

Vencedor do Prémio Erasmus na categoria de Mobilidade para Jovens, na prioridade Proteção do Ambiente, Desenvolvimento Sustentável e Ação Climática

DC
TR



SE AS ROUPAS FALASSEM

**Combater as alterações climáticas
através do upcycling**

Erasmus+ Youth Exchange (KA1 - Mobility of Young People)
2021-2-PT02-KA152-YOU-000037881

<https://dctr.pt/if-clothes-had-voice>



O PROJETO

Segundo um relatório de 2017 da Ellen MacArthur Foundation, globalmente, a indústria da moda é responsável por 10% de todas as emissões de CO2. As novas gerações são as que mais sofrerão com os impactos negativos causados pelo ser humano na natureza, como a poluição e a destruição de habitats, a acumulação de resíduos sólidos e o rápido declínio da biodiversidade, que por sua vez provocam alterações climáticas e colocam em risco o planeta e a espécie humana. Como os jovens estão agora a sofrer (e continuarão) as consequências dos erros

das gerações anteriores, é urgente empoderá-los diante dessas questões globais (e também locais), tornando-os agentes de mudança. Com a DCTR a trabalhar cada vez mais no campo da inovação social, concebemos um projeto que ajuda a reeducar hábitos e promover o empoderamento dos jovens, tornando-os mais conscientes das alterações climáticas e como cada um pode contribuir à luta contra as mesmas.

No total, estiveram presentes 41 participantes de 6 países diferentes: Espanha, Portugal, França, Turquia, Malta e Polónia. O Intercâmbio de Jovens decorreu em Ovar, na Pousada da Juventude.

OBJETIVOS

PRINCIPAL:

Capacitar os jovens a serem participativos na sociedade europeia e nas suas sociedades locais sobre as alterações climáticas, promovendo uma maior sensibilização para o consumo sustentável, a economia circular, o upcycling e a redução da produção de resíduos.

ESPECÍFICO:

- Criar dinâmicas de empoderamento dos jovens e incentivar a participação ativa através da ENF;
- Promover o desenvolvimento e partilha de competências, boas práticas e ferramentas entre as organizações participantes;
- Promover a igualdade de acesso a oportunidades inclusivas e participativas;
- Conscientizar as comunidades sobre a importância do combate às mudanças climáticas;
- Divulgar os resultados e impactos sociais obtidos pelo projeto com o objetivo de replicar suas boas práticas em outros contextos sociais;
- Reforçar as parcerias transnacionais entre organizações que trabalham na área da juventude, inclusão social e cultura;
- Continuar o trabalho que o DCTR tem vindo a desenvolver a nível europeu;
- Promover a interculturalidade e o diálogo.

PARCEIROS

... porque sem eles não fazemos nada!

VIAJE A LA SOSTENIBILIDAD (Espanha)

// Focamo-nos na sustentabilidade e no empreendedorismo social e estamos comprometidos em trabalhar para um mundo mais inclusivo e, assim, criar uma sociedade equitativa por meio de atividades de educação não formal com jovens.

More info at: https://www.facebook.com/viaje_a_la_sostenibilidad-105254415466642/

Share Youth Association (Turquia)

// Como PAYGENCER (SHARE YOUTH ASSOCIATION), compartilhar é o ato mais sincero que conhecemos. Compartilhar significa paylaşmak em turco e a raiz do compartilhamento é 'PAY'. Esta é a profundidade por trás da palavra que compõe a nossa história. O principal objetivo da nossa associação neste campo é proporcionar aos jovens oportunidades para se aperfeiçoarem em muitas áreas.

Jarrón Club – Asociación Juvenil (Espanha)

// Na Associação Juvenil Jarrón Club usamos a arte em geral como ferramenta para tornar o mundo um lugar melhor. Estamos interessados em circo social, desporto, hábitos de vida saudáveis e muito mais!

More info at: <https://www.facebook.com/jarronclub>

Proutist Universal (Malta)

// Proutist Universal Malta baseia-se nos princípios de Prout (Teoria da Utilização Progressiva) para o bem-estar e felicidade de todos. O objetivo do Proutist Universal Malta é facilitar atividades educacionais, culturais e filantrópicas, que garantam que as necessidades básicas das pessoas para que o seu bem-estar e felicidade sejam atingidos.

