

# Planeta Sustentável: Pequenos gestos, grandes mudanças!

## Memória descritiva

- **Descrição sumária do projeto:**

Na Estratégia Nacional para o Desenvolvimento Sustentável (ENDS), a sustentabilidade traduz-se “na harmonia entre a Economia, a Sociedade e a Natureza, respeitando a biodiversidade e os recursos naturais, de solidariedade entre gerações e de co-responsabilização e solidariedade entre países”. Nesse sentido, a sustentabilidade implica o equilíbrio entre a economia, a ecologia, a igualdade social e a vivência cultural. Apesar da crescente consciência de que a capacidade de carga do planeta é limitada, a sociedade moderna tem desenvolvido um consumo e produção de resíduos em desconsideração aos limites naturais. Este estilo de vida representa níveis insustentáveis de exploração e deposição de recursos naturais.

O nosso futuro depende da sustentabilidade do Planeta Terra, tornando-se premente capacitar as novas gerações para a resolução dos problemas ambientais e sociais, no sentido de podermos contribuir ativamente para a obtenção de uma resposta eficaz para os diversos problemas sociais e ambientais que o Planeta enfrenta e preservá-lo. É urgente assegurar a continuidade das condições de vida para a nossa geração e para as gerações futuras, sensibilizando a população para uma nova visão face a esses níveis de consumo, de acordo com a capacidade de carga do nosso Planeta.

Através do presente projeto, promovido pela Associação PATO com o desenvolvimento de um conjunto de diferentes ações de EAS, (ex. ações de sensibilização ambiental, concursos de ideias, palestras e workshops temáticos), iremos promover a educação e sensibilização ambiental e incentivar a mudança de pensamento e comportamento da sociedade, contribuindo para uma cidadania ativa no domínio do desenvolvimento sustentável e para a construção de uma economia mais circular.

Envolvendo a população nas diversas atividades, irão criar-se oportunidades que permitirão conciliar a educação, a sensibilização ambiental e a disseminação do conhecimento com o desenvolvimento sustentável do território. Para além disso, as nossas ações junto da comunidade educativa irão permitir o ensino de valores ambientais necessários para um futuro mais sustentável, que as crianças e jovens irão conservar para o resto da sua vida.

Propõe-se também contribuir para uma crescente atitude cívica, informada e participativa dos cidadãos e das cidadãs acerca das boas práticas ambientais e ainda estimular o debate sobre os valores associados ao desenvolvimento sustentável.

- **Objetivos principais:**

A Associação PATO pretende implementar o Projeto “Planeta Sustentável: Pequenos gestos, grandes mudanças!” no concelho das Caldas da Rainha, envolvendo um conjunto de ações de educação ambiental para a sustentabilidade com os seguintes objetivos:

- Promover a informação e o conhecimento dos cidadãos, sensibilizando-os e capacitando-os para a adoção de práticas mais sustentáveis;
- Promover a utilização de produtos reutilizáveis (ex. sacos de pano, cestas de bunho, etc.) em detrimento dos produtos de uma só utilização (ex. sacos de plásticos descartáveis);
- Desenvolver um conjunto de workshops temáticos que permitam uma abordagem de boas práticas ambientais, que valorizem a economia circular dos produtos - a reutilização, restauração e renovação

dos mesmos - e a demonstração prática e participativa da população, através de uma linguagem simples e perceptível;

