



O O F S
Olympics of Sustainability

The OofS E-Paper

*“Práticas Desportivas e Tendências de Sustentabilidade
entre os Jovens nos Países Parceiros”*

WP2

Deliverable 2.1

Elaborado por: FSI, Junho de 2026



Co-funded by
the European Union

Índice

Informação do Documento.....	3
Resumo Executivo.....	4
1. Introdução.....	6
1.1 Enquadramento e fundamentação do projeto.....	6
1.2 Objetivo e âmbito.....	7
1.3 Metodologia.....	7
1.3.1 T2.1: Análise do Estado da Arte e Pesquisa Documental.....	7
1.3.2 T2.2: Consulta aos Stakeholders.....	8
2. Estado da Arte: Desporto Juvenil e Sustentabilidade nos Países Parceiros.....	8
2.1 Portugal.....	8
2.2 Finlândia.....	9
2.3 Eslovénia.....	11
2.4 Espanha.....	12
2.5 Análise Comparativa entre os Países.....	13
3. Resultados da Consulta aos Stakeholders (T2.2).....	16
3.1 Metodologia do Inquérito e Caracterização da Amostra.....	16
3.2 Práticas Atuais de Sustentabilidade no Desporto.....	16
3.2.2 Práticas mais comuns.....	16
3.2.3 Principais barreiras.....	17
3.2.4 Interesse dos jovens pela sustentabilidade.....	17
3.3 Reação ao Conceito OoFS.....	18
3.3.1 Atratividade do conceito.....	18
3.3.2 Desafios de sustentabilidade considerados mais atrativos.....	18
3.3.3 Equilíbrio na ponderação da classificação.....	19
3.3.4 Formato competitivo versus colaborativo.....	19
3.4 Inclusão e grupos-alvo.....	20
3.5 Adoção a longo prazo e sustentabilidade.....	21
3.6 Resultados das entrevistas: principais temas transversais aos países....	21
3.6.1 Finlândia: síntese das entrevistas.....	22
3.6.2 Eslovénia: síntese das entrevistas.....	23
3.6.3 Espanha: síntese das entrevistas.....	24
3.6.4 Portugal: síntese das entrevistas.....	24
3.6.5 Temas transversais identificados nas entrevistas.....	25
4. Estruturas Propostas para as National Olympics of Sustainability.....	26
4.1 Quadro comum da competição.....	26
4.2 Perfis dos eventos nacionais.....	26
5. Exemplos de atividades para as National Olympics of Sustainability.....	27
6. Conclusões e Recomendações.....	28
6.1 Principais conclusões.....	28
6.2 Recomendações.....	29
6.3 Implicações para as políticas públicas.....	30
Referências.....	31

Informação do Documento

Projeto	Olympics of Sustainability: Winning for Health and Planet (OofS)
Programa	Erasmus+ Desporto, ERASMUS-SPORT-2025-SCP
Deliverable	D2.1, The Olympics of Sustainability e-Paper
Work Package	WP2, The OofS e-Paper and Green Playbook
Líder do WP2	Finlands Svenska Idrott (FSI)
Elaborado por	Finlands Svenska Idrott (FSI)
Contributos de	MoF (Portugal), PJA (Portugal), SDE (Eslovénia), MoP (Espanha)
Versão	2.0 (revista e alinhada com os dados finais do inquérito)
Data	Junho de 2026
Disseminação	Pública (PU)
Licença	CC BY 4.0

Resumo Executivo

O e-Paper apresenta os resultados da primeira fase de investigação do projeto *Olympics of Sustainability* (OofS), uma iniciativa Erasmus+ Desporto que integra desafios de sustentabilidade ambiental em competições de desporto juvenil em toda a Europa. O documento reúne duas atividades de investigação complementares: uma análise do estado da arte e pesquisa documental (T2.1) destinada a mapear as práticas do desporto juvenil e as tendências em matéria de sustentabilidade em Portugal, na Finlândia, na Eslovénia e em Espanha; e uma consulta a stakeholders (T2.2), que incluiu 62 respostas a inquéritos e 20 entrevistas aprofundadas a municípios, clubes desportivos, federações, organizações juvenis, instituições de ensino e organizações ambientais dos quatro países parceiros.

A investigação confirma a premissa central do projeto OofS: embora a consciência ambiental entre os jovens europeus seja elevada, continua a existir uma lacuna persistente entre a sensibilização e a ação. Paralelamente, a participação dos jovens no desporto enfrenta desafios estruturais, desde as disparidades de género e as desigualdades de acesso entre meios urbanos e rurais até à diminuição da participação no desporto organizado na sequência da pandemia de COVID-19. As iniciativas existentes que promovem a ligação entre o desporto e a sustentabilidade encontram-se fragmentadas, estando maioritariamente concentradas ao nível do desporto de elite ou das federações, e raramente se dirigem ao desporto juvenil de base. Em nenhum dos países parceiros foi identificada uma metodologia comum ou normalizada para integrar a sustentabilidade em competições de desporto juvenil, o que evidencia a necessidade do modelo OofS.

Principais conclusões da investigação realizada junto dos stakeholders:

- O conceito OofS recebeu um forte apoio em Portugal, na Finlândia e na Eslovénia, onde a maioria dos participantes o avaliou positivamente, e uma receção mais mista em Espanha, onde aproximadamente metade dos participantes lhe atribuiu uma classificação de 4 ou 5 numa escala de 1 a 5.
- As corridas de recolha de resíduos, os desafios de plantação de árvores, os workshops de upcycling e as atividades de orientação baseadas na natureza foram identificados como os desafios de sustentabilidade mais envolventes para os jovens, variando a combinação específica entre países.

- A integração, no quadro da competição, tanto do desempenho desportivo como das realizações relacionadas com a sustentabilidade foi amplamente apoiada.
- As principais barreiras à implementação são o conhecimento ou a especialização limitados em matéria de sustentabilidade, a falta de financiamento e a existência de prioridades organizacionais concorrentes, desafios que o Green Playbook foi especificamente concebido para abordar.
- A meta de inclusão de 30% foi considerada realista, embora seja provável que exija um esforço deliberado, nomeadamente através de parcerias com escolas, da exigência de equipas mistas, da participação gratuita ou a preços acessíveis, do apoio ao transporte e de medidas de planeamento inclusivo que reduzam as barreiras à participação de grupos sub-representados.
- Foi manifestado interesse na adoção a longo prazo em todo o consórcio, tendo vários municípios indicado disponibilidade para assinar cartas de apoio ou Memorandos de Entendimento com vista a apoiar futuras implementações.
- A simplicidade foi consistentemente identificada como o fator de sucesso mais crítico. O modelo deverá ser fácil de compreender, implementar e replicar sem necessidade de um apoio externo significativo.

Com base nestes resultados, o e-Paper propõe um quadro comum para a implementação das *National Olympics of Sustainability* (OofS), combinando desporto, aprendizagem em sustentabilidade e participação inclusiva.

Este quadro é apoiado pelo OofS Green Playbook, que disponibiliza aos organizadores atividades prontas a utilizar, sistemas de pontuação, ferramentas de planeamento, orientações sobre inclusão e acessibilidade, recomendações para a gestão da sustentabilidade, orientações orçamentais e modelos de avaliação.

O modelo proposto combina estações desportivas e de sustentabilidade, desafios bónus e um sistema específico de reconhecimento através do Green Badge, que valoriza a aprendizagem e a ação ambiental independentemente da classificação final da competição. Esta abordagem procura garantir que as conquistas em matéria de sustentabilidade sejam reconhecidas a par do desempenho desportivo, mantendo simultaneamente uma experiência positiva e inclusiva para todos os participantes.

O quadro foi concebido para ser suficientemente flexível para acomodar diferentes contextos nacionais, regionais e locais, mantendo simultaneamente

princípios comuns e objetivos partilhados entre os países participantes. É dada particular atenção à redução das barreiras à participação e à criação de oportunidades para jovens com diferentes origens e experiências, incluindo grupos que possam enfrentar obstáculos à participação no desporto e na atividade física.

Os resultados demonstram que o desporto pode constituir uma plataforma eficaz para a educação ambiental, o envolvimento da comunidade e a mudança de comportamentos. Ao combinar atividade física com aprendizagem sobre sustentabilidade, as *Olympics of Sustainability* disponibilizam aos municípios, escolas, organizações desportivas e grupos comunitários um modelo prático, escalável e replicável, capaz de continuar a evoluir para além da duração do projeto.

O documento conclui com recomendações para a implementação, o envolvimento dos stakeholders, a integração em políticas públicas e a sustentabilidade a longo prazo da metodologia OofS.