More info at: <https://pumalta.org/>

Fundacja Centrum Aktywnosci Tworcze (Polónia)

// As nossas principais atividades centram-se no apoio ao desenvolvimento das crianças e jovens, igualdade de oportunidades educacionais e disseminação cultural. Nós procuramos contribuir para uma sociedade que se envolva com sua comunidade. Temos o


cuidado de promover a ideia de voluntariado e de atividade social. Perseguimos os nossos objetivos ao organizar workshops, treinamentos, conferências, happenings, shows e festivais.

More info at: <https://fundacja-cat.pl/>

Rakonto (França)// O objetivo desta ONG é promover a diversidade cultural mundial, a transição ecológica e o ativismo social. A nossa principal

ação é a criação de conteúdo de mídia pública, como fotos, vídeos, artigos e outras ferramentas digitais inovadoras para conscientizar os jovens sobre questões ambientais, sociais e culturais globais e locais. O nosso principal objetivo é contar as histórias de quem luta por um futuro melhor para inspirar e conscientizar os outros.

More info at: <https://www.rakontoassociation.org/>



"I loved the project from the first day and in all its form: the activities were great and well organized and the location very comfortable. In particular, I loved the letter's moment to the person that we will in the future, the Shambhu's meditation, the intercultural nights, the creation of own "azulejo" and bag. The documentary was another very interesting moment. THANKS!!"

ATIVIDADES

INTERCÂMBIO DE JOVENS (15 a 19 de maio de 2022)

Queremos compartilhar a nossa timetable real (com isto queremos dizer que queremos partilhar a timetable já após a implementação do YE porque, como sabemos, é sempre diferente do “papel” para o mundo real) como uma ferramenta possível para outras ONGs. Algumas das atividades foram inteiramente criadas por nós, outras retiradas de outros projetos em que participámos e outras de outros documentos e instituições. Sempre que tiramos a ideia de um outro documento, mencionamos sempre a fonte. Usem e abusem!.



DIA 1

Meu nome é e eu gosto de: Todos no grupo ficam em círculo. A primeira pessoa diz: "O meu nome é e eu gosto de _____ (inserir hobby e representar um movimento desse hobby.)"

O resto do grupo então diz: "[Nome da pessoa] gosta de (hobby) e atua em movimento.

A próxima pessoa repete o processo. O resto do grupo diz o nome, hobby e movimento dessa pessoa e acrescenta as suas próprias informações. Isto continua até que chega à última pessoa, que repete as informações de todos.

Speed dating: os participantes desenham um relógio. Em seguida, eles escrevem os números de 1 a 12, como nas horas do relógio. Depois disso, a ideia é agendar um "speed date" com os demais participantes, escrevendo o nome de cada um logo ao lado da mesma hora. Em seguida, o facilitador pede aos participantes para irem ao seu encontro à 01:00 e dá-lhes 2 minutos para falarem sobre um tema específico (como música, livros, etc). Para ser ainda mais engraçado, em vez de escolher temas como filmes favoritos, o facilitador pode fazer aos grupos perguntas engraçadas e profundas como "qual é a sua posição favorita para dormir e por quê?" e "quem te inspira mais?"

Reflexão e debate sobre as expectativas de cada um sobre o projeto: Cada um escreve suas expectativas o intercâmbio num papel,, assina e coloca numa caixa. Orientado pelas questões: "O que eu quero aprender? Como posso contribuir para a realização da minha aprendizagem? Quais são as minhas expectativas? Como posso contribuir para o alcance das minhas expectativas?" Antes de colocar o papel na caixa, os jovens partilham as suas expectativas com o resto do grupo.

Coffee break

8 competências-chave e Youthpass: Discussão com o grupo sobre as 8 competências-chave. Cada participante deve desenhar uma roda da vida/pizza (círculo com 8 "fatias"), e preencher a fatia de acordo com o nível de competência que o jovem acha que já tem. Ex. se o jovem acha que as suas competências digitais já são muito boas, pinta a fatia toda.

