



# TURMA IMBATÍVEL

UMA AVENTURA E PERAS



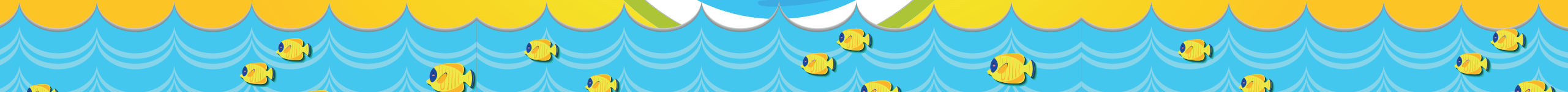
Mais para si.

# SUSTENTABILIDADE

A sustentabilidade serve para vivermos em harmonia no nosso planeta.



Ajuda a guiar as nossas ações no sentido de não comprometer o futuro dos seres humanos e das restantes espécies.



Os recursos naturais dividem-se em:

## RENOVÁVEIS

(não se alteram com o uso)

- Energia solar
- Água
- Vento

## NÃO RENOVÁVEIS

(esgotam-se com o uso)

- Petróleo
- Carvão
- Gás Natural



Se não formos sustentáveis, vamos gastar todos os recursos naturais sem dar tempo à natureza de os repor. Isso significa que muitas coisas que conhecemos deixarão de existir!

Um dos maiores problemas é a extinção de espécies! Se não formos cuidadosos, animais e plantas podem desaparecer do planeta para sempre.

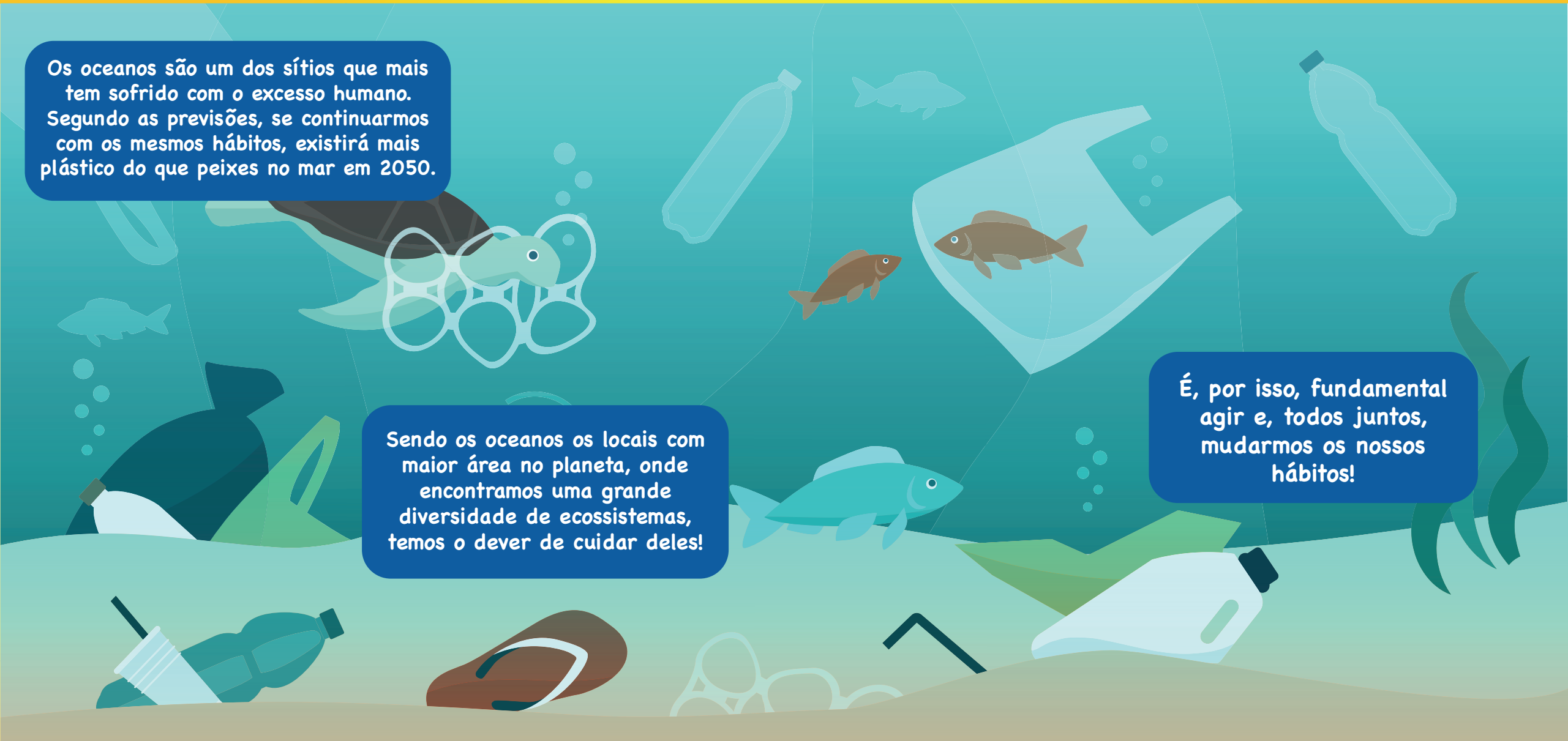
Consegues imaginar como seria triste um mundo com cada vez menos espécies diferentes de fauna e flora?



