



OFS
Olympics of Sustainability

The Green Playbook

*“Um Guia Passo a Passo para Organizar Eventos Desportivos
para Jovens com Foco na Sustentabilidade”*

WP2

Deliverable 2.2

Elaborado por: FSI, Junho de 2026



Co-funded by
the European Union

Índice

Informação sobre o documento.....	4
Como utilizar o Green Playbook.....	5
Capítulo 1: A metodologia OofS e os princípios que a orientam.....	7
1.1 O que são as Olympics of Sustainability?.....	7
1.2 Porquê esta abordagem.....	7
1.3 As três fases.....	8
1.4 Principais contributos dos stakeholders.....	9
1.5 O Green Badge e o papel da gamificação.....	10
Capítulo 2: Guia passo a passo para planear um evento OofS.....	11
2.1 Calendário de planeamento.....	11
2.2 Lista de verificação para a seleção do local.....	12
2.3 Equipa e voluntários.....	12
Capítulo 3: Estrutura da competição e sistema de pontuação.....	13
3.1 Regras de constituição das equipas.....	13
3.2 Exemplo de estrutura do programa.....	14
3.3 Classificação final.....	15
3.4 O Green Badge.....	15
Capítulo 4: Catálogo de atividades.....	18
4.1 Considerações gerais aplicáveis a todas as atividades.....	18
4.2 Seleção das atividades.....	19
PARTE A: ECO GAMES (Desenvolvidos pela SDE).....	19
PARTE B: ATIVIDADES COMPLEMENTARES (Contributo dos parceiros do consórcio).....	23
Capítulo 5: Inclusão, acessibilidade e salvaguarda na prática.....	28
5.1 Planear uma participação inclusiva.....	28
5.2 Realização de um evento acessível e inclusivo.....	30
5.3 Salvaguarda e bem-estar.....	31
5.4 Aprendizagem e melhoria contínua.....	32
Capítulo 6: Guia de comunicação e promoção.....	33
6.1 Cronograma de comunicação.....	33
6.2 Mensagens-chave.....	33
6.3 Requisitos de visibilidade do Erasmus+.....	34
6.4 Utilização da metodologia após o término do projeto.....	35
Capítulo 7: Quadro de avaliação.....	36
7.1 O que avaliar.....	36
7.2 Instrumentos de recolha de dados.....	37
7.3 Modelo de relatório do evento.....	37
Capítulo 8: Planeamento orçamental, sustentabilidade e gestão de recursos.....	39
8.1 Orçamento estimado para um evento nacional OofS.....	39
8.2 Orçamentação para a inclusão e a acessibilidade.....	39
8.3 Gestão sustentável e eficiente dos recursos do evento.....	40

Capítulo 9: Melhoria contínua e desenvolvimento futuro.....	42
9.1 Testar, aprender e melhorar.....	42
9.2 Partilhe a sua experiência.....	42
9.3 Adaptar e expandir.....	43
Referências.....	44
Anexos: Modelos prontos a utilizar.....	46
Anexo A: Ficha de inscrição da equipa.....	46
Anexo B: Modelo de folha de pontuação.....	47
Anexo C: Autocolante do Green Badge.....	48
Anexo D: Questionários pré e pós-evento.....	48
Anexo E: Modelo de relatório do evento (estrutura).....	49
Anexo F: Perguntas para o Eco Knowledge Quiz.....	51
1. Qual é a principal causa das atuais alterações climáticas?.....	51
2. Qual é a diferença entre tempo e clima?.....	52
3. Qual das seguintes afirmações sobre a camada de ozono é verdadeira?....	52
4. Qual das seguintes afirmações descreve melhor o efeito de estufa?.....	52
5. O que é o efeito de estufa?.....	53
6. Quais são as principais causas humanas das alterações climáticas?.....	53
7. Em aproximadamente quanto aumentou a temperatura média da Terra em 2019, em comparação com o final do século XIX?.....	54
8. Qual das seguintes ações do dia a dia pode ajudar a reduzir simultaneamente o consumo de energia e as emissões de gases com efeito de estufa?.....	54
9. Segundo a Comissão Europeia, qual dos seguintes hábitos de compra é, em geral, o mais sustentável?.....	55
10. Porque é que comprar alimentos produzidos localmente é frequentemente considerado uma opção mais sustentável?.....	55
11. Qual das seguintes ações do dia a dia pode ajudar a reduzir simultaneamente o consumo de energia e os custos energéticos da habitação?.....	55
12. Qual das seguintes opções é um exemplo de jovens a agir em prol do clima?.....	56
14. Existem muitas formas de poupar energia em casa. Qual das seguintes NÃO é uma delas?.....	56
15. Ao reciclar uma lata de alumínio, quanta energia necessária para produzir uma nova lata é poupada?.....	57
16. O que é o programa Copernicus da União Europeia?.....	57

Informação sobre o documento

Projeto	Olympics of Sustainability: Winning for Health and Planet (OofS)
Programa	Erasmus+ Desporto, ERASMUS-SPORT-2025-SCP
Deliverable	D2.2 - The Green Playbook
Work Package	WP2, <i>The OofS e-Paper</i> e o <i>Green Playbook</i>
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

Como utilizar o Green Playbook

O Green Playbook foi concebido para apoiar qualquer entidade que pretenda organizar um evento desportivo para jovens com foco na sustentabilidade, seja um município, um clube desportivo, uma escola, uma organização não governamental (ONG) ou uma associação local. Não é necessária experiência prévia em sustentabilidade nem na organização de eventos para utilizar este guia.

O Green Playbook assenta em quatro princípios transversais que devem orientar todas as National Olympics of Sustainability:

- **Sustentabilidade** – minimizar o impacto ambiental e promover estilos de vida sustentáveis.
- **Inclusão e acessibilidade** – garantir que todos os jovens possam participar, independentemente do género, da identidade de género, da deficiência, da origem étnica, da religião, da orientação sexual ou da situação socioeconómica.
- **Segurança e bem-estar** – criar ambientes seguros, acolhedores, respeitadores e orientados para a proteção dos participantes.
- **Participação dos jovens** – envolver os jovens não apenas como participantes, mas também na conceção, preparação e dinamização das atividades.

Estes princípios devem ser considerados em todas as fases de planeamento, implementação e avaliação de cada evento OoFS.

O Green Playbook foi concebido para ser flexível. Os organizadores são incentivados a adaptar as atividades, a comunicação, a logística e o modelo de participação às características do seu contexto local, mantendo os princípios fundamentais da sustentabilidade, da inclusão e da participação ativa dos jovens.

O Green Playbook está disponível em inglês, português, finlandês, esloveno e espanhol. Todas as versões podem ser descarregadas gratuitamente a partir do Website do projeto OoFS.

A quem se destina?

- Municípios e serviços municipais de desporto e juventude que pretendam organizar eventos comunitários.
- Clubes desportivos e treinadores que pretendam integrar a sustentabilidade nos seus programas.

- Escolas e estabelecimentos de ensino que pretendam integrar a sustentabilidade no desporto escolar.
- Organizações de juventude e ONG que desenvolvam atividades para jovens dos 15 aos 19 anos.
- Organizadores de eventos que procurem um modelo de competição testado e replicável.
- Organizações que trabalham com grupos de jovens sub-representados ou em situação de vulnerabilidade.
- Organizações da comunidade que promovam a sustentabilidade, a inclusão ou a cidadania ativa.

O que encontrará neste guia :

Capítulo 1: A metodologia OofS e os princípios que a orientam.

Capítulo 2: Guia passo a passo para planear um evento OofS.

Capítulo 3: Estrutura da competição e sistema de pontuação.

Capítulo 4: Catálogo de atividades — desafios de sustentabilidade prontos a utilizar.

Capítulo 5: Inclusão, acessibilidade e proteção dos participantes na prática.

Capítulo 6: Guia de comunicação e promoção.

Capítulo 7: Quadro de avaliação.

Capítulo 8: Planeamento orçamental, sustentabilidade e gestão de recursos.

Capítulo 9: Melhoria contínua e desenvolvimento futuro.

Anexos: Modelos prontos a utilizar (inscrição, folhas de pontuação, listas de verificação e certificados)

O sucesso não se mede apenas pelo número de participantes ou pelos resultados da competição, mas também pela forma como os jovens se sentem incluídos, capacitados, seguros e inspirados a agir em prol de um futuro mais sustentável.

Capítulo 1: A metodologia OofS e os princípios que a orientam

1.1 O que são as Olympics of Sustainability?

As Olympics of Sustainability (OofS) constituem um modelo inovador que combina desporto juvenil, sustentabilidade e participação ativa através de atividades e competições envolventes. Equipas de jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos competem não só pelo seu desempenho desportivo, mas também pelo seu compromisso com a sustentabilidade ambiental, acumulando pontos através de atividades desportivas e de sustentabilidade e procurando obter o reconhecimento Green Badge.

O modelo assenta em **quatro princípios fundamentais**:

- **O desporto como plataforma para a mudança positiva:** a prática desportiva torna-se uma plataforma para a educação ambiental e para a promoção de mudanças positivas de comportamento, indo além da saúde e da competição.
- **A gamificação promove o envolvimento, o trabalho em equipa e a aprendizagem:** o sistema de reconhecimento Green Badge, os desafios em equipa e o formato que combina competição e colaboração tornam a sustentabilidade mais apelativa, concreta e recompensadora.
- **A simplicidade facilita a replicação:** todos os elementos do modelo OofS foram concebidos para poderem ser implementados por qualquer organização com um apoio externo mínimo, utilizando este Green Playbook como principal documento de referência.
- **A inclusão gera impacto:** o modelo OofS foi concebido para ser acessível, acolhedor e relevante para jovens com diferentes origens, capacidades e identidades. A participação, o sentimento de pertença e a igualdade de oportunidades são considerados elementos essenciais de uma experiência de evento sustentável e inclusiva..

1.2 Porquê esta abordagem

A metodologia OofS baseia-se na investigação documental, nos inquéritos e nas entrevistas realizados em Portugal, Finlândia, Eslovénia e Espanha. Assenta igualmente em evidência existente relacionada com a participação dos

jovens, a educação para a sustentabilidade e o envolvimento na prática desportiva. Entre as principais conclusões que sustentam o desenvolvimento do modelo OofS destacam-se as seguintes:

- 45% dos europeus nunca praticam exercício físico (Eurobarómetro 2022). O modelo OofS procura incentivar a participação no desporto, tornando-a mais significativa e associando-a a objetivos sociais mais amplos.
- Mais de 90% dos jovens europeus demonstram preocupação com as alterações climáticas, mas poucos participam em ações estruturadas (Eurobarómetro 2020). O OofS procura reduzir o desfasamento entre sensibilização e ação através de uma abordagem de aprendizagem experiencial baseada no desporto.
- Os stakeholders dos quatro países parceiros identificaram a necessidade de dispor de ferramentas práticas e de abordagens estruturadas para integrar a sustentabilidade nas atividades e eventos desportivos dirigidos aos jovens.
- A maioria dos stakeholders inquiridos considerou que as atividades baseadas na gamificação e na colaboração constituem uma forma eficaz de envolver os jovens.
- Os stakeholders sublinharam que as iniciativas de sustentabilidade devem ser acessíveis a todos os jovens, independentemente do género, deficiência, contexto socioeconómico ou outras circunstâncias pessoais. Por esse motivo, a inclusão e a acessibilidade estão integradas em toda a metodologia OofS e são consideradas princípios fundamentais na conceção e implementação das atividades.

1.3 As três fases

A acessibilidade, a inclusão, a segurança e a participação dos jovens devem ser consideradas ao longo de todas as fases de planeamento, implementação e avaliação. Os organizadores são incentivados a integrar estes princípios em todas as etapas do processo de organização do evento.

Cada evento OofS desenvolve-se em **três fases**:

Fase	Calendário	Principais ações
Preparação	Entre 12 e 4 semanas antes do evento	Definir o conceito do evento, envolver os jovens no processo de planeamento, recrutar as equipas, assegurar o(s) local(is) de realização, preparar as atividades, formar a equipa técnica e os voluntários, garantir as medidas de acessibilidade e inclusão e promover o evento.