1. Introdução

1.1 Enquadramento e fundamentação do projeto

De acordo com o Eurobarómetro Especial 525 da Comissão Europeia sobre Desporto e Atividade Física (2022), 45% dos europeus nunca praticam atividade física e apenas 38% fazem exercício pelo menos uma vez por semana. Esta tendência foi agravada pela pandemia de COVID-19, que conduziu a uma diminuição mensurável da participação no desporto, particularmente entre os jovens. Paralelamente, os desafios ambientais continuam a constituir uma preocupação crítica para os cidadãos da União Europeia. O Eurobarómetro Especial 571 (2026) demonstra que os europeus atribuem grande importância à necessidade de travar a perda de biodiversidade, com 96% dos inquiridos a concordarem com a afirmação de que «temos a responsabilidade de cuidar da natureza». O Eurobarómetro Especial 501 (2020) concluiu que mais de 90% dos europeus consideram importante a proteção do ambiente, embora muitos sintam que não conseguem tomar medidas concretas nesse sentido.

O projeto *Olympics of Sustainability* (OofS) posiciona-se na interseção destes dois desafios, tirando partido do potencial do desporto para criar um modelo transformador de envolvimento ambiental. O projeto introduz uma metodologia

inovadora que combina o desporto com a educação para a sustentabilidade, incorporando comportamentos pró-ambientais nas atividades físicas do dia a dia. A iniciativa reconhece que o envolvimento em esforços de sustentabilidade deve ser prático, recompensador e integrado na vida quotidiana. Através de uma abordagem de aprendizagem experiencial baseada no jogo, o OofS assegura que os conhecimentos sobre sustentabilidade são adquiridos através da ação, em vez de uma aprendizagem passiva.

O consórcio do projeto reúne cinco organizações parceiras de quatro Estados-Membros da União Europeia: o Município do Fundão (Portugal, Coordenador), a PJA Consultoria Desportiva e Projetos (Portugal), a Finlands Svenska Idrott FSI (Finlândia), a Športno društvo Endorfin (Eslovénia) e o Município de Pedreguer (Espanha).

O projeto prossegue quatro objetivos específicos:

- O.E.1: Aumentar a participação no desporto através da integração da sustentabilidade nas atividades físicas (meta: alcançar 500 jovens; 4 eventos).
- O.E.2: Incentivar comportamentos sustentáveis através de desafios baseados no desporto (meta: 50% dos participantes reportarem mudanças comportamentais; 24 atividades).
- O.E.3: Reforçar a inclusão e a participação de grupos sub-representados (meta: 30% de participação).
- O.E.4: Desenvolver um modelo replicável e escalável (meta: 20 municípios; 2 000 downloads do Green Playbook) .

1.2 Objetivo e âmbito

O presente *e-Paper* constitui o *Deliverable 2.1* do projeto OofS e foi desenvolvido no âmbito do *Work Package 2*. Funciona como a base de investigação do projeto, fornecendo a base de evidência sobre a qual são desenvolvidos o Green Playbook (D2.2) e as competições National Olympics of Sustainability (WP3).

O *e-Paper* cumpre duas funções principais: em primeiro lugar, apresentar os resultados da análise do estado da arte (T2.1); e, em segundo lugar, sintetizar os resultados da consulta aos stakeholders (T2.2). Em conjunto, estas atividades fornecem a base conceptual e prática para o desenvolvimento, implementação e futura replicação da metodologia OofS.

1.3 Metodologia

1.3.1 T2.1: Análise do Estado da Arte e Pesquisa Documental

A pesquisa documental foi realizada entre novembro de 2025 e março de 2026 (M1–M5). Cada organização parceira-piloto elaborou um relatório nacional utilizando um modelo normalizado desenvolvido pela Finlands Svenska Idrott, abrangendo nove áreas temáticas: práticas e participação no desporto juvenil; tendências em matéria de sustentabilidade; políticas e iniciativas; áreas de impacto ambiental; lacunas, necessidades e barreiras; principais stakeholders; estruturas de competição propostas; atividades exemplificativas; e boas práticas.

Os parceiros consultaram literatura académica, inquéritos Eurobarómetro, estatísticas nacionais, documentos de políticas governamentais, relatórios de federações desportivas e plataformas relevantes da União Europeia.

Uma vez que a Finlândia não irá implementar uma competição-piloto nacional, a Finlands Svenska Idrott não teve de elaborar um relatório nacional completo. Por conseguinte, o perfil da Finlândia apresentado no Capítulo 2 consiste num breve resumo validado, preparado com o contributo da Finlands Svenska Idrott.

1.3.2 T2.2: Consulta aos Stakeholders

A consulta aos stakeholders foi realizada entre março e maio de 2026 (M5–M6). O inquérito online incluiu 26 questões distribuídas por cinco secções e foi aplicado através do Google Forms em cinco línguas. Foram recebidas 62 respostas válidas: 18 de Portugal, 16 da Finlândia, 18 da Eslovénia e 10 de Espanha.

As entrevistas semiestruturadas (16 questões distribuídas por quatro blocos temáticos) foram conduzidas por cada parceiro local. No total, foram realizadas 20 entrevistas, dirigidas a decisores e profissionais de municípios, clubes desportivos, federações, organizações juvenis e instituições de ensino.

Todas as atividades de investigação cumpriram os requisitos do RGPD, sendo todos os dados das entrevistas apresentados de forma anónima.

2. Estado da Arte: Desporto Juvenil e Sustentabilidade nos Países Parceiros

O presente capítulo sintetiza os resultados da análise do estado da arte e da pesquisa documental (T2.1) realizada nos quatro países parceiros. O perfil de cada país é deliberadamente conciso e encontra-se organizado em torno de três temas: as principais características do desporto juvenil e da sustentabilidade, as principais barreiras e desafios e exemplos e boas práticas relevantes. Os relatórios nacionais completos são mantidos como documentação de suporte. A análise comparativa apresentada no final do

capítulo destaca as tendências comuns e as implicações práticas que contribuíram para o desenvolvimento da metodologia OofS e do Green Playbook.

2.1 Portugal

Principais características do desporto juvenil e da sustentabilidade

O desporto juvenil em Portugal desenvolve-se através de três canais: o desporto escolar, o desporto federado praticado em clubes e os programas municipais de desporto para todos. Apesar desta estrutura multinível, os níveis de participação continuam entre os mais baixos da União Europeia. O Eurobarómetro Especial 525 sobre Desporto e Atividade Física (2022) revelou que 73% dos inquiridos portugueses nunca praticam exercício físico, correspondendo à taxa de inatividade mais elevada entre todos os Estados-Membros abrangidos pelo estudo. O Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) é o principal organismo público responsável pela política desportiva em Portugal e apoia o desporto de base através do Programa Nacional de Desporto para Todos (PNDpT). A consciência ambiental entre os jovens é elevada; no entanto, coexistem níveis significativos de discrepância entre a sensibilização e a ação, sendo frequentemente apontadas as pressões financeiras e a escassez de alternativas economicamente acessíveis como os principais constrangimentos.

Principais barreiras e desafios

O financiamento é a barreira mais frequentemente referida, sendo a sustentabilidade frequentemente encarada como um custo adicional e não como uma prioridade organizacional central. O acesso geográfico continua a constituir um desafio estrutural nas regiões do interior, como o Fundão, onde as maiores distâncias de deslocação, a limitada oferta de transportes públicos e o menor número de instalações desportivas contribuem para o aumento das emissões e dos custos suportados pelas famílias. As normas de género continuam a influenciar as taxas de participação feminina. A governação da sustentabilidade encontra-se fragmentada entre o IPDJ, as agências ambientais, as autoridades educativas e os municípios, não existindo uma estratégia única de coordenação. Adicionalmente, a formação de treinadores não integra atualmente uma componente de sustentabilidade normalizada.

Exemplos relevantes e boas práticas

O Comité Olímpico de Portugal implementa um Plano de Sustentabilidade que abrange a energia, as emissões, os resíduos, a água e a biodiversidade, incluindo a iniciativa de reflorestação *Olympic Forest*. Eventos locais, como o Grande Prémio Cerejeiras em Flor, no Fundão, demonstram com sucesso a ligação entre o desporto, a sensibilização ambiental e a identidade cultural local. Entre os fatores adicionais que favorecem a implementação do OofS

destacam-se a rápida transição de Portugal para as energias renováveis (aproximadamente 71% da produção de eletricidade em 2024), o programa nacional de Desporto Escolar enquanto canal já estabelecido para disseminação e expansão da iniciativa e a forte tradição portuguesa em modalidades ao ar livre, como o trail running, o surf e a orientação, que se articulam particularmente bem com a metodologia proposta.