Os oceanos são um dos sítios que mais tem sofrido com o excesso humano. Segundo as previsões, se continuarmos com os mesmos hábitos, existirá mais plástico do que peixes no mar em 2050.

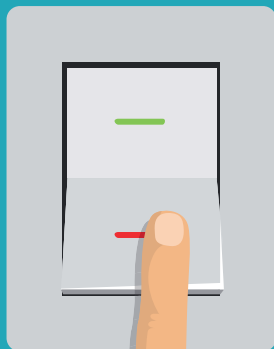
Sendo os oceanos os locais com maior área no planeta, onde encontramos uma grande diversidade de ecossistemas, temos o dever de cuidar deles!

É, por isso, fundamental agir e, todos juntos, mudarmos os nossos hábitos!



Para além da regra dos 5 R's que falámos anteriormente, existem mais coisas que todos podemos fazer. Pequenas ações que podem ter um grande impacto!

**Desligar as luzes quando não precisamos delas**



**Não gastar água desnecessariamente**



**Fazer mais viagens de transportes públicos ou transportes sustentáveis como a bicicleta**



**Evitar o uso do plástico de uma só utilização**



Se todos fizermos a nossa parte, o planeta poderá voltar a sorrir!



Juntem-se aos vossos amigos e familiares e espalhem a mensagem: o planeta precisa de nós. Vamos ajudá-lo?



Mais para si.



# TURMA IMBATÍVEL

UMA AVENTURA E PERAS

NOME : \_\_\_\_\_

DATA : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## FICHA NÚMERO 1

### SUSTENTABILIDADE

Reciclar é uma das coisas que todos podemos fazer de modo a ajudar o planeta. Mas será que conheces todas as regras da reciclagem?

Por cima de cada um dos ecopontos estão objetos que podem lá ser colocados, mas também estão outros que não.

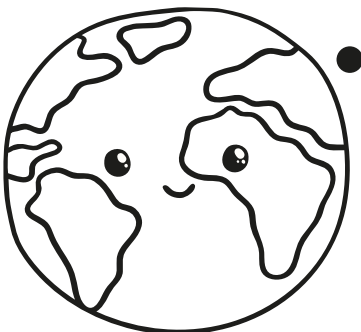
Marca com um X somente os objetos que pertencem mesmo ao ecoponto!