- Realização de ações de sensibilização, palestras e debates dirigidas à população em geral sobre Eco-lifestyle - adoção de práticas mais sustentáveis, redução do desperdício alimentar, economia circular e política dos 5 R's;
- Promover a utilização do conhecimento na interpretação e avaliação da realidade envolvente, que possibilite sustentar posições e opções, e uma participação ativa na tomada de decisões fundamentadas, face aos efeitos das atividades humanas sobre o ambiente;
- Promover uma participação cívica e contínua dos cidadãos das diversas faixas etárias e diferentes atividades económicas, focando a construção contínua de uma cultura ambientalmente responsável;
- Projetar uma sociedade mais inovadora, inclusiva e empreendedora, numa perspetiva de uma cidadania ativa no domínio do desenvolvimento sustentável;
- Estimular o debate sobre os valores associados e contribuir para um diálogo aberto, crítico e reflexivo sobre os novos desafios ambientais;
- Incentivar o consumidor a fazer escolhas ambientalmente conscientes de bens e serviços, nomeadamente a aquisição de produtos locais/regionais e de origem biológica, a reciclagem e reaproveitamento de materiais que poderão ter uma nova utilidade e a utilização reduzida de produtos de uma só utilização;
- Promoção do depósito dos resíduos sólidos urbanos nos contentores apropriados (ex: pilhas, óleos e lâmpadas);
- Incentivar e sensibilizar o público geral e a comunidade educativa (no recinto escolar) para a realização de compostagem, como destino mais adequado a dar aos resíduos orgânicos, reduzindo o volume do lixo que vai para aterro (e que produz gás metano) e constitui um substituto para adubos ou fertilizantes no jardim da escola;
- Incentivar a utilização de papel reciclado proveniente de produtos certificados, que atestem a correta gestão das florestas de onde o produto é oriundo;
- Incentivar as empresas locais a contribuírem para a redução do desperdício e para a reutilização de materiais, de forma a promover uma utilização mais sustentável dos recursos naturais.

- **Equipa técnica:**

A equipa técnica é constituída pela Presidente da Direção da Associação PATO, Eng. Rita Ramos, formada em Engenharia do Ambiente, Mestre em Ecologia e Gestão Ambiental. Conta com uma larga experiência em monitorização da avifauna a nível nacional. Desempenha ainda um contínuo trabalho científico, no âmbito de anilhagem científica de passeriformes. Mantém um papel fundamental na sensibilização ambiental em atividades pedagógicas, assim como na gestão e conservação de ecossistemas de importância ecológica da região. Tem ainda participado em trabalhos científicos da fauna portuguesa, como anfíbios, peixes e morcegos.

A equipa formada conta com a Bióloga Sara Moreira, Mestre em Biologia da Conservação, voluntária da Associação PATO. Contribui com a sua larga experiência na monitorização de fauna com recurso a armadilhagem fotográfica. A sua atividade como guia da natureza em saídas de campo sobre a fauna e flora existente na RNL-PT, entre outras regiões, será uma mais valia neste projeto. Desempenha ainda, um papel fundamental na sensibilização ambiental em atividades pedagógicas na RNL-PT, assim como na gestão e

conservação da mesma. Tem colaborado voluntariamente em alguns estudos científicos sobre texugos, aves noturnas, morcegos, abelhas, entre outros.

Contamos ainda na nossa equipa técnica, com António Afonso, vogal da Associação PATO, técnico de turismo ambiental e rural. Tem uma vasta experiência em atividades de animação, tendo sido coordenador no Campo Aventura, responsável pelo ATL da Câmara Municipal de Peniche, e na empresa Promóbidos. Integrou a equipa responsável da georreferenciação das cavidades (lapas, grutas e algares) que constam no anexo I no Parque Natural da Serra de Aire e Candeeiros. Tem colaborado na monitorização de morcegos, através da Federação Portuguesa de Espeleologia. Tem um papel pró-ativo em sensibilização ambiental em atividades de montanha e de espeleologia, onde exerce o papel de formador. O António tem ainda contribuído para a gestão e conservação da RNL-PT.

Também pertence à equipa a Bióloga Luísa Crisóstomo, Mestre em Biologia da Conservação, vogal da Associação PATO. Colaborou voluntariamente em alguns estudos científicos sobre texugos, abelhas e aves, bem como na monitorização de fauna e flora, e possui experiência em análise de bases de dados. Tem contribuído para a comunicação de ciência através da ilustração científica com desenhos publicados, alguns workshops e com a participação em exposições.