2.2 Finlândia

Principais características do desporto juvenil e da sustentabilidade

A Finlândia possui uma forte tradição de desporto organizado, recreação ao ar livre e atividade física em contacto com a natureza. O acesso a florestas, lagos e espaços naturais constitui uma parte importante da vida quotidiana, e atividades ao ar livre como caminhadas, orientação, esqui de fundo, ciclismo e atividades recreativas em meio natural são amplamente praticadas por diferentes grupos etários. O direito de livre acesso à natureza na Finlândia (*Everyman's Right – jokaisenoikeus*) garante um amplo acesso público aos espaços naturais e cria condições favoráveis para combinar atividade física, sensibilização ambiental e educação para a sustentabilidade.

Os clubes desportivos, os municípios, as escolas e as organizações da sociedade civil desempenham todos um papel importante na promoção da atividade física entre crianças e jovens. A participação no desporto organizado é relativamente elevada: de acordo com o estudo LIITU 2024, 55% das crianças, adolescentes e jovens adultos finlandeses entre os 9 e os 20 anos participaram em atividades de clubes desportivos, sendo os níveis de participação mais elevados entre os grupos etários mais jovens. Ao mesmo tempo, apenas cerca de um terço cumpria as recomendações nacionais de atividade física, verificando-se uma diminuição dos níveis de atividade com o aumento da idade. Estes resultados evidenciam simultaneamente os pontos fortes do sistema desportivo finlandês e a necessidade contínua de envolver os jovens na prática regular de atividade física (LIITU, 2024).

Os quadros políticos nacionais, incluindo a Lei do Desporto da Finlândia (*Liikuntalaki*), o Currículo Nacional de Base da Finlândia e o Programa de Responsabilidade da Comunidade Desportiva Finlandesa (*Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelma*), atribuem uma importância crescente à sustentabilidade, à igualdade, à inclusão e à responsabilidade social.

A sustentabilidade ambiental é amplamente reconhecida como uma questão societal importante, estando a educação para a sustentabilidade integrada em todo o sistema educativo. Os municípios finlandeses investem significativamente em infraestruturas de recreação, incluindo parques, percursos ao ar livre, pistas de esqui e outros espaços verdes que promovem a

atividade física e o bem-estar. Iniciativas como as atividades de educação ambiental na natureza do programa *Metsämörri* (*Metsämörritoiminta*) constituem exemplos de como a sensibilização ambiental e a atividade física podem ser combinadas desde a primeira infância. As organizações desportivas finlandesas têm igualmente integrado, de forma crescente, medidas de sustentabilidade nas suas atividades, particularmente em áreas como os transportes sustentáveis, as compras responsáveis, a redução de resíduos e a reciclagem.

Principais barreiras e desafios

Apesar das estruturas sólidas e dos elevados níveis de sensibilização ambiental, continuam a existir desafios. Os dados de monitorização nacionais indicam que uma proporção significativa dos jovens não atinge os níveis recomendados de atividade física diária, sendo os níveis de participação geralmente mais elevados entre os rapazes do que entre as raparigas. A sensibilização ambiental não se traduz automaticamente em ações concretas, e as organizações desportivas referem frequentemente limitações ao nível dos conhecimentos, das ferramentas práticas e dos recursos necessários para implementar medidas de sustentabilidade.

As oportunidades de participação não são igualmente acessíveis a todos os jovens. A investigação demonstrou que alguns grupos continuam a enfrentar barreiras à participação no desporto e na atividade física. O Comité Paralímpico Finlandês salientou que muitos jovens com deficiência gostariam de participar no desporto organizado, mas têm dificuldade em encontrar oportunidades adequadas e acessíveis. Os estudos demonstraram igualmente que os jovens pertencentes a minorias sexuais e de género têm maior probabilidade de experienciar comportamentos inadequados, discriminação ou exclusão em contextos desportivos. Além disso, fatores socioeconómicos, as distâncias geográficas, os custos de transporte e os recursos organizacionais limitados podem afetar a participação e a implementação de iniciativas, particularmente em áreas menos densamente povoadas.

Exemplos relevantes e boas práticas

A Finlândia apresenta vários exemplos de boas práticas na articulação entre sustentabilidade e desporto. O Programa de Responsabilidade da Comunidade Desportiva Finlandesa apoia as organizações no desenvolvimento do seu trabalho na área da sustentabilidade, enquanto os municípios integram cada vez mais considerações de sustentabilidade nas instalações desportivas, nos eventos e nos processos de aquisição. As atividades ao ar livre e de aventura são amplamente utilizadas para reforçar simultaneamente a atividade física e a sensibilização ambiental. A colaboração entre escolas, municípios, organizações desportivas e organizações da sociedade civil cria oportunidades

significativas para envolver os jovens através do desporto, promovendo simultaneamente a sustentabilidade, a inclusão e a cidadania ativa.

Os stakeholders consultados no âmbito do projeto OofS salientaram igualmente a importância de ferramentas de implementação práticas e de fácil utilização. Ideias de atividades prontas a utilizar, modelos, listas de verificação, materiais de comunicação e ferramentas de avaliação foram identificados como recursos particularmente valiosos para apoiar o trabalho na área da sustentabilidade ao nível do desporto de base.

2.3 Eslovénia

Principais características do desporto juvenil e da sustentabilidade

A Eslovénia possui um modelo de governação misto que combina instituições estatais, organizações não governamentais e autoridades locais, sendo que aproximadamente 10 000 clubes desportivos funcionam como organizações não governamentais e constituem a espinha dorsal do desporto de base. Os municípios são os principais atores públicos neste domínio, assegurando cerca de 70% do financiamento público do desporto através dos Programas Locais de Desporto. O Programa Nacional do Desporto 2026–2035 integra infraestruturas sustentáveis, desporto em meio natural e responsabilidade ambiental na governação do desporto. Uma forte cultura de atividades ao ar livre, incluindo caminhadas, ciclismo, trail running e esqui, proporciona aos jovens uma ligação natural à proteção ambiental, embora a já conhecida lacuna entre a sensibilização e a ação continue a ser evidente.

Principais barreiras e desafios

As barreiras mais frequentemente identificadas incluem o conhecimento coletivo limitado entre financiadores e stakeholders locais, a reduzida motivação dos stakeholders, os recursos financeiros insuficientes, as lacunas ao nível das orientações para a implementação e a perceção de que a sustentabilidade ainda não constitui uma prioridade suficientemente elevada. Estes desafios são agravados pela existência de uma discrepância entre o planeamento estratégico e a implementação prática, pela limitada coordenação intersetorial e pelos encargos administrativos associados. A sensibilização dos jovens entre os 15 e os 19 anos é, de um modo geral, elevada em termos teóricos, mas continua a ser desigual na prática. As redes sociais foram identificadas como um fator de dupla natureza, aumentando a visibilidade e a sensibilização, mas incentivando simultaneamente formas mais superficiais de envolvimento.

Exemplos relevantes e boas práticas

O Comité Olímpico da Eslovénia adotou uma Estratégia de Sustentabilidade para o período 2024–2030, e federações como a Federação Eslovena de

Futebol desenvolveram as suas próprias estratégias de sustentabilidade social e ambiental. Ao nível local, os municípios têm vindo a implementar de forma generalizada iluminação LED e painéis solares nas instalações desportivas públicas. Entre os exemplos de boas práticas destacam-se o projeto Fit4Green (EUSA), o Move4Nature (um projeto Erasmus+ Desporto que promove a aprendizagem ambiental através de atividades ao ar livre) e eventos como o Ultra Trail Slovenia, que integram medidas de redução de resíduos e a utilização de materiais reutilizáveis na organização dos eventos.

2.4 Espanha

Principais características do desporto juvenil e da sustentabilidade

Espanha dispõe de um sistema descentralizado e multissetorial: o *Consejo Superior de Deportes (CSD)* define a estratégia, enquanto as comunidades autónomas e as autarquias locais implementam os programas. A participação dos jovens é relativamente elevada, com 20,2% dos jovens entre os 15 e os 24 anos a possuírem uma licença federativa, a percentagem mais elevada entre todos os grupos etários. Paralelamente, grandes programas municipais, como os *Juegos Deportivos Municipales* de Madrid, envolveram mais de 140 000 participantes em 2024. A integração da sustentabilidade encontra-se ainda numa fase inicial. Os dados do inquérito indicam que cerca de 70% das organizações abordam a sustentabilidade apenas de forma informal. O interesse dos jovens é moderado, mas é reforçado pela relevância local dos desafios associados ao clima mediterrânico, nomeadamente o stress hídrico, os incêndios florestais e a perda de biodiversidade.