- Caixas de Cartão
  - Papel Sujo
  - Revistas
  - Jornais
- Papel de Escrita
- Papel de Impressão
  - Papel Vegetal
  - Papel Autocolante
- Embalagens de Plástico
  - Pacotes de Bebidas
    - Latas
  - Sacos de Plástico
  - Pilhas
  - Eletrodomésticos
- Outros Plásticos que não Embalagens
- Garrafas de Vidro
  - Frascos de Vidro
  - Boliões de Vidro
    - Loijas
    - Cerâmica
    - Espelhos
    - Lâmpadas
- Frascos de Medicamentos



Todas as espécies necessitam de recursos naturais presentes no nosso planeta. Porém, o ser humano é a única espécie que utiliza esses recursos até se esgotarem, não dando tempo à natureza de os renovar.

Faz a ligação entre os recursos naturais e o seu respetivo planeta: renovável ou não renovável.



- Petróleo
- Vento
- Gás Natural
- Energia Solar
- Carvão
- Energia Eólica
- Urânio



# TURMA IMBATÍVEL

UMA AVENTURA E PERAS

NOME : \_\_\_\_\_

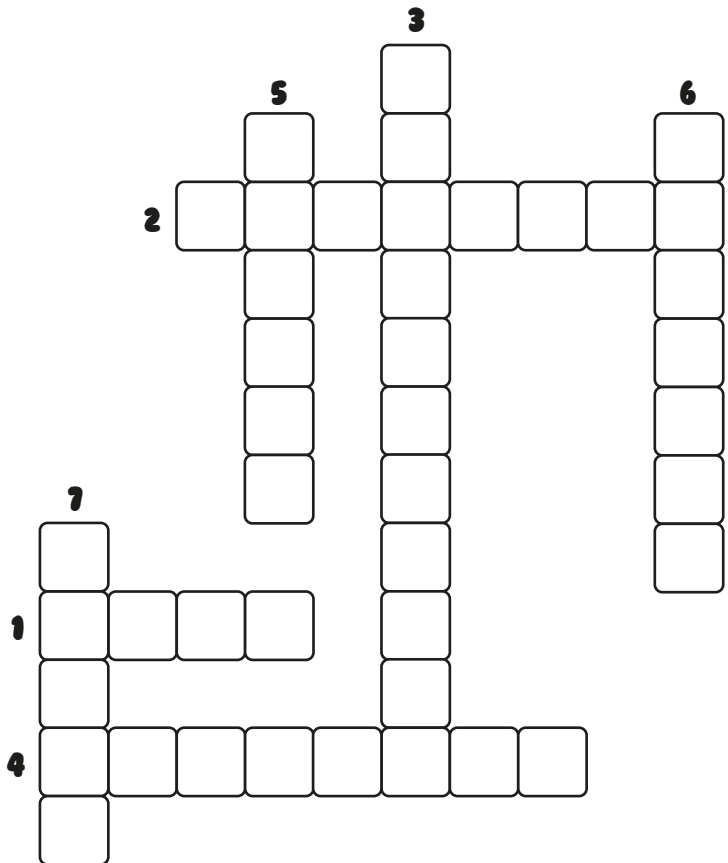
DATA : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## FICHA NÚMERO 2

### SUSTENTABILIDADE

Pronto para testar os teus conhecimentos sobre sustentabilidade? Então tenta responder certo a todas as perguntas destas palavras-cruzadas!

1. Enquanto lavamos os dentes, devemos desligar a torneira. Que recurso natural poupamos dessa forma?
2. Qual é o material que se está a acumular nos oceanos e ameaça o ambiente marinho?
3. Quando reciclamos, estamos a ter uma atitude ...?
4. A regra dos 5 R's significa Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar e ...?
5. O fenómeno que indica um aumento na temperatura média do nosso planeta tem um nome composto por duas palavras. Uma delas é aquecimento, e a outra, qual é?
6. Para sermos sustentáveis, devemos moderar o nosso...?
7. Qual a opção menos amiga do ambiente: viajar de carro ou de transportes públicos?



Neste exercício existem 6 frases. Metade delas estão erradas. Consegues sublinhar só as que estão certas? No fim, podes fazer um desenho da frase certa que mais gostares!