Debriefing: Esta atividade ajudou-vos a entender as 8 competências-chave? Conseguem ver claramente quais competências que precisam de melhorar e aquelas com as quais se sentem mais confortáveis?

Almoço

Energizer: o grupo está em círculo, e todos dizem o seu nome, por ordem. Repita algumas vezes. Depois, o mesmo participante começa e, um por um, cada participante vai para trás de outro. Quando um participante vai para trás de uma pessoa, essa pessoa precisa ir para trás de outra que ainda não foi escolhida. Desta forma o grupo cria 2 padrões: o nome e o movimento. O segundo nível é colocá-los juntos: enquanto se movimentam, e sempre repetindo o mesmo padrão, ou seja, a mesma ordem, os nomes devem continuar a ser ditos pelos participantes exatamente na mesma ordem do início.

Introdução ao upcycling e ao consumo sustentável, promovendo a reflexão sobre a pegada ecológica da indústria têxtil: cada participante trará uma peça de roupa que já não usa; todas as roupas serão colocadas no centro e cada participante, um a um, tira uma peça de roupa e conta uma história. Ex. "Eu vim da China, viajei milhares de quilômetros para estar aqui e fui usada duas vezes". Onde fui feito? Que tipos de danos/consumos trouxe ao meio ambiente? Por que não sou mais usado?

Quizz sobre a indústria têxtil:

<https://create.kahoot.it/share/quizz-about-the-textile-industry/e750dd0d-cfe9-4e98-8fa7-814d6aa1f007>

Coffee break

Vídeos sobre a indústria têxtil:

<https://youtu.be/2F5nOEfttlk>

<https://youtu.be/tLfnUD0-8ts>

Como podemos reduzir o impacto ambiental da moda?

the group leaves their answers in the flipchart. They will say things like buy second-hand, donate the clothes (...) Try to make them at least reach the following:

Buy less

Buy clothes from sustainable brands

Buy better quality

Think twice before throwing out your clothes

Buy second hand, swap and rent clothes

Keep an eye on your washing

<https://www.sustainyourstyle.org/en/reducing-our-impact>

Reflexão: Orientar com as perguntas: O que aprendi hoje? Que mudanças notei em mim? O que posso fazer mais amanhã para ser ainda melhor?

DIA 2

Energizer - Clap and point

Os participantes formam um círculo. O facilitador bate palmas ao redor do círculo, primeiro numa direção, depois na outra. O facilitador então mostra aos participantes como eles podem mudar a direção das palmas, apontando as mãos que batem palmas na direção oposta. Repita isso até que as palmas estejam fluindo suavemente ao redor do grupo e mudando de direção sem perder o ritmo. Por fim, mostre como você pode "jogar" as palmas apontando as mãos que batem palmas para alguém do outro lado do círculo.

Calculadora da pegada carbónica: Cada jovem calculará sua pegada de carbono. Em seguida, discutiremos seu impacto no aquecimento global.
<https://climatehero.typeform.com/to/RE3q6h?source=climateherome&typeform-source=climatehero.me>

Introdução às medidas de combate às alterações climáticas por parte da UE:

- neutralidade climática até 2050
 - Em 2017, a UE reduziu suas emissões em quase 22% em relação a 1990, atingindo sua meta de redução de emissões de 2020 três anos antes do previsto.
 - redução de pelo menos 55% das emissões de gases de efeito estufa até 2030 em comparação com 1990
 - Acordo Ecológico Europeu
 - Lei europeia do clima
- <https://www.consilium.europa.eu/en/policies/green-deal/>

Coffee break

Greenwashing: Os jovens serão divididos em equipas, e cada equipa será responsável por pesquisar e investigar a conduta ambiental de uma empresa escolhida e depois apresentar os dados coletados aos demais jovens.

Greenwashing é apresentar algo como ecologicamente correto, verde ou sustentável quando esse não é o caso, induzindo os consumidores a pensar que estão a ajudar o planeta ao escolher estes produtos.

Marcas:

McDonald's | Coca-Cola | Ikea | H&M | Ryanair | Nestlé | Starbucks

Usar como ponto de partida:

-<https://earth.org/greenwashing-companies-corporations/#:-:text=A%20classic%20example%20of%20greenwashing,to%20reduce%20the%20emissions%20level>

-<https://thesustainableagency.com/blog/greenwashing-examples/>

Almoço

Visita Ovar.