Fase	Calendário	Principais ações
Dia do evento	Dia da competição	Acolhimento e sessão de abertura, desafios desportivos, desafios de sustentabilidade, pontuação, cerimónia de atribuição do Green Badge e sessão de encerramento.
Acompanha- mento	Entre 1 e 4 semanas após o evento	Recolher feedback, analisar os resultados, avaliar as medidas de inclusão e acessibilidade, elaborar o relatório do evento, reconhecer a participação dos participantes e planear as etapas seguintes.

1.4 Principais contributos dos stakeholders

Este **Green Playbook** foi desenvolvido com base nos resultados do **e-Paper** de investigação sobre os stakeholders do projeto OofS, que reuniu **62 respostas a inquéritos** e **20 entrevistas** realizadas em Portugal, Finlândia, Eslovénia e Espanha. Todas as opções metodológicas apresentadas neste guia resultam diretamente da evidência recolhida no terreno:

Principais conclusões dos stakeholders	Como influenciaram o Green Playbook
As organizações necessitam de recursos práticos e fáceis de utilizar para integrar a sustentabilidade nas suas atividades.	Foram integrados, ao longo de todo o Green Playbook, modelos passo a passo, listas de verificação e descrições de atividades prontas a utilizar.
Os stakeholders solicitaram, de forma consistente, ferramentas práticas, como modelos, exemplos, listas de verificação e orientações para a implementação.	O Capítulo 2 inclui um calendário de planeamento de 12 semanas, uma lista de verificação para a seleção do local e orientações sobre a equipa necessária.
Os stakeholders salientaram a importância de equilibrar competição, trabalho em equipa e aprendizagem para envolver os jovens.	As atividades foram concebidas como competições lúdicas que valorizam tanto a participação como a colaboração.
As escolas foram frequentemente identificadas como parceiros fundamentais para chegar aos jovens dos 15 aos 19 anos.	As parcerias com as escolas são apresentadas como uma estratégia essencial de divulgação e recrutamento de participantes.
As limitações financeiras e de recursos foram identificadas como um dos principais desafios para a implementação	O Capítulo 8 apresenta orientações para o planeamento do orçamento, medidas de redução de custos e recomendações para manter a participação gratuita ou acessível.
Muitos inquiridos referiram ter conhecimentos e experiência limitados na integração da sustentabilidade nas atividades desportivas.	O Green Playbook foi concebido como um guia prático de utilização autónoma, que pode ser aplicado sem experiência prévia.
A inclusão, a acessibilidade e a participação significativa foram identificadas como fatores essenciais para o sucesso.	O Green Playbook integra orientações específicas sobre inclusão, acessibilidade e proteção dos participantes ao longo de todo o documento, com especial destaque para o Capítulo 5.

Principais conclusões dos stakeholders	Como influenciaram o Green Playbook
As parcerias e a cooperação intersetorial foram consideradas fundamentais para garantir a implementação a longo prazo.	O Green Playbook incentiva a colaboração entre escolas, municípios, organizações desportivas e outros stakeholders da comunidade no planeamento e realização dos eventos.
Os jovens demonstram, em geral, consciência das questões relacionadas com a sustentabilidade, mas dispõem de poucas oportunidades para transformar essa sensibilização em ações concretas.	O modelo OofS combina desafios desportivos e desafios de sustentabilidade para promover a aprendizagem experiencial e incentivar a ação prática.

1.5 O Green Badge e o papel da gamificação

O modelo OofS recorre à gamificação para incentivar a participação, o envolvimento e a adoção de comportamentos relacionados com a sustentabilidade por parte dos jovens.

O Green Badge é um reconhecimento atribuído às equipas que demonstram um forte compromisso com a sustentabilidade ao longo do evento. Embora a classificação final do evento seja determinada pelos pontos obtidos nas atividades e nos desafios de bónus, o Green Badge distingue o desempenho ambiental como um mérito por direito próprio.

As equipas que atingem o limiar necessário para obter o Green Badge demonstram não apenas conhecimentos sobre sustentabilidade, mas também comportamentos positivos, espírito de cooperação e envolvimento com os objetivos de sustentabilidade do evento.

O Green Badge pode ser obtido independentemente da classificação final da equipa, garantindo que o compromisso ambiental é reconhecido e valorizado a par da participação, do trabalho em equipa e do desempenho desportivo.

Como o Green Badge promove a mudança

- **Reconhecimento visível:** um reconhecimento tangível e facilmente partilhável que prolonga a mensagem de sustentabilidade para além do dia do evento.
- **Objetivo alcançável:** o Green Badge foi concebido para representar um desafio, mas também para ser alcançável, incentivando a participação e o empenho contínuo sem desmotivar as equipas.
- **Responsabilidade partilhada pela equipa:** o Green Badge é conquistado coletivamente, promovendo o trabalho em equipa, a cooperação e a responsabilidade partilhada ao longo de todo o evento.
- **Reconhecimento para além da competição:** as equipas podem obter o Green Badge independentemente da sua classificação final,

garantindo que o compromisso ambiental e os comportamentos positivos são reconhecidos e valorizados..

Capítulo 2: Guia passo a passo para planear um evento OofS

2.1 Calendário de planeamento

O calendário seguinte apresenta um guia, semana a semana, para a organização de um evento OofS. Adapte os prazos, as tarefas e a distribuição de responsabilidades em função do contexto local e dos recursos disponíveis.

Quando	O que fazer	Responsável
12 semanas antes	Constituir a equipa organizadora. Definir a data, a duração e o local do evento.	Coordenador do evento
10 semanas antes	Garantir o local de realização. Confirmar a disponibilidade das instalações desportivas e dos espaços ao ar livre. Verificar as condições de acessibilidade e inclusão.	Responsável pela logística
8 semanas antes	Conceber o programa de atividades com base no Capítulo 4 deste Green Playbook. Selecionar entre 4 e 6 atividades (combinando atividades desportivas e de sustentabilidade). Sempre que possível, envolver os jovens na conceção e no teste das atividades.	Coordenador das atividades
8 semanas antes	Iniciar o recrutamento das equipas. Contactar escolas, clubes desportivos e organizações de juventude. Identificar jovens embaixadores ou voluntários que possam apoiar a promoção e a realização do evento. Utilizar o formulário de inscrição constante do Anexo A.	Responsável pelo recrutamento
6 semanas antes	Lançar a campanha de comunicação. Utilizar os modelos para redes sociais apresentados no Capítulo 6. Divulgar os materiais de comunicação em formato digital.	Responsável pela comunicação
6 semanas antes	Recrutar e dar formação aos árbitros e aos voluntários (mínimo de dois por cada estação de atividade).	Coordenador do evento
4 semanas antes	Encerrar o período de inscrições das equipas. Confirmar o número de participantes e a composição das equipas de acordo com as orientações de participação.	Responsável pelo recrutamento
4 semanas antes	Preparar todos os materiais: folhas de pontuação, autocolantes Green Badge, ecopontos, cartões do quiz, entre outros.	Responsável pela logística
2 semanas antes	Enviar o pacote de informações a todas as equipas inscritas: programa, regras, lista do que devem trazer, opções de transporte e informações sobre sustentabilidade e acessibilidade.	Responsável pela comunicação

Quando	O que fazer	Responsável
1 semana antes	Efetuar a verificação final do local do evento. Ensaiai o funcionamento das atividades. Realizar o briefing de toda a equipa e dos voluntários. Confirmar as opções de catering sustentáveis e inclusivas.	Toda a equipa
Dia do evento	Executar o programa. Documentar o evento através de fotografias e vídeo, assegurando que foram obtidos os consentimentos necessários. Aplicar os inquéritos aos participantes. Proceder à atribuição dos Green Badge.	Toda a equipa

2.2 Lista de verificação para a seleção do local

Recomenda-se que o local do evento reúna as seguintes condições:

- Espaço interior e/ou exterior suficiente para realizar, em segurança, as atividades selecionadas.
- Acesso a um espaço interior como alternativa em caso de condições meteorológicas adversas.
- Acessibilidade para pessoas com deficiência, incluindo percursos de circulação, balneários, instalações sanitárias, zonas de estacionamento, espaços destinados às atividades e áreas para espectadores.
- Fácil acesso por transportes públicos, bicicleta, boleia partilhada ou a pé, disponibilizando antecipadamente aos participantes informações claras sobre os meios de acesso e as condições de acessibilidade.
- Acesso a água potável e eletricidade para apoiar a logística do evento.
- Autorização para plantar árvores ou realizar atividades em contacto com a natureza, quando aplicável.
- Espaço para um ponto central de acreditação e informações, bem como para as cerimónias de abertura e encerramento.
- Infraestruturas adequadas para a gestão de resíduos, incluindo ecopontos e áreas destinadas à separação de resíduos.
- Um espaço tranquilo para participantes que necessitem de uma pausa devido ao ruído, à intensidade das atividades ou à sobrecarga sensorial.
- Um ambiente seguro, com acesso a primeiros socorros, procedimentos de emergência definidos e contactos designados para a proteção dos participantes.
- Espaço para sinalética clara e materiais de comunicação acessíveis.

2.3 Equipa e voluntários

A estrutura de recursos humanos apresentada abaixo reflete a organização utilizada nos eventos do projeto Olympics of Sustainability. Os organizadores são incentivados a adaptar as funções, responsabilidades e número de elementos da equipa em função da dimensão, do formato e do contexto local do seu evento. Em eventos de menor dimensão, uma mesma pessoa poderá acumular várias funções, enquanto eventos de maior escala poderão exigir mais elementos da equipa e voluntários. Exemplo de estrutura de equipa para um evento OofS com 6 a 10 equipas (30 a 50 participantes):

Função	N.º de pessoas	Responsabilidades
Coordenador do evento	1	Coordenação geral do evento, gestão do calendário e tomada de decisões.
Coordenador das atividades	1	Coordena o programa de atividades e realiza o briefing dos responsáveis pelas estações de atividade.
Árbitros	4–6	Avaliam o desempenho e atribuem pontuações em cada estação de atividade.
Responsável pela inclusão e proteção dos participantes	1	Apoia os participantes, responde a eventuais preocupações e promove um ambiente seguro, acessível e acolhedor. Em eventos de menor dimensão, esta função pode ser acumulada com outra.
Receção / Ponto de informações	1–2	Recebe e credencia os participantes, distribui materiais e presta informações.
Responsável pela comunicação e media	1	Regista fotografias e vídeos, gere as redes sociais, assegura a documentação do evento e gere os consentimentos relativos à utilização de imagem.
Primeiros socorros	1	Presta apoio de primeiros socorros no local e assegura a resposta em caso de emergência (função obrigatória).
Voluntários	4–6	Apoiam as estações de atividade, orientam os participantes, colaboram na logística e participam na montagem e desmontagem do evento.

Capítulo 3: Estrutura da competição e sistema de pontuação

A estrutura da competição foi concebida para um número par de equipas (por exemplo, entre 6 e 10 equipas, correspondendo a 30–50 participantes).

3.1 Regras de constituição das equipas

Regra	Requisito
Número de elementos por equipa	5 elementos por equipa (nem mais nem menos).
Diversidade e inclusão	As equipas devem, sempre que possível, refletir a diversidade e incluir, pelo menos, 2 raparigas ou jovens mulheres, acolhendo simultaneamente participantes com diferentes origens, experiências e capacidades.
Faixa etária	15 a 19 anos.
Participação	As equipas devem participar em todas as atividades previstas no programa.
Taxa de participação	A participação é gratuita para todas as equipas.

Os organizadores são incentivados a criar um ambiente de participação inclusivo e a promover ativamente o envolvimento de grupos sub-representados, incluindo raparigas e jovens mulheres, jovens com deficiência, jovens LGBTQI+, jovens de origem migrante e jovens em situação de vulnerabilidade socioeconómica. Para tal, recomenda-se o estabelecimento de parcerias com organizações que trabalhem diretamente com estes grupos e mantenham uma relação de proximidade com os mesmos.

3.2 Exemplo de estrutura do programa

Um evento OoFS pode incluir a seguinte estrutura:

Categoria	Pontuação máxima (exemplo)
Atividades desportivas	200 pontos (2 estações)
Atividades de sustentabilidade	300 pontos (3 estações)
Bónus de transporte sustentável	50 pontos
Bónus de comportamento*	50 pontos
Quiz sobre sustentabilidade	50 pontos
Total	650 pontos

* O Bónus de Comportamento é atribuído às equipas que promovam um ambiente respeitador, acolhedor e positivo ao longo de todo o evento. Este bónus é atribuído em cada estação de atividade (10 pontos por estação), sempre que a equipa cumpra os critérios definidos, sendo a avaliação realizada pelo árbitro responsável pela estação.