Juntamente, Catarina Gregório integra a equipa técnica, como secretária da Direção da Associação PATO. É licenciada em Biologia Ambiental e membro do Corpo Nacional de Agentes Florestais (CNAF) de Valado dos Frades/Nazaré, do Instituto da Conservação da Natureza e Florestas (ICNF). Possui ampla experiência em identificação de avifauna, participando ativamente em projetos de monitorização e conservação de aves, como censos nacionais e anilhagem científica. Colaborou voluntariamente na dinamização de atividades lúdicas e pedagógicas no âmbito de educação ambiental e conservação. Colabora também em estudos sobre a flora e vegetação de Portugal. Participou em diversos workshops de identificação de peixes marinhos e moluscos, detendo também o curso de mergulho até 18m, com vertente científica.

Faz, ainda, parte da equipa, Sara Pina, licenciada em Gestão, professora de Ensino Básico de Matemática, Ciências Naturais e Ciências Físico-Químicas num Centro de Aprendizagem e Tesoureira da Direção da Associação PATO. Tem experiência anterior na RNL-PT como educadora ambiental, tendo realizado um estágio para a formação modular de técnico de informação e animação turística, durante o qual participou em Workshops sobre Morcegos e Libélulas e Libelinhas. Terminou, recentemente, uma formação modular de Auxiliar de Clínica Veterinária.

As atividades deste projeto serão realizadas pelos membros da equipa técnica e por formadores credenciados, especializados e pagos, em especial para a realização dos workshops e formações.

- **Abordagem:**

### **Ações do Projeto “Planeta Sustentável: Pequenos gestos, grandes mudanças!”**

Dentro do eixo temático «Tornar a Economia Circular» – com as sub-áreas Desmaterialização, economia colaborativa e consumo sustentável; Conceção de produtos e uso eficiente de recursos e Valorização de resíduos –, e contribuindo para as medidas #3, #4, #8, #9, #10, #11, #12, #13 e #16 da ENEA 2020 e os objetivos gerais e específicos do presente aviso, a Associação PATO pretende implementar o presente projeto a partir de um conjunto de diferentes ações de EAS destinadas a todas as faixas etárias no concelho das Caldas da Rainha com um conjunto de ações:

#### **Ação 1 - Pequenos (grandes) gestos para um futuro sustentável: Compra local sem plásticos**

Ação de sensibilização ambiental que consiste na oferta de sacos de pano feitos de algodão reciclado à população junto do comércio local, nomeadamente, na praça da fruta, espaço nas Caldas da Rainha, onde

os produtores locais vendem os seus legumes, frutas e outros produtos locais e regionais. Essa oferta permite, assim, sensibilizar a população para a compra de produtos locais, artesanais e biológicos e, aquando da sua aquisição, não pedir um saco de plástico, mas sim usar um saco de pano feito a partir de materiais reciclados para os transportar.

**1.1.** Ação de sensibilização na Praça da Fruta, Caldas da Rainha, junto de produtores locais com a oferta de sacos de pano onde as pessoas poderão guardar as suas compras.

## **Ação 2 - ReEduca para o futuro: Educar a brincar**

Esta ação consiste na elaboração e realização de um conjunto de jogos, ateliers e oficinas para crianças e jovens em idade escolar, junto da comunidade escolar, em eventos e pausas letivas. Estas atividades irão promover a educação e sensibilização ambiental para a política dos 5 R's, a importância de Reduzir, Reutilizar, Recusar, Repensar e Reciclar, e alertar para a redução do desperdício alimentar, uso eficiente dos recursos, desmaterialização, economia colaborativa, consumo sustentável, conceção de produtos e valorização dos resíduos de uma forma divertida e educativa.

**2.1.** Elaboração de um jogo gigante dos 5 R's destinado à comunidade escolar e participação da mesma;

**2.2.** Realização de ateliers, jogos e oficinas. Ex: Reciclagem de papel; Velas recicladas e ecológicas; Cria o teu instrumento musical; Comedouros para aves; Atelier das artes com materiais reaproveitados; Vasos ecológicos e Jogo da reciclagem e compostagem;

**2.3.** Realização de oficinas de compostagem junto das escolas da região. Nestas oficinas iremos construir um compostor a partir de paletes reaproveitadas e ensinar o que é a compostagem e como se deve de fazer.

