar um projeto de voluntariado, pelo que o grupo deve discutir e planificar como irá fazê-lo.

3. Para tal, é fundamental a reflexão sobre algumas questões que fundamentam a construção de um projeto de voluntariado, tais como:

a. Motivação – Por que fazer? O que move o grupo a tomar esta iniciativa?

b. Objetivos – O que fazer? Quais são os objetivos e metas a serem alcançadas?

c. Plano de ação – Como fazer? Quais são as ações e fases necessárias?

d. Grupo de trabalho – Quem está disposto a fazer parte?

e. Público-alvo – A quem se destina este projeto de voluntariado?

f. Cronograma e calendarização – Quando? Qual o tempo necessário e que será previamente reservado para cada fase do projeto?

g. Recursos – Quais os recursos necessários para a realização do projeto, sejam eles materiais, humanos ou financeiros?

h. Parcerias – Quais serão os parceiros a envolver?

4. Poderá ser necessário realizar mais sessões de trabalho para concluir a elaboração do projeto de voluntariado caso todos os envolvidos assim o considerem.

### **3ª Fase – Mobilizar a comunidade**

1. Esta sessão tem como objetivo proceder à mobilização de toda a comunidade em volta dos projetos de voluntariado. Isto permitirá chamar, informar e conquistar o interesse e o apoio da escola e da comunidade em volta de um objetivo comum – a procura de soluções para problemáticas identificadas pelos e pelas jovens.

2. Um projeto bem-sucedido necessita não só do apoio de diversas pessoas da comunidade escolar – professores, alunos e funcionários – mas também de entidades e instituições exteriores que poderão dar ao projeto um alcance superior – ONGs, empresas, lojas e

comércio, media locais, etc.

3. A mobilização alargada a todos pode ser realizada de diversas formas:

a. Convidar pais, educadores, alunos e vizinhança para fazerem parte da elaboração do projeto;

b. Distribuir cartazes e folhetos pelo bairro e pela escola para que o projeto ganhe visibilidade;

c. Realizar seminários e palestras para esclarecer e divulgar o projeto;

d. Solicitar que os media locais auxiliem a divulgação;

e. Informar de sala em sala, divulgar boca a boca ou por e-mail para que todos possam tomar conhecimento e participar nas atividades que serão desenvolvidas.

4. Devem então definir nesta sessão a estratégia a ser utilizada para a mobilização da comunidade, definir os formatos e os materiais que serão utilizados, programar a calendarização desta fase, e proceder à divisão de tarefas para as ações de mobilização.

#### 4ª Fase – Ação

1. Esta sessão tem como objetivo a apresentação dos projetos e do planeamento desenvolvido até este momento pelos grupos.

2. Existem muitas ações que podem ser desenvolvidas através de projetos de voluntariado educativo quando considerados os diferentes públicos e áreas de atuação. O trabalho com projetos de voluntariado, para além dos benefícios que traz para a comunidade, promove a cultura do voluntariado e envolve alunos e educadores em discussões sobre diversas áreas como a sociedade, a política, a cidadania, a saúde, a habitação, as artes ou o lazer, etc.

3. Estas práticas trazem também bastantes benefícios para as suas e os seus participantes. A partir da análise, do diagnóstico e do planeamento das ações, os grupos envolvidos tornam-se parte de um projeto que beneficiará toda uma comunidade. Estes projetos nutrem competências de responsabilização, de capacidade crítica e de autonomia, e potenciam o desenvolvimento de relações interpessoais, do sentimento de empatia e da consciencialização da

responsabilidade de todos na resolução de problemas comuns. Estas competências são aliás essenciais na formação de cidadãos conscientes e mais ativos.

#### 5ª Fase – Reflexão e avaliação

1. A reflexão sobre os projetos e o sobre o seu processo de desenvolvimento é essencial e deve ser explorada em todas as suas etapas. Sempre que necessário, os grupos devem trocar impressões e ideias para perceber se o resultado da ação corresponde ao esperado e realizado. As entidades e organizações exteriores envolvidas nos projetos também deverão ser consultadas para a avaliação.

2. Existem inúmeras formas de refletir em grupo, através de dinâmicas e atividades, mas é importante considerar o diálogo como uma parte fundamental no processo educativo e reflexivo. Dialogar envolve falar, ouvir e refletir sobre o que foi dito e sobre o que foi feito para construir e dar significado ao processo e projeto de voluntariado. Estes momentos de troca de impressões, de avaliações constantes e de reflexão mútua possibilitam a criação de uma nova visão que valoriza

o potencial da ação realizada e ajuda à consciencialização das competências adquiridas ou fortalecidas pela prática da ação voluntária.

#### 6ª Fase – Sistematizar a experiência

1. É importante que as atividades realizadas sejam registadas para que possam ser divulgadas, ampliadas, analisadas e revisitadas posteriormente. Esse conteúdo formará uma base de dados comum de conhecimento, disponível para quem necessitar de conhecer as etapas, os impactos, os resultados, as dificuldades e as conquistas do projeto.

2. O registo e a sistematização podem ser organizados de diferentes maneiras:
- a. Criando relatórios e registando atas das reuniões;
  - b. Arquivando os dados e as pesquisas que forem feitas ao longo do projeto;
  - c. Fotografando a comunidade a participar nas atividades, mostrando o antes e o depois das ações, criando eventos e campanhas;
  - d. Filmando entrevistas, palestras e apresentações com o público beneficiário

do projeto.

### 7ª Fase – Reconhecer e comemorar

1. O reconhecimento e a comemoração dos projetos realizados são procedimentos que nem sempre são valorizados, mas que são fundamentais em projetos sociais.

2. Ao valorizar, estimular e reconhecer ações de voluntariado está-se a promover o comprometimento e a sustentabilidade a longo prazo dos projetos criados.

3. Existem muitas maneiras de reconhecer e apoiar a participação em projetos sociais educativos:

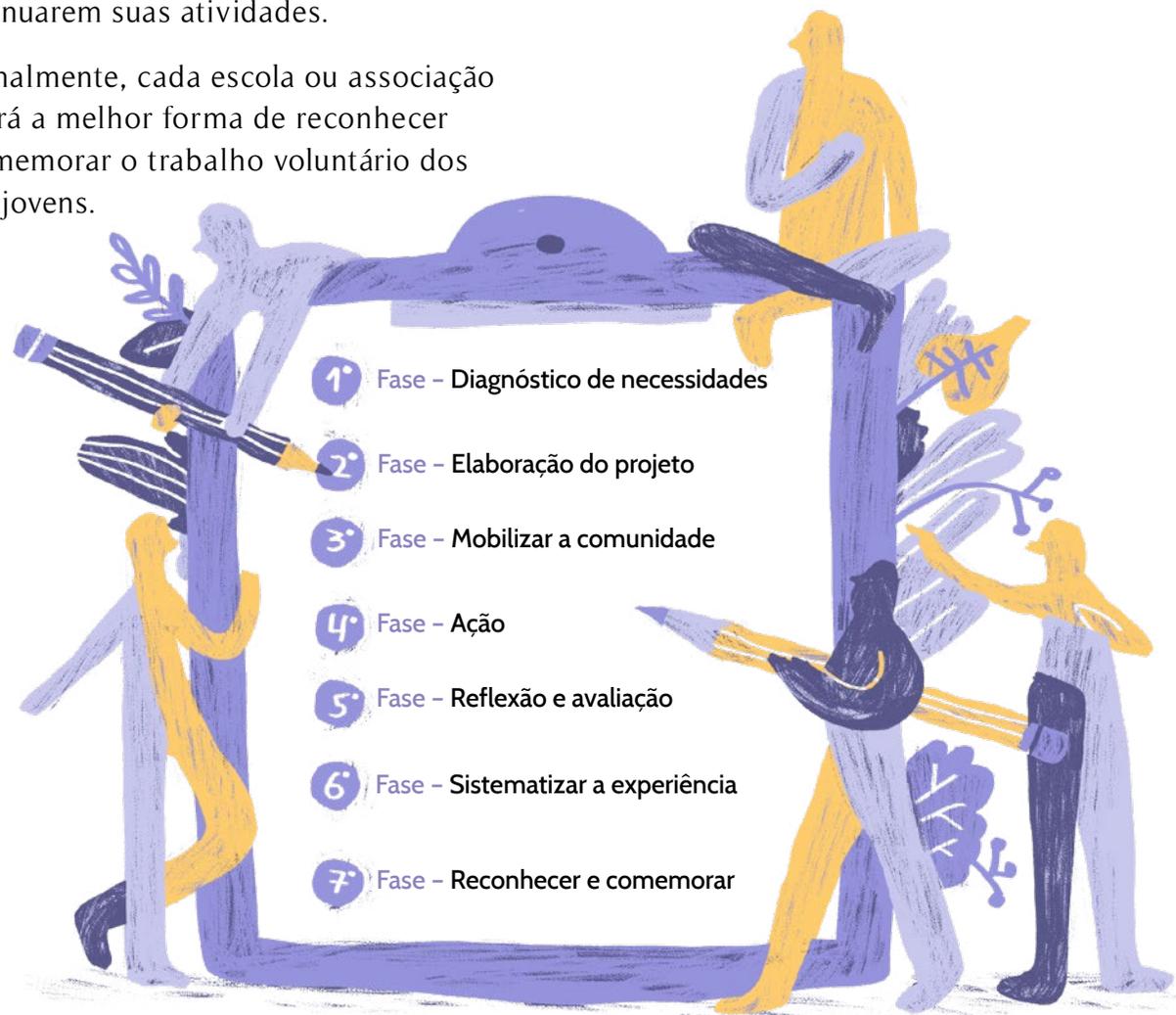
a. Através de certificados, a escola pode registrar no histórico escolar um testemunho à participação dos e das participantes. Pode conter o nome do aluno, o nome da escola, o nome do projeto, a carga horária, o período e o tipo de atividade realizada, entre outras informações;

b. Pode-se homenagear as e os participantes através de uma celebração simples após a conclusão das etapas mais importantes. Este simples gesto pode ser extremamente gratificante, para além de ser um procedimento que reconhece e convoca todos para dar

continuidade às etapas seguintes ou a novas edições do projeto;

c. É também possível comunicar o projeto em jornais locais. Para além de trazer visibilidade e estimular o envolvimento da comunidade, este meio reconhece e motiva os voluntários a continuarem suas atividades.

4. Finalmente, cada escola ou associação saberá a melhor forma de reconhecer e comemorar o trabalho voluntário dos seus jovens.