Esta estrutura atribui maior peso à aprendizagem sobre sustentabilidade e à ação ambiental, mantendo simultaneamente uma componente desportiva significativa. Os organizadores podem adaptar o número e o tipo de atividades em função das circunstâncias locais e dos objetivos do evento, desde que sejam respeitados os princípios gerais do sistema de pontuação do modelo OofS.

3.3 Classificação final

A classificação final das equipas participantes baseia-se no número total de pontos obtidos ao longo do evento.

Cada estação de atividade atribui pontos de acordo com os critérios de avaliação descritos no Capítulo 4. Para garantir a consistência entre diferentes eventos, recomenda-se que cada estação de atividade tenha uma pontuação máxima de 100 pontos. Poderão ainda ser atribuídos pontos adicionais através de atividades e desafios de bónus incluídos no programa do evento.

Pontuação final = Total de pontos obtidos

A equipa vencedora deve, obrigatoriamente, obter o Green Badge. Em caso de empate, a equipa com a pontuação mais elevada no Green Score (descrito na Secção 3.4) será classificada em posição superior.

3.4 O Green Badge

O Green Badge é o reconhecimento atribuído pelo OofS às equipas que demonstrem um forte compromisso com a sustentabilidade e com os objetivos ambientais ao longo do evento.

O Green Badge é atribuído sob a forma de um autocolante. O respetivo modelo encontra-se no Anexo C e deve ser produzido de acordo com a identidade visual do OofS.

O Green Badge é independente da classificação final do evento. Uma equipa pode obter o Green Badge sem vencer a competição, garantindo que o

compromisso ambiental é reconhecido e valorizado a par da participação e do desempenho desportivo.

Green Score

O Green Score corresponde à pontuação da equipa nas atividades e desafios relacionados com a sustentabilidade e constitui a base para a atribuição do Green Badge.

O Green Score é composto por:

- Estação de Sustentabilidade 1 (máximo de 100 pontos)
- Estação de Sustentabilidade 2 (máximo de 100 pontos)
- Estação de Sustentabilidade 3 (máximo de 100 pontos)
- Quiz sobre Sustentabilidade (máximo de 50 pontos)

Green Score máximo = 350 pontos

O Bónus de Transporte Sustentável pode contribuir com pontos adicionais para o Green Score, quando aplicável, mas não é obrigatório para a obtenção do Green Badge.

Critérios para atribuição do Green Badge

Uma equipa obtém o Green Badge se:

- Alcançar, pelo menos, 245 pontos (70%) do Green Score disponível.
- Promover um ambiente acolhedor e respeitador, demonstrando consideração pelas restantes equipas.
- Não registar quaisquer incidentes graves de comportamento desleal, desrespeitador ou prejudicial para o ambiente.

O limiar comum acima definido aplica-se a todos os eventos OoFS. Os organizadores podem acrescentar critérios específicos adaptados ao contexto local, desde que estes sejam comunicados de forma clara antes do evento e não reduzam o limiar comum estabelecido. As equipas que cumpram os critérios para a atribuição do Green Badge devem ser reconhecidas durante a cerimónia de encerramento.

Exemplo de resultado

No exemplo seguinte, a Equipa C vence a competição ao obter a pontuação total mais elevada (520 pontos). As Equipas A e C obtêm o Green Badge, por ultrapassarem o limiar de 245 pontos no Green Score. A Equipa B não obtém o Green Badge, uma vez que o seu Green Score fica abaixo desse limiar.

Equipa	S1	S2	SUS1	SUS2	SUS3	BB	Quiz	GS	GB	Pont. total
Equipa A	85	70	80	90	85	40	45	300	Yes	495
Equipa B	95	90	65	70	75	30	30	240	No	455
Equipa C	70	80	95	90	90	50	45	320	Yes	520

Leganda:

S - Atividade desportiva

SUS - Atividade de sustentabilidade

BB - Bónus de Comportamento

GS - Green Score

GB - Green Badge

Capítulo 4: Catálogo de atividades

Este capítulo apresenta a descrição das atividades e orientações práticas para a sua implementação nos eventos OofS. O catálogo inclui 10 atividades, das quais os organizadores deverão selecionar 7 (2 atividades desportivas, 3 atividades de sustentabilidade, mais o Bónus de Comportamento e o Quiz sobre Sustentabilidade), garantindo um equilíbrio entre desporto, sustentabilidade e aprendizagem.

Os seis Eco Games (Atividades 1 a 6) foram originalmente desenvolvidos no âmbito do programa Eco Athlete, da SDE, e posteriormente adaptados ao modelo Olympics of Sustainability. São adequados para grupos de maior dimensão e podem ser ajustados a diferentes formatos e escalas de evento.

As Atividades 7 a 10 complementam este conjunto principal, propondo formatos baseados em orientação, mobilidade sustentável, aquisição de conhecimentos e workshops.

Será ainda desenvolvida uma versão de bolso deste catálogo de atividades, que será posteriormente disponibilizada no website do projeto OofS.

4.1 Considerações gerais aplicáveis a todas as atividades

Os organizadores devem adaptar as atividades à idade, às capacidades e às necessidades dos participantes. Essa adaptação pode incluir o ajuste dos requisitos de movimento, da dimensão da área de jogo, da duração das atividades, do equipamento utilizado ou das funções atribuídas aos participantes, de forma a promover uma participação inclusiva.

As categorias, cores e símbolos utilizados para a separação de resíduos devem refletir os sistemas e práticas locais de gestão de resíduos.

Todos os materiais e equipamentos devem estar limpos, ser seguros e adequados à atividade prevista. Sempre que possível, devem ser utilizados materiais reutilizados, reaproveitados ou reciclados, evitando-se a aquisição de novos materiais.

Para reforçar os resultados da aprendizagem, recomenda-se que, no final de cada atividade, os organizadores promovam um breve momento de reflexão, relacionando a experiência dos participantes com a sustentabilidade, a responsabilidade ambiental e o trabalho em equipa.

4.2 Seleção das atividades

Para um evento OofS de um dia, recomenda-se a seleção de sete componentes do programa: duas atividades desportivas, três atividades de sustentabilidade, o Bónus de Comportamento e o Quiz sobre Sustentabilidade. Os organizadores podem adaptar o programa em função da duração do evento, da dimensão do grupo, do local de realização, das necessidades locais, dos interesses dos participantes e dos objetivos de aprendizagem.

Um programa equilibrado deverá combinar diferentes tipos de experiências de aprendizagem e participação. Sempre que possível, deverão ser incluídas atividades que abordem:

- Atividade física e trabalho em equipa.
- Gestão de resíduos e reciclagem.
- Natureza, biodiversidade e sensibilização ambiental.
- Criatividade, reflexão ou conhecimentos sobre sustentabilidade

PARTE A: ECO GAMES (Desenvolvidos pela SDE)

Estes seis Eco Games constituem a base do programa de atividades das Olympics of Sustainability. Foram desenvolvidos pela SDE e adaptados aos princípios das Olympics of Sustainability. Cada atividade combina prática desportiva com aprendizagem sobre sustentabilidade, promovendo simultaneamente o trabalho em equipa, a participação e o envolvimento ativo. Todos os jogos incluem um sistema de pontuação e podem ser adaptados à dimensão do evento, às características dos participantes e ao contexto local.

Atividade 1: Capture the Eco Flag

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade
Duração	10 minutos (ou até que a bandeira seja capturada)
Formato	2 equipas por ronda (quadro de eliminação)
Participantes	5 participantes por equipa (formato padrão OofS)
Recursos humanos	2 árbitros + 2 voluntários
Exemplo de espaço de jogo	Meio campo de futebol ou pavilhão desportivo

Descrição	Jogo de equipa que combina movimento, estratégia e aprendizagem sobre sustentabilidade. Diferentes resíduos são distribuídos pela área de jogo. As equipas recolhem um resíduo de cada vez, transportam-no para a sua Zona de Reciclagem e colocam-no na categoria de reciclagem correta para obter pontos. Os jogadores entram na metade do campo da equipa adversária para recolher os resíduos, mas podem ser tocados ligeiramente por um jogador da equipa adversária. Sempre que isso acontece, deslocam-se para a zona de reentrada, contam até 10 e regressam ao jogo. Depois de todos os resíduos terem sido recolhidos e corretamente separados, as equipas podem tentar capturar a bandeira da equipa adversária. A captura da bandeira termina o jogo e atribui pontos de bónus. Caso nenhuma bandeira seja capturada, vence a equipa com a pontuação mais elevada.
Pontuação — Resíduos	Garrafas de plástico (20 disponíveis): 1 ponto cada Pedacos de papel (10 disponíveis): 2 pontos cada Sacos de plástico (6 disponíveis): 3 pontos cada Ficha de resíduos perigosos (2 disponíveis): 5 pontos cada
Pontuação — Bandeira	Captura da bandeira: 40 pontos (apenas depois de todos os resíduos da metade do campo da equipa adversária terem sido corretamente separados).
Condição de vitória	Maior pontuação ou captura bem-sucedida da bandeira.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Diferentes tipos de resíduos exigem diferentes formas de separação e eliminação; Importância da gestão responsável dos resíduos; Trabalho em equipa e tomada de decisões estratégicas.
Materiais	20 garrafas de plástico, 10 pedacos de papel, 6 sacos de plástico, 2 ficha de resíduos perigosos (utilizar uma ficha ou cartão simbólico para representar resíduos perigosos; não utilizar resíduos perigosos reais), 2 bandeiras, cones para delimitar a área de jogo e coletes de identificação das equipas.

Atividade 2: Eco Obstacle Course

Elemento	Descrição
Categoria	Desporto
Duração	Vence a equipa que obtiver o melhor tempo.
Formato	Uma equipa de cada vez no percurso de obstáculos.
Participantes	5 participantes por equipa.
Recursos humanos	1 árbitro por percurso de obstáculos + 1 voluntário.
Exemplo de espaço de jogo	Espaço suficiente para um percurso de obstáculos com 20 a 50 metros.
Descrição	Estafeta dinâmica em que as equipas transportam diferentes tipos de materiais reutilizáveis ou recicláveis ao longo de um percurso de obstáculos. Os diferentes objetos exigem diferentes níveis de cooperação e são identificados por cores distintas. Os objetos mais pequenos podem ser transportados por um único participante, enquanto os maiores exigem a colaboração de dois ou mais elementos da equipa. As equipas devem encontrar o melhor equilíbrio entre velocidade, cooperação e estratégia para completar o percurso no menor tempo possível. O percurso deve ter entre 20 e 50 metros e ser exatamente igual para todas as equipas.
Nível de cooperação — Objetos	Objeto pequeno (por exemplo, uma garrafa de plástico): 1 participante. Objeto médio (por exemplo, uma caixa de cartão, um recipiente reutilizável ou um objeto de madeira): 2 participantes. Objeto grande: 3 ou mais participantes.
Condição de vitória	Vence a equipa que transportar todos os objetos para o outro lado do percurso no menor tempo. A pontuação máxima (100 pontos) é distribuída de acordo com a classificação final obtida com base no tempo.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Cooperação e coordenação; trabalho em equipa e comunicação; manuseamento responsável de materiais reutilizáveis e recicláveis; compreensão de que diferentes tarefas podem exigir diferentes níveis de esforço e colaboração.