## **Ação 3 - Contribuis para uma Economia Circular? - inquérito**

Esta ação consiste na elaboração e divulgação de um inquérito, aberto à população em geral, sobre hábitos de consumo e estilo de vida de cada indivíduo, por forma a analisarmos se as escolhas de cada inquirido são as mais sustentáveis e se contribuem para uma economia circular.

**3.1.** Elaboração e divulgação do inquérito nas plataformas digitais e nas ruas da cidade;

**3.2.** Análise dos resultados.

## **Ação 4 - Concurso de curta-metragens - Sensibilizar para uma Economia Circular**

Esta ação consiste na realização e dinamização de um concurso de ideias com um efeito multiplicador dirigido à população em geral de Portugal Continental e Ilhas, onde o objetivo principal será cada participante elaborar um pequeno vídeo sobre os novos desafios ambientais. Deste modo, pretende-se promover uma mudança nos hábitos de consumo e a adoção de um estilo de vida mais sustentável, permitindo ainda sensibilizar a sociedade para os novos desafios ambientais e contribuir para um diálogo aberto, crítico e reflexivo sobre os mesmos.

**4.1.** Divulgação do concurso pelas escolas, faculdades, espaços públicos e plataformas digitais;

**4.2.** Elaboração das curtas-metragens pelos participantes;

**4.3.** Divulgação das curta-metragens nas plataformas digitais seguida de votação com base no número de gostos de cada vídeo divulgado na página de facebook da Associação PATO;

**4.4.** Entrega de prémios aos 3 primeiros lugares.

## **Ação 5- Cidadãos e a sustentabilidade: Workshops, oficinas e palestras**

Esta ação consiste na realização de um conjunto de workshops, oficinas e palestras sobre um estilo de vida sustentável e mudanças de hábitos de consumo, permitindo disseminar o conhecimento com efeito multiplicador e alterar comportamentos para padrões de consumo mais sustentáveis e conscientes de bens e serviços junto da população em geral, professores e crianças e jovens em idade escolar.

### **5.1. Workshop de compostagem doméstica**

Ação de formação teórico/prática com a construção de um compostor doméstico a partir de paletes reaproveitadas. Sessão dirigida ao público em geral, tendo como objetivo principal fomentar a compostagem doméstica, reduzindo a quantidade de resíduos orgânicos depositados em aterro. Deste modo, pode garantir-se a valorização do composto final através da produção de um fertilizante natural e o aumento da produtividade dos terrenos, assim como a melhoria da estrutura, arejamento e retenção de água dos mesmos.

### **5.2. Workshop de sabonetes e cosmética natural**

Workshop transversal a toda a população onde se irá aprender a fazer sabonetes e cremes de corpo ecológicos com ingredientes naturais, livres dos conservantes e químicos. Esta ação tem como objetivo principal diminuir a nossa pegada ecológica, promovendo o conhecimento na reutilização e transformação de materiais domésticos, como óleos e ervas aromáticas, em sabonetes e cremes ecológicos e sustentáveis.

### **5.3. Workshop Produtos de Limpeza Ecológicos**

Workshop transversal a toda a população onde cada participante irá aprender a fazer sabão natural ecológico (elaborado a partir da reciclagem de óleos usados), detergente em pó/líquido para máquina de lavar roupa, aditivo/amaciador para máquina de lavar roupa, spray multiusos, limpa-vidros e lava-tudo ecológico a partir de produtos 100% naturais. Esta ação tem como objetivo mostrar alternativas à limpeza dita convencional, mostrar que é possível fazer todas as limpezas com produtos feitos em casa, que são amigos do ambiente, não prejudicam a nossa saúde e que são, além disso, de baixo custo, diminuindo assim a nossa pegada ecológica.

### **5.4. Palestra Eco-lifestyle - Porquê e como**

Palestra e discussão transversal a toda a população que tem como objetivo mostrar que é possível, nos dias de hoje, seguir um estilo de vida ecológico e contribuir para um futuro sustentável, independentemente dos rendimentos de cada pessoa. Uma jornada dinâmica que visa promover um estilo de vida isento de desperdício, com hábitos ecológicos e sustentáveis, através de uma mudança ativa a nível ambiental, como escolher garrafas de água e sacos de plástico reutilizáveis, compras a granel ou a utilização de guardanapos de tecido ao invés dos de papel.