## PISTAS PARA REFLEXÃO

Através destas pistas para reflexão o grupo poderá analisar quais as fases e as etapas do projeto de voluntariado que correram melhor ou pior, e podem refletir sobre as principais dificuldades e desafios encontrados e superados. Poderão também alinhar novas formas de ação para novos problemas – ou para aqueles que continuam por resolver.

A construção do projeto de voluntariado foi bem-sucedido? Conseguiram resolver o problema que identificaram? Conseguiram provocar uma mudança real na comunidade?

Vai ser necessário uma nova e diferente abordagem, um novo projeto ou um acompanhamento continuado do assunto?

Foi fácil identificar problemas na comunidade que quisessem resolver? Foi fácil envolver os parceiros? Se sim, quais?

Apontaram a resolver questões num contexto local, ou tentaram abordar problemas de uma grande dimensão?

Ficaram satisfeitos com o problema que escolheram resolver, ou mudaram de opinião a meio da atividade? Se sim, foi pelo problema ser demasiado simples, demasiado complexo, ou por não ter

grande importância?

Foram levados a sério pela comunidade? O que acham que iria fazer com que as vossas ações tivessem sido mais respeitadas?

Quais foram os maiores desafios ou dificuldades de trabalhar em grupos?

Foi gratificante desenvolverem este projeto de voluntariado? O que acham que ganharam pessoalmente com esta atividade?

Fazem falta mais projetos semelhantes na comunidade? Porquê?

Consideram que o vosso projeto foi um sucesso?

## DICAS PARA O FACILITADOR

O projeto de voluntariado educativo promove a interdisciplinaridade dos e das participantes, possibilitando relacionar conteúdos teóricos a atividades, projetos de estudo, pesquisa e ação.

O projeto de voluntariado educativo difere-se de outros projetos curriculares porque tem a intenção de envolver uma prática social que parte da necessidade sentida pelas escolas, professores e alunos de intervir e promover a

transformação da realidade local.

Com esta atividade pretende-se potenciar as competências socioculturais e interpessoais dos e das jovens. Os projetos de voluntariado educativo permitem uma grande diversidade de aprendizagens, abordando temáticas como a interculturalidade, a comunicação, a interação em grupo e a negociação entre pares. Além disso, eles fomentam um olhar mais crítico sobre a realidade local e um sentimento de preocupação com as pessoas mais vulneráveis e em situação de desigualdade. Isto leva às e aos participantes a zelar pelo bem comum, a cuidar do meio ambiente e a valorizar o saber social e a vivência em comunidade.

Desta forma, esta atividade poderá ser uma prática pedagógica e didática a ser desenvolvida com vista ao debate acerca de temáticas específicas.

Público	Crianças	Jovens e Adultos	Idosos	Comunidade
Área				
Educação e cultura	Apoiar em sessões de estudo	Apoiar em atividades de ocupação de tempo livre	Criar grupos para a organização de eventos recreativos	Organizar oficinas de artesanato, culinária, costura, jardinagem, fotografia, etc.
Saúde e assistência social	Organizar atividades recreativas e artísticas em hospitais	Fazer campanhas de prevenção ao uso de drogas e doenças sexualmente transmissíveis	Organizar atividades que promovam a partilha de experiências entre jovens e idosos	Organizar palestras relacionadas com a saúde, prevenção e alimentação
Ecologia	Promover a separação e reciclagem do lixo	Criar e ajudar à manutenção de espaços verdes	Criar eventos para partilhar o testemunho de idosos relativamente ao ambiente e ao mundo rural	Planejar manifestações pela proteção ambiental
Segurança	Organizar sessões de segurança rodoviária	Fazer campanhas contra a violência e insegurança	Fazer campanhas de prevenção de acidentes domésticos	Identificar os locais onde ocorrem acidentes e pressionar as autoridades para os solucionarem
Desporto e lazer	Representar peças de teatro em creches e organizações sociais	Organizar campeonatos comunitários de desporto	Dar aulas de ginástica e educação física para pessoas de terceira idade	Arranjar financiamento para reparar e construir equipamentos de lazer
Cidadania	Sensibilizar para temas de cidadania	Criar um grupo ou núcleo de voluntariado	Convidar idosos para transmitir as suas experiências de vida na sala de aula	Produzir conteúdo sobre voluntariado para jornais, associações, rádios, etc.

- (2019). Obtido de Kahoot!: <https://kahoot.com/>
- Agência Lusa. (26 de 03 de 2016). *Como viajar entre Lisboa e Porto? Comboio e autocarro poluem menos que o avião*. Obtido de Observador: <https://observador.pt/2016/03/26/viajar-lisboa-porto-comboio-autocarro-poluem-menos-aviao/>
- Agência para a Modernização Administrativa. (2019). Obtido de Orçamento Participativo de Portugal: <https://opp.gov.pt/>
- António, B., & Oliveira, J. C. (s.d.). *Futebol de Rua: Manual de Treino de Competências*. Lisboa: Associação CAIS.
- Barnaga. (2019). Obtido de Intercultural Learning for Pupils and Teachers: <http://intercultural-learning.eu/Portfolio-Item/barnaga/>
- Borlido, A. P. (2005). *Todos os Direitos são importantes! Um recurso educativo sobre a Convenção dos Direitos da Criança*. (E. Ramos, Trad.) Lisboa: Amnistia Internacional - Secção Portuguesa.
- Brander, P., Witte, L. D., Ghanea, N., Gomes, R., Keen, E., Nikitina, A., & Pinkeviciute, J. (2016). *Compass, Manual de Educação para os Direitos Humanos com jovens*. (M. J. Dornelas, & S. Maul, Trans.) Dínamo - Associação de Dinamização Sócio-Cultural.
- Câmara Municipal de Lisboa. (2019). Obtido de Orçamento Participativo de Lisboa: <http://www.cm-lisboa.pt/participar/orcamento-participativo>
- Carrington, D. (10 de 02 de 2019). *Plummeting insect numbers 'threaten collapse of nature'*. Obtido de The Guardian: <https://www.theguardian.com/environment/2019/feb/10/plummeting-insect-numbers-threaten-collapse-of-nature>
- Castanheira, A., Potirniche, F. D., Radeke, G., Büker, G., Keller, J., Hoffmann, K., . . . Damasceno, S. (2016). *Global How? Despertar para a Educação Global*. (G. Büker, Ed., & T. Correia, Trad.)
- Center for Biological Diversity. (s.d.). *The Extinction Crisis*. Obtido de Center for Biological Diversity: [https://www.biologicaldiversity.org/programs/biodiversity/elements\\_of\\_biodiversity/extinction\\_crisis/](https://www.biologicaldiversity.org/programs/biodiversity/elements_of_biodiversity/extinction_crisis/)
- Climate Action Tracker. (s.d.). *Paris temperature goal*. Obtido de Climate Action Tracker: <https://climateactiontracker.org/methodology/paris-temperature-goal/>
- Coelho, A. P. (04 de 09 de 2016). *O meu chocolate será justo?* Obtido de Público: <https://www.publico.pt/2016/09/04/sociedade/noticia/o-meu-chocolate-sera-justo-1741854>
- Comissão Europeia. (2019). Obtido de Iniciativa de Cidadania Europeia: <https://ec.europa.eu/citizens-initiative/public/welcome?!g=pt>
- Conselho das Comunidades Europeias. (02 de 1992). *Tratado da União Europeia*. Obtido de [https://europa.eu/european-union/sites/europa.eu/files/docs/body/treaty\\_on\\_european\\_union\\_pt.pdf](https://europa.eu/european-union/sites/europa.eu/files/docs/body/treaty_on_european_union_pt.pdf)
- Costa, F. A., & Cruz, E. (2016). *Atividades para Inclusão Digital de Adultos*. Lisboa: Instituto de Educação, Universidade de Lisboa.
- Credit Suisse AG. (2018). *Global Wealth Report 2018*. Zurique.
- Dadax. (2019). *Regions in the world by population (2019)*. Obtido de Worldometers: <https://www.worldometers.info/world-population/population-by-region/>
- dana1981. (28 de 09 de 2017). *How much does animal agriculture and eating meat contribute to global warming?* Obtido de Skeptical Science: <https://skepticalscience.com/animal-agriculture-meat-global-warming.htm>
- doug\_bostrom. (05 de 07 de 2015). *How much is sea level rising?* Obtido de Sceptical Science: <https://skepticalscience.com/sea-level-rise.htm>
- Eurostat. (21 de 09 de 2018). *30% of electricity generated from renewable sources*. Obtido de Eurostat: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20180921-1>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. (09 de 05 de 2019). *Insects for food and feed*. Obtido de Food and Agriculture Organization of the United Nations: <http://www.fao.org/edible-insects/en/>

- Global Footprint Network. (2019). Obtido de What is your ecological footprint?: <https://www.footprintcalculator.org/>
- Guevane, E. (13 de 12 de 2017). *Mundo produziu lixo eletrônico equivalente a 4,5 mil torres Eiffel*. Obtido de ONU News: <https://news.un.org/pt/story/2017/12/1603462-mundo-produziu-lixo-eletronico-equivalente-45-mil-torres-eiffel>
- Hart, R. A. (1992). *Children's Participation: From tokenism to citizenship*. Obtido de <https://ideas.repec.org/p/ucf/inness/inness92-6.html>
- Hjorth, L. (2015). *Human Dignity and Human Rights*. Obtido de <https://www.wjournalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/article-human-dignity-and-human-rights.html>
- Hjorth, L. (2015). *The lowest common denominator - The Universal Declaration of Human Rights*. Obtido de <https://www.wjournalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/article-the-lowest-common-denominator-the-universal-declaration-of-human-rights.html>
- Hjorth, L., & Langmyr, M. (2017). *Lecture 1: The Universal Declaration of Human Rights* (1948). Obtido de <https://www.wjournalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/lecture-1.html>
- Hjorth, L., & Langmyr, M. (2019). Online Resources (Films and Documents). Obtido de <https://www.wjournalism-edu.org/sessions/2-the-international-human-rights-system/online-recources.html%20>
- Institute for Policy Studies. (2019). Obtido de inequality.org: <https://inequality.org/>
- Instituto de Solidariedade e Cooperação Universitária; Reviravolta Comércio Justo e Solidário. (s.d.). Rede Nacional de Consumo Responsável, (In)formar para Mudar.
- Instituto Português do Desporto e da Juventude. (2019). Obtido de Orçamento Participativo Jovem: <https://opjovem.gov.pt/>
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Obtido de <http://www.academia.edu/download/34850950/Kolb.pdf>
- Martins, P. d. (2008). Movimento Perpétuo Associativo [Deolinda gravado].
- Organização das Nações Unidas. (s.d.). *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. Obtido de <https://dre.pt/declaracao-universal-dos-direitos-humanos>
- Pordata. (06 de 09 de 2019). *Produção de resíduos per capita*. Obtido de Pordata: <https://www.pordata.pt/Europa/Produ%C3%A7%C3%A3o+de+res%C3%ADduos+per+capita3359>
- United Nations. (1967). *International Covenant on Economic, Social and Cultural Rights*. Obtido de [https://treaties.un.org/doc/Treaties/1976/01/19760103%200957%20PM/Ch\\_IV\\_03.pdf](https://treaties.un.org/doc/Treaties/1976/01/19760103%200957%20PM/Ch_IV_03.pdf)
- Water Footprint Calculator. (07 de 01 de 2017). *The hidden water in everyday products*. Obtido de Water Footprint Calculator: <https://www.watercalculator.org/water-use/the-hidden-water-in-everyday-products/>
- World Conference on Human Rights. (06 de 1993). *Vienna Declaration and Programme of Action*. Obtido de <https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/vienna.aspx>
- World Health Organization. (01 de 02 de 2018). *Climate change and health*. Obtido de World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>
- WWF. (06 de 2019). *Stop the flood of plastic*. Obtido de WWF: [https://www.wwf.fr/sites/default/files/doc-2019-06/20190607\\_Rapport\\_Stoppons\\_le\\_torrent\\_de\\_plastique\\_WWF-min.pdf](https://www.wwf.fr/sites/default/files/doc-2019-06/20190607_Rapport_Stoppons_le_torrent_de_plastique_WWF-min.pdf)
- WWF. (s.d.). *Deforestation and forest degradation*. Obtido de WWF: <https://www.worldwildlife.org/threats/deforestation-and-forest-degradation>