Materiais	Objetos reutilizáveis ou recicláveis de diferentes dimensões; equipamento para o percurso de obstáculos (por exemplo, cones, arcos ou túneis); dispositivo de sinalização sonora e/ou visual.
------------------	---

Atividade 3: Eco Bowling

Elemento	Descrição
Categoria	Desporto
Duração	7 minutos
Formato	Uma equipa por área de bowling.
Participantes	5 participantes por equipa.
Recursos humanos	2 árbitros por área de bowling + 1 voluntário.
Exemplo de espaço de jogo	Espaço com cerca de 15 metros para a área de jogo, incluindo a zona de reciclagem (interior ou exterior).
Descrição	A equipa lança uma bola macia contra objetos recicláveis colocados a diferentes distâncias. Os alvos mais afastados valem mais pontos, mas são também mais difíceis de atingir. Sempre que um alvo é derrubado, a equipa recolhe o objeto e coloca-o no contentor de reciclagem correto antes de prosseguir. As equipas devem equilibrar precisão, rapidez e trabalho em equipa para maximizar a pontuação dentro do tempo limite. A separação incorreta dos resíduos resulta na aplicação de penalizações.
Pontuação — Alvos atingidos	5 metros: 1 ponto 10 metros: 3 pontos 15 metros: 5 pontos
Pontuação — Penalizações	Resíduo colocado no contentor incorreto: -5 pontos
Condições de vitória	Vence a equipa que obtiver a pontuação mais elevada ao fim de 7 minutos ou que consiga derrubar todos os alvos e separá-los corretamente antes do final do tempo. A pontuação máxima (100 pontos) é distribuída de acordo com a classificação final (pontuação obtida).
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Noções básicas de separação de resíduos e reciclagem; manuseamento responsável dos materiais; trabalho em equipa, coordenação e precisão.
Materiais	Bolas macias; diferentes objetos recicláveis que possam ser derrubados (mínimo de 10 objetos); contentores de reciclagem; folhas de pontuação; marcadores de distância.

Atividade 4: Eco Tail Tag

Elemento	Descrição
Categoria	Flexível (Desporto ou Sustentabilidade)
Duração	3 minutos (ou até serem recolhidas todas as fitas)
Formato	2 equipas por ronda (quadro de eliminação)
Participantes	5 participantes por equipa
Recursos humanos	2 árbitros + 1 voluntário
Exemplo de espaço de jogo	Meio campo de futebol ou pavilhão desportivo
Descrição	Cada participante utiliza três fitas coloridas presas à cintura. As diferentes cores representam categorias de reciclagem definidas pelo organizador e devem refletir as práticas locais de gestão de resíduos. Quando um participante retira uma fita a um elemento da equipa adversária, deve dirigir-se à Zona de Reciclagem, recolher o resíduo correspondente à cor dessa fita e colocá-lo no contentor de reciclagem adequado. Cada equipa inicia o jogo com 15 fitas.
Pontuação — Fitas recolhidas	Fita recolhida + resíduo corretamente separado: 1 ponto
Pontuação — Penalizações	Resíduo colocado no contentor incorreto: -3 pontos

Condição de vitória	Vence a equipa que obtiver a pontuação mais elevada ao fim de 3 minutos . Caso sejam recolhidas todas as 15 fitas , a equipa que o conseguir no menor tempo será classificada em posição superior. A pontuação máxima (100 pontos) é distribuída de acordo com a classificação final (pontuação obtida ou tempo realizado).
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Separação correta dos resíduos e reciclagem. Importância da correta separação dos resíduos, mesmo sob pressão de tempo. Trabalho em equipa, rapidez e perceção espacial.
Materiais	Fitas coloridas (15 por equipa). Resíduos representativos das categorias de reciclagem relevantes a nível local. Contentores de reciclagem. Um apito ou outro dispositivo de sinalização. As fitas são tiras de tecido presas à cintura dos participantes.

Atividade 5: Eco Rescue Mission

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade
Duração	10 minutos por ronda (as equipas trocam de função entre rondas)
Formato	2 equipas por ronda
Participantes	5 participantes por equipa (formato padrão OofS)
Recursos humanos	2 árbitros + 2 voluntários
Exemplo de espaço de jogo	Meio campo de futebol ou pavilhão desportivo
Descrição	As equipas competem em duas rondas, trocando de funções entre elas. Em cada ronda, uma equipa desempenha o papel de Equipa de Recolha e a outra o de Equipa de Desafio. A Equipa de Recolha deve recolher os resíduos espalhados pela área de jogo e separá-los corretamente nas respetivas categorias de reciclagem, com a maior rapidez e precisão possível. A Equipa de Desafio cria obstáculos ambientais que os elementos da Equipa de Recolha terão de ultrapassar. Estes podem incluir segurar cordas que os participantes tenham de passar por baixo ou por cima, deslocar cones para alterar o percurso ou funcionar como postos de controlo ambientais, onde os participantes devem responder corretamente a uma breve pergunta sobre sustentabilidade antes de prosseguirem. Se um participante responder incorretamente, deve devolver o resíduo à zona de recolha e reiniciar essa tentativa. A Equipa de Desafio ganha pontos sempre que um participante seja atrasado ou tenha de repetir uma tarefa devido a um desafio ambiental. Depois de concluídas as duas rondas, vence a equipa que obtiver a maior pontuação total.
Pontuação – Equipa de Recolha	Resíduo corretamente separado: 1 ponto
Pontuação – Equipa de Desafio	Participante atrasado ou obrigado a repetir uma tarefa devido a um desafio ambiental: 2 pontos
Pontuação – Bónus de Equipa	Todos os resíduos corretamente separados no prazo de 10 minutos: +20 pontos
Condição de vitória	Vence a equipa que obtiver a maior pontuação combinada após a realização das duas rondas.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Recolha e separação de resíduos. Trabalho em equipa e comunicação. Resolução de problemas sob pressão. Resiliência.
Materiais	Resíduos. Contentores de reciclagem. Marcadores para delimitação da área de jogo. Cronómetro.

Atividade 6: Eco Upcycling Challenge

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade
Duração	10 minutos
Formato	2 equipas por ronda ou todas as equipas em simultâneo, consoante os recursos disponíveis
Participantes	5 participantes por equipa. Os participantes distribuem entre si as tarefas de separação, transporte e construção, podendo trocar de função durante a atividade.
Recursos humanos	2 árbitros + 2 voluntários
Exemplo de espaço de jogo	Meio campo de futebol ou pavilhão desportivo
Descrição	As equipas trabalham em conjunto para construir a estrutura autoportante mais alta possível utilizando exclusivamente materiais reutilizados e recicláveis. Cada equipa recebe um conjunto idêntico de materiais, colocado na sua zona de recolha. Os participantes transportam os materiais, um de cada vez, até à zona de construção. Se um material cair durante o transporte, o participante deve regressar ao local onde o recolheu e recomeçar o percurso. Depois de todos os materiais terem sido transportados, as equipas utilizam-nos para construir a sua estrutura. Ao longo do desafio, devem equilibrar rapidez, trabalho em equipa, criatividade e utilização eficiente dos recursos.
Pontuação – Utilização dos materiais	Equipa que utilizar o maior número de materiais: +5 pontos
Pontuação – Criatividade	Criatividade, conceção e funcionalidade da estrutura final: 1 a 10 pontos
Pontuação – Estabilidade	A estrutura mantém-se de pé, sem apoio, durante um teste de estabilidade de 10 segundos: +5 pontos de bônus
Pontuação – Altura	Equipa com a estrutura mais alta: +5 pontos
Condição de vitória	Vence a equipa que obtiver a pontuação total mais elevada. A pontuação máxima (100 pontos) é distribuída de acordo com a classificação final.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Reutilização de materiais e upcycling. Resolução criativa de problemas. Trabalho em equipa e comunicação. Princípios da economia circular. Utilização responsável dos recursos.
Materiais	Conjuntos idênticos de materiais reutilizados ou recicláveis para cada equipa (por exemplo, garrafas, cartão, tubos de papel, tampas, caixas e cordel). Cronómetro. Fita métrica. Folha de pontuação.
Aspetos a ter em consideração	Garantir que todas as equipas recebem exatamente o mesmo conjunto de materiais, assegurando condições de competição equitativas. Explicar claramente os critérios de avaliação antes do início da atividade e garantir que todas as equipas são avaliadas de acordo com os mesmos critérios. Incentivar a criatividade e a utilização eficiente dos recursos, em vez de privilegiar apenas a altura da estrutura.

PARTE B: ATIVIDADES COMPLEMENTARES (Contributo dos parceiros do consórcio)

Estas atividades complementam os Eco Games, oferecendo diferentes formatos, como orientação ao ar livre, incentivos à mobilidade sustentável, avaliação de conhecimentos e workshops criativos.

Atividade 7: Eco Adventure Rogaining

Elemento	Descrição
Categoria	Flexível (Desporto ou Sustentabilidade)
Duração	40 a 90 minutos (dependendo da extensão do percurso, do terreno e do número de equipas participantes. Percursos mais curtos podem ser utilizados com participantes mais jovens ou em eventos introdutórios.)
Formato	Todas as equipas participam em simultâneo. Partidas desfasadas (recomendam-se intervalos de 3 minutos).
Participantes	5 participantes por equipa
Recursos humanos	Toda a equipa disponível
Exemplo de espaço de jogo	Adaptado às condições locais
Descrição	As equipas percorrem um itinerário utilizando um mapa e visitam uma série de pontos de controlo. Em cada ponto, os participantes realizam tarefas relacionadas com a sustentabilidade, como identificar espécies, habitats ou elementos ambientais, registar observações, responder a perguntas de um quiz ou desenvolver atividades relacionadas com a biodiversidade. As tarefas devem ser adaptadas às condições locais, ao nível de experiência dos participantes e à regulamentação ambiental aplicável. A atividade pode ser realizada em florestas, parques, recintos escolares ou ambientes urbanos.
Pontuação	Número de pontos de controlo visitados: 0–30 pontos. Identificação de espécies, habitats ou observações ambientais: 0–30 pontos. Atividade de biodiversidade, desafio sobre ecossistemas ou tarefa ambiental: 0–30 pontos. Bónus opcional por trabalho em equipa, conclusão do percurso ou tempo: +10 pontos.
Condição de vitória	Vence a equipa que obtiver a pontuação total mais elevada (pontos de controlo visitados + tarefas ambientais + desafio de biodiversidade + bónus opcional).
Materiais	Mapas. Cartões de identificação de espécies ou fichas de tarefas. Folhas de respostas. Marcadores dos pontos de controlo. Materiais necessários para as atividades de biodiversidade previstas.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Sensibilização para a biodiversidade. Ligação à natureza. Competências de observação do meio ambiente. Compreensão dos ecossistemas locais. Trabalho em equipa e competências de orientação. Comportamento responsável em ambientes naturais.
Aspetos a ter em consideração	Garantir que todas as atividades cumprem a regulamentação ambiental e as autorizações de utilização do espaço aplicáveis. Evitar perturbar a fauna ou habitats sensíveis. Sempre que possível, disponibilizar percursos alternativos acessíveis. Adaptar as tarefas à biodiversidade local, à época do ano e às condições ambientais. Adequar o percurso ao nível de experiência e às competências de orientação dos participantes. A atividade também pode ser realizada em contexto urbano.

Atividade 8: Green Travel Challenge (+ estação de workshop opcional)

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade
Duração	Desafio de mobilidade antes do evento + workshop de 45 minutos
Formato	Todas as equipas participam
Participantes	5 participantes por equipa (formato padrão OofS)
Recursos humanos	1 a 3 pessoas, consoante o formato

Exemplo de espaço de jogo	Adaptado ao formato da atividade
Descrição	As equipas são incentivadas a utilizar meios de transporte sustentáveis para se deslocarem até ao evento. Os modos de deslocação elegíveis devem ser definidos pelo organizador de acordo com o contexto local e podem incluir deslocações a pé, de bicicleta, em transportes públicos ou em regime de partilha de automóvel (<i>carpooling</i>). As opções de deslocação podem ser verificadas através de fotografias, bilhetes de transporte ou outro método definido pelo organizador. Durante o evento, os participantes participam num workshop interativo sobre mobilidade sustentável, pegada de carbono e ação climática individual. Caso os organizadores optem por incluir o workshop como uma das estações de sustentabilidade, este deverá incentivar os participantes a refletirem sobre os seus hábitos de mobilidade e a identificarem oportunidades para adotarem escolhas mais sustentáveis no dia a dia. Após o workshop, cada equipa concebe um "Desafio Verde de 30 Dias" destinado à sua escola, clube desportivo ou comunidade. A proposta deverá ser apresentada num cartaz, <i>flipchart</i> ou suporte digital e incluir: • Um nome e um slogan para o desafio. • Entre 3 e 5 ações de mobilidade sustentável. • O público-alvo. • A forma como a participação poderá ser incentivada ou acompanhada. • Os benefícios esperados para o ambiente e para a comunidade. No final, cada equipa apresenta o seu desafio ao restante grupo.
Pontuação – Mobilidade Sustentável	Demonstração da utilização de meios de transporte sustentáveis adequados ao contexto local. O organizador deverá definir previamente os critérios de avaliação, tendo em consideração as infraestruturas de transporte existentes, as necessidades de acessibilidade e as distâncias percorridas: 0–50 pontos.
Pontuação – Estação de workshop: Proposta de desafio	Criatividade, viabilidade, qualidade da comunicação e potencial impacto em termos de sustentabilidade da proposta de "Desafio Verde de 30 Dias": 0–100 pontos.
Condição de vitória	Vence a equipa que obtiver a maior pontuação combinada nas componentes de mobilidade sustentável e da proposta de desafio.
Materiais	Materiais para o workshop (por exemplo, cartões sobre pegada de carbono, infografias, estudos de caso e questões para discussão). Papel para cartazes ou ferramentas para apresentações digitais. Marcadores. Folhas de avaliação.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Literacia carbónica. Mobilidade sustentável. Ação climática. Resolução criativa de problemas. Promoção da mudança de comportamentos entre pares.
Aspetos a ter em consideração	• Garantir que os incentivos relacionados com os transportes não prejudiquem participantes com deficiência, necessidades de acessibilidade, longas distâncias de deslocação ou acesso limitado aos transportes públicos. • Adaptar os critérios de avaliação e a pontuação às condições locais, às infraestruturas disponíveis e às necessidades de acessibilidade. • Incentivar ações práticas, realistas e exequíveis que os participantes possam manter após o evento. • Privilegiar a aprendizagem e a mudança positiva de comportamentos, e não apenas a componente competitiva.