Principais barreiras e desafios

As principais barreiras identificadas incluem lacunas ao nível dos conhecimentos e das competências, a inércia institucional, as limitações de financiamento e as desigualdades ao nível das infraestruturas. O modelo descentralizado gera diferenças significativas entre regiões na forma como a sustentabilidade é implementada, o que condiciona a aplicação consistente de uma metodologia comum à escala nacional.

Exemplos relevantes e boas práticas

A Estratégia Nacional para a Promoção do Desporto contra o Sedentarismo e a Inatividade Física 2025–2030 prevê um investimento de aproximadamente 87 milhões de euros e inclui o ambiente e o desenvolvimento sustentável como uma das suas cinco prioridades estratégicas. O *Consejo Superior de Deportes (CSD)* aderiu ao *Green Sport Manifesto* da Comissão Europeia e desenvolveu selos de sustentabilidade para eventos e entidades desportivas (*Sello de Evento Deportivo Sostenible* e *Sello de Entidad Deportiva Sostenible*), juntamente com ferramentas de monitorização da pegada de carbono. Ao nível local, os circuitos da Marina Alta constituem uma referência regional, tendo

eliminado os plásticos através da utilização de copos produzidos à base de milho e de embalagens individuais de cartão, bem como reduzido a pegada têxtil através da utilização de uma única t-shirt para todo o circuito.

2.5 Análise Comparativa entre os Países

Embora este capítulo se baseie principalmente na análise do estado da arte e na pesquisa documental (T2.1), a análise comparativa considera igualmente os resultados relevantes da consulta aos stakeholders (T2.2), sempre que estes contribuam para explicar tendências comuns e as suas implicações práticas. Os quatro países parceiros diferem entre si ao nível dos sistemas desportivos, das estruturas de governação e dos contextos de sustentabilidade. No entanto, foram identificadas várias tendências comuns. A tabela seguinte apresenta uma síntese geral dos resultados e destina-se a proporcionar uma comparação ilustrativa, não constituindo uma classificação quantitativa dos países.

Dimensão	Portugal	Finlândia*	Eslovénia	Espanha
Participação no desporto	Níveis de participação relativamente baixos	Níveis de participação relativamente elevados	Participação moderada, com fortes estruturas de desporto de base	Participação juvenil relativamente elevada
Integração da sustentabilidade no desporto	Emergente e em desenvolvimento	Comparativamente avançada	Moderada, com forte envolvimento dos municípios	Emergente e em grande medida informal
Sensibilização ambiental dos jovens	Elevada sensibilização, mas com uma clara lacuna entre a sensibilização e a ação	Elevada sensibilização e literacia ambiental	Sensibilização moderada a elevada, apoiada por uma forte cultura de atividades ao ar livre	Sensibilização crescente, impulsionada pelos desafios ambientais locais
Principais barreiras	Financiamento, acessibilidade geográfica e normas de género	Lacunas ao nível dos conhecimentos, prioridades concorrentes e desafios de implementação	Lacunas ao nível dos conhecimentos, motivação e financiamento	Lacunas ao nível dos conhecimentos, inércia institucional e implementação desigual
Tradição de desporto ao ar livre	Forte e em crescimento	Muito forte	Muito forte	Moderada a forte

* Uma vez que a Finlândia não irá implementar uma competição-piloto nacional, não foi elaborado um relatório completo de Estado da Arte. Por conseguinte, o perfil da Finlândia baseia-se em informação contextual nacional selecionada (ver Secção 2.2).

Padrões comuns

A lacuna entre a sensibilização e a ação foi identificada em todos os países

parceiros. De um modo geral, os jovens demonstram preocupação com as questões ambientais, mas frequentemente não dispõem de oportunidades estruturadas e motivadoras para transformar essa sensibilização em ações concretas através do desporto.

As iniciativas de sustentabilidade no desporto continuam a ser fragmentadas e concentram-se frequentemente ao nível do desporto de elite, das federações ou de projetos específicos, em vez de estarem integradas de forma sistemática no desporto juvenil de base. Em nenhum dos países parceiros foi identificada uma metodologia normalizada para integrar a sustentabilidade em competições de desporto juvenil, o que evidencia o potencial contributo do modelo OofS.

As limitações de financiamento, as lacunas ao nível dos conhecimentos e os desafios de implementação surgiram como barreiras recorrentes em todos os países parceiros. Paralelamente, as escolas, os municípios e as organizações da comunidade foram consistentemente identificados como intervenientes fundamentais na promoção da participação desportiva e do envolvimento dos jovens em iniciativas de sustentabilidade.

Os espaços naturais e as atividades em meio natural foram destacados como recursos importantes em todos os países parceiros, proporcionando oportunidades para combinar atividade física, aprendizagem sobre sustentabilidade e envolvimento da comunidade.

Principais diferenças

Os países parceiros diferem quanto ao grau de maturidade das suas abordagens à sustentabilidade no desporto. A Finlândia e a Eslovénia apresentam estruturas e quadros políticos mais consolidados, enquanto Portugal e Espanha se encontram ainda a desenvolver abordagens mais sistemáticas.

Foram igualmente identificadas diferenças nos contextos ambientais e nas culturas desportivas que poderão influenciar a implementação. A Finlândia e a Eslovénia possuem tradições particularmente fortes de atividades ao ar livre e de atividade física em meio natural, enquanto Portugal e Espanha evidenciaram oportunidades para associar as atividades de sustentabilidade aos desafios ambientais locais e ao envolvimento comunitário.

As estruturas de governação variam consideravelmente, desde abordagens nacionais mais coordenadas até ao sistema altamente descentralizado de Espanha. Estas diferenças poderão influenciar a forma como a metodologia OofS é implementada e replicada à escala local e nacional.

Implicações para a metodologia OofS e o Green Playbook

A análise do estado da arte e a consulta aos stakeholders sustentam, em

conjunto, o desenvolvimento de um quadro comum e transferível para o OoFS, passível de ser adaptado às circunstâncias locais, em vez de dar origem a modelos nacionais distintos.

Em todos os países parceiros, emergiram de forma consistente as seguintes prioridades:

- manter a participação gratuita ou a custos acessíveis, sempre que possível;
- utilizar as escolas e as redes comunitárias como principais canais de recrutamento de participantes;
- associar as atividades aos contextos ambientais locais e aos desafios da sustentabilidade;
- disponibilizar aos organizadores ferramentas de implementação práticas e de fácil utilização;
- promover a inclusão social, reduzindo as barreiras financeiras, geográficas e de outra natureza à participação e criando oportunidades acolhedoras para jovens com diferentes origens e experiências;
- garantir que a aprendizagem sobre sustentabilidade permaneça estreitamente ligada à atividade física, ao trabalho em equipa e ao prazer da participação.

As diferenças nacionais influenciam sobretudo a seleção das atividades, as estratégias de recrutamento e as modalidades de implementação, mais do que a conceção fundamental do próprio modelo OoFS.

3. Resultados da Consulta aos Stakeholders (T2.2)

3.1 Metodologia do Inquérito e Caracterização da Amostra

O inquérito online T2.2 foi disponibilizado através do Google Forms, em cinco línguas, entre 31 de março e 24 de abril de 2026. No total, foram obtidas 62 respostas válidas nos quatro países parceiros.

País	Respostas	Parceiro	Principais tipos de inquiridos
Portugal	18	PJA	Clubes/federações desportivas 56%; ONG 22%; municípios 17%
Finlândia	16	FSI	Clubes/federações desportivas 38%; ONG 25%; setor da educação 13%
Eslovénia	18	SDE	Clubes/federações desportivas 44%; setor da educação 39%; municípios 11%; organizações juvenis 6%
Espanha	10	MoP	Municípios 40%; clubes desportivos 30%; outros 30%

País	Respostas	Parceiro	Principais tipos de inquiridos
Total	62	N/A	Amostra diversificada e multissetorial, cumprindo a meta de 60 respostas

Nota sobre a interpretação: os dados do T2.2 têm carácter exploratório. Com aproximadamente 10 a 18 respostas ao inquérito e cerca de cinco entrevistas por país, e tendo em conta que algumas questões incluíram opções de resposta específicas para cada contexto nacional, as percentagens apresentadas devem ser interpretadas como indicadores de tendência e de importância relativa, e não como medidas estatisticamente representativas. Sempre que as escalas de resposta ou as listas de opções diferiram entre países, essa informação é assinalada sob a tabela correspondente. Os itens que não foram incluídos num determinado questionário nacional são assinalados com n/a.