The background is a vibrant, abstract composition of various colors including red, blue, green, yellow, and white. The colors are applied in thick, textured strokes, creating a sense of depth and movement. The overall style is reminiscent of a collage or a modern abstract painting. A white rectangular box is positioned on the left side of the image, containing the word 'ANEXOS' in a clean, white, sans-serif font.

ANEXOS

# ÍNDICE

**Plano de sessão** \_\_\_\_\_ **pág. 106**

**Agora sim! Agora não...** \_\_\_\_\_ **pág. 107**

**Qual é a tua posição?** \_\_\_\_\_ **pág. 108**

**Quem escolher para a comunidade?** \_\_\_\_\_ **pág.109**

**Na escada** \_\_\_\_\_ **pág. 110**

**Declaração universal dos Direitos Humanos** \_\_\_\_\_ **pág. 111**

**A rota do vestuário** \_\_\_\_\_ **pág. 112**

**Interesses divergentes** \_\_\_\_\_ **pág. 113**

As habitações na Ria Formosa

A poluição do rio Tejo

A pesca da sardinha

**O julgamento do Tua** \_\_\_\_\_ **pág. 116**

Ficha da plataforma salvar o Tua

Ficha do Governo Português

Ficha do grupo dos júris

**Quem quer ser ambientalista?** \_\_\_\_\_ **pág.119**

Catástrofe climática e aquecimento global

Poluição, tratamento de resíduos e biodiversidade

Consumo responsável e economia circular

**Barnga** \_\_\_\_\_ **pág. 126**

**A corrente da discriminação** \_\_\_\_\_ **pág. 129**

**A cultura em transformação** \_\_\_\_\_ **pág. 130**

Cartão da organização CDASD

Cartão do Casal do Cavalo

Cartão da Plataforma Basta de Touradas

Cartão da Câmara Municipal

Rumo a... 

---

 pág. 134

À procura de um conceito 

---

 pág.135

A desigualdade à frente dos teus olhos 

---

 pág. 136

Voluntariado, e que mais? 

---

 pág. 137

O passaporte do voluntariado 

---

 pág. 138

## PLANO DE SESSÃO

<b>Tema da Sessão</b>	(Por exemplo: Diversidade Cultural)
<b>Facilitadores</b>	(Nome dos facilitadores ou do facilitador/a)
<b>Duração da Sessão</b>	(Por exemplo: 90 minutos)

<b>Duração de cada atividade</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Notas</b>
(Por exemplo: 15 minutos)	(Nome da atividade e descrição das orientações. Por exemplo: Às escuras – dinâmica de introdução ao tema. 1. Escolher os objetos com texturas diferentes; 2. Etc. )	(notas para o facilitador/a)
	(Nome da atividade e descrição do procedimento)	(notas para o facilitador/a)
	(Acrescentar as linhas que forem necessárias de acordo com as atividades a desenvolver na sessão)	(notas para o facilitador/a)
<b>Materiais</b>	(Lista dos materiais a utilizar)	

## AGORA SIM! AGORA NÃO...

### Ligação para a música

Spotify: [https://open.spotify.com/track/5R0Y8nR9hRsakrD2JrqEnm?si=PT8NRnVKTzOpVvLSjW\\_b7A](https://open.spotify.com/track/5R0Y8nR9hRsakrD2JrqEnm?si=PT8NRnVKTzOpVvLSjW_b7A)

Youtube: [https://youtu.be/3\\_98xhMguKo](https://youtu.be/3_98xhMguKo)

### Letra

#### Movimento perpétuo associativo

Agora sim, damos a volta a isto!

Agora sim, há pernas para andar!

Agora sim, eu sinto o optimismo!

Vamos em frente, ninguém nos vai parar!

Agora não, que é hora do almoço...

Agora não, que é hora do jantar...

Agora não, que eu acho que não posso...

Amanhã vou trabalhar...

Agora sim, temos a força toda!

Agora sim, há fé neste querer!

Agora sim, só vejo gente boa!

Vamos em frente e havemos de vencer!

Agora não, que me dói a barriga...

Agora não, dizem que vai chover...

Agora não, que joga o Benfica...

E eu tenho mais que fazer...

Agora sim, cantamos com vontade!

Agora sim, eu sinto a união!

Agora sim, já ouço a liberdade!

Vamos em frente, e é esta a direcção!

Agora não, que falta um impresso...

Agora não, que o meu pai não quer...

Agora não, que há engarrafamentos...

Vão sem mim, que eu vou lá ter...

**Música e letra** - Pedro da Silva Martins

**Arranjo** – Deolinda

#### Músicos:

Ana Bacalhau – Voz

Luís José Martins - Guitarra e Voz

Pedro da Silva Martins - Guitarra e Voz Zé

Pedro Leitão - Contrabaixo e Voz

## QUAL É A TUA POSIÇÃO?

- Cabe ao governo garantir o cumprimento de todos os direitos básicos dos seus cidadãos, mas não os mais complexos.
- O nível de desenvolvimento de um país pode ser identificado ao olhar para a extensão dos seus Direitos Sociais.
- Um governo que garanta mais direitos aos seus cidadãos é um governo melhor.
- Os Direitos Culturais de alguém só se aplicam se a pessoa estiver no seu local de origem.
- É necessário garantir primeiro os Direitos Económicos como o trabalho e a habitação antes de olharmos para os restantes.
- As pessoas têm o direito de participar na cidadania, mas não o dever.
- Uma pessoa não pode estar à espera que seja o governo a garantir o cumprimento dos seus Direitos Económicos.
- Numa comunidade, não me podem exigir deveres que sirvam apenas para garantir os direitos dos outros.
- Não vale a pena existirem direitos se não for possível garantir o seu cumprimento.
- O governo só pode exigir deveres às pessoas quando conseguir garantir todos os seus direitos.
- Se uma pessoa não está feliz com os seus direitos, então deve de mudar para outro país.
- Cabe a cada país garantir que os diversos direitos dos seus cidadãos estão a ser cumpridos, não à comunidade internacional.

## QUEM ESCOLHER PARA A COMUNIDADE?

### Lista de personagens

Joaquim, 54 anos, calceteiro para uma câmara municipal, tem problemas de saúde cardiovasculares.

Mariana, 19 anos, violinista e estudante de música, tem problemas de dependência de drogas.

Sara, 27 anos, advogada, trabalha para garantir os direitos de exploração petrolífera de uma multinacional que já causou vários desastres ambientais. É esposa do Gustavo, e apenas aceita ir se forem ambos escolhidos.

Gustavo, 26 anos, desempregado. É esposo de Sara, e apenas aceita ir se forem ambos escolhidos.

Natasha, 29 anos, prostituta, é licenciada em enfermagem no seu país de origem.

Rute, 23 anos, física, tem problemas de ansiedade social desde que completou a operação de mudança de sexo.

Eduardo, 13 anos, é uma jovem promessa de futebol, e tira más notas na escola.

Ermelinda, 74 anos, reformada, trabalhou toda a vida a produzir artigos artesanais de arraiolos.

Paula, 35 anos, trabalha numa instituição de ação social, e é infértil.

Renato, 42 anos, psicólogo, sofre de uma grave depressão desde a morte da sua esposa.

Vítor, 30 anos, militar e homossexual. Só aceita ir se poder levar uma arma.

Elmiro, 63 anos, professor de português. Não sabe falar inglês e é apaixonado pelo Estado Novo.