Reflexão: Orientar com as perguntas: O que aprendi hoje? Que mudanças notei em mim? O que posso fazer mais amanhã para ser ainda melhor?

DIA 3

Energizer: Head's Up

Em círculo, as pessoas olham para o chão. Quando você diz "Head's Up", eles têm que olhar nos olhos de outra pessoa. Se duas pessoas olharem nos olhos uma da outra, ambas gritam e saem do jogo..

What is upcycling and downcycling? O upcycling representa uma variedade de processos pelos quais produtos "antigos" são modificados e ganham uma segunda vida à medida que são transformados num produto "novo".. <https://youmatter.world/en/definition/upcycling/>

Downcycling: é uma prática de reciclagem em que um produto é desfeito até aos seus componentes iniciais (ou materiais). Uma vez recuperados os elementos ou materiais constituintes, eles são reutilizados, se possível.

Dinâmica de grupo: em grupos, cada um tem a tarefa de encontrar e apresentar o exemplo mais original de upcycling que possam encontrar.

Coffee break

Voltando às ações que os participantes definiram no dia anterior, sobre como podemos reduzir a pegada da indústria da moda, em pequenos grupos, cada um desenvolve um poster A3 sobre o assunto. A cada grupo é dada uma das ações previamente identificadas.

Almoço

Howdy howdy

Os participantes ficam em círculo. Uma pessoa caminha pelo lado de fora do círculo e toca no ombro de alguém. Essa pessoa anda na direção oposta à da pessoa que lhe tocou, ao redor do círculo, até que as duas se encontrem. Ao encontrarem-se, cumprimentam-se, e correm de volta, continuando em direções opostas ao redor do círculo, para ocupar o seu lugar vazio. Quem perde anda à volta do círculo, e toca no ombro de uma outra pessoa, e assim sucessivamente.

Oficina de costura: Os jovens aprenderão técnicas de upcycling, criando a sua própria tote bag com a roupa que trouxeram (sacos reutilizáveis: pão, mantimentos, etc.)

<https://climatehero.typeform.com/to/RE3q6h?source=climateherome&typeform-source=climatehero.me>

Coffee break

Oficina de costura: Os jovens aprenderão técnicas de upcycling, criando a sua própria tote bag com a roupa que trouxeram (sacos reutilizáveis: pão, mantimentos, etc.)

Reflexão: Orientar com as perguntas: O que aprendi hoje? Que mudanças notei em mim? O que posso fazer mais amanhã para ser ainda melhor?

DIA 4

Energizer | Hi Ho Ha

<https://vimeo.com/538843014>

Sessão de cinema: Seaspiracy (documentário). Debate posterior.

Coffee break

Sessão de cinema: Seaspiracy (documentário). Debate posterior.

Almoço

Energizer: O grupo deve contar até 20, sendo que, a cada número, uma pessoa diferente di-lo em voz alta, sem seguir nenhuma ordem específica. Se alguém disser o número ao mesmo tempo, sai do jogo.

Oficina de costura: Os jovens aprenderão técnicas de upcycling, criando a sua própria tote bag com a roupa que trouxeram (sacos reutilizáveis: pão, mantimentos, etc.)

Coffee break

Oficina de costura: Os jovens aprenderão técnicas de upcycling, criando a sua própria tote bag com a roupa que trouxeram (sacos reutilizáveis: pão, mantimentos, etc.)

Reflexão: Orientar com as perguntas: O que aprendi hoje? Que mudanças notei em mim? O que posso fazer mais amanhã para ser ainda melhor?

DIA 5

Energizer: Os jovens estão em círculo. Uma pessoa fica no meio do círculo. Essa pessoa escolhe uma pessoa do círculo e aponta para ela. As duas pessoas ao lado dessa pessoa precisam correr ao redor do círculo em direções opostas, encontrando-se no meio do caminho e dar um abraço/beijo na bochecha e continuar a correr. A pessoa do meio ocupará um dos lugares das pessoas que estão a correr e quem correr mais rápido ficará com o espaço que resta. Quem não conseguir lugar, vai para o meio e escolhe outra pessoa.