Atividade 9: Eco Knowledge Quiz

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade
Duration	15 a 20 minutos
Formato	Todas as equipas participam em simultâneo
Participantes	5 participantes por equipa (formato padrão OofS)
Recursos humanos	1 a 3 pessoas, consoante o formato do quiz
Exemplo de espaço de jogo	Espaço interior ou exterior, consoante o formato do quiz
Descrição	Quiz realizado em equipa sobre temas de sustentabilidade, tanto de âmbito local como global, incluindo alterações climáticas, biodiversidade, gestão de resíduos, energia, água, transportes e estilos de vida sustentáveis. Os participantes são incentivados a discutir as perguntas em equipa antes de apresentarem as suas respostas. As perguntas podem ser apresentadas através de cartões, apresentações ou plataformas digitais, consoante o formato do evento.
Pontuação	5 pontos por cada resposta correta (máximo de 50 pontos). A pontuação pode ser ajustada em função do número de perguntas incluídas no quiz.
Materiais	Cartões com perguntas, diapositivos de apresentação ou plataforma digital para o quiz. Folhas ou cartões de resposta. Folha de pontuação. Exemplos de perguntas encontram-se no Anexo F.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Literacia ambiental. Pensamento crítico. Discussão e tomada de decisão em equipa. Consolidação de conhecimentos.
Aspetos a ter em consideração	- Adaptar o grau de dificuldade das perguntas à idade e à experiência dos participantes. - Incluir temas de sustentabilidade de âmbito local e global. - Garantir que as perguntas são claras, acessíveis e culturalmente adequadas. - Sempre que adequado, poderá ser utilizada uma versão com três perguntas de rapidez, em que a pontuação é atribuída à equipa que responder corretamente em primeiro lugar.

Atividade 10: Water Footprint Challenge

Elemento	Descrição
Categoria	Sustentabilidade (consumo de água e estilos de vida sustentáveis)
Duração	5 a 10 minutos
Formato	Todas as equipas participam em simultâneo
Participantes	5 participantes por equipa (formato padrão OofS)
Recursos humanos	Toda a equipa disponível
Exemplo de espaço de jogo	Espaço interior ou exterior, consoante o formato
Descrição	As equipas competem para identificar e ordenar a pegada hídrica de diferentes produtos, alimentos e atividades do quotidiano. A atividade começa com uma breve introdução ao jogo e uma explicação do conceito de pegada hídrica. Um conjunto de cartões é colocado numa estação central. Um participante de cada vez recolhe um cartão e leva-o até à sua equipa. Depois de todos os cartões terem sido recolhidos, as equipas trabalham em conjunto para os ordenar da menor para a maior pegada hídrica estimada. No final, o organizador revela a ordem correta e promove uma breve reflexão sobre o consumo indireto de água e a importância de escolhas de consumo mais sustentáveis. Devem ser utilizados, no mínimo, 10 cartões.
Pontuação	Colocação correta de cada cartão: 10 pontos. Pontuação máxima: 100 pontos.
Materiais	Cartões representando produtos, alimentos e atividades do quotidiano com diferentes pegadas hídricas. Folhas de pontuação. Materiais visuais opcionais com valores aproximados da pegada hídrica.

	Exemplos de cartões: Pegada hídrica baixa • Maçã • Bicicleta • Copo de água da torneira Pegada hídrica média • T-shirt de algodão • Sanduíche de queijo • Par de calças de ganga Pegada hídrica elevada • Hambúrguer • Bife de vaca • Barra de chocolate • Resposta gerada por inteligência artificial Os organizadores são incentivados a verificar os valores aproximados da pegada hídrica dos produtos selecionados utilizando fontes fiáveis (por exemplo, a Water Footprint Network Product Gallery), uma vez que estes podem variar consoante os métodos de produção e o país de origem. A apresentação desses valores no final da atividade pode enriquecer a discussão e reforçar a aprendizagem.
Condições de vitória	Vence a equipa que obtiver a pontuação total mais elevada após a ordenação dos cartões e, quando aplicável, das perguntas de bónus.
Aprendizagens sobre sustentabilidade	Consumo de água. Estilos de vida sustentáveis. Pensamento crítico. Trabalho em equipa. Sensibilização para os impactos ambientais ocultos associados às escolhas do dia a dia.
Aspetos a ter em consideração	• Adaptar os produtos e os exemplos ao contexto local. • Utilizar dados e explicações sobre a pegada hídrica adequados à idade dos participantes. • Incluir uma combinação de exemplos relacionados com alimentação, vestuário, transportes e estilos de vida. • Salientar que o principal objetivo é promover a aprendizagem e a reflexão, e não a memorização de valores exatos.

Capítulo 5: Inclusão, acessibilidade e salvaguarda na prática

O projeto OofS procura criar oportunidades de participação para jovens com diferentes percursos, contextos e experiências. É dada especial atenção aos grupos que podem enfrentar barreiras à participação no desporto e na atividade física, incluindo raparigas e jovens mulheres, pessoas com deficiência, jovens LGBTQI+, jovens com origem migrante e jovens em situação de desvantagem socioeconómica.

A inclusão, a acessibilidade e a salvaguarda devem estar integradas em todas as fases do planeamento, da realização e da avaliação do evento.

5.1 Planear uma participação inclusiva

A criação de um evento inclusivo começa muito antes do dia da sua realização. Os organizadores são incentivados a considerar a acessibilidade, a comunicação, o recrutamento e as barreiras à participação ao longo de todo o processo de planeamento. O objetivo é criar oportunidades de participação para um conjunto diversificado de jovens, incluindo aqueles que não participam atualmente em atividades desportivas organizadas ou que enfrentam obstáculos à sua participação.

Ao planear um evento OofS, recomenda-se que os organizadores tenham em conta os seguintes aspetos:

- A participação deve ser gratuita ou ter um custo tão reduzido quanto possível.
- Considerar a disponibilização de apoio ao transporte, a organização de deslocações conjuntas ou outras medidas práticas para participantes que enfrentem barreiras económicas, geográficas ou de acessibilidade.
- Utilizar diversos canais de recrutamento, incluindo escolas, clubes desportivos, organizações de juventude, organizações de pessoas com deficiência, organizações LGBTQI+, organizações de apoio a migrantes e associações comunitárias, sempre que pertinente.
- Promover uma participação diversificada e garantir que cada equipa integra, pelo menos, duas raparigas ou jovens mulheres.
- Disponibilizar, com antecedência, informação clara sobre o evento, as atividades, as condições de acessibilidade, as formas de apoio disponíveis e os requisitos de participação.

- Os materiais de comunicação devem utilizar uma linguagem clara, acessível e inclusiva. Sempre que pertinente, os organizadores poderão disponibilizar informação em vários idiomas ou recorrer aos princípios da linguagem simples para facilitar a compreensão.
- Utilizar linguagem inclusiva e não estereotipada, evitando pressupostos relacionados com o género, a deficiência, a origem cultural ou a experiência desportiva anterior.
- Incluir participantes e modelos de referência diversificados nos materiais de comunicação. Sempre que possível, utilizar imagens autênticas e evitar reforçar estereótipos.
- Assegurar que a comunicação valoriza a participação, a aprendizagem, o trabalho em equipa e o prazer de participar, e não apenas a competição e o desempenho.
- Ter em consideração as necessidades culturais e religiosas no planeamento dos horários, da alimentação, da comunicação e da organização da participação.
- Os processos de inscrição devem ser simples e acessíveis. Sempre que necessário, poderão ser disponibilizadas formas alternativas de inscrição, como por telefone ou por correio eletrónico, para participantes que enfrentem barreiras relacionadas com a língua, a literacia, a deficiência ou o acesso às tecnologias digitais.
- Os formulários de inscrição devem permitir que os participantes indiquem antecipadamente necessidades de acessibilidade, apoio ou adaptações. Sempre que apropriado, poderão também incluir perguntas opcionais sobre o nome pelo qual a pessoa prefere ser tratada e os pronomes que utiliza.
- Sempre que possível, os locais de realização do evento devem ser selecionados tendo em conta a acessibilidade dos percursos, instalações, espaços de atividade, instalações sanitárias e áreas de convívio.
- Os procedimentos relativos ao consentimento para captação de imagens, à recolha de dados e à informação prestada aos participantes devem cumprir a legislação nacional aplicável e os requisitos de salvaguarda.

Planear a inclusão não significa que todos os eventos tenham de disponibilizar todas as adaptações possíveis. Significa, sim, que os organizadores devem adotar medidas razoáveis e proativas para identificar e reduzir barreiras, permitindo que o maior número possível de jovens possa participar, contribuir e sentir-se bem-vindo ao longo de todo o evento.

5.2 Realização de um evento acessível e inclusivo

Durante o evento, os organizadores devem procurar criar um ambiente em que todos os participantes possam envolver-se de forma significativa, contribuir para a sua equipa e sentir-se acolhidos, respeitados e em segurança.

As atividades devem ser dinamizadas de forma a reconhecer as diferentes capacidades, experiências, formas de comunicação e necessidades de apoio dos participantes. O objetivo não é que todos participem exatamente da mesma forma, mas sim que cada pessoa tenha oportunidades reais de contribuir e de se envolver nas atividades.

Os organizadores são incentivados a considerar os seguintes aspetos:

- Fornecer instruções claras, recorrendo, sempre que adequado, a diferentes formas de comunicação, incluindo explicações orais, demonstrações práticas, exemplos visuais e instruções escritas.
- Oferecer opções de participação flexíveis. As equipas podem distribuir as responsabilidades de acordo com as capacidades, os interesses e os pontos fortes de cada participante. A contribuição pode assumir diferentes formas, incluindo participação física, definição de estratégias, comunicação, registo da pontuação, organização ou outras funções de apoio.
- Adaptar, sempre que necessário e possível, as regras das atividades, as distâncias, os limites de tempo, os materiais ou os espaços de jogo para facilitar a participação e a acessibilidade.
- Ter em consideração a acessibilidade sensorial e cognitiva. Sempre que sejam utilizados música, apitos ou outros sinais sonoros, disponibilizar alternativas visuais, sempre que possível, e garantir o acesso a espaços tranquilos ou a pausas, quando necessário.
- Garantir que os espaços destinados às atividades, às áreas de convívio e às instalações são tão acessíveis e fáceis de utilizar quanto possível.
- Disponibilizar água potável, zonas de descanso e oportunidades para que os participantes possam fazer pausas sempre que necessário.
- Consultar diretamente os participantes. Sempre que possível, perguntar que adaptações ou apoios poderão ser úteis, em vez de fazer pressupostos sobre as suas necessidades.
- Acompanhar a participação ao longo do evento e intervir sempre que algum participante ou grupo pareça estar excluído ou impossibilitado de participar plenamente.

Os organizadores devem manter uma atitude flexível e adaptável durante todo o evento. O objetivo não é garantir um desempenho igual para todos, mas sim proporcionar oportunidades de participação significativa, aprendizagem, trabalho em equipa e envolvimento a todos os participantes.