**FICHA “A ESCADA DA PARTICIPAÇÃO”**

Em 1992, Roger Hart criou o modelo da “*Participação das crianças do Simbólico à Cidadania*” (Centro de Investigação Innocenti da UNICEF, Florença):

**Participação:**

**Nível 8.** Processo de tomada de decisão partilhado

**Nível 7.** Jovens lideram e tomam iniciativa

**Nível 6.** Pessoas adultas tomam iniciativa, processo de tomada de decisão partilhado

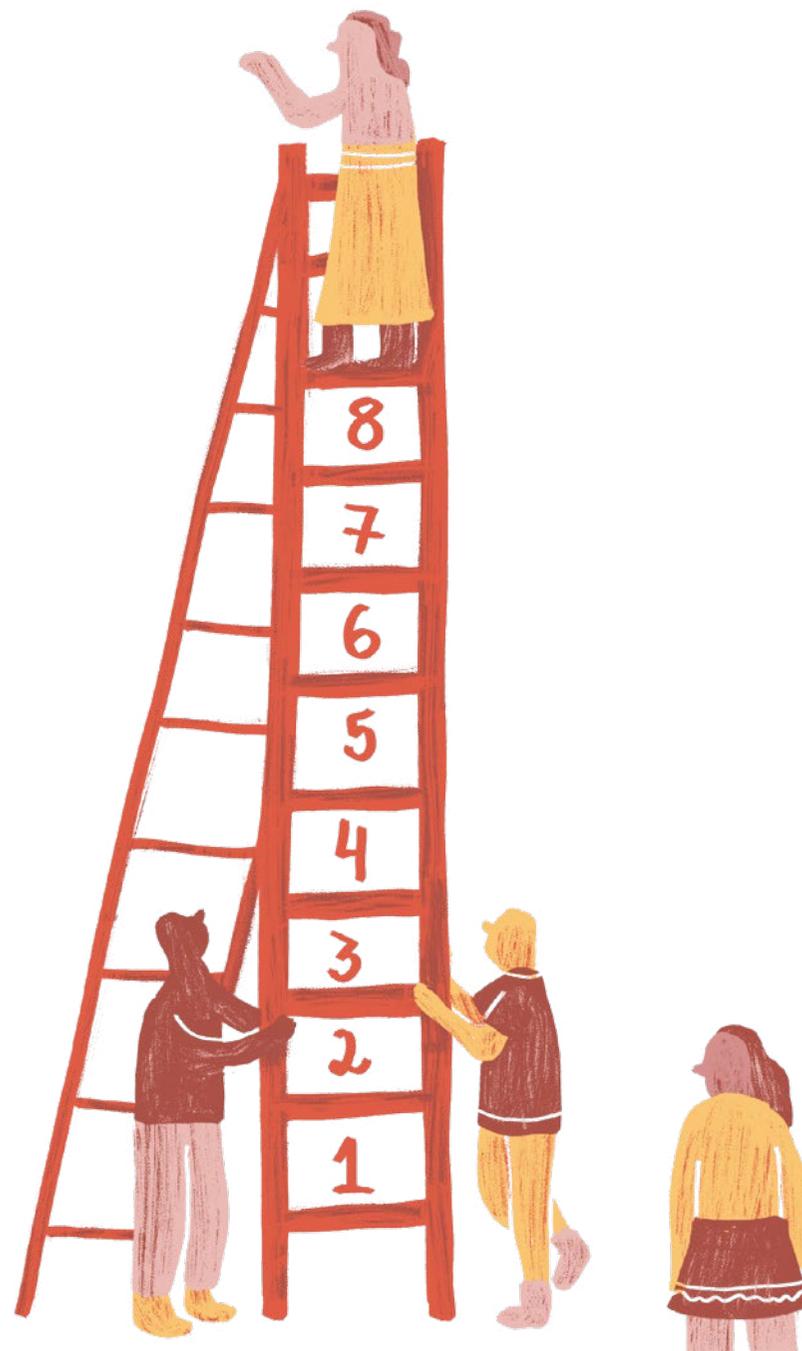
**Nível 5.** Jovens consultados e consultadas e informados e informadas

**Nível 4.** Pessoas adultas decidem e informam as e os jovens

**Nível 3.** Jovens como símbolo  
(NÃO PARTICIPAÇÃO)

**Nível 2.** Jovens como decoração  
(NÃO PARTICIPAÇÃO)

**Nível 1.** Jovens manipulados e manipuladas  
(NÃO PARTICIPAÇÃO)



## DECLARAÇÃO UNIVERSAL DOS DIREITOS HUMANOS

### (Síntese)

Artigo 1.º Direito à igualdade

Artigo 2º Direito a não ser vítima de discriminação

Artigo 3.º Direito à vida, à liberdade e à segurança pessoal

Artigo 4.º Liberdade da escravatura

Artigo 5.º Liberdade da tortura e tratamentos desumanos

Artigo 6.º Direito ao reconhecimento da personalidade jurídica

Artigo 7.º Direito à igualdade perante a lei

Artigo 8.º Direito a um recurso efetivo num tribunal competente

Artigo 9.º Liberdade da detenção e exílio arbitrários

Artigo 10.º Direito a um julgamento justo

Artigo 11.º Direito à presunção de inocência até prova em contrário

Artigo 12.º Liberdade da intromissão arbitrária na vida privada, família, casa e correspondência

Artigo 13.º Direito à liberdade de circulação dentro e fora do país

Artigo 14.º Direito a requer asilo em outros países para fugir à perseguição

Artigo 15.º Direito a uma nacionalidade e liberdade para a mudar

Artigo 16.º Direito a casar e constituir família

Artigo 17.º Direito à propriedade

Artigo 18.º Liberdade de pensamento, consciência e religião

Artigo 19.º Liberdade de opinião e de expressão

Artigo 20.º Liberdade de reunião e liberdade de associação

Artigo 21.º Direito a participar no governo e em eleições livres

Artigo 22.º Direito à segurança social

Artigo 23º Direito ao trabalho e à filiação em sindicatos

Artigo 24.º Direito ao repouso e ao lazer

Artigo 25.º Direito a um nível adequado de vida

Artigo 26.º Direito à educação

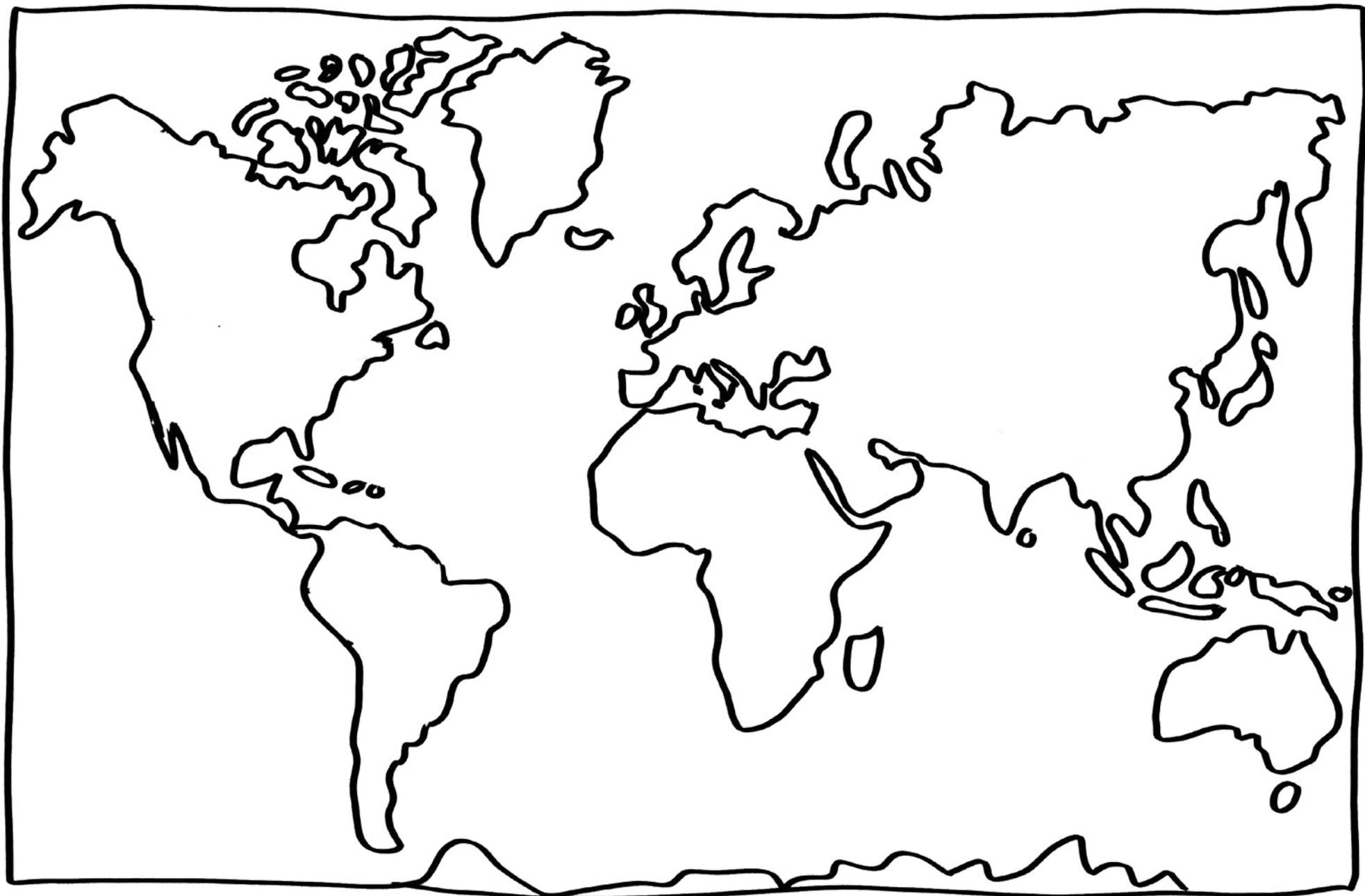
Artigo 27.º Direito a participar na vida cultural da comunidade

Artigo 28.º Direito a uma ordem jurídica que torna efetivos os direitos desta declaração

Artigo 29.º Os deveres perante a comunidade são essenciais para o desenvolvimento livre e pleno da personalidade do indivíduo

Artigo 30.º Liberdade da interferência estatal ou individual no que concerne a estes direitos

Fonte: Compass, Manual para a Educação para os Direitos Humanos com jovens, 2016



**INTERESSES DIVERGENTES | CASO 1****AS HABITAÇÕES NA RIA FORMOSA****Cenário**

A Ria Formosa é um parque natural no sul de Portugal composto por dunas, sapais, ilhotes e canais, e que tem uma grande beleza natural e uma importância notável para as espécies de aves marítimas da região. Ao longo do tempo, as populações locais foram-se estabelecendo em alguns areais das ilhas da Ria Formosa, muitas vezes sem procurarem as licenças necessárias para construção.

A designação de Parque Natural faz com que a Ria Formosa esteja protegida com regras que garantam a preservação da fauna e da flora. Como tal, foi constituída a Polis Litoral Ria Formosa que tem o objetivo de regularizar as construções ilegais na zona. Foi decidido que devia ser respeitada uma distância de 40 metros até à linha da água sem quaisquer habitações. A Polis deixa manter as construções que sejam de primeira habitação, ou que pertençam a pessoas cuja atividade esteja ligada à ria, como pescadores, mariscadores ou viveiristas, no ativo ou já reformados.

No último estudo foram identificadas 200 construções para serem demolidas, número posteriormente revisto para 60. Desde o início deste ordenamento territorial já foram demolidas quase 300 construções na Ria Formosa. Os habitantes destas casas assinaladas para demolição contestam o plano, uma vez que vai contra a sua propriedade privada e contra o seu direito de habitação.

**Pontos de debate**

O que aconteceu? Quais são os lados em confronto?

Conheces pessoalmente algum caso em que pessoas tenham sido desalojadas?

Como te sentirias se estivesses nesta situação?

Será que o governo local deve de decidir algo tão importante como a habitação das pessoas?