### **5.5. Workshop Pintura com pigmentos naturais.**

Workshop transversal a toda a população onde se irá aprender a pintar a partir de pigmentos naturais sem recorrer a produtos químicos e tóxicos e fazendo uso do que a natureza tem para nos oferecer. Esta ação tem como objetivo diminuir a nossa pegada ecológica, orientando os participantes na preparação, aplicação e conservação de tintas provenientes de pigmentos naturais/ecológicos, tais como: bagas de sabugueiro, café, bugalhos, entre outros.

### **5.6. Oficina de cestaria em bunho**

Oficina transversal a toda a população com a elaboração de uma pequena cesta feita em bunho por cada participante, usando técnicas tradicionais portuguesas. Esta ação tem como objetivo contribuir para a diminuição da pegada ecológica da população, capacitando os participantes para a elaboração de um produto

final sustentável e reutilizável, neste caso aproveitando o bunho enquanto produto ecológico e natural para criar, por exemplo, cestas de compras.

### 5.7. Workshop plantas comestíveis e medicinais

Workshop transversal a toda a população onde se irá ao longo de uma caminhada pelos trilhos da RNL-PT para adquirir conhecimentos sobre plantas comestíveis e medicinais. Esta ação tem como objetivo contribuir para a diminuição da pegada ecológica da população, capacitando os participantes com conhecimentos sobre a arte e ciência da identificação de plantas silvestres locais comestíveis, enquanto alimento nutritivo e dádiva preciosa da Natureza de que todos podemos desfrutar, bem como sobre a sua introdução na alimentação diária. Por outro lado, pretende-se dar também a conhecer plantas medicinais locais que poderão ser consumidas diretamente ou a partir de infusões, diminuindo assim a aquisição de produtos menos sustentáveis e ecológicos.

### 5.8. Workshop Atrair aves ao meu jardim.

Workshop transversal a toda a população, que tem como objetivo aproximar as pessoas à natureza, capacitando os participantes com conhecimentos sobre a reutilização e transformação de materiais caseiros em utensílios utilizados pelas aves que visitam todos os dias os recreios das escolas, quintais e jardins. É um exemplo a elaboração de comedouros e bebedouros para aves silvestres utilizando pacotes de leite vazios.

- Potenciais impactos:**

**Legenda:** CP – curto prazo; MP – médio prazo

Para os envolvidos				
Atividade	Indicador	Metas a alcançar	Impacto (CP)	Impacto (MP)
<b>Ação 1 - Pequenos (grandes) gestos para um futuro sustentável: Compra local sem plásticos</b>	Nº de ações desenvolvidas; nº de pessoas alcançadas; nº de sacos oferecidos; nº de produtores locais e regionais alcançados.	Envolver a comunidade local/regional em ações que permitam a adoção de práticas mais sustentáveis. Potenciar o conhecimento sobre a adoção de boas práticas ambientais.	Conhecer a importância da utilização de materiais sustentáveis; aumento de compras de produtos ecológicos/biológicos e em comércio local; assumir uma responsabilidade individual de proteção do planeta.	Disseminação do conhecimento e importância da reutilização de materiais e a utilização de materiais sustentáveis; contribuir para uma cidadania ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável.
<b>Ação 2 - ReEduca para o futuro: Educar a brincar</b>	Nº de atividades realizadas; nº de participantes; nº de escolas e ATL's alcançadas; nº de turmas alcançadas; participação de diferentes faixas etárias; nº de	Envolver as crianças e jovens em idade escolar em ações que permitam a adoção de práticas mais sustentáveis. Participação de um maior nº possível de alunos e professores de	Aumento do nº de crianças e jovens em idade escolar com uma maior responsabilidade individual na proteção do planeta.	Aumento do conhecimento de toda a equipa técnica; contribuir para uma cidadania ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável.