3.2 Práticas Atuais de Sustentabilidade no Desporto

3.2.2 Práticas mais comuns

Prática	PT	FI	SI	ES
Garrafas reutilizáveis / redução da utilização de plásticos de utilização única	67%	38%	39% ¹	40%
Redução de resíduos e reciclagem	50%	50%	39%	50%
Promoção de transportes sustentáveis	17%	88%	61%	60%
Atividades em meio natural / ao ar livre	56%	25%	72%	50%
Eficiência energética nas instalações	28%	6%	33%	40%
Contratação sustentável	39%	81%	n/a ²	n/a
Campanhas de sensibilização	17%	25%	11% ³	10%
Monitorização da pegada de carbono	17%	19%	n/a	n/a

As listas de práticas variaram ligeiramente entre os diferentes países. ¹ Na Eslovénia, este item dizia respeito à utilização de copos reutilizáveis. ² Na Eslovénia, em vez da opção «contratação sustentável», o questionário incluía a opção «cooperação com fornecedores locais» (50%). A versão final do questionário espanhol não incluía as opções «contratação sustentável» nem «monitorização da pegada de carbono». ³ Na Eslovénia, este item dizia respeito à organização de eventos de promoção e sensibilização. A linha relativa à eficiência energética foi acrescentada nesta revisão, uma vez que constava dos inquéritos nacionais, mas tinha sido omitida da versão anterior do documento.

3.2.3 Principais barreiras

Barreira	PT	FI	SI	ES
Falta de financiamento	61%	38%	39%	30%
Falta de conhecimentos / competências	39%	81%	50% ¹	50%
Baixo interesse dos participantes ou dos stakeholders	11%	38%	50% ²	10%
Prioridades concorrentes	39%	38%	22%	20%
Resistência institucional	11%	12%	n/a	10%
Ausência de orientações ou ferramentas claras	33%	25%	28%	30%

Os valores de Portugal são apresentados sob a forma de intervalos qualitativos, de acordo com a escala acordada pelo consórcio: baixo = 0% a 49%, moderado = 50% a 69% e elevado = 70% a 100%. ¹ Na Eslovénia, foi feita uma distinção entre a falta de conhecimento coletivo entre financiadores e stakeholders locais (50%) e a falta de conhecimentos sobre a implementação (28%). ² Na Eslovénia, este

item referia-se à baixa motivação dos stakeholders, e não especificamente ao interesse dos participantes. Na Finlândia, a capacidade limitada de gestão foi identificada separadamente, com um valor de 31%.

3.2.4 Interesse dos jovens pela sustentabilidade

Em todos os países parceiros, os inquiridos consideraram, de um modo geral, que os jovens demonstram interesse pelas questões relacionadas com a sustentabilidade, embora o nível desse interesse varie entre países.

Em Portugal, os inquiridos reportaram níveis relativamente elevados de interesse, considerando maioritariamente que os jovens estão muito ou moderadamente interessados na sustentabilidade. Em Espanha observaram-se padrões semelhantes, embora os inquiridos tenham descrito com maior frequência o interesse dos jovens como moderado, em vez de elevado.

Na Eslovénia, os inquiridos consideraram, de um modo geral, que os jovens demonstram interesse pelas questões da sustentabilidade, salientando, contudo, que esse interesse varia entre indivíduos e contextos. Os entrevistados destacaram igualmente o papel da cultura de atividades ao ar livre e das atividades em meio natural na promoção da sensibilização ambiental entre os jovens.

Na Finlândia, as opiniões dos inquiridos revelaram-se mais diversificadas. Embora muitos considerassem que os jovens têm interesse pela sustentabilidade, uma proporção significativa selecionou a opção «Não sabe / Não aplicável», refletindo a dificuldade em avaliar o interesse dos jovens em nome de terceiros, e não uma falta de interesse por parte dos próprios jovens.

De um modo geral, os resultados sugerem que a sustentabilidade é um tema relevante para muitos jovens nos países parceiros. No entanto, o interesse, por si só, não se traduz automaticamente em ação. Os inquiridos salientaram de forma consistente a necessidade de adotar abordagens práticas, envolventes e participativas que estabeleçam uma ligação entre a sustentabilidade e o quotidiano dos jovens.

3.3 Reação ao Conceito OofS

3.3.1 Atratividade do conceito

Classificação	PT	FI	SI ¹	ES
5/5 (extremamente atrativo)	50%	31%	33%	10%
4/5 (muito atrativo)	33%	50%	17%	40%
3/5 (moderadamente atrativo)	17%	6%	17%	10%
2/5 ou inferior	0%	12%	34%	40%

¹ Na Eslovénia foi utilizada uma escala de aceitabilidade (muito aceitável, bom, aceitável, parcialmente aceitável e não aceitável), que foi convertida para a escala de classificação de 5 pontos apresentada nesta tabela. A categoria «2/5 ou inferior» agrega as respostas «parcialmente aceitável» (28%) e «não aceitável» (6%).

O conceito foi amplamente bem acolhido em Portugal (83% atribuíram uma classificação de 4 ou 5), na Finlândia (81% atribuíram uma classificação de 4 ou 5) e na Eslovénia (67% classificaram-no como **aceitável ou superior**). Em Espanha, a receção foi mais heterogénea, com 50% dos inquiridos a atribuírem uma classificação de 4 ou 5 e 40% uma classificação de 2 ou inferior, refletindo o estágio ainda inicial da integração da sustentabilidade no desporto.

3.3.2 Desafios de sustentabilidade considerados mais atrativos

Considerando os resultados agregados dos quatro países parceiros, os desafios de sustentabilidade considerados mais atrativos para os jovens são:

- Desafios de recolha de resíduos e competições de limpeza da comunidade, que registaram uma aceitação consistente nos quatro países.
- Workshops de upcycling e reutilização criativa, a opção mais frequentemente selecionada na Finlândia e também bastante valorizada em Portugal e na Eslovénia, promovendo os princípios da economia circular.
- Desafios de plantação de árvores, especialmente valorizados em Portugal e em Espanha, associados às necessidades locais de reflorestação.
- Desafios de mobilidade sustentável, com particular destaque na Finlândia e em Espanha, tirando partido das infraestruturas existentes para a utilização da bicicleta e dos transportes públicos.
- Atividades de orientação em meio natural e observação da biodiversidade, populares na Eslovénia e na Finlândia, estabelecendo uma ligação entre o desporto e a educação para a natureza.
- Desafios de planeamento da ação climática, destacados em Portugal e na Finlândia, associando o desporto ao envolvimento cívico.

3.3.3 Equilíbrio na ponderação da classificação

Ponderação preferida	PT	FI	SI	ES
Igual (50/50)	78%	81%	56%	40%
Maior ponderação da sustentabilidade ou da qualidade (70-80%)	11%	12%	39%	0%
Maior ponderação do desempenho desportivo (70-80%)	11%	6%	6%	40%
Sem preferência	0%	0%	0%	20%

Na Eslovénia, a opção «maior ponderação da sustentabilidade ou da qualidade» foi apresentada como uma ponderação de cerca de 70% para a qualidade da implementação e a sustentabilidade, e de cerca de 30% para o resultado desportivo.

A repartição equilibrada (50/50) foi claramente a opção preferida em Portugal, na Finlândia e na Eslovénia. Espanha constitui a exceção, sendo o único país onde se verificou uma preferência significativa por uma maior ponderação do desempenho desportivo: os inquiridos dividiram-se de forma equitativa entre uma ponderação igualitária (40%) e uma ponderação centrada no desempenho desportivo (40%). Por conseguinte, a afirmação anteriormente apresentada de que a repartição 50/50 foi consensual em todos os países deve ser relativizada no caso de Espanha. A margem de flexibilidade prevista no quadro comum, com uma ponderação entre 40/60 e 60/40, permite acomodar estas diferenças.

3.3.4 Formato competitivo versus colaborativo

Em todos os países, o formato preferido é um modelo híbrido, no qual a competição desempenha um papel importante, mas a colaboração assume um peso comparável. Na Finlândia, metade dos inquiridos considerou que a competição é útil, mas não essencial, enquanto outro quarto indicou não ter preferência, sendo reduzida a proporção dos que a consideraram indispensável. Na Eslovénia, 61% dos inquiridos entenderam que a competição é importante, mas não constitui o principal objetivo, e 33% manifestaram preferência por um formato colaborativo ou centrado na participação. Em Espanha, 60% consideraram que a competição é útil, mas defenderam que a colaboração deve ter igual importância. Os formatos exclusivamente competitivos foram apoiados apenas por uma minoria de inquiridos (com maior expressão entre os representantes de clubes desportivos portugueses), enquanto os formatos exclusivamente colaborativos também reuniram um apoio limitado. Os resultados obtidos sustentam, assim, a opção do OoFS por um modelo que combina componentes competitivas e colaborativas.