## INTERESSES DIVERGENTES | CASO 2

## A POLUIÇÃO DO RIO TEJO

## Cenário

A produção de pasta de papel é uma das indústrias mais importantes em certos pontos no interior do país. Grandes fábricas transformam a madeira crescida localmente em pasta de papel. Isto representa uma importante fonte de rendimento para as populações do interior, para além de ser uma das ocupações profissionais principais da região.

No entanto, ultimamente tem-se verificado que as descargas efetuadas por estas fábricas no rio Tejo têm causado altos níveis de poluição. Esta poluição tem-se tornado mais evidente devido às secas que provocam um baixo nível no caudal da água. O rio Tejo é o maior rio que atravessa Portugal, e é um símbolo importante para a cultura e para a economia portuguesa.

As fábricas já viram as suas quotas de descargas serem aumentadas para poderem aumentar também a sua produção, mas mesmo assim foi verificado que excederam o limite legal das descargas. Como resposta à poluição, alguns cidadãos protestam que as quotas de descargas são exageradas para a realidade do Rio Tejo, e que as infrações cometidas pelas fábricas não estão a ser punidas adequadamente.

As fábricas declaram que todas as descargas efetuadas obedecem às licenças existentes, e direcionam o excesso de poluição para outros fatores externos, como o baixo caudal de água. As empresas advertem também que, se forem restritas estas descargas, a produção e os respetivos postos de emprego da população poderão ficar comprometidos.

## Pontos de debate

O que aconteceu? Quais são os lados em confronto?

Conheces algum caso semelhante onde uma atividade económica tenha consequências ambientais ou sociais?

Que outras medidas podem ser tomadas para garantir que as empresas respeitam as normas ambientais?

O que podemos fazer pessoalmente para ajudar o ambiente nesta situação?

**INTERESSES DIVERGENTES | CASO 3****A PESCA DA SARDINHA****Cenário**

A sardinha é um peixe tradicional na cultura portuguesa e, como tal, tem uma enorme importância para a cultura gastronómica, para a alimentação dos portugueses, e para as práticas culturais como as festas e arraiais de verão. Tendo em conta a importância que a sardinha representa para o povo português, a sua pesca é a principal ocupação profissional de milhares de portugueses durante o verão, muitas vezes efetuada através de técnicas tradicionais.

No entanto, o excesso de pesca levou a que a população de sardinha na costa portuguesa tivesse diminuído drasticamente nos últimos tempos. Como tal, a Comissão Europeia tem imposto restrições à quantidade de sardinha que pode ser pescada por ano em Portugal e Espanha, com o intuito de dar possibilidade a esta espécie de regenerar os seus números do passado.

Os pescadores não estão satisfeitos com estas restrições. Acreditam que é um atentado à sua ocupação profissional e às suas práticas tradicionais, e que os números que é permitido pescar ficam muito aquém daqueles que seriam necessários para satisfazer a procura da população portuguesa e para garantir a sua subsistência como atividade profissional. Também uma parte da população fica insatisfeita com estas medidas, uma vez que as restrições aumentam o preço da sardinha e fazem com que não tenham tanta facilidade de acesso a este alimento que é um dos maiores símbolos da cultura gastronómica portuguesa.

**Pontos de debate**

O que aconteceu? Quais são os lados em confronto?

Conheces outros casos de alimentos e produtos que tenham um grave impacto ambiental?

Tens por hábito regular o teu consumo tendo em conta o impacto ambiental dos produtos?

Será que a Comissão Europeia deve decidir sobre as práticas económicas e culturais de um país?

## O JULGAMENTO DO TUA

### FICHA DA PLATAFORMA SALVAR O TUA

O governo português autorizou a construção de uma barragem hidroelétrica na foz do Rio Tua, o que irá danificar irreversivelmente a morfologia da região. O Vale do Tua é uma região com uma paisagem única onde se situa um dos rios mais belos de Portugal.

Certos empreendimentos representam mais-valias para o país cuja construção se justifica. No entanto, a barragem da foz do Rio Tua empobrece o País porque os benefícios marginais desta obra não compensam a destruição de um património único, de beleza e valor extraordinários. A construção da barragem irá também inundar a linha ferroviária do Tua, uma forma de transporte público acessível a uma população que está cada vez mais isolada. Aliás, este empreendimento é incompatível com os valores defendidos pela classificação do Património Mundial do Alto Douro Vinhateiro.

Como tal, é vossa responsabilidade garantir que as gerações futuras não sejam prejudicadas por decisões irreparáveis e que tenham a oportunidade de apreciar o Vale do Tua.

A vossa missão é:

- Alertar a sociedade civil e os decisores políticos para a suspensão imediata das obras, antes de serem cometidos danos irreparáveis;
- Salvar e valorizar um património de valor social, ecológico e económico inestimável, que é parte da nossa herança cultural e identidade nacional e uma peça essencial do desenvolvimento futuro do Vale do Tua.

## O JULGAMENTO DO TUA

### FICHA DO GOVERNO PORTUGUÊS

Como parte do Plano Nacional de Barragens com Elevado Potencial Hidroelétrico o governo aprovou a construção de uma barragem hidroelétrica na foz do Rio Tua.

A barragem irá inundar uma grande área do Alto Douro Vinhateiro, declarado pela UNESCO como Património Mundial. No entanto, a UNESCO já se pronunciou que a barragem não iria colocar em risco essa declaração.

A central hidroelétrica irá permitir explorar uma potência total de 270 MW de energia renovável, e o investimento total para a construção da central e das respetivas infraestruturas hidráulicas é de cerca de 400 milhões de euros.

A vossa defesa pode-se apoiar nos seguintes fatos:

- Este investimento irá trazer um grande desenvolvimento e emprego à região;
- A UNESCO afirmou que a barragem não põe em perigo a paisagem como património mundial, e já foram feitas alterações ao plano original para se ter em consideração estas preocupações;
- Esta central hidroelétrica irá produzir energia limpa, ajudando a proteger o ambiente. Foi também realizado um estudo ambiental para garantir que não será afetada a fauna e a flora.

## O JULGAMENTO DO TUA

### FICHA DO GRUPO DOS JÚRIS

O Rio Tua é um rio afluente do Rio Douro, no norte de Portugal, que pertence ao Alto Douro Vinhateiro, considerado pela UNESCO como Património Mundial.

O governo português autorizou a construção de uma barragem hidroelétrica que irá inundar uma grande área da foz deste rio. O executivo afirma que este projeto irá trazer desenvolvimento e emprego à região, bem como auxiliar na quota de produção de energia limpa do país.

A Plataforma Salvar o Tua defende que a barragem empobrece o País porque os benefícios marginais da obra não compensam a destruição de um património único, de beleza e valor extraordinários.

Para a vossa decisão, podem-se apoiar no seguinte artigo do Tratado da União Europeia:

#### **Artigo 130**

A política da Comunidade no domínio do ambiente contribuirá para a prossecução dos seguintes objetivos:

- a preservação, a proteção e a melhoria da qualidade do ambiente;
- a proteção da saúde das pessoas;
- a utilização prudente e racional dos recursos naturais;
- a promoção, no plano internacional, de medidas destinadas a enfrentar os problemas regionais ou mundiais do ambiente.

## QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

### SESSÃO 1

#### CATÁSTROFE CLIMÁTICA E AQUECIMENTO GLOBAL

##### Pergunta 1:

Se quiseses ir de Lisboa até ao Porto, quanto mais CO2 produzes se optares pelo avião em comparação com o comboio?

- Têm aproximadamente as mesmas emissões
- 2 vezes mais
- **10 vezes mais**
- 20 vezes mais

O sector dos transportes apresentou um aumento de aproximadamente 40% nas emissões de CO2 entre 1990 e 2013, enquanto muitos outros setores (indústria e energia) já conseguiram diminuir as suas emissões.

Parte dos indivíduos procurar alternativas que representem um menor impacto no ambiente, como os transportes públicos. Também nas deslocações individuais se pode optar por escolhas mais verdes, como usar bicicleta ou andar a pé para viagens curtas. Para trajetos mais longos pode-se escolher carros elétricos e partilhar o veículo com outros passageiros.

Ainda assim, é necessário que os governos deem aos cidadãos possibilidades de transporte mais ecológicas, seja através de uma rede de transportes públicos eficiente ou de medidas de apoio ao uso de automóveis menos poluentes (criar incentivos à aquisição e desenvolver a rede de infraestruturas de apoio).

Fonte: <https://observador.pt/2016/03/26/viajar-lisboa-porto-comboio-autocarro-poluem-menos-aviao/>

##### Pergunta 2:

Qual a percentagem que as energias renováveis representam na produção elétrica em Portugal?

- Aproximadamente 20%
- Aproximadamente 40%
- **Aproximadamente 60%**
- Aproximadamente 80%

A queima de combustíveis fósseis para a produção de energia é uma das maiores fontes do planeta de gases com efeitos de estufa. Ainda que a tendência seja o desenvolvimento das energias renováveis, há ainda um longo caminho a percorrer.

Em Portugal o encerramento de todas as centrais a carvão está planeado até ao ano de 2030. No entanto, muitos pedem para este prazo ser antecipado, uma vez que as energias verdes são hoje em dia já mais económicas que os combustíveis fósseis, para além do natural benefício ambiental.

Fonte: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20180921-1?inheritRedirect=true&redirect=%2Feurostat%2F>

##### Pergunta 3:

O Tratado de Paris estabelece que limite para o aumento da temperatura média global relativamente aos valores pré-industriais?

- 1°C
- **2°C**
- 3°C
- 4°C

**QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?**

O valor de 2°C relativamente aos valores pré-industriais (1,5°C relativamente a valores pós-industriais) foi cientificamente determinado como limite para impedir consequências perigosas provocadas pelo humano para o equilíbrio climático.

Para atingir esse valor, todos os países do mundo terão de atingir a neutralidade carbónica na segunda metade do século XXI.

Fonte: <https://climateactiontracker.org/methodology/paris-temperature-goal/>

**Pergunta 4:**

Quais as previsões para o aumento do nível médio do mar para este século?

- Até 0,5m
- **Entre 0,5m a 2m**
- Entre 2m a 3m
- O nível médio do mar não está a aumentar

O aumento da temperatura global está a levar ao descongelamento das calotes polares e dos glaciares, o que leva ao aumento do nível médio do mar. É bastante difícil calcular com precisão o potencial aumento do nível do mar, tendo em conta todos os fatores que o influenciam, bem como a incerteza da resposta humana à emissão dos gases com efeito de estufa. No entanto, os dados e medições recentemente revelados mostram que o degelo dos polos pode ser bastante mais drástico que o esperado. Um aumento de apenas 1m do nível médio do mar poria em causa a existência de cidades costeiras densamente povoadas.