- A regra dos 5 R's significa: Registrar, Recusar, Reduzir, Reclamar e Reciclar.
- Devemos poupar água, pois é um recurso natural extremamente importante.
- Posso deitar lixo para o chão à vontade, pois o vento vai levá-lo para longe.
- A bicicleta é um veículo muito sustentável, pois não precisa de combustível fóssil para se deslocar.
- Todas as pessoas, incluindo as crianças, devem ter hábitos sustentáveis no seu dia-a-dia.
- Não nos devemos preocupar com o futuro das outras espécies e gerações.



# TURMA IMBATÍVEL

UMA AVENTURA E PERAS

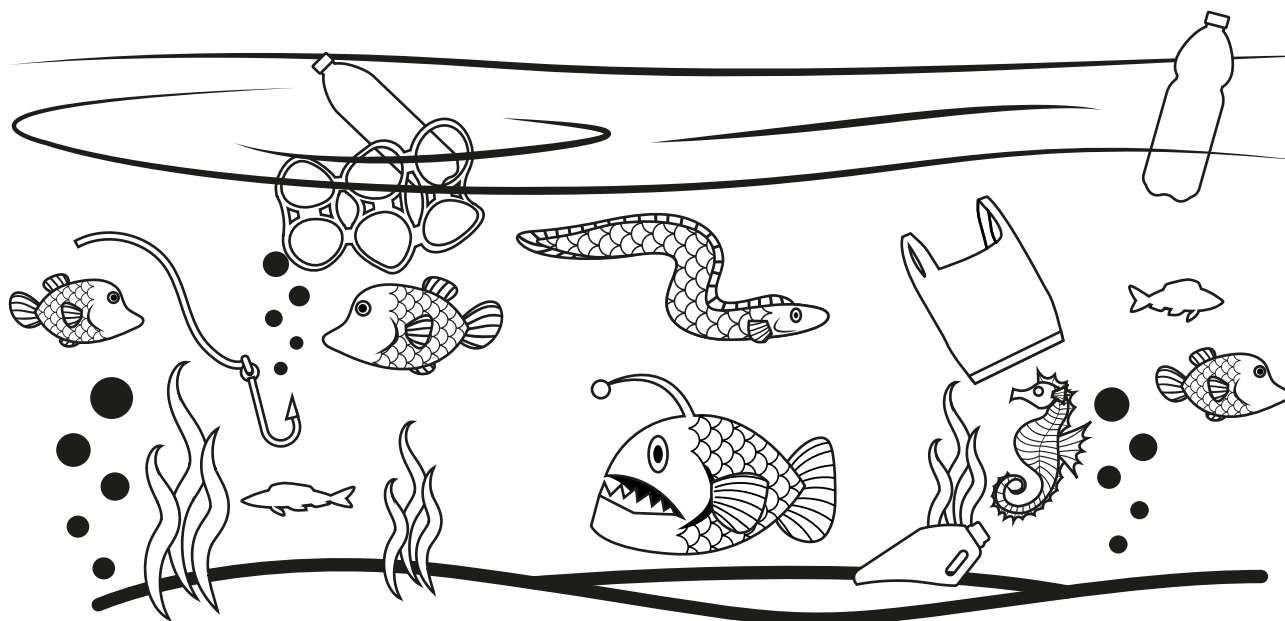
NOME : \_\_\_\_\_

DATA : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## FICHA NÚMERO 3

### SUSTENTABILIDADE

Os oceanos ocupam grande parte do nosso planeta e são a casa de milhões de formas de vida. Apesar da sua importância, têm vindo a sofrer muito com o excesso de resíduos criados pelos humanos. Sabendo que este tipo de materiais são muito prejudiciais para o ambiente marinho, pinta na figura abaixo apenas o que realmente pertence aos oceanos.



Neste exercício podes verificar diversos comportamentos que podem estar ligados a práticas sustentáveis e não sustentáveis. Descobre a qual delas pertence e reescreve-as no sítio correto do quadro.



PRÁTICAS  
SUSTENTÁVEIS

Desligar a luz quando já não precisamos dela.

Usar apenas uma vez o saco de plástico.