3.4 Inclusão e grupos-alvo

O objetivo de assegurar uma participação de 30% de grupos sub-representados foi, de um modo geral, considerado exequível. No entanto, os stakeholders salientaram que esse objetivo não será alcançado de forma automática. Entre os principais desafios identificados destacam-se a mobilização de grupos sub-representados, a superação de barreiras financeiras e de transporte e a garantia de que as atividades sejam acessíveis e acolhedoras para participantes com diferentes perfis e contextos. Entre as soluções propostas encontram-se o estabelecimento de parcerias com escolas, ações de divulgação direcionadas, equipas mistas, participação gratuita ou a custos acessíveis, apoio ao transporte e a colaboração com organizações que

trabalham com grupos sub-representados. As estratégias de inclusão consideradas mais eficazes nos diferentes países foram:

- Ações de divulgação direcionadas através de escolas e centros de juventude, identificadas como a principal estratégia em todos os países.
- Equipas mistas, que reuniram um forte apoio em todos os países.
- Participação gratuita e apoio ao transporte, considerados particularmente importantes em Portugal e em Espanha.
- Colaboração com organizações que trabalham com grupos sub-representados e com jovens que enfrentam barreiras à participação, destacada pelos stakeholders como uma medida de elevado valor.
- Programas de jovens embaixadores e envolvimento de líderes comunitários, referidos em todos os países.
- Comunicação em formatos acessíveis e em várias línguas.

3.5 Adoção a longo prazo e sustentabilidade

Probabilidade de adoção	PT	FI	SI ¹	ES
Muito provável	44%	0%	17%	20%
Provável	33%	50%	44%	10%
Possível	6%	38%	n/a	30%
Pouco ou muito pouco provável	17%	12%	39%	40%

¹ Na Eslovénia foi utilizada uma escala de quatro pontos, sem uma opção intermédia neutra. Além disso, a questão incidia sobre a probabilidade de o projeto produzir um impacto duradouro e obter cofinanciamento local, e não sobre a probabilidade de adoção por parte da própria organização. O potencial de adoção foi mais elevado em Portugal e mais reduzido em Espanha, onde metade dos inquiridos manifestou reservas quanto à adoção da iniciativa.

Vários municípios dos países parceiros manifestaram disponibilidade para assinar cartas de apoio ou Memorandos de Entendimento (MoU) com vista à implementação a longo prazo. Na consulta realizada na Eslovénia, todos os municípios participantes confirmaram essa disponibilidade.

Quando questionados sobre os conteúdos que o Green Playbook deveria incluir, os stakeholders atribuíram prioridade a ferramentas práticas e prontas a utilizar. A classificação agregada das prioridades nos diferentes países foi a seguinte:

Elemento	Prioridade
Modelos de planeamento e listas de verificação	1.º (opção mais escolhida em todos os países)
Exemplos de desafios de sustentabilidade e respetivas regras	2.º

Elemento	Prioridade
Sistemas de pontuação e de avaliação	3.º
Exemplos de orçamento e estimativas de custos	4.º
Materiais de comunicação e promoção	5.º
Ferramentas de medição e comunicação do impacto	6.º
Estudos de caso de eventos-piloto	7.º
Recomendações de políticas	8.º

3.6 Resultados das entrevistas: principais temas transversais aos países

Foram realizadas 20 entrevistas aprofundadas nos quatro países parceiros (4 em Portugal, 5 na Finlândia, 6 na Eslovénia e 5 em Espanha). Em conformidade com os compromissos assumidos junto dos entrevistados, todos os dados recolhidos são apresentados de forma anónima. As entrevistas permitiram aprofundar e contextualizar os resultados obtidos através do inquérito, fornecendo evidência qualitativa complementar à informação quantitativa recolhida.

3.6.1 Finlândia: síntese das entrevistas

Foram realizadas cinco entrevistas com representantes de organizações desportivas, instituições de ensino, organizações não governamentais e profissionais da área do trabalho com jovens. Os principais resultados foram os seguintes:

- Os jovens demonstram, de um modo geral, um elevado nível de sensibilização para as questões da sustentabilidade no seu quotidiano. No entanto, é necessário proporcionar mais apoio e oportunidades práticas para transformar essa sensibilização em ações concretas através do desporto.
- As atividades ao ar livre, a educação pela aventura, a aprendizagem em meio natural e as atividades relacionadas com a biodiversidade foram identificadas como abordagens particularmente adequadas para combinar a prática desportiva com a aprendizagem sobre sustentabilidade.
- As escolas, as organizações de juventude, os clubes desportivos, as redes sociais e as redes de pares foram apontados como canais fundamentais para chegar aos jovens, em especial àqueles que atualmente não participam no desporto organizado.

- As barreiras financeiras, os desafios relacionados com o transporte e os recursos limitados das organizações podem dificultar tanto a participação como a implementação. Por esse motivo, os eventos devem ser gratuitos ou de baixo custo e concebidos de forma a minimizar as barreiras à participação.
- A inclusão deve estar integrada em todo o processo de conceção do evento. Os entrevistados destacaram a importância da acessibilidade, da representação da diversidade, da criação de ambientes seguros e do envolvimento significativo dos grupos sub-representados no planeamento e na implementação.
- A simplicidade foi identificada como um fator determinante para o sucesso. O Green Playbook deverá disponibilizar recursos práticos e de utilização simples, incluindo ideias de atividades, modelos, listas de verificação, materiais de comunicação, ferramentas de avaliação e orientações para a implementação.

3.6.2 Eslovénia: síntese das entrevistas

A SDE realizou seis entrevistas com representantes de municípios e de organizações desportivas. Todos os municípios participantes confirmaram a sua disponibilidade para fornecer uma carta de apoio à implementação da iniciativa a longo prazo. Os principais resultados foram os seguintes:

- Verificou-se uma forte aposta na eficiência energética ao nível local, nomeadamente através da utilização generalizada de iluminação LED, da instalação de painéis solares em instalações desportivas públicas, da promoção da mobilidade sustentável e da organização de eventos desportivos ambientalmente responsáveis (como provas de *trail running* e ciclismo) com medidas de redução de resíduos.
- Os jovens entre os 15 e os 19 anos demonstram um nível moderado de sensibilização para a proteção do ambiente. Embora o conhecimento teórico seja elevado, continua a existir um desfasamento entre o conhecimento e a sua aplicação na prática. As redes sociais foram identificadas como um fator de dupla influência, aumentando a visibilidade das questões ambientais, mas promovendo frequentemente formas superficiais de envolvimento.
- A iniciativa foi percebida como inovadora e apelativa, revelando um forte potencial para promover a sensibilização ambiental, a inclusão social e a participação ativa através do desporto. A dimensão internacional do projeto foi considerada particularmente importante para facilitar a sua replicação.

- Os tipos de jogos preferidos incluem jogos interativos em equipa realizados em meio natural, atividades de aventura e percursos de obstáculos, bem como jogos que integrem tarefas de reciclagem, gestão de recursos e resolução de problemas relacionados com a sustentabilidade. Os jogos tradicionais e adaptados ao contexto local foram igualmente considerados uma mais-valia.
- Foi manifestada uma preferência consistente por um formato híbrido que combine competição com aprendizagem experiencial. A competição é vista como um fator de motivação, mas o principal enfoque deve permanecer na aprendizagem, na cooperação e no desenvolvimento pessoal, e não apenas no desempenho.
- As principais barreiras identificadas foram a limitação de recursos financeiros e humanos, o desfasamento entre o planeamento estratégico e a implementação prática, a insuficiente coordenação entre diferentes setores e a complexidade dos procedimentos administrativos.
- Considerou-se realista alcançar uma participação de 30% de grupos desfavorecidos, desde que exista um planeamento cuidadoso. Entre as medidas sugeridas incluem-se a adaptação das regras, a simplificação das instruções, a diferenciação do grau de dificuldade das tarefas, a disponibilização de pessoal de apoio devidamente formado, a organização de grupos de menor dimensão, a promoção do apoio entre pares e a colaboração com instituições de educação especial e serviços sociais.

3.6.3 Espanha: síntese das entrevistas

Foram realizadas cinco entrevistas com representantes de municípios e de organizações de juventude. Os principais resultados foram os seguintes:

- O desporto e a sustentabilidade são percecionados como áreas complementares, embora a sua integração prática ainda seja limitada no contexto espanhol.
- O apoio dos municípios é considerado essencial para o sucesso da implementação, uma vez que estes detêm responsabilidades na gestão das instalações, no financiamento e na dinamização das redes comunitárias.
- A componente competitiva é valorizada pelos jovens, mas os eventos devem integrar igualmente componentes educativas e sociais, de forma a evitar a exclusão dos participantes menos orientados para a competição.
- Os temas locais de sustentabilidade, como a gestão da água, a biodiversidade mediterrânica e a redução dos resíduos associados ao turismo, devem ser integrados na conceção das competições.