Reflexão final: Cada participante, numa folha A4, escreve e/ou desenha 5 hábitos diários que pretende mudar para outros mais sustentáveis (ou novos hábitos a adquirir)

Coffee break

Entrega do certificado Youthpass. Reflexão sobre as oito competências desenvolvidas. Reflexão sobre o caminho de cada um até o momento. Os participantes reveem o que colocaram aos papéis com as suas expectativas.

Carta para si mesmo: Cada participante escreve uma carta para si mesmo para ser lida 1 ano depois.
Avaliação

Almoço

Visita à praia do Furadouro. No caminho, os jovens irão apanhar o lixo que encontrarem

Coffee break

Tempo Livre

IMPACTO

71% dos participantes afirmam reconhecer totalmente a importância dos projetos E+ e a importância da UE na promoção da inclusão social;

80% dos participantes pretendem voltar a participar noutro projeto Erasmus+.

54% dos participantes reconhecem totalmente o papel que podem ter na sociedade e como podem contribuir para o combate às alterações climáti-

8 competências-chave:

Mais desenvolvidas: Pessoal, Social e Aprender a Aprender, Cidadania, Multilingue e Sensibilidade e Expressão Cultural

Que mudanças é que este projeto trouxe na tua vida diária?

“Substituí as lojas de roupas tradicionais por outras de segunda mão”

“Diminuí o consumo de carne e principalmente de peixe. Reduzi o meu consumo de fast fashion e tento ser mais consciente quando penso em comprar roupa nova”

Links

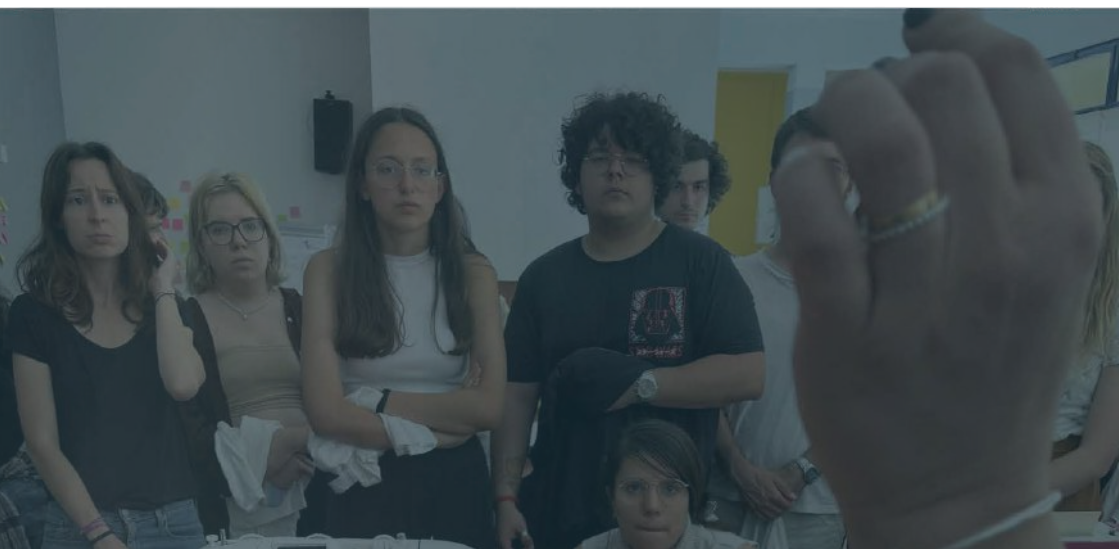
Website: <https://dctr.pt/if-clothes-had-voice>

Links para (algumas) das publicações nas nossas redes sociais:

<https://www.instagram.com/p/Cdoa5Dios8Q/>

<https://www.instagram.com/p/CdtkjLMqtu7/>

<https://www.instagram.com/p/CdyulanKnXS/>



DC
TR



Erasmus+



Vencedor do Prémio Erasmus na categoria de Mobilidade para Jovens, na prioridade Proteção do Ambiente, Desenvolvimento Sustentável e Ação Climática