	professores alcançados e nº de compostores elaborados.	diferentes faixas etárias.		
<b>Ação 3 - Contribuir para uma Economia Circular? - inquérito</b>	Nº inquéritos preenchidos; nº de participantes de diferentes faixas etárias.	Atingir um elevado nº de participantes, de todas as faixas etárias.	Aumento do nº de cidadãos ambientalmente participativos; perceção sobre o conhecimento da sociedade perante a economia circular e sobre os seus hábitos de consumo e estilo de vida.	Aumento do conhecimento de toda a equipa técnica.
<b>Ação 4 - Concurso de curta-metragens - Sensibilizar para a Economia Circular</b>	Nº curta-metragens realizadas; nº de participantes de diferentes faixas etárias; alcance das curtas-metragens nas redes sociais.	Atingir um elevado nº de participantes, de todas as faixas etárias. Atingir um elevado nº de visualizações, de todas as faixas etárias.	Assumir uma responsabilidade individual na proteção do planeta; participação pró-ativa em políticas para a adoção de práticas sustentáveis.	Disseminação do conhecimento sobre a economia circular e a importância da reutilização de materiais e a utilização de materiais sustentáveis; contribuir para uma cidadania ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável.
<b>Ação 5 - Cidadãos e a sustentabilidade: Workshops, oficinas e palestras</b>	Nº workshops, oficinas e palestras; nº de participantes, participação de diferentes faixas etárias.	Atingir um elevado nº de participantes, de todas as faixas etárias.	Diálogo aberto, crítico e reflexivo sobre os novos desafios ambientais.	Aumento do conhecimento de toda a equipa técnica.
<b>Para o público-alvo</b>				
<b>Atividade</b>	<b>Indicador</b>	<b>Metas a alcançar</b>	<b>Impacto (CP)</b>	<b>Impacto (MP)</b>
<b>Ação 1 - Pequenos (grandes) gestos para um futuro sustentável:</b>	Nº de ações desenvolvidas; nº de pessoas alcançadas; nº de sacos oferecidos; nº de produtores locais e	Potenciar a adoção de práticas mais sustentáveis, no uso eficiente e sustentável dos recursos, incentivando a sua	Diminuição do consumo de sacos de plástico e outros materiais de uma só utilização.	Diminuição do consumo de sacos de plástico e outros materiais de uma só utilização; contribuir para uma cidadania

<b>Compra local sem plásticos</b>	regionais alcançados.	reutilização e a extensão da sua utilidade como opção. Promover a alteração de comportamentos para padrões de consumo mais sustentáveis e conscientes de bens e serviços. Aumentar a consciencialização ambiental.		ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável e para a adoção de práticas mais sustentáveis.
<b>Ação 2 - ReEduca para o futuro: Educar a brincar</b>	Nº de atividades realizadas; nº de participantes; nº de escolas e ATL's alcançadas; nº de turmas alcançadas; participação de diferentes faixas etárias; nº de professores alcançados e nº de compostores elaborados.	Educar e sensibilizar a comunidade escolar para a política dos 5 R's e a importância de Reduzir, Reutilizar, Recusar, Repensar e Reciclar. Potenciar a adoção de práticas mais sustentáveis, no uso eficiente e sustentável dos recursos, incentivando a sua reutilização.	Diálogo aberto, crítico e reflexivo sobre os novos desafios ambientais; reutilização e reaproveitamento de materiais; participação pró-ativa de crianças e jovens em idade escolar na adoção de práticas mais sustentáveis.	Disseminação do conhecimento sobre a política dos 5 R's e a importância de Reduzir, Reutilizar, Recusar, Repensar e Reciclar; Contribuir para uma cidadania ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável e para a adoção de práticas mais sustentáveis.
<b>Ação 3 - Contribuir para uma Economia Circular? - inquérito</b>	Nº inquéritos preenchidos, nº de participantes de diferentes faixas etárias.	Potenciar a adoção de práticas mais sustentáveis, no uso eficiente e sustentável dos recursos, incentivando a sua reutilização. Incentivar boas práticas ambientais; incentivar à partilha de conhecimento.	Reutilização e reaproveitamento de materiais; participação pró-ativa da população na adoção de práticas mais sustentáveis.	Disseminação do conhecimento sobre a importância de reutilizar e reaproveitar os materiais; contribuir para uma cidadania ativa e mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável e para a adoção de práticas mais sustentáveis.
<b>Ação 4 - Concurso de curta-metragens - Sensibilizar</b>	Nº curta-metragens realizadas; Nº de participantes de diferentes faixas etárias; nº de	Potenciar a adoção de práticas mais sustentáveis, no uso eficiente e sustentável dos recursos, alertando	Participação pró-ativa da população alertando para os novos desafios ambientais e incentivando a adoção	Disseminação do conhecimento sobre a economia circular; contribuir para uma cidadania ativa e