- As escolas e os clubes desportivos locais foram identificados como os canais mais eficazes para a mobilização dos jovens, sendo as redes sociais consideradas um instrumento complementar de divulgação.

3.6.4 Portugal: síntese das entrevistas

Foram realizadas quatro entrevistas com stakeholders, incluindo gestores desportivos, representantes de municípios e profissionais da área da educação. Os principais resultados foram os seguintes:

- Verificou-se um forte interesse pelo modelo OofS, em particular pela abordagem de gamificação e pelo sistema de dupla classificação, que combina o desempenho desportivo com ações de sustentabilidade.
- O ambiente natural da Serra da Gardunha, no Fundão, proporciona um contexto privilegiado para a realização de desafios de sustentabilidade baseados em atividades de orientação.
- A inclusão de comunidades de refugiados e migrantes, bem como de jovens em situação de vulnerabilidade económica, exige ações de divulgação direcionadas, participação gratuita e apoio ao transporte.
- A articulação entre o desporto e a educação ambiental está em consonância com a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento do currículo escolar português.
- A sustentabilidade dos resultados para além do período de execução do projeto depende do compromisso dos municípios e da integração da metodologia nos programas desportivos já existentes.

3.6.5 Temas transversais identificados nas entrevistas

Da análise conjunta das entrevistas realizadas nos quatro países parceiros emergem seis temas principais:

- A simplicidade é o principal fator de sucesso. Sistemas de classificação complexos, excesso de burocracia ou modelos demasiado ambiciosos podem desmotivar as organizações. É essencial disponibilizar estruturas claras e orientações passo a passo.
- As escolas são a principal porta de entrada para envolver os jovens. As instituições de ensino constituem o canal mais eficaz para chegar aos jovens entre os 15 e os 19 anos, em especial aos que não praticam desporto de forma regular.

- A competição é importante, mas a colaboração é ainda mais relevante. É preferível um formato competitivo de caráter lúdico que valorize o trabalho em equipa, a aprendizagem e a experiência partilhada, sem descurar o desempenho. Devem ser evitados modelos que eliminem precocemente as equipas com menor desempenho.
- A adaptação ao contexto local é uma condição essencial para garantir a relevância da iniciativa. Os desafios devem refletir as prioridades de cada território, como a gestão da água no Fundão, a biodiversidade na Eslovénia, o turismo sustentável em Pedreguer ou a cultura de atividades ao ar livre na Finlândia.
- A acessibilidade financeira é determinante para promover a inclusão. A participação gratuita, o apoio ao transporte e a disponibilização de equipamento são condições indispensáveis para assegurar uma participação efetiva dos grupos sub-representados.
- A existência de promotores institucionais é determinante para a adoção da metodologia. O sucesso da iniciativa depende da presença de pessoas motivadas no seio das organizações que impulsionem a sua implementação. O Green Playbook deverá incluir orientações sobre como identificar e apoiar estes promotores.

4. Estruturas Propostas para as National Olympics of Sustainability

4.1 Quadro comum da competição

Elemento	Especificação
Formato	Evento de um dia que combina atividades desportivas, desafios de sustentabilidade e atividades de aprendizagem ambiental.
Equipas	5 elementos, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, incluindo um mínimo de 2 raparigas por equipa*.
Dimensão	5 a 10 equipas (25 a 50 participantes) por evento nacional.
Classificação	As equipas acumulam pontos através das atividades desportivas e dos desafios de sustentabilidade, complementados por um sistema específico de reconhecimento Green Badge.
Green Badge	Atribuído às equipas que obtenham pelo menos 70% da pontuação máxima possível na componente de sustentabilidade e cumpram os critérios definidos para a distinção Green Badge.
Inclusão	Participação gratuita ou a custos acessíveis; apoio ao transporte sempre que necessário; medidas de acessibilidade e adaptação; equipas mistas incentivadas ou

Elemento	Especificação
	obrigatórias, consoante a implementação local. Todos os participantes devem ser acolhidos e incluídos, independentemente do género, identidade de género, deficiência, origem étnica, religião, orientação sexual ou outras características pessoais.
Avaliação	Inquéritos antes e após o evento; sistema de pontuação das atividades; recolha de feedback dos participantes; registo fotográfico e vídeo.
Qualificação	A equipa vencedora qualifica-se para a Final Europeia (Pedreguer)

4.2 Perfis dos eventos nacionais

Dimensão	Portugal (Fundão)	Eslovénia (Dobravljje)	Espanha (Pedreguer)
Parceiro responsável pela implementação	MoF	SDE	MoP
Local de realização	Serra da Gardunha e instalações municipais	Área de Ajdovščina e espaços ao ar livre	Instalações municipais de Pedreguer e zona costeira
Temas locais de sustentabilidade	Gestão da água, reflorestação e conectividade rural	Biodiversidade, desporto ao ar livre e envolvimento da comunidade	Turismo sustentável, biodiversidade mediterrânica e gestão de resíduos
Canais de recrutamento	Escolas, Conselho Municipal da Juventude e Centro para as Migrações	Escolas, Instituto de Ajdovščina e redes municipais	Escolas, clubes locais e rede desportiva da Comunidade Valenciana
Participação prevista	25 a 50 participantes	25 a 50 participantes	25 a 50 participantes
Data prevista	M11 (Julho de 2026)	M10 - M11	M10 - M11

5. Exemplos de atividades para as National Olympics of Sustainability

Com base nos resultados da T2.1, nas preferências dos stakeholders identificadas através da T2.2 e na experiência dos parceiros do consórcio, foi desenvolvido um conjunto de atividades desportivas e de sustentabilidade passível de adaptação a diferentes contextos. Estas atividades combinam prática desportiva, aprendizagem ambiental, trabalho em equipa e resolução de problemas, permitindo aos organizadores ajustá-las às realidades locais, às necessidades dos participantes e aos recursos disponíveis.

O catálogo de atividades integra os seis *Eco Games*, originalmente desenvolvidos pela SDE no âmbito do programa *Eco Athlete* e posteriormente adaptados ao modelo das *National Olympics of Sustainability*, bem como quatro atividades adicionais desenvolvidas pelos parceiros do consórcio. Em conjunto, estas atividades constituem um conjunto flexível de recursos que pode ser utilizado em escolas, municípios, clubes desportivos e outros contextos comunitários.

Entre os exemplos de atividades incluídas no *Green Playbook* destacam-se:

- Capture the Eco Flag
- Eco Challenge Relay
- Eco Bowling
- Eco Tail Tag
- Eco Rescue Mission
- Eco Upcycling Challenge
- Eco Adventure Orienteering
- Green Travel Challenge and Workshop
- Eco Knowledge Quiz
- Water Footprint Challenge

As atividades abrangem um amplo conjunto de temas relacionados com a sustentabilidade, incluindo a gestão de resíduos, a reciclagem, a biodiversidade, a mobilidade sustentável, o consumo de água, os princípios da economia circular e a sensibilização ambiental. Os organizadores são incentivados a selecionar e adaptar as atividades em função das prioridades locais, das necessidades dos participantes e dos recursos disponíveis.

As fichas detalhadas de cada atividade, os sistemas de pontuação, as listas de materiais e as orientações para a implementação encontram-se disponíveis no *Green Playbook* (D2.2).

6. Conclusões e Recomendações

6.1 Principais conclusões

O desfasamento entre a sensibilização e a ação é evidente nos quatro países parceiros. Os jovens demonstram preocupação com as questões ambientais, mas frequentemente não dispõem de oportunidades estruturadas e apelativas para transformar essa sensibilização em ações concretas através do desporto.

A integração da sustentabilidade no desporto continua a ser fragmentada, concentrando-se sobretudo no desporto de alto rendimento, em grandes eventos ou ao nível das federações, sendo ainda pouco frequente nos programas de desporto juvenil de base. Em nenhum dos países parceiros foi

identificada uma metodologia normalizada para integrar a sustentabilidade em competições de desporto juvenil.

O conceito OofS foi acolhido de forma positiva pelos stakeholders do consórcio. A integração de atividades desportivas e de sustentabilidade, o sistema de reconhecimento *Green Badge* e a utilização de abordagens de aprendizagem baseadas na gamificação foram, de um modo geral, considerados formas atrativas e envolventes de incentivar os jovens a participar em ações relacionadas com a sustentabilidade.

