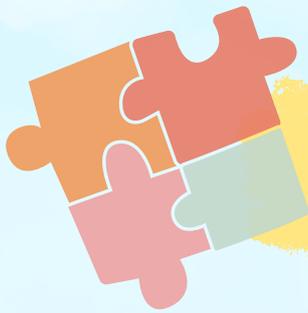


# RECOMENDAÇÕES DE REGULAMENTOS PARA EDUCAÇÃO CLIMÁTICA





## COLABORAÇÃO

- Inclua os pais e as partes interessadas relevantes no seu programa de educação ambiental e organize dias ou tardes de convívio para envolvê-los. Faça deles colaboradores. Aprenda e compartilhe!
- Ter sessões informativas com todos os funcionários (desde a administração ao pessoal de limpeza) sobre as ações de mitigação das alterações climáticas a fazer no jardim de infância.
- Cocriar com as crianças uma lista de medidas que podem ser tomadas: obter a opinião das crianças e garantir a sua participação ativa no processo.
- Ter um grupo de Eco-patrolha no jardim de infância. Incentivar as crianças a assumir o controle, garantindo que as luzes sejam desligadas quando não estão a ser usadas, a água seja usada com moderação e os itens sejam reciclados adequadamente.
- Ter sessões de partilha com os seus colegas sobre as ações para mitigação de alterações climáticas no jardim de infância. Tenha metas específicas, mensuráveis, alcançáveis, realistas e oportunas, metas-SMART (Specific, Measurable, Achievable, Realistic and Time bound), e solicite assistência/financiamento/apoio da administração/diretor. Delegar e distribuir tarefas entre todos.
- Organize dias abertos com as crianças para que os pais e a comunidade vejam as boas práticas de educação climática em ação.
- Comece por um dia por mês sem desperdício (Dia Lixo Zero), com o tempo pode progredir para um dia por semana.
- Ao organizar eventos ou celebrações com a comunidade, pais e crianças, tente estar ciente da pegada de carbono (não use balões, alimentos pré-feitos, doces, utensílios de plástico/papel de uso único, etc.).
- Considere organizar dias de plantio de árvores durante o ano.
- Reduza seu impacto ambiental escolhendo produtos e serviços de empresas, fazendas ou lojas que usam recursos de forma responsável e estão comprometidas em reduzir as suas emissões de gases e resíduos.



# ENERGIA

## Água

- Recolher água da chuva para regar plantas/Reutilizar água.
- Fechar a torneira da água enquanto ensaboa as mãos/corpo.
- Tomar duches rápidos em vez de banhos de imersão.
- Calcule a quantidade de água usada no jardim de infância para a cozinha, para limpeza, etc. e veja como isso pode ser minimizado.
- Descubra se há maneiras de no seu jardim de infância captar as águas cinzentas e reutilizá-las ou encaminhá-las para o jardim por meio de filtragem.

## Eletricidade

- Desligar as luzes quando não estiverem a ser usadas.
- Desconectar os dispositivos elétricos quando não estiverem a ser utilizados.
- Usar ventiladores em vez de ar condicionado.
- Se o uso do ar condicionado for inevitável, certifique-se de que as janelas estão fechadas para que a energia seja utilizada de forma eficiente.
- Melhorar o isolamento do seu edifício para evitar a perda de calor durante o inverno.
- Pensar em formas eficazes, energeticamente eficientes e sustentáveis de aquecimento e arrefecimento do edifício.
- Reparar aparelhos e dispositivos eletrónicos em vez de comprar novos.
- Descartar o lixo eletrónico corretamente.
- Se possível, considere mudar para fontes renováveis, como eólica ou solar.





## ROUPAS

- Usar roupas adequadas ao ar livre diariamente, “Não há mau tempo, apenas roupas adequadas” ditado escandinavo.
- Comprar em lojas de segunda mão em vez de lojas de fast fashion.
- Tente criar “bibliotecas de roupas”, com roupas para usar no interior e exterior no jardim de infância, para serem usadas como roupas extras. Quando as crianças progredirem para a escola primária, as roupas que já não lhes servem podem ser adicionadas a estas bibliotecas.
- Incentivar encontros de troca de roupas.
- Diminua o consumo e se tiver que comprar, opte por roupas sustentáveis de qualidade como linho, cânhamo, tinta ecológica, etc.
- Esteja atento onde e como as roupas são feitas, bem como a sua pegada de carbono. Prefira lojas locais ou lojas em países vizinhos.
- Reaproveitar roupas velhas (luvas de forno, bolsas, etc.).