5.3 Salvaguarda e bem-estar

Todos os eventos OofS devem proporcionar um ambiente seguro, respeitador e acolhedor para participantes, voluntários e restantes membros da equipa. A salvaguarda é uma responsabilidade partilhada e deve ser considerada em todas as fases do planeamento, da realização e da avaliação do evento.

Recomenda-se a adoção das seguintes medidas em todos os eventos:

- Designar uma pessoa responsável pela salvaguarda. Os participantes, voluntários e restantes membros da equipa devem saber a quem recorrer caso tenham preocupações, sejam alvo de comportamentos inadequados ou necessitem de apoio.
- Comunicar um código de conduta claro. As expectativas relativamente ao respeito pelos outros, à inclusão e à participação justa devem ser comunicadas antes e durante o evento.
- Respeitar a privacidade, o consentimento e os limites pessoais. Os participantes devem poder tomar decisões informadas sobre a utilização da sua imagem, o contacto físico e a partilha de informações pessoais.
- Garantir supervisão adequada. Deve existir supervisão e apoio suficientes durante todo o evento, especialmente quando as atividades envolvam menores de idade.
- Promover o bem-estar dos participantes. Disponibilizar água potável, zonas de descanso, sombra ou abrigo e oportunidades para fazer pausas ao longo do evento.
- Disponibilizar espaços tranquilos, sempre que possível. Alguns participantes podem beneficiar de um local calmo, afastado do ruído e da atividade, para descansar durante curtos períodos.
- Definir procedimentos para comunicar preocupações ou incidentes. Os participantes e a equipa devem saber como comunicar situações de preocupação e de que forma essas situações serão tratadas.

- Cumprir a legislação nacional e os requisitos aplicáveis em matéria de salvaguarda e proteção de crianças e jovens. Cabe aos organizadores garantir que todas as medidas de salvaguarda estão em conformidade com a legislação em vigor e com as políticas da organização.
- Garantir que a participação é voluntária. Os participantes devem poder optar por não participar em determinadas atividades ou fazer pausas sempre que necessário, sem sofrer qualquer estigmatização ou consequência negativa.

5.4 Aprendizagem e melhoria contínua

Os organizadores são incentivados a recolher feedback dos participantes, voluntários e parceiros sobre as medidas de inclusão, acessibilidade e salvaguarda implementadas durante o evento. Os resultados da avaliação podem ajudar a identificar barreiras à participação, destacar boas práticas e apoiar a melhoria contínua de futuras edições.

Algumas questões que os organizadores poderão considerar incluem:

- Os participantes sentiram-se acolhidos e incluídos?
- As medidas de acessibilidade revelaram-se eficazes?
- Foram identificadas barreiras à participação?
- Os participantes sentiram-se seguros e respeitados?

Capítulo 6: Guia de comunicação e promoção

6.1 Cronograma de comunicação

Quando	Ação
8 semanas antes	Divulgar o evento. Abrir as inscrições e partilhar as principais informações sobre o evento.
6 semanas antes	Divulgar os materiais promocionais em formato digital. Envolver os meios de comunicação social locais, os municípios e as organizações da comunidade. Incentivar os parceiros a divulgar o evento através das suas próprias redes.
4 semanas antes	Partilhar histórias de participantes, dicas de sustentabilidade ou conteúdos de bastidores. Enviar um lembrete para as inscrições e destacar as principais atividades do evento.
2 semanas antes	Enviar o dossier informativo às equipas inscritas. Iniciar uma campanha de contagem decrescente nas redes sociais e divulgar informações práticas sobre transportes, acessibilidade e sustentabilidade.
Dia do evento	Partilhar atualizações em tempo real, fotografias e pequenos vídeos. Destacar as experiências dos participantes, as ações de sustentabilidade e as equipas distinguidas com o Green Badge.
1 semana depois	Publicar os principais momentos do evento, fotografias, resultados e as equipas distinguidas com o Green Badge. Agradecer a participação dos participantes, voluntários e parceiros.
2 semanas depois	Divulgar os principais resultados, o feedback dos participantes e o impacto do evento em matéria de sustentabilidade. Sempre que possível, publicar um pequeno vídeo de resumo ou um artigo de balanço.

6.2 Mensagens-chave

Para os jovens:

- "Aceita o desafio de combinar desporto e sustentabilidade com a tua equipa."
- "Conquista o Green Badge e mostra como pequenas ações podem fazer a diferença."
- "Aprende, compete e diverte-te enquanto contribuis para um futuro mais sustentável."

Para escolas e clubes:

- "Um evento gratuito que combina atividade física, aprendizagem ambiental e participação juvenil."
- "Promove a educação para a sustentabilidade através de atividades práticas, envolventes e inclusivas."
- "Cria oportunidades para desenvolver o trabalho em equipa, a liderança e a cidadania ativa."

Para autoridades públicas e municípios:

- "Um modelo prático e adaptável que combina participação dos jovens, sustentabilidade e desporto."
- "Contribui para os objetivos locais de sustentabilidade, a promoção de estilos de vida ativos e o envolvimento da comunidade."
- "Fácil de implementar através de parcerias com escolas, clubes e organizações da comunidade."
- "Apoia as estratégias locais de sustentabilidade e contribui para a concretização dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas (Agenda 2030)."

Para os meios de comunicação social:

- "Os jovens estão a agir em prol do ambiente através do desporto."
- "Os Olympics of Sustainability combinam competição, trabalho em equipa e responsabilidade ambiental."
- "Uma iniciativa europeia que demonstra como o desporto pode contribuir para o desenvolvimento sustentável."

6.3 Requisitos de visibilidade do Erasmus+

Todos os eventos OofS devem reconhecer o apoio do Programa Erasmus+ e cumprir os requisitos mais recentes em matéria de visibilidade e comunicação do Erasmus+. O logótipo do Erasmus+ e a referência ao cofinanciamento da União Europeia devem constar de todos os materiais relevantes de comunicação, divulgação e do evento, incluindo materiais promocionais, apresentações, certificados, relatórios e sinalética.

Sempre que aplicável, deve ser incluída a seguinte declaração de exoneração de responsabilidade (*disclaimer*):

“Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.”

6.4 Utilização da metodologia após o término do projeto

Após o período de execução do projeto, as organizações que implementem a metodologia OofS de forma independente não são obrigadas a utilizar o logótipo do Erasmus+ nem a incluir a respetiva declaração de exoneração de responsabilidade (*disclaimer*), salvo se tal for exigido por outro acordo de financiamento.

No entanto, recomenda-se que as organizações reconheçam a origem da metodologia. Por exemplo:

"Este evento baseia-se na metodologia *Olympics of Sustainability*, originalmente desenvolvida com o apoio da União Europeia, através do Programa Erasmus+ Desporto (2025–2027)."

Capítulo 7: Quadro de avaliação

7.1 O que avaliar

Os indicadores seguintes podem ajudar os organizadores a avaliar o sucesso e o impacto de um evento OoFS. Os objetivos podem ser adaptados em função do contexto local, do perfil dos participantes e da dimensão do evento.

Indicador	Como medir	Objetivo
Número de participantes	Dados de inscrição	25 a 50 participantes por evento
Participação de raparigas e/ou jovens mulheres	Dados de inscrição	Mínimo de 2 por equipa
Participação de grupos sub-representados*	Dados de inscrição e informação fornecida voluntariamente pelos participantes	Os organizadores podem recolher dados sobre a participação de grupos sub-representados, sempre que adequado e em conformidade com a legislação nacional.
Aumento da sensibilização para a sustentabilidade	Questionário antes e após o evento	70% dos participantes referem um aumento da sensibilização
Intenção de mudança de comportamento	Questionário pós-evento: «Pretende alterar algum comportamento relacionado com a sustentabilidade após este evento?»	50% respondem «Sim»
Utilização de meios de transporte sustentáveis	Verificação no momento da receção dos participantes e informação fornecida pelos próprios	Objetivo definido localmente
Green Badges atribuídos	Resultados da pontuação	50% das equipas obtêm o Green Badge
Satisfação dos participantes	Questionário pós-evento (escala de 1 a 5)	Média ≥ 4,0
Experiência de inclusão e acessibilidade	Questionário pós-evento (escala de 1 a 5)	Média ≥ 4,0
Envolvimento de parceiros e entidades participantes	Número de organizações envolvidas	5 ou mais por evento

*** Definição de grupos sub-representados:** Para efeitos dos eventos OoFS, os grupos sub-representados podem incluir raparigas e jovens mulheres, pessoas com deficiência, jovens com origem migrante, jovens LGBTQI+, jovens em situação de desvantagem socioeconómica e outros grupos que, no contexto local, possam enfrentar barreiras à participação no desporto e na atividade física. A recolha destes dados deve ser sempre voluntária, respeitadora da privacidade dos participantes e realizada em conformidade com a legislação aplicável em matéria de proteção de dados.

7.2 Instrumentos de recolha de dados

Recomenda-se a utilização dos seguintes instrumentos para a avaliação dos eventos OofS:

- **Questionário pré-evento (Anexo D1):** aplicado no momento da inscrição. Permite avaliar o nível inicial de sensibilização para a sustentabilidade e os comportamentos atuais dos participantes. Duração recomendada: **3 a 5 minutos**.
- **Questionário pós-evento (Anexo D2):** aplicado imediatamente após a cerimónia de encerramento. Avalia a satisfação dos participantes, os resultados de aprendizagem, as experiências de inclusão e acessibilidade, as intenções de mudança de comportamento e a qualidade global do evento. Duração recomendada: **4 a 5 minutos**.
- **Folhas de pontuação (Anexo B):** preenchidas pelos árbitros e responsáveis pelas atividades ao longo do evento.

7.3 Modelo de relatório do evento

Após cada evento, recomenda-se que os organizadores elaborem um relatório utilizando o modelo disponibilizado no **Anexo E**.

Durante o período de execução do projeto OofS (2025–2027), os parceiros do consórcio deverão concluir o relatório no prazo de **duas semanas** após a realização do evento e partilhá-lo com o coordenador do projeto.

Após o término do projeto, as organizações que implementem a metodologia OofS de forma independente são incentivadas a utilizar este modelo de relatório para efeitos de avaliação, aprendizagem e planeamento de futuras edições.

O relatório deverá incluir:

- Visão geral do evento e respetivos objetivos.
- Dados de participação e caracterização dos participantes.
- Implementação das atividades e resultados da pontuação.
- Resultados do Green Badge.
- Resultados e observações relacionados com a sustentabilidade.
- Reflexões sobre inclusão, acessibilidade e salvaguarda (*safeguarding*).

- Resultados dos questionários e feedback dos participantes.
- Fotografias e materiais de comunicação (sempre que tenha sido obtido o respetivo consentimento).
- Lições aprendidas e recomendações para futuros eventos.

O objetivo da avaliação não é apenas medir os níveis de participação e os resultados da competição, mas também compreender de que forma o evento contribuiu para a aprendizagem em matéria de sustentabilidade, a inclusão, a acessibilidade, o bem-estar e a promoção de mudanças positivas de comportamento entre os participantes.

Capítulo 8: Planeamento orçamental, sustentabilidade e gestão de recursos

8.1 Orçamento estimado para um evento nacional OofS

O quadro seguinte apresenta um **orçamento indicativo** para um evento OofS de um dia, com **25 a 50 participantes**. Os custos reais variam consoante o país e o contexto de implementação. Muitas despesas podem ser reduzidas através de parcerias, do envolvimento de voluntários, do empréstimo de equipamentos e de contributos em espécie (*in-kind*) por parte de municípios, escolas e organizações da comunidade.