A simplicidade e a aplicabilidade prática foram identificadas como os fatores de sucesso mais importantes. Os stakeholders salientaram de forma consistente a necessidade de disponibilizar ferramentas prontas a utilizar, orientações claras e modelos de implementação simples, em detrimento de enquadramentos metodológicos complexos.

A inclusão exige planeamento deliberado e a afetação de recursos adequados. A participação gratuita ou a custos acessíveis, o apoio ao transporte, as medidas de acessibilidade, a adaptação das atividades e ações de divulgação direcionadas foram identificados como fatores essenciais para envolver jovens com diferentes perfis e contextos.

A relevância local é determinante. Os desafios de sustentabilidade devem refletir as prioridades ambientais do território, as características da comunidade e os recursos disponíveis, de forma a maximizar o envolvimento dos participantes e o seu sentido de apropriação da iniciativa.

As escolas constituem um dos principais canais para chegar ao grupo-alvo de jovens entre os 15 e os 19 anos e foram identificadas de forma consistente como parceiros estratégicos nos quatro países.

As abordagens baseadas na gamificação e na aprendizagem em equipa obtiveram um amplo apoio. Os stakeholders destacaram que a combinação entre participação, trabalho em equipa, aprendizagem ambiental e competição saudável pode reforçar a motivação e o envolvimento dos jovens.

6.2 Recomendações

- Desenvolver ferramentas de implementação simples e de fácil utilização. Orientações passo a passo, modelos, fichas de atividades, listas de verificação e exemplos de orçamento devem continuar a constituir elementos centrais da metodologia OofS.

- Reforçar a cooperação entre escolas, municípios, clubes desportivos e organizações de juventude, de forma a apoiar o recrutamento de participantes, a implementação das atividades e a sustentabilidade da iniciativa a longo prazo.
- Integrar a inclusão, a acessibilidade e a salvaguarda dos participantes desde a fase inicial do planeamento dos eventos, em vez de as tratar como componentes autónomas ou facultativas.
- Assegurar que as atividades possam ser adaptadas às prioridades ambientais locais, às instalações disponíveis, às necessidades dos participantes e à capacidade organizativa de cada entidade, preservando simultaneamente os princípios fundamentais da metodologia OofS.
- Utilizar a gamificação, a aprendizagem em equipa e o sistema de reconhecimento *Green Badge* para incentivar a participação, promover a aprendizagem sobre sustentabilidade e estimular mudanças positivas de comportamento.
- Reforçar as capacidades das organizações a nível local, disponibilizando recursos práticos e orientações dirigidas a entidades com experiência limitada em sustentabilidade ou na organização de eventos.
- Documentar de forma sistemática os eventos-piloto, através da recolha de feedback dos participantes, de dados de avaliação, de registos fotográficos e em vídeo e de reflexões sobre a implementação, de modo a apoiar o aperfeiçoamento e a replicação futura da metodologia.
- Promover a colaboração intersetorial entre os setores do desporto, da educação, da juventude e do ambiente, reforçando o impacto e a sustentabilidade da iniciativa a longo prazo.

6.3 Implicações para as políticas públicas

As conclusões apresentadas neste *e-Paper* têm implicações para as políticas públicas nas áreas do desporto e da sustentabilidade aos níveis local, nacional e europeu.

O modelo OofS demonstra que o desporto pode constituir uma plataforma eficaz para promover a educação para a sustentabilidade, a sensibilização ambiental e a adoção de comportamentos positivos entre os jovens. Embora a sustentabilidade assuma uma importância crescente nas políticas desportivas,

continuam a ser escassas as metodologias práticas que apoiem a sua implementação ao nível do desporto de base.

Neste contexto, os decisores políticos poderão considerar:

- Integrar objetivos de sustentabilidade nos programas de financiamento do desporto de base.
- Incluir conteúdos relacionados com a sustentabilidade na formação de treinadores e de dirigentes desportivos.
- Reconhecer o desporto como um instrumento para promover a educação para a sustentabilidade e o envolvimento dos jovens no âmbito das estratégias ambientais e climáticas mais abrangentes.
- Apoiar a cooperação entre os setores do desporto, da educação, da juventude e do ambiente.
- Investir em iniciativas práticas de base comunitária que combinem atividade física, sustentabilidade e inclusão social.

A metodologia OofS constitui um exemplo de como estes objetivos podem ser concretizados através de ações práticas ao nível local, mantendo simultaneamente a flexibilidade necessária para se adaptar aos diferentes contextos nacionais e comunitários.

Referências

Comité Olímpico de Portugal. (s.d.). *Sustentabilidade*. <https://comiteolimpicoportugal.pt/sustentabilidade/>

Consejo Superior de Deportes. (2022). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2022*. Ministerio de Cultura y Deporte.

Ekokompassi. (s.d.). *Briefly in English*. <https://ekokompassi.fi/briefly-in-english/>

Emmonds, S., Till, K., Weaving, D., Burton, A., & Lara-Bercial, S. (2024). Youth sport participation trends across Europe. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 95(1), 69–80.

European Commission. (2020). *Special Eurobarometer 501: Attitudes of European citizens towards the environment*. Directorate-General for Communication.

European Commission. (2022). *Special Eurobarometer 525: Sport and physical activity*. Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture.

European Commission. (2023). *2030 climate targets*. Directorate-General for Climate Action.

European Commission. (2024). *The European Green Deal*.
<https://commission.europa.eu/>

European Commission. (2026). *Special Eurobarometer 571: Attitudes of Europeans towards biodiversity*.

European Commission. (s.d.). *EU Youth Strategy*.
https://youth.europa.eu/strategy_en

European Investment Bank. (2023). *EIB Climate Survey 2022–2023*. Luxembourg: European Investment Bank.

European University Sports Association. (s.d.). *Fit4Green*.
<https://fit4green.eusa.eu/>

Federação Portuguesa de Futebol. (2023). *Sustainability in football*.
<https://portugalstore.fpf.pt/en/editorial/sustainability-football>

Finlands Svenska Idrott. (s.d.). *Organisation and activities*. <https://www.idrott.fi/>

Foundation for Sport of the Republic of Slovenia. (s.d.).
<https://www.fundacijazasport.org/>

Municipality of Fundão. (s.d.). *UNESCO Global Network of Learning Cities*.
<https://www.uil.unesco.org/en/learning-cities/fundao>

Green Sports Hub Europe. (2023). <https://greensportshub.eu/>

Institut Impact. (s.d.). *Move4Nature*. <https://institut-impact.si/>

Instituto Nacional de Estatística. (2024). *Estatísticas do Desporto 2023*. INE.

Instituto Português do Desporto e Juventude. (s.d.). *Programa Nacional de Desporto para Todos*. <https://ipdj.gov.pt/>

Instituto Português do Desporto e Juventude. (2021). *PNED Peace and Sport Award*. <https://ipdj.gov.pt/>

International Olympic Committee. (2012). *Sustainability through sport*. IOC.

Lopes, H. S., Martins, F. V., & Dinis, A. (2025). Sustainable consumption intentions among Portuguese university students. *Sustainability*, 17(17), 7569.

Kokko, S., & Hämylä, R. (2024). *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024*. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2025/05/LIITU-2024-raportti.pdf>

Ministério da Educação. (2021). *Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021–2025*. Direção-Geral da Educação.

Ministry of Economy, Tourism and Sport of Slovenia. (s.d.). *Sport policy*. <https://www.gov.si/>

Mota, J., et al. (2016). Portugal's 2016 report card on physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 13(Suppl. 2), S218–S222.

Olympic Committee of Slovenia. (s.d.). <https://www.olympic.si/en/>

Pizarro, A., et al. (2023). Portugal's 2022 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 21(3), 280–285.

PlayGreen Sports. (s.d.). <https://ecoserveis.net/en/playgreensports/>

PNED. (s.d.). *Manual de Boas Práticas Ambientais no Desporto*. <https://pned.ipdj.gov.pt/>

Rodrigues, D., et al. (2019). Parental perception of barriers to children's participation in sports. *Journal of Physical Activity and Health*, 16(8), 595–600.

Seabra, A. F., et al. (2007). Sports participation among Portuguese youth. *Journal of Physical Activity and Health*, 4(4), 370–380.

Silva, A. P., et al. (2023). Eco-anxiety in Portuguese young adults. *BMC Psychology*, 11, 292.

Statistical Office of the Republic of Slovenia. (s.d.). <https://www.stat.si/>

Tavares, D., et al. (2023). Portuguese validation of the Climate Change Attitude Survey. *European Journal of Developmental Psychology*, 20(5), 875–888.

World Health Organization. (2021). *Portugal Physical Activity Factsheet*. WHO Regional Office for Europe.



O O F S

Olympics of Sustainability



Co-funded by
the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.