Apenas a redução drástica das emissões de gases com efeito de estufa pode não ser suficiente para prevenir esta realidade. Para

conseguir reverter as piores previsões é necessária a inversão da tendência de desflorestação que se tem verificado e o aumento da plantação de árvores para fixar carbono atmosférico.

Fonte: <https://skepticalscience.com/sea-level-rise-predictions.htm>

**Pergunta 5:**

De que maneira é que a catástrofe climática afeta mundialmente as populações?

- **Provoca 250 mil mortes adicionais por ano**
- Faz com que tenhamos mais calor durante o verão
- Torna-se mais difícil cultivar alimentos
- As doenças virais ir-se-ão transmitir mais facilmente e por territórios maiores

A catástrofe climática tem uma grande influência nas condições sociais e ambientais determinantes para a saúde do ser humano. Todos estes aspetos mencionados como hipótese contribuem para a degradação das condições de vida dos humanos. A poluição e o aquecimento global levam à diminuição da qualidade do ar, da quantidade de água potável, das condições de alimentação e de abrigo.

Estas são as razões que vão originar centenas de milhares de mortes adicionais por ano, principalmente devido a malnutrição, doenças virais e relacionadas com o calor. Os países mais pobres são ao mesmo tempo aqueles que mais irão sentir os efeitos da catástrofe climática e os menos capacitados para enfrentar as suas consequências, o que se provará desastroso para as suas populações.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>

## QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

## SESSÃO 2

## POLUIÇÃO, TRATAMENTO DE RESÍDUOS E BIODIVERSIDADE

## Pergunta 1:

Que quantidade de resíduos produz um habitante de Portugal por ano?

- 200 quilogramas
- 600 quilogramas
- **1400 quilogramas**
- 3000 quilogramas

A quantidade de resíduos per capita tem sido reduzida, mas ainda há um longo caminho a percorrer. O maior problema é que grande parte do lixo produzido não é processado.

Em Portugal, apenas cerca de 42% dos resíduos são reciclados, e este processo de reciclagem exige por vezes altos custos energéticos, para além de existirem muitos resíduos que não podem ser reciclados.

Como tal, é necessária uma redução no consumo e na quantidade de embalagens de produtos, principalmente plásticos de uso único. Deve ser motivado a reutilização de produtos, as compras avulso, o uso de sacos reutilizáveis e a venda de porções maiores.

Fonte: <https://www.pordata.pt/Europa/Produ%C3%A7%C3%A3o+de+res%C3%ADduos+per+capita3359>

## Pergunta 2:

Qual é a quantidade plástico despejado no Mar Mediterrâneo por minuto (medido em garrafas de plástico de 0,5L)?

- O equivalente a 500 garrafas de plástico
- O equivalente a 6.300 garradas de plástico
- O equivalente a 19.050 garrafas de plástico
- **O equivalente a 33.800 garrafas de plástico**

A poluição dos mares e dos oceanos é um problema ambiental que só recentemente recebeu a atenção devida. A quantidade de plásticos e de outros resíduos não-degradáveis está a aumentar sem dar sinais de retorno, o que significa graves problemas para a vida marinha.

Os microplásticos, resíduos invisíveis a olho nu, entram na cadeia alimentar dos peixes com consequências na alimentação das populações que dependem do oceano para a sua subsistência.

Na zona do mar Mediterrâneo, cerca de um terço de todo o plástico usado não é processado. É necessária uma maior eficiência do sistema de reciclagem, mas também deve ser promovida a redução do uso de plásticos de uso único.

Fonte: [https://www.wf.fr/sites/default/files/doc-2019-06/20190607\\_Rapport\\_Stoppons\\_le\\_torrent\\_de\\_plastique\\_WWF-min.pdf](https://www.wf.fr/sites/default/files/doc-2019-06/20190607_Rapport_Stoppons_le_torrent_de_plastique_WWF-min.pdf)

## QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

### Pergunta 3:

Qual é a taxa de desflorestação mundial?

- 380 campos de futebol de floresta cortada por dia
- 3 880 campos de futebol de floresta cortada por dia
- **38 800 campos de futebol de floresta cortada por dia**
- 388 000 campos de futebol de floresta cortada por dia

As florestas ocupam cerca de 30% da área terrestre no planeta, e têm um papel fundamental em purificar a água e o ar. Além disso, cerca de 80% das espécies de animais terrestres vive em florestas.

No entanto, hoje em dia as florestas continuam a ser cortadas a um ritmo alarmante, maioritariamente devido à agricultura e à pastorícia. Isto tem consequência bastante graves para o ambiente porque as florestas representam um papel fundamental na fixação no solo do carbono atmosférico que provoca o efeito de estufa.

Fonte: <https://www.worldwildlife.org/threats/deforestation-and-forest-degradation>

### Pergunta 4:

A total massa de insetos está a diminuir quanto a cada ano?

- 0,005%
- 0,3%
- 1%
- **2,5%**

A biomassa no mundo está a diminuir a cada ano que passa, o que poderá significar consequências catastróficas mesmo para o humano a médio prazo.

Este declínio significa que, dentro de 10 anos, um quarto da biomassa dos insetos poderá desaparecer. Estes animais estão na base da cadeia alimentar e, como tal, têm uma enorme influência para toda a alimentação do mundo animal.

As abelhas fazem também parte deste grupo, e o seu declínio pode ser desastroso tendo em conta o seu papel na polinização das plantas. A maior culpada é a agricultura intensiva, que destrói o habitat natural dos insetos e utiliza enormes quantidades de pesticidas e fertilizantes.

É necessário que sejam praticadas formas de agricultura biológica, bem como preservar as reservas naturais para a vida selvagem.

Fonte: <https://www.theguardian.com/environment/2019/feb/10/plummeting-insect-numbers-threaten-collapse-of-nature>

## QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

### Pergunta 5:

A taxa atual de extinção de plantas e animais está muito maior que o “normal” da natureza. Qual o aumento verificado?

- 5 vezes maior que o normal
- 10 vezes maior que o normal
- 50 vezes maior que o normal
- **1000 vezes maior que o normal**

As extinções de animais e plantas é um processo normal na natureza. Os cientistas determinam que se extingam entre uma a cinco espécies por ano. No entanto, hoje em dia calcula-se que estejamos a perder 1000 vezes mais espécies por ano relativamente a essa taxa.

Isto representa a sexta extinção em massa na história do planeta, a maior desde o desaparecimento dos dinossauros há 65 milhões de anos atrás. No entanto, enquanto as extinções em massa passadas tiveram causas naturais, desta vez a responsabilidade cai sobre a influência humana no ambiente, principalmente devido à perda de habitats naturais, à introdução de espécies exóticas e ao aquecimento global.

Estas extinções podem provocar um efeito de dominó na diminuição da biodiversidade e poderá no futuro significar a perda de uma das maiores riquezas do planeta Terra: a vida selvagem vegetal e animal.

[https://www.biologicaldiversity.org/programs/biodiversity/elements\\_of\\_biodiversity/extinction\\_crisis/](https://www.biologicaldiversity.org/programs/biodiversity/elements_of_biodiversity/extinction_crisis/)

## QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?

### SESSÃO 3

#### CONSUMO RESPONSÁVEL E ECONOMIA CIRCULAR

##### Pergunta 1:

Quanto é que a criação de animais para consumo humano contribui para o aquecimento global?

- Não contribui para o aquecimento global
- **15%**
- 30%
- 45%

A pastorícia é uma das maiores causas do aquecimento global, juntamente com a queima de combustíveis fósseis (mais de 60%) e a deflorestação.

Os bovinos são os que mais contribuem para o problema. Estes animais produzem grandes quantidades de metano, um químico com propriedades de efeito de estufa cerca de 20 vezes mais fortes que o dióxido de carbono.

Fonte: <https://skepticalscience.com/animal-agriculture-meat-global-warming.htm>

##### Pergunta 2:

Qual é a melhor solução alimentar em termos ambientais para o futuro?

- **Comer insetos**
- Ser vegetariano
- Comprimidos que contenham os nutrientes necessários
- Não me interessa, vou continuar a comer o que me apetece

Os insetos comestíveis contêm proteínas de alta qualidade,

vitaminas e aminoácidos importantes para os humanos. Os grilos, por exemplo, precisam de seis vezes menos comida que a vaca para produzir a mesma quantidade de proteínas.

A produção de animais, mas também de vegetais, está a provocar deflorestação em muitas partes do mundo, e o uso excessivo de químicos como fertilizantes e pesticidas tem consequências graves para o meio ambiente.

Deve-se ter uma maior atenção à origem e à forma de cultivo dos produtos, optando por legumes e carne produzidos localmente e com práticas amigas do ambiente, como a agricultura biológica.

Ainda assim, no fim, tem de ser o crescimento populacional a ser controlado para ser possível ao planeta Terra produzir os nutrientes necessários para todos.

Fonte: <http://www.fao.org/edible-insects/en/>

##### Pergunta 3:

Quais são os artigos que podemos comprar com o selo de comércio justo?

- Carros, motas e bicicletas
- **Cacau, café, bananas, chá, algodão e arroz**
- Roupas e calçado
- Cortiça, azeite, vinho e sardinhas

O comércio justo (*fair trade* em inglês) é uma forma de certificação que pretende conceder um pagamento justo aos produtores dos produtos. Em contrapartida, eles têm de garantir que utilizam técnicas de produção e desenvolvimento sustentável (respeito pelos direitos dos trabalhadores e técnicas amigas do ambiente, por exemplo).

Os produtos abrangidos pelo comércio justo vêm geralmente

**QUEM QUER SER AMBIENTALISTA?**

de países com altas taxas de pobreza, o que faz com que as empresas multinacionais explorem os trabalhadores e os produtores com remuneração injusta. No preço final de um pacote de café, muitas vezes apenas 5% é o valor recebido pelos produtores.

O comércio justo é uma forma de garantir que os produtos adquiridos obedecem ao respeito pelos Direitos Humanos e ambientais ao longo de toda a cadeia de produção do produto.

Fonte: <https://www.publico.pt/2016/09/04/sociedade/noticia/o-meu-chocolate-sera-justo-1741854>

**Pergunta 4:**

Qual é a quantidade de água necessária para fabricar uma t-shirt de algodão?

- 2,5 litros
- 25 litros
- 250 litros
- **2500 litros**

O fabrico de produtos tem muitas vezes custos ocultos que passam despercebidos ao consumidor. Uma t-shirt de algodão, por exemplo, tem uma grande necessidade de água, começando com o cultivo de algodão e avançando para o processo de fabrico em si.