## TRANSPORTE

- Se possível, peça aos pais que caminhem / andem de bicicleta com os seus filhos para o jardim de infância ou usem transporte público ou partilhem boleia com outros pais.
- Ao viajar dê preferência à utilização de comboio, autocarro e/ou barco em vez de avião.
- Se for inevitável viajar de avião, considere fazer uma contribuição para compensar as suas emissões de carbono (plantar uma árvore, pagando a taxa de carbono, etc.).
- Escolher caminhar/andar de bicicleta para distâncias mais curtas.



## SANEAMENTO DOMÉSTICO OU NO JARDIM DE INFÂNCIA

- Compre/crie/use produtos de limpeza biodegradáveis, por exemplo, detergente roupa e lava-loiça, limpeza do chão, etc.
- Aprenda sobre limpeza sem produtos químicos, que também poderá ter muitos bons resultados na limpeza do jardim de infância.
- Mostre às crianças como usar o papel-higiénico com moderação.



## ALIMENTAÇÃO

- Inclua frutas secas e frescas, bem como vegetais nas refeições diárias. Escolha alimentos locais, orgânicos locais, diversos, sazonais e não processados.
- Crie um menu para o jardim de infância que inclua mais vegetais e menos carne.
- Utilize os espaços verdes exteriores do jardim de infância para plantar jardins ou canteiros elevados com vegetais, ervas aromáticas, árvores de fruta e use-os. Em regiões de climas mais frios, considere usar estufas/proteções de culturas para prolongar a estação de crescimento.
- Cultive alimentos em policulturas em vez de monoculturas e evite fertilizantes químicos.
- Crie bibliotecas de sementes e viveiros de mudas no jardim de infância.
- Orientar as crianças para colocar / Colocar pequenas quantidades de comida no prato, e se necessário repetir, para diminuir as sobras de comida. Dar o exemplo!
- Encoraje as crianças a terem um papel ativo na jardinagem e proporcione-lhes a experiência e a possibilidade de melhorarem as suas capacidades para cultivar os seus próprios vegetais.
- Fazer compostagem no jardim de infância para criar o próprio solo.
- Decompor as sobras de comida, se houver (por exemplo, compostagem de minhocas, usando caixas de compostagem quentes, compostagem de bokashi) para usar como fertilizantes.

# OS 8 R'S DA SUSTENTABILIDADE

Existem muitas ações e hábitos diários que podemos incorporar no jardim de infância. Cada pequena coisa feita para viver de forma mais sustentável tem um impacto e criará uma mudança positiva a longo prazo. Aqui estão algumas dicas e exemplos para os professores refletirem enquanto fazem as suas rotinas diárias.



**1. Repense (Você precisa realmente? Que tal procurar outras opções?)** Prefira os materiais de qualidade, fazendo pesquisas preliminares para todo tipo de material fornecido ao jardim de infância, e assim, não fazendo gastos desnecessários.

**2. Recusar (Recusar o consumo tanto quanto possível)** Pense na regra dos 7 segundos, quando você encontrar algo na loja, segure-o na sua mão por 7 segundos e pergunte: "Eu preciso realmente disto?" ou haverá alguma coisa que eu já tenha que possa usar ou será que posso produzir eu mesmo.



**3. Reutilizar (Como posso tornar isto útil novamente?)** Recolha rolos de papel e tampinhas de garrafas de plástico para fazer desenhos, jogos ou alguns brinquedos. Compartilhe e empreste livros ilustrados e brinquedos. Faça uma pequena biblioteca na entrada do jardim de infância para troca de brinquedos. Reutilize papéis para atividades de arte e desenho.

**4. Reduza (Use menos, peça emprestado em vez de comprar)** Reduza sacos de plástico e toalhas de papel. Use mais tábuas laváveis e atividades com areia para reduzir o desperdício de papel. Peça emprestado a outro jardim de infância coisas que você precisa.

**5. Reciclar (Para onde isto vai?)** Separe os materiais adequadamente para reciclagem. Recicle materiais como vidro, metal, plástico, papelão e papel nos ecopontos do seu jardim de infância. Você também pode fazer o seu próprio papel a partir de jornais velhos/papéis usados.

**6. Reparar (Reparar em vez de deitar fora)** Ao invés de deitar fora, conserte os brinquedos, móveis, aparelhos e materiais educativos.

**7. Reaproveitar (Como posso usar isto para um propósito diferente?)** Reaproveite móveis antigos, transforme t-shirts velhas em sacos, use panelas e frigideiras velhas para uma cozinha de lama no jardim de infância.

**8. Reintegrar: (Devolver à terra).** Permita que resíduos orgânicos, como restos de comida ou restos dos cortes de ervas e podas, folhas, etc., sejam decompostos para se transformarem num solo rico em nutrientes.



## PROJECT PARTNERS



This project 'EMPOWERING YOUNG CHILDREN TO ACT ON CLIMATE CHANGE' 2021-2-FI01-KA210-SCH-000051088 was co-funded by the Erasmus+ programme of the European Union. Note that the European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