Categoria	Item	Custo estimado (EUR)
Espaço	Espaço ao ar livre ou instalação municipal (frequentemente disponibilizados gratuitamente através de parceria com o município)	0–200
Materiais	Materiais para as atividades (reutilizados, emprestados ou adquiridos quando necessário), ecopontos, materiais para o quiz e equipamentos para as atividades	0–100
Materiais	Materiais para atividades de biodiversidade e educação ambiental (por exemplo, plântulas, cartões de identificação de espécies ou outros recursos para atividades na natureza)	30–200
Materiais	Coletes de identificação das equipas, cones, cronómetros ou telemóvel, bússolas e mapas	50–400
Impressão	Certificados, folhas de pontuação, folhetos e faixas	50–100
Alimentação	Água, fruta e pequenos lanches para 50 participantes (preferencialmente opções sustentáveis)	50–300
Transporte	Apoio ao transporte de participantes que enfrentem barreiras económicas, geográficas ou de acessibilidade	100–500
Comunicação	Publicidade nas redes sociais e impressão de folhetos (caso a divulgação seja exclusivamente digital, custo = 0)	0–100
Primeiros socorros	Kit de primeiros socorros no local e voluntário com formação adequada	0–50
Diversos	Fundo de contingência (10% do total)	50–150
	TOTAL ESTIMADO	480–1,530

8.2 Orçamentação para a inclusão e a acessibilidade

Ao planear o orçamento do evento, os organizadores devem considerar os potenciais custos relacionados com a inclusão, a acessibilidade e o apoio à participação. Consoante o contexto local, estes podem incluir:

- Materiais de comunicação acessíveis.
- Serviços de interpretação ou apoio linguístico.

- Apoio ao transporte.
- Adaptações de acessibilidade nas atividades ou nos locais do evento.
- Pessoal ou voluntários adicionais para prestar apoio.
- Disponibilização de informação e materiais de inscrição em formatos alternativos

Nem todos os eventos exigirão recursos adicionais. No entanto, recomenda-se que os organizadores identifiquem, durante a fase de planeamento, as potenciais barreiras à participação e afetem os recursos necessários para as minimizar.

8.3 Gestão sustentável e eficiente dos recursos do evento

Os organizadores são incentivados a reduzir simultaneamente os custos financeiros e o impacto ambiental através de uma gestão eficiente dos recursos e de um planeamento sustentável.

Alguns exemplos incluem:

- Estabelecer parcerias com municípios, escolas, clubes ou organizações da comunidade para obter acesso a espaços, equipamentos, materiais e apoio de recursos humanos.
- Recorrer ao empréstimo de materiais e equipamentos sempre que possível, em vez de adquirir novos.
- Reutilizar materiais do evento, como coletes de identificação, cones, mapas, sinalética e ecopontos, em diferentes edições.
- Privilegiar a utilização de materiais reutilizados, reaproveitados e recicláveis na conceção das atividades.
- Utilizar, sempre que adequado, ferramentas digitais para inscrições, comunicação e registo das pontuações, reduzindo o consumo de papel.
- Evitar compras desnecessárias e minimizar a utilização de produtos descartáveis.
- Planear cuidadosamente o serviço de alimentação para reduzir o desperdício alimentar e privilegiar opções sustentáveis sempre que possível.
- Dar preferência a fornecedores locais e a produtos e serviços ambientalmente responsáveis, sempre que disponíveis.

- Incentivar os participantes a deslocarem-se a pé, de bicicleta, em transportes públicos ou através de boleias partilhadas.
- Criar um kit reutilizável de materiais para eventos, que possa ser utilizado em futuras edições do OofS.

Capítulo 9: Melhoria contínua e desenvolvimento futuro

O Green Playbook foi concebido como uma metodologia prática e adaptável, capaz de evoluir através da sua implementação, avaliação e da aprendizagem partilhada. Esta primeira edição foi desenvolvida durante as fases iniciais do projeto *Olympics of Sustainability* e continuará a ser aperfeiçoada com base nas experiências adquiridas em futuros eventos e atividades-piloto.

9.1 Testar, aprender e melhorar

Após cada evento, recomenda-se que os organizadores analisem os resultados da avaliação, o feedback dos participantes e a experiência de implementação. A avaliação não deve servir apenas para medir o sucesso do evento, mas também para identificar oportunidades de melhoria.

Algumas questões orientadoras incluem:

- Quais foram as atividades que geraram maior envolvimento dos participantes?
- Os objetivos de aprendizagem relacionados com a sustentabilidade foram alcançados?
- Os participantes sentiram-se incluídos, seguros e bem-vindos?
- Que barreiras à participação foram identificadas?
- Que aspetos da organização podem ser melhorados?

9.2 Partilhe a sua experiência

Os organizadores são incentivados a partilhar exemplos, adaptações, histórias de sucesso e lições aprendidas com a comunidade OoFS. A partilha de experiências contribui para o fortalecimento da metodologia e apoia futuros organizadores que pretendam implementá-la em diferentes países e contextos.

Mais informações e recursos estão disponíveis no website do *Olympics of Sustainability*: <https://oofs.eu/>

9.3 Adaptar e expandir

A metodologia OofS pode ser adaptada a diferentes contextos, grupos de participantes e realidades organizacionais, incluindo:

- Dias dedicados ao desporto escolar.
- Campos de férias para jovens.
- Festivais comunitários.
- Eventos municipais dedicados à sustentabilidade.
- Programas de clubes desportivos.
- Competições regionais.

As atividades podem igualmente ser adaptadas a participantes mais jovens ou mais velhos, mantendo sempre os princípios fundamentais da sustentabilidade, da inclusão e da participação juvenil.

Os organizadores são incentivados a estabelecer parcerias de longo prazo com escolas, municípios, organizações desportivas e entidades da comunidade, de forma a aumentar o impacto e a sustentabilidade das futuras edições do OofS.

Referências

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

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

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

European Commission. (2020). Special Eurobarometer 501: Attitudes towards the environment. DG Communication.

European Commission. (2022). Special Eurobarometer 525: Sport and physical activity. DG EYS.

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

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

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

Federação Portuguesa de Futebol. (2023). Sustainability in football.
<https://portugalstore.fpf.pt/>

Finlands Svenska Idrott. (n.d.). <https://www.idrott.fi/>

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

Instituto Português do Desporto e Juventude. (n.d.). PNDpT. <https://ipdj.gov.pt/>

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

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

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

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

Seabra, A. F. et al. (2007). Sports participation among Portuguese youth. JPAH, 4(4), 370–380.

World Health Organization. (2021). Portugal Physical Activity Factsheet. WHO Europe.

Engso. (2024). HOSTING INCLUSIVE EVENTS - Accessibility Guidelines for ENGSO events.

<https://www.engso-education.eu/wp-content/uploads/2024/09/EWS-Inclusive-sport-events.pdf>

Engso. (2026). Project Sure. Creating inclusive activities and events.

<https://www.engso-education.eu/wp-content/uploads/2026/01/Creating-inclusive-activities-and-events.pdf>

Anexos: Modelos prontos a utilizar

Anexo A: Ficha de inscrição da equipa

Campo	Informação
Nome da equipa	
Escola / Clube / Organização	
Pessoa de contacto (treinador(a) / professor(a))	
E-mail	
Telefone	
Membro da equipa 1	Nome: ____ Idade: ____ Género: Feminino / Masculino / Não binário / Prefiro autodescrever-me: ____ / Prefiro não responder Nome preferido (opcional): ____ Pronomes (opcional): ____
Membro da equipa 2	Nome: ____ Idade: ____ Género: Feminino / Masculino / Não binário / Prefiro autodescrever-me: ____ / Prefiro não responder Nome preferido (opcional): ____ Pronomes (opcional): ____
Membro da equipa 3	Nome: ____ Idade: ____ Género: Feminino / Masculino / Não binário / Prefiro autodescrever-me: ____ / Prefiro não responder Nome preferido (opcional): ____ Pronomes (opcional): ____
Membro da equipa 4	Nome: ____ Idade: ____ Género: Feminino / Masculino / Não binário / Prefiro autodescrever-me: ____ / Prefiro não responder Nome preferido (opcional): ____ Pronomes (opcional): ____
Membro da equipa 5	Nome: ____ Idade: ____ Género: Feminino / Masculino / Não binário / Prefiro autodescrever-me: ____ / Prefiro não responder Nome preferido (opcional): ____ Pronomes (opcional): ____
Necessidades de acessibilidade, apoio ou adaptações	Algum participante tem necessidades de acessibilidade, apoio, adaptações, alimentação ou outras que a organização deva conhecer? Em caso afirmativo, descreva:
Modo de transporte	Que meios de transporte ambientalmente sustentáveis serão utilizados pela equipa para se deslocar ao evento? ☐ A pé ☐ Bicicleta ☐ Transportes públicos ☐ Boleia partilhada ☐ Outro:
Consentimento ao abrigo do RGPD – Tratamento de dados pessoais	☐ Confirmando que todos os membros da equipa (e os respetivos encarregados de educação, no caso de menores de 18 anos) autorizam o tratamento dos seus dados pessoais para efeitos de organização do evento e de elaboração de relatórios do projeto.
Consentimento ao abrigo do RGPD – Utilização de fotografias e vídeos	☐ Confirmando que todos os membros da equipa (e os respetivos encarregados de educação, no caso de menores de 18 anos) autorizam a utilização de fotografias e vídeos para fins de comunicação, divulgação e implementação do projeto.
Data	
Assinatura	

Anexo B: Modelo de folha de pontuação

Equipa	S1	S2	SUS1	SUS2	SUS3	BB	Quiz	GS	GB	Pont. Total

Legenda:

S - Desporto

SUS - Sustentabilidade

BB - Bónus de Comportamento

GS - Green Score

GB - Green Badge

Green Score = Sustentabilidade 1 + Sustentabilidade 2 + Sustentabilidade 3 + Quiz

Green Badge é atribuído às equipas que obtenham, pelo menos, 70% do Green Score (245/350 pontos), desde que não tenham ocorrido incidentes graves de conduta desleal, desrespeitosa ou prejudicial para o ambiente durante o evento.

Anexo C: Autocolante do Green Badge



Anexo D: Questionários pré e pós-evento

D1: Questionário pré-evento (no momento da inscrição)

- Como classificaria o seu nível de conhecimentos sobre sustentabilidade ambiental?
(1–5)
- Com que frequência adota comportamentos sustentáveis no seu dia a dia?
 - ☐ Nunca
 - ☐ Raramente
 - ☐ Às vezes
 - ☐ Frequentemente
 - ☐ Sempre
- Já participou anteriormente num evento desportivo dedicado à sustentabilidade?
 - ☐ Sim
 - ☐ Não
- O que significa, para si, o conceito de «sustentabilidade»?
(Resposta aberta – máximo de duas frases.)

D2: Questionário pós-evento (após a cerimónia de encerramento)

- Como avalia o evento, de um modo geral?
(1–5)
- Sentiu-se acolhido(a) e incluído(a) durante o evento?
(1–5)
- Sentiu-se seguro(a) e respeitado(a) durante o evento?
(1–5)
- Aprendeu hoje algo de novo sobre sustentabilidade?
 - ☐ Sim
 - ☐ Não
 - ☐ Não tenho a certeza
- Qual foi a sua atividade favorita?
(*Selecionar da lista de atividades.*)
- A participação neste evento irá levar a alguma mudança nos seus comportamentos relacionados com a sustentabilidade?
 - ☐ Sim — Qual? _____
 - ☐ Não
 - ☐ Não tenho a certeza
- Como classificaria agora o seu nível de conhecimentos sobre sustentabilidade ambiental?
(1–5)
- Participaria novamente num evento semelhante?
 - ☐ Sem dúvida
 - ☐ Provavelmente
 - ☐ Não tenho a certeza
 - ☐ Provavelmente não
 - ☐ De certeza que não
- Recomendaria este evento a um(a) amigo(a)?
 - ☐ Sim
 - ☐ Não
- Tem alguma sugestão para melhorar futuras edições do evento?
(*Resposta aberta.*)

Anexo E: Modelo de relatório do evento (estrutura)

O relatório do evento deverá incluir, pelo menos, os seguintes elementos:

- 1. Visão geral do evento**
 - Data
 - Local
 - Organização responsável
 - Número de equipas
 - Número de participantes
 - Medidas de acessibilidade disponibilizadas
- 2. Dados de participação**
 - Caracterização dos participantes
 - Participação de raparigas e jovens mulheres
 - Participação de grupos sub-representados
 - Resultados relacionados com a diversidade e a inclusão
- 3. Atividades realizadas**
 - Atividades implementadas
 - Duração
 - Adaptações efetuadas
 - Medidas de acessibilidade e inclusão aplicadas
- 4. Resultados da competição**
 - Classificação final
 - Equipas distinguidas com o **Green Badge**
 - Principais destaques do evento
- 5. Síntese dos resultados dos questionários**
 - Resultados dos questionários pré e pós-evento
 - Evolução do nível de sensibilização para a sustentabilidade
 - Grau de satisfação dos participantes
 - Feedback sobre inclusão e acessibilidade
 - Intenções de mudança de comportamento
 - Principais resultados de aprendizagem
- 6. Planeamento sustentável e impacto ambiental**
 - Medidas de sustentabilidade integradas no planeamento
 - Compras e aquisições sustentáveis
 - Medidas de eficiência na utilização de recursos
 - Mobilidade sustentável
 - Prevenção e gestão de resíduos
 - Reutilização de materiais

- Ações ambientais implementadas
- Principais resultados em matéria de sustentabilidade

7. Registo fotográfico

- Mínimo de 10 fotografias, incluindo uma fotografia de grupo e os elementos de visibilidade obrigatórios do projeto, quando aplicável.