Isto mostra a necessidade de repensar os padrões de consumo da sociedade em geral. Com o crescimento populacional torna-se insustentável continuar com as práticas de consumo atuais.

Alterar as formas de consumo não significa deixar de comprar bens ou abandonar a civilização. No caso da t-shirt, por exemplo, porque não optar por algodão sustentável e de comércio justo,

de preferência crescido localmente, para diminuir os custos associados ao transporte? Também pode escolher t-shirts fabricadas com outro tipo de fibras naturais, como o linho ou fibras celulósicas (Lyocell, Modal e outros).

Fonte: <https://www.watercalculator.org/water-use/the-hidden-water-in-everyday-products/>

**Pergunta 5:**

Quantas toneladas de lixo eletrónico são produzidas por ano?

- 4 470 toneladas
- 44 700 toneladas
- **4 700 000 toneladas**
- 47 000 000 toneladas

O lixo eletrónico (computadores, telemóveis, frigoríficos, televisões, entre outros) é um dos problemas ambientais mais importantes da atualidade.

Os artigos tecnológicos modernos estão desenhados para serem substituídos passado pouco tempo e gerar mais vendas. Para alcançar isso, as empresas recorrem a práticas eticamente reprováveis (diminuição artificial da performance, uso de materiais com pouca durabilidade, dificultar a reparação dos aparelhos com avarias).

Os artigos tecnológicos modernos têm metais raros difíceis de obter e de reciclar, o que provoca problemas de sustentabilidade a longo prazo e uma enorme pressão sobre o meio ambiente.

A solução passa por optar por artigos desenvolvidos com práticas sustentáveis, pela manutenção e pelo reparo dos artigos antigos, e pela correta reciclagem no fim do seu ciclo de vida.

Fonte: <https://news.un.org/pt/story/2017/12/1603462-mundo-produziu-lixo-eletronico-equivalente-45-mil-torres-eiffel>

## **BARNGA**

### **MESA 1**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais baixa.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à esquerda de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido do ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

Não há trunfos neste jogo.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

### **MESA 2**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais alta.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à direita de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido contrário ao ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

As espadas são o trufo. No seu turno, a pessoa pode optar por jogar um trufo mesmo que tenha o naipe que está a ser jogado. Neste caso, o trufo mais forte ganha a vaza.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

## **BARNGA**

### **MESA 3**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais baixa.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à esquerda de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido do ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

Os paus são o trufo. No seu turno, se a pessoa não tiver o naipe que está a ser jogado, ela pode jogar um trufo. Neste caso, o trufo mais forte ganha a vaza.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

### **MESA 4**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais alta.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à direita de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido contrário ao ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

Não há trunfos neste jogo.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

## **BARNGA**

### **MESA 5**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais baixa.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à esquerda de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido do ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

As Copas são o trufo. No seu turno, se a pessoa não tiver o naipe que está a ser jogado, ela pode jogar um trufo. Neste caso, o trufo mais forte ganha a vaza.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

### **MESA 6**

#### **Cartas:**

Precisas de 28 cartas para jogar o jogo. Tens 7 cartas por naipe, do ás ao 7. O ás é a carta mais alta.

#### **Como distribuir as cartas:**

Um jogador baralha as cartas e distribui-as por todos e todas.

#### **Começa o jogo:**

O jogador que está à direita de quem deu as cartas joga primeiro. Os outros jogam no sentido contrário ao ponteiro do relógio. Depois de cada um jogar uma carta fica feita uma vaza. A pessoa que jogou a carta mais forte fica com a vaza e coloca-a de parte.

#### **Próximas rondas:**

A pessoa que ficou com a vaza começa a próxima ronda, e pode jogar que carta quiser. Os jogadores seguintes têm de jogar uma carta do mesmo naipe. Se não tiverem uma carta do mesmo naipe, podem jogar que carta quiserem. A vaza é ganha pela pessoa que jogar a carta mais forte do naipe correto.

#### **Trufo:**

Os Ouros são o trufo. No seu turno, a pessoa pode optar por jogar um trufo mesmo que tenha o naipe que está a ser jogado. Neste caso, o trufo mais forte ganha a vaza.

#### **Fim do jogo:**

O jogo termina quando todas as cartas forem jogadas. O jogador com mais vazas vence a partida. O jogador com menos vazas perde.

# "discriminação"



## A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO

### CARTÃO DA ORGANIZAÇÃO CDASD

A CDASD (Cultura, Direitos, Ambiente, Sustentabilidade e Diálogo) é uma organização fictícia que tem como objetivo promover o diálogo entre povos sobre práticas culturais. A vossa posição em relação às touradas é neutra e, como tal, foram escolhidos para mediar esta reunião.

A reunião terá como participantes um grupo representante da população de Casal do Cavallo a favor da realização de touradas, a Plataforma Basta de Touradas pela defesa dos animais, e a Câmara Municipal de Casal do Cavallo como entidade neutra. Tem como objetivo chegar a um consenso acerca da realização ou não de touradas na povoação de Casal do Cavallo e, se sim, em que moldes serão organizadas.

A vossa tarefa como mediadores é garantir que todos os grupos tenham direito à palavra, que não hajam mal-entendidos e que a discussão não fuja ao âmbito da reunião. Devem motivar os intervenientes a debater as suas diferenças e a chegar a um consenso.

#### Plano da reunião

No início da reunião deem cerca de 2 minutos a cada entidade para expor os seus argumentos iniciais. De seguida, organizem uma fase de perguntas e respostas entre todos. Ao longo do debate, as diversas entidades devem trabalhar para chegar a um consenso em relação à pergunta: “Devem as touradas ser permitidas em Casal do Cavallo?”.

Poderão introduzir algumas perguntas para orientar o debate e auxiliar ao compromisso entre as diferentes entidades:

- Fará sentido organizar touradas apenas em datas comemorativas ou como forma de financiamento para projetos importantes para a comunidade?
- Poderão ser organizadas outras atividades relacionadas com as touradas, mas que não contenham crueldade animal?
- Poderá ser desenvolvido um projeto cultural de lembrança da tradição tauromática (como um museu) na antiga arena, caso as touradas sejam proibidas?

A duração da reunião não deverá ultrapassar os 45 minutos.

#### Documentos de apoio

Como forma de apoio à argumentação dos diversos grupos, podem mencionar o Artigo 15.º do Pacto Internacional dos Direitos Económicos, Sociais e Culturais, que declara que *“Os Estados Parte no presente Pacto reconhecem a toda a gente o direito de participar na vida cultural, e de beneficiar do progresso científico e das suas aplicações.”*

Já o preâmbulo da Declaração de Viena de 1993 declara que *“Todos os Direitos Humanos são universais, indivisíveis, interdependentes e interrelacionados. A comunidade internacional deve considerar os Direitos Humanos, globalmente, de forma justa e equitativa, no mesmo pé e com igual ênfase. Embora se deva ter sempre presente o significado das especificidades nacionais e regionais e os diversos antecedentes históricos, culturais e religiosos...”*

## A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO

### CARTÃO DO CASAL DO CAVALO

A vossa função é defender a posição da povoação de Casal do Cavalo, uma pequena vila do Ribatejo. As touradas são uma tradição importante para o povo de Casal do Cavalo e vocês só querem o direito de continuar a organizar algumas touradas por ano para celebrar as datas mais importantes para a povoação.

Foi efetuado um levantamento da opinião da população de Casal do Cavalo que poderá ser utilizado para justificar os vossos argumentos a favor da realização das touradas:

- Nós já fazemos estas touradas há bastante tempo. É uma forma de ligação entre os mais velhos e os mais novos, já que as histórias, as cerimónias e os rituais são passados de boca em boca.
- Todo o meu trabalho está relacionado com as touradas! Eu faço criação de cavalos, e apesar da maior parte do negócio estar virada para o estrangeiro, é criar cavalos para as touradas que me dá mais prazer.
- Eu acho que os touros existem só por causa das touradas. Se elas forem proibidas, de certeza que vão entrar em risco de extinção.
- Os miúdos daqui têm sorte em pertencer a uma povoação que ainda mantém viva uma tradição genuína! Eles ajudam na organização das touradas e sentem-se parte da comunidade. Hoje em dia já não se vê disso no país!
- Nós nem fazemos as touradas a pensar no dinheiro, o nosso objetivo é apenas preservar as nossas tradições.
- Eu até gosto que a povoação tenha uma prática que seja tradicional da nossa gente, mas fico sempre com pena dos animais.
- Os touros são um animal bravo, eles foram feitos mesmo para isto! Além disso, no fim da tourada, a carne é aproveitada para consumo humano e o couro para produção de artigos artesanais na localidade.

## A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO

### CARTÃO DA PLATAFORMA BASTA DE TOURADAS

A Plataforma Basta de Touradas é uma sociedade em movimento que valoriza e promove a empatia com os animais. Vocês acreditam que é impensável nos dias de hoje a existência de um espetáculo de entretenimento violento que implica o maltrato e o sofrimento desnecessário de milhares de animais.

O movimento de abolição das touradas é baseado em argumentos que foram já discutidos e acordados entre os membros da vossa plataforma:

- As touradas são um crime disfarçado de prática cultural.
  - Os touros não são seres humanos, mas são animais cientes e com capacidade de sentir dor, pelo que não podem ser considerados inferiores aos seres humanos.
  - Como tal, nunca se poderá defender uma prática cultural que tenha como base o sofrimento e a crueldade animal.
  - Numa abordagem mais profunda, os touros têm direito a, pelo menos, “direitos humanistas”.
- A verdadeira razão para o povo de Casal do Cavallo querer organizar touradas deve-se ao lobby organizado por uma elite da região cuja riqueza depende inteiramente destas práticas cruéis. No entanto, o significado económico para a restante maioria da população é quase inexistente.
- Ainda que as touradas tragam muito dinheiro a algumas famílias, elas não são economicamente viáveis. O público tem decrescido de ano para ano, e apenas é possível continuar a organizar touradas devido aos subsídios públicos que elas continuam a receber como evento cultural.
- Compreendemos o direito histórico dos povos poderem celebrar as suas tradições culturais. No entanto, essas práticas vão mudando com os tempos e com as vontades dos povos, e é claro que a grande maioria da população portuguesa está hoje contra as touradas.
- A exploração dos touros e dos cavalos para outras finalidades traz recursos e desenvolvimento às comunidades locais para além da realização de touradas.