<b>para a Economia Circular</b>	visualizações; nº de pessoas a votar nas curta-metragens.	para a política dos 5 R's. Incentivar boas práticas ambientais; incentivar à partilha de conhecimento.	de práticas mais sustentáveis.	mobilizadora no domínio do desenvolvimento sustentável e para a adoção de práticas mais sustentáveis.
<b>Ação 5 - Cidadãos e a sustentabilidade: Workshops, oficinas e palestras</b>	Nº workshops, oficinas e palestras; nº de participantes, participação de diferentes faixas etárias.	Potenciar a adoção de práticas mais sustentáveis, no uso eficiente e sustentável dos recursos, incentivando a sua reutilização e a extensão da sua utilidade como opção. Promover a alteração de comportamentos para padrões de consumo mais sustentáveis e conscientes de bens e serviços. Aumentar a consciencialização ambiental.	Mobilização do público para a problemática da economia linear e da importância de adotar uma economia mais circular.	Aumento da consciencialização ambiental; aumento do conhecimento sobre a economia circular; maior literacia; promover o conhecimento.

- **Sustentabilidade:**

A Associação PATO conta com uma larga experiência em educação ambiental, proteção e conservação da natureza, tendo essencialmente um papel local e regional junto da comunidade. Com os novos desafios e metas ambientais que o planeta precisa de cumprir, também nós, enquanto cidadãos pró-ativos, temos um papel fundamental nesta caminhada. É através de cada atividade desenvolvida, de divulgação nos meios de comunicação e de uma atitude positiva que queremos chegar a um maior número de pessoas.

Acreditamos que, aumentando a disseminação do conhecimento, envolvendo a população e prestando a informação necessária para desenvolver uma maior educação e sensibilização ambiental, poderemos desenvolver a criação de valores, políticas e práticas ambientais mais sustentáveis, promovendo a alteração de comportamentos individuais e coletivos.

O contínuo e permanente projeto educativo que prestamos, a partir de diferentes atividades de educação ambiental para a sustentabilidade, será sempre a nossa verdadeira ferramenta para alcançar as metas propostas.

Queremos contribuir ativamente para a mudança contínua de atitudes mais sustentáveis na rotina diária dos cidadãos e para o desenvolvimento de um suporte eminentemente prático para que as escolas possam participar e contribuir para alcançar o desenvolvimento sustentável da região.

É ainda da nossa responsabilidade enquanto ONGA sensibilizar a sociedade para a importância da adoção de uma economia circular e alertar para a sustentabilidade e subsistência dos recursos naturais e do

nosso planeta. Além disso, devemos promover uma maior proximidade da comunidade local em relação aos problemas ambientais atuais, a fim de sensibilizar a população a agir e adaptar o seu comportamento para que este seja mais sustentável.

- **Disseminação:**

As atividades desenvolvidas serão promovidas através do site da Associação PATO, de plataformas digitais, redes sociais, comunicação social (rádios, Gazeta das Caldas, Jornal das Caldas, Agenda Viva, natural.pt, entre outros jornais, revistas e sites), na Câmara Municipal e juntas de freguesia de Caldas da Rainha, a partir da distribuição de *flyers* pela comunidade educativa e público em geral em estabelecimentos comerciais, unidades hoteleiras, entre outros locais que mostrem ser pertinentes para a divulgação de cada atividade em particular. Os resultados serão, posteriormente, divulgados no site da Associação PATO, redes sociais e comunicação social (rádios, jornais, revistas, sites).

**<http://www.associacao-pato.org/>**

**<https://www.facebook.com/associacao.pato/>**