8. Lições aprendidas e recomendações

- Organização do evento
- Inclusão e acessibilidade
- Salvaguarda (*safeguarding*)
- Medidas de sustentabilidade
- Recomendações para futuras edições

9. Recomendações para o desenvolvimento futuro do Green Playbook do OofS

- Atividades que se revelaram mais eficazes
- Desafios encontrados durante a implementação
- Adaptações realizadas
- Temas de sustentabilidade que deveriam ser incluídos
- Ferramentas ou orientações adicionais necessárias
- Sugestões para futuras edições do Green Playbook

10. Anexos

- Lista de presenças assinada
- Folhas de pontuação preenchidas
- Dados brutos dos questionários
- Outros materiais de apoio relevantes

Anexo F: Perguntas para o Eco Knowledge Quiz

As perguntas de exemplo apresentadas neste anexo baseiam-se principalmente no recurso educativo da Comissão Europeia Our Planet, Our Future, [European Commission's educational resource Our Planet, Our Future](#). Os organizadores são encorajados a adaptar as perguntas à idade e ao nível de conhecimentos dos participantes, bem como a incluir temas de sustentabilidade relevantes para o contexto local, sempre que adequado.

Podem ser encontrados recursos educativos adicionais e outras fontes de inspiração em:

https://climate.ec.europa.eu/our-planet-our-future_en

https://climate-pact.europa.eu/eu-climate-action-academy-0/resources/our-planet-our-future_en

https://school-education.ec.europa.eu/en/discover?f%5B0%5D=insight_article_types%3A6356&f%5B1%5D=insight_article_types%3A561459
https://climate-pact.europa.eu/index_en

1. Qual é a principal causa das atuais alterações climáticas?

- A. Alterações na órbita da Terra
- B. Aumento dos gases com efeito de estufa resultante das atividades humanas
- C. Aumento da atividade vulcânica

Resposta correta: B

Ao contrário das alterações climáticas do passado, o aquecimento global atual é causado principalmente pelas atividades humanas, que aumentam a concentração de gases com efeito de estufa na atmosfera, sobretudo através da queima de combustíveis fósseis.

2. Qual é a diferença entre tempo e clima?

- A. O tempo descreve as condições meteorológicas do dia a dia, enquanto o clima descreve as condições meteorológicas médias ao longo de longos períodos.
- B. Significam exatamente a mesma coisa.
- C. O clima refere-se apenas à temperatura.

Resposta correta : A

O tempo varia de um dia para o outro, enquanto o clima descreve os padrões médios das condições meteorológicas ao longo de décadas (normalmente cerca de 30 anos).

3. Qual das seguintes afirmações sobre a camada de ozono é verdadeira?

- A. O buraco na camada de ozono é a principal causa das alterações climáticas.
- B. O buraco na camada de ozono e as alterações climáticas são problemas ambientais distintos.
- C. A camada de ozono aumenta o aquecimento global ao reter a luz solar.

Resposta correta : B

A destruição da camada de ozono e as alterações climáticas são problemas diferentes. No entanto, algumas substâncias que destroem a camada de ozono também são potentes gases com efeito de estufa, razão pela qual os acordos internacionais têm contribuído para enfrentar ambos os problemas.

4. Qual das seguintes afirmações descreve melhor o efeito de estufa?

- A. É um processo natural que mantém a Terra suficientemente quente para permitir a vida, mas que está a ser intensificado pelas atividades humanas.
- B. É causado apenas pela poluição proveniente das fábricas.
- C. É o buraco na camada de ozono que permite a entrada de mais calor na Terra.

Resposta correta: A

O efeito de estufa é um processo natural através do qual os gases com efeito de estufa retêm parte do calor do Sol, mantendo a Terra a uma temperatura adequada para a vida. As atividades humanas aumentam a concentração destes gases, reforçando o efeito de estufa e provocando o aquecimento global.

5. O que é o efeito de estufa?

- A. Um processo natural em que os gases com efeito de estufa retêm parte do calor do Sol, mantendo a Terra suficientemente quente para a vida. As atividades humanas reforçam este efeito ao aumentar a concentração desses gases.
- B. Um processo em que os gases com efeito de estufa impedem a luz solar de chegar à superfície da Terra.
- C. Um buraco na atmosfera que permite a entrada de mais calor proveniente do Sol.

Resposta correta: A

Quando a luz solar atinge a superfície da Terra, parte dessa energia é absorvida e aquece o solo e os oceanos. A restante energia pode escapar para o espaço, mas uma parte fica retida na atmosfera, aquecendo o planeta. Este fenómeno designa-se por «efeito de estufa», porque a atmosfera funciona como o vidro de uma estufa, retendo o calor no seu interior.

O efeito de estufa ocorre porque a atmosfera terrestre contém gases como o vapor de água, o dióxido de carbono, o metano e o óxido nítrico (conhecidos como gases com efeito de estufa). É este processo que mantém o planeta a uma temperatura adequada para a vida. No entanto, as atividades humanas estão a aumentar a quantidade destes gases na atmosfera, reforçando o efeito de estufa e aumentando a temperatura da Terra.

6. Quais são as principais causas humanas das alterações climáticas?

- A. A queima de combustíveis fósseis, a desflorestação, a agricultura e a pecuária.
- B. As erupções vulcânicas, os sismos e as marés oceânicas.
- C. As alterações na órbita da Terra e na atividade solar.

Resposta correta: A

As alterações climáticas resultam do aumento da temperatura da Terra (aquecimento global), provocado pela emissão de uma quantidade de gases com efeito de estufa superior à que ocorre naturalmente. Estes gases adicionais provêm sobretudo da queima de combustíveis fósseis para produzir energia, mas também de outras atividades humanas, como a destruição das florestas tropicais, a agricultura, a criação de gado e a produção de produtos químicos.

7. Em aproximadamente quanto aumentou a temperatura média da Terra em 2019, em comparação com o final do século XIX?

- A. Cerca de 0,5 °C
- B. Cerca de 1 °C
- C. Cerca de 1,5 °C

Resposta correta: C

Segundo a Comissão Europeia, em 2019 a Terra estava cerca de 1,5 °C mais quente do que no final do século XIX, prevendo-se que a temperatura média global continue a aumentar ao longo deste século.

Um aumento de 1,5 °C pode não parecer significativo, mas importa recordar que a maior parte deste aquecimento ocorreu apenas nas últimas décadas, o que significa que o aumento da temperatura está a acelerar.

Além disso, trata-se de um valor médio global: algumas regiões aqueceram muito mais do que outras. Por exemplo, o Ártico tornou-se significativamente mais quente nos últimos 60 anos e poderá ficar sem gelo durante o verão até 2040. A Europa está também a aquecer mais rapidamente do que outras regiões do mundo.

Segundo alguns estudos, durante a última Idade do Gelo a temperatura média da Terra era apenas cerca de 4 °C inferior à registada no final do século XIX.

8. Qual das seguintes ações do dia a dia pode ajudar a reduzir simultaneamente o consumo de energia e as emissões de gases com efeito de estufa?

- A. Deixar os aparelhos eletrónicos em modo de espera durante a noite.
- B. Desligar e retirar da tomada os aparelhos eletrónicos quando não estão a ser utilizados.
- C. Deixar o telemóvel a carregar durante toda a noite, todos os dias.

Resposta correta: B

Os aparelhos em modo de espera continuam a consumir eletricidade. Segundo a Comissão Europeia, desligar e retirar da tomada os aparelhos eletrónicos quando não estão a ser utilizados pode reduzir os custos anuais de energia de uma habitação em até 10%.

9. Segundo a Comissão Europeia, qual dos seguintes hábitos de compra é, em geral, o mais sustentável?

- A. Comprar vários produtos baratos que se desgastam rapidamente.
- B. Comprar menos produtos, mas de melhor qualidade e com maior durabilidade.
- C. Comprar produtos novos em todas as estações para acompanhar as tendências.

Resposta correta: B

Comprar menos produtos, mas mais duradouros, ajuda a reduzir a produção de resíduos, o consumo de recursos e as emissões de gases com efeito de estufa ao longo do tempo.

10. Porque é que comprar alimentos produzidos localmente é frequentemente considerado uma opção mais sustentável?

- A. Tem sempre a menor pegada de carbono.
- B. Pode reduzir as emissões associadas ao transporte, embora os alimentos produzidos localmente nem sempre tenham a menor pegada de carbono.
- C. Os alimentos produzidos localmente nunca necessitam de energia para serem produzidos.

Resposta correta: B

As emissões associadas ao transporte podem ser mais reduzidas no caso dos alimentos produzidos localmente. No entanto, fatores como a utilização de estufas aquecidas ou de fertilizantes produzidos a partir de combustíveis fósseis podem aumentar a sua pegada de carbono.

11. Qual das seguintes ações do dia a dia pode ajudar a reduzir simultaneamente o consumo de energia e os custos energéticos da habitação?

- A. Deixar os aparelhos elétricos em modo de espera durante a noite.
- B. Baixar o termostato em 1 °C e reduzir a temperatura quando não está ninguém em casa.
- C. Manter o aquecimento à mesma temperatura durante todo o dia e toda a noite.

Resposta correta: B

Segundo a Comissão Europeia, reduzir a temperatura do termostato em apenas 1 °C pode diminuir a fatura energética de uma habitação em cerca de 10%, contribuindo também para reduzir as emissões de gases com efeito de estufa.

12. Qual das seguintes opções é um exemplo de jovens a agir em prol do clima?

- A. Organizar uma campanha «Ir de bicicleta para a escola».
- B. Esperar que os governos resolvam o problema das alterações climáticas.
- C. Evitar falar sobre questões ambientais.

Resposta correta: A

Os jovens podem contribuir através de ações práticas, inspirando outras pessoas e promovendo hábitos sustentáveis nas suas escolas e comunidades.

13. O que indica a etiqueta energética dos produtos?



- A. O consumo de energia.
- B. O nível de eficiência energética.
- C. O consumo de energia, o nível de eficiência energética, o consumo de água, o nível de ruído e outros parâmetros, consoante o produto.

Resposta correta: C

Para além do consumo de energia ou do nível de eficiência energética, a etiqueta energética pode também indicar o consumo de água (no caso das máquinas de lavar roupa), a capacidade em litros (no caso dos frigoríficos) ou o

nível de ruído em decibéis, entre outras informações.

14. Existem muitas formas de poupar energia em casa. Qual das seguintes NÃO é uma delas?

- A. Garantir que a habitação está bem isolada do frio.
- B. Utilizar lâmpadas energeticamente eficientes.
- C. Aumentar o aquecimento para poder usar apenas uma T-shirt em casa durante o inverno.

Resposta correta: C

Se sentir frio em casa, vista uma camisola quente ou um polar! Aumentar o aquecimento fará com que a fatura energética seja muito mais elevada e aumentará também a sua contribuição para o aquecimento global.

15. Ao reciclar uma lata de alumínio, quanta energia necessária para produzir uma nova lata é poupada?

- A. 20%
- B. 50%
- C. 90%

Resposta correta: C

Produzir uma nova lata de alumínio a partir de uma lata reciclada requer apenas um décimo da energia necessária para fabricar uma nova lata a partir de matérias-primas.

16. O que é o programa Copernicus da União Europeia?

- A. Um programa de satélites que observa a Terra e ajuda a monitorizar as alterações climáticas e o ambiente.
- B. Um programa que constrói parques eólicos em toda a Europa.
- C. Uma rede europeia de estações meteorológicas que mede apenas a temperatura do ar.

Resposta correta: A

O Copernicus é o programa de observação da Terra da União Europeia. Utilizando uma família de satélites Sentinel, disponibiliza gratuitamente dados e imagens que ajudam a monitorizar as alterações climáticas, as catástrofes naturais e as condições ambientais.



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.