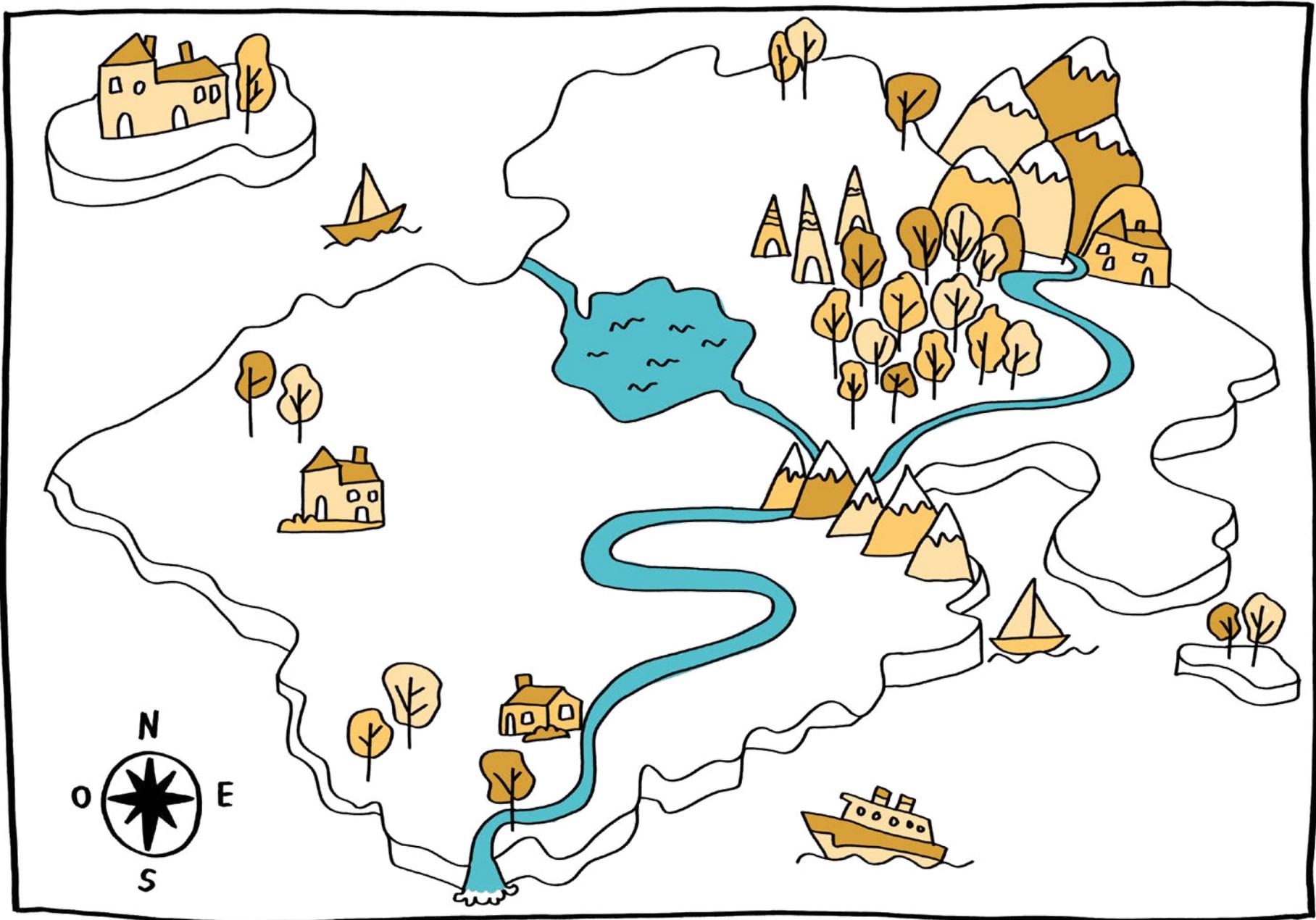
## A CULTURA EM TRANSFORMAÇÃO

### CARTÃO DA CÂMARA MUNICIPAL

Vocês representam a Câmara Municipal à qual pertence a vila de Casal do Cavalo. A Câmara está a ponderar proibir a realização de touradas devido a uma grande pressão por parte da sociedade a nível nacional, mas reconhece a importância que esta prática cultural representa nas tradições do concelho.

A vossa tarefa durante a reunião é chegar a um consenso com os representantes da população e com as associações de proteção animal para decidir acerca da realização de touradas. Foi efetuada uma consulta entre o departamento cultural e social da câmara municipal de onde saíram alguns tópicos a ter em consideração para esta reunião:

- Se continuarmos a permitir a realização de touradas, a imagem do município poderá ficar manchada para a sociedade portuguesa graças aos recentes movimentos de ativismo pelo bem-estar animal e ambiental.
- Ainda assim, as touradas são uma importante atividade na tradição cultural da região, e faz parte da nossa missão lutar pela defesa dos direitos culturais dos nossos cidadãos.
- No limite, a população de Casal do Cavalo e do município poderá num futuro próximo ser discriminada e ficar conhecida como uma povoação com manifestações culturais antiquadas.
- A proibição súbita das touradas poderá pôr em risco o trabalho de dezenas de pessoas. Algumas infraestruturas importantes da vila ficarão abandonadas, e uma importante parte da sua atividade cultural deixará de existir.
- Isto pode levar a que parte da população deixe o concelho, contribuindo ainda mais para uma desertificação que já se tem verificado.
- No entanto, a população tem um grande conhecimento na área dos touros e dos cavalos, o que poderá ser uma oportunidade para desenvolver outras formas de exploração económica.



## À PROCURA DE UM CONCEITO

### PARA MIM, O VOLUNTARIADO É...

1. Uma prática social que procura melhorar as temáticas onde a democracia falha
2. Uma ocupação de tempos livres
3. O meio ideal para pôr em prática o perfil de cidadão e de demonstrar interesse pelas restantes pessoas e pela sociedade
4. Uma ação comprometida e contínua no tempo que influencia práticas e que desperta outras ações
5. Uma tomada de consciência das desigualdades e ser ativo perante esta realidade
6. Uma forma de estar atento aos problemas da humanidade
7. Uma prática altruísta para nos sentirmos melhor connosco próprios por estarmos a praticar o bem
8. Um fenómeno que caracteriza os países desenvolvidos
9. Uma forma de participação ativa e de ajudar na resolução de problemas comunitários
10. Uma ação individual que pode ajudar a transformar o mundo
11. Uma forma de trabalho não remunerado
12. Uma forma de contribuir para que a sociedade caminhe para um mundo mais justo, pacífico e solidário
13. Ações ou movimentos organizados no âmbito de organizações sociais
14. Ações para ajudar os pobres e os mais necessitados
15. Dar e ajudar o próximo sem receber nada em troca
16. Uma forma de ajuda mútua desinteressada, individual ou integrada em associações, com um espírito de companheirismo e fraternidade
17. Uma forma de trabalho de apoio em áreas necessitadas como a cultura, a defesa dos Direitos Humanos, do meio ambiente, do desporto e do lazer
18. A doação do tempo, do trabalho e do talento pessoal em favor dos outros
19. Um elemento de desenvolvimento pessoal, de aquisição de novos conhecimentos e capacidades
20. Uma forma de conhecer pessoas, locais e culturas novas

## A DESIGUALDADE À FRENTE DOS TEUS OLHOS

## FICHA DE APOIO

Nº de Participantes	África		Ásia e Oceânia		América Latina e Caraíbas		América do Norte		Europa	
	População	Riqueza	População	Riqueza	População	Riqueza	População	Riqueza	População	Riqueza
15	3	0	9	5	1	0	1	5	1	4
16	3	0	10	6	1	0	1	5	2	4
17	3	0	10	6	1	0	1	6	2	5
18	3	0	11	7	2	0	1	6	2	5
19	3	0	11	7	2	0	1	6	2	5
20	3	0	12	7	2	1	1	7	2	5
21	4	0	13	8	2	1	1	7	2	6
22	4	0	13	8	2	1	1	7	2	6
23	4	0	14	8	2	1	1	8	2	6
24	4	0	14	9	2	1	1	8	2	6
25	4	0	15	9	2	1	1	8	2	7
26	4	0	16	9	2	1	1	9	3	7
27	5	0	16	10	2	1	1	9	3	7
28	5	0	17	10	2	1	1	9	3	8
29	5	0	17	10	2	1	1	10	3	8
30	5	0	18	11	3	1	1	10	3	8
<b>Discurso</b>	8 segundos		5 minutos 25 segundos		23 segundos		5 minutos 2 segundos		4 minutos 2 segundos	
<b>Dados Reais</b>	1 320 038 716	\$2 553 000 000 000	4 626 633 248	\$114 561 000 000 000	658 305 557	\$8 055 000 000 000	366 496 802	\$106 513 000 000 000	743 102 600	\$85 402 000 000 000

**Dados económicos:** Global Wealth Report 2018 Credite Suisse (<https://www.credit-suisse.com/media/assets/corporate/docs/publications/research-institute/global-wealth-report-2018-en.pdf>)

**Dados populacionais:** Worldometers ([www.worldometers.info/world-population/#region](http://www.worldometers.info/world-population/#region))

**VOLUNTARIADO, E QUE MAIS?**

**LISTA DE CASOS**

Um grupo de amigos encontra-se todas as semanas para fazer pequenos arranjos na casa dos vizinhos idosos do seu bairro.

Um jovem ajuda na organização de eventos e festivais de música onde tem a possibilidade de assistir a concertos sem pagar.

Uma jovem de 19 anos desempenha o cargo de dirigente na associação de estudantes da universidade.

Uma jovem oferece-se para ser ama de uma menina de 4 anos enquanto a sua mãe trabalha, sem receber nada em troca.

Uma contabilista que nunca viajou para fora do seu país decide, com o seu próprio dinheiro, fazer uma viagem à Índia para levar várias caixas de medicamentos para o hospital da capital.

Um grupo de amigos faz uma vigília pela paz na Síria em frente à Assembleia da República.

- 3. Gostava que o meu projeto de voluntariado me permitisse...
  - a. Estar envolvido numa comunidade e colaborar com outras pessoas.
  - b. Agir pessoalmente e desenvolver as minhas próprias tarefas.

4. Para fazer a diferença como voluntário, iria ter como super-poderes...

5. A mudança que eu gostava de alcançar com o meu voluntariado seria...

6. Como resultado do meu voluntariado, o mundo ideal sonhado por mim seria...

2. Gostava de um projeto que se desenrolasse na área geográfica de...

1. Preferia que o meu voluntariado estivesse relacionado com a área de...

## PASSAPORTE



SE EU FOSSE VOLUNTÁRIO@...

Instruções de dobragem do Passaporte

<https://www.youtube.com/watch?v=iAd9xJwuDIU>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ixqr9e3wCxI>

