



Atividade 2

Nome da Atividade	Vive a tua vida sustentável
Tópico abordado	Modo de vida sustentável
Resultados da Aprendizagem e Competências que podem ser adquiridas	• Aprender a promover um estilo de vida sustentável • Aprender a construir uma identidade digital
Duração	2 horas
Metodologia	• Educação não formal • Atividade em equipa
Materiais Requeridos	• Cenários: https://www.canva.com/design/DAF65QbS7ec/J6Drz1INmslbR6_XY3kA2w/edit?utm_content=DAF65QbS7ec&utm_campaign=designshare&utm_medium=ink2&utm_source=sharebutton  • Canetas/marcadores, papéis de flipchart • Computador portátil e ppt (fornecidos)





Ambiente de Aprendizagem e Descrição da Atividade	1. O facilitador começa por dividir os participantes em grupos. Cada grupo terá 1 cenário que aborda a promoção de um estilo de vida sustentável e terá 1 hora para desenvolver/criar uma estrutura relativa às formas e passos a seguir para criar a melhor identidade digital numa infografia. 2. Os resultados serão depois apresentados ao grupo. 3. O facilitador continua a apresentação da importância das ferramentas e plataformas online (ppt fornecido).
Avaliação/ Reflexão da Atividade	Quadro de Visão da Vida Sustentável Objetivos: • Ajudar os participantes a visualizar e articular a sua visão para uma identidade e estilo de vida digital sustentável. • Identificar os principais elementos e objetivos. Materiais necessários: • Revistas, jornais ou imagens impressas relacionadas com a sustentabilidade e a participação digital (opcional) • Tesoura • Cola • Quadros de cartazes ou folhas de papel grandes • Marcadores, lápis de cor ou lápis de cera • Sugestões ou perguntas relacionadas com a identidade digital sustentável (fornecidas). Instruções (para o formador): 1. Introduzir a atividade: explicar que os participantes vão criar um quadro de visão que representa a sua identidade digital sustentável e estilo de vida ideal. 2. Distribuir os materiais: fornecer aos participantes os materiais necessários, incluindo revistas ou imagens impressas relacionadas com a sustentabilidade e cartazes. 3. Definir sugestões/perguntas: apresentar uma série de sugestões ou perguntas relacionadas com a identidade e o estilo de vida digitais sustentáveis. Os





participantes refletirão sobre estas questões enquanto criam os seus quadros de visualização.

4. Criar os quadros de visualização: os participantes devem recortar imagens, palavras e frases de revistas ou materiais impressos que estejam de acordo com a sua visão de uma identidade digital sustentável. Podem também desenhar ou escrever nos cartazes.
5. Montar os quadros de visão: Incentive os participantes a organizar os recortes, desenhos e escritos nos seus cartazes para criar uma representação visual da sua visão de vida sustentável.
6. Refletir e partilhar: Depois de completarem os seus quadros de visão, os participantes devem refletir sobre os elementos que incluíram e a forma como se relacionam com a sua identidade digital sustentável.
7. Discussão (opcional): Se os participantes se sentirem à vontade, convide-os a partilhar os seus quadros de visão com o grupo. Incentivar o debate sobre os temas comuns e as abordagens únicas representadas.
8. Planeamento de ações: Peça aos participantes que identifiquem pelo menos um passo prático que possam dar para começar a alinhar a sua identidade digital com a sua visão de vida sustentável.
9. Conclusão: Conclua a atividade a salientar o poder da visualização na definição de intenções e objetivos. Incentivar os participantes a manterem os seus quadros de visão como um lembrete do seu empenhamento na sustentabilidade.





**Materiais
Requeridos**

- Apresentação
- Modelos/materiais com cenários
- Revistas/fotos da internet