Deixar a água ligada enquanto lavamos os dentes.

Comprar alimentos orgânicos.

Fazer viagens de transportes públicos ou bicicleta.

Não separar o lixo.



PRÁTICAS NÃO  
SUSTENTÁVEIS

# TURMA IMBATÍVEL

UMA AVENTURA E PERAS

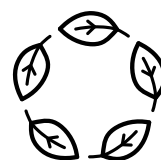
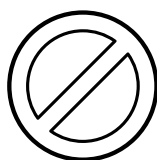
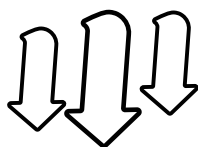
NOME : \_\_\_\_\_

DATA : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## FICHA NÚMERO 4

### SUSTENTABILIDADE

Para cuidar do ambiente e garantir o futuro do planeta, é necessário colocar em prática a política dos 5R's: Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar e Reciclar. Será que consegues encontrar as imagens que melhor se enquadram com cada um destes 5 comportamentos?



Como sabes, as fontes de energia não renováveis esgotam-se com o uso, ou seja, em algum momento irão acabar. Por isso, é muito importante utilizar recursos de origem renovável. Faz a ligação entre as energia renováveis e a sua principal fonte.

Energia Solar

Utiliza matéria de origem vegetal para produzir energia.

Energia Eólica

Energia obtida através de barragens de grande ou média capacidade.

Energia Hídrica

Utiliza os raios solares para gerar energia.

Energia da Biomassa

Energia obtida a partir do calor proveniente do interior da Terra.

Energia Geotérmica

Energia gerada através da força do vento.



## SUSTENTABILIDADE

A sustentabilidade é a nossa capacidade de usar o que o planeta nos dá da melhor forma possível. É formado por um conjunto de ideias, estratégias e ações ecológicas que sejam viáveis a nível económico, social e cultural. A sustentabilidade serve como alternativa às práticas correntes, e engloba um conjunto de ações e atividades que ajudam a garantir a sobrevivência dos recursos naturais do planeta e o futuro das próximas gerações.

Com a início da Revolução Industrial, as sociedades experimentaram uma melhoria histórica nas suas condições de vida, que veio mudar para sempre o mundo. Mas essa mudança teve também um impacto negativo: trouxe um aumento sem precedentes na pegada ecológica dos seres humanos. As emissões de carbono dispararam e enfrentamos uma crise ecológica global.

Devido ao crescente alerta por parte da comunidade científica, as populações começaram a tomar conhecimento desta crise ecológica, protagonizada pelas alterações climáticas. Agora, a sustentabilidade é um dos temas principais da atualidade e um grande desafio que a nossa espécie tem de enfrentar.

A sustentabilidade tem uma preocupação crescente, uma vez que os recursos naturais estão cada vez mais ameaçados em consequência da ação humana. É possível dividir os recursos naturais em dois grandes grupos: os renováveis e os não-renováveis. Os renováveis são os recursos que possuem uma capacidade infinita de se regenerar após serem utilizados pelo homem nas suas atividades. Os recursos não renováveis são precisamente o contrário, não têm a capacidade de se renovar e regenerar. De forma a assegurar estes recursos para as gerações futuras e garantir a sobrevivência humana, é necessário adotar e priorizar diariamente práticas sustentáveis.

Apesar das extinções de fauna e flora serem naturais e cíclicas, como refere a teoria da evolução de Darwin, alguns cientistas afirmam que estamos a atravessar a sexta extinção em massa, e a mais rápida de todas a acontecer. Esta extinção deve-se em grande parte às alterações climáticas, que são provocadas por nós, os humanos. Só uma mudança drástica de comportamentos pode abrandar este ciclo.

As alterações climáticas estão também a afetar um dos maiores albergues de vida do planeta: os oceanos. Para além do nível do mar estar a subir, o que irá destruir muitos habitats costeiros, a própria vida dentro de água está ameaçada. A vida marinha sofre com o aquecimento da água, mas também com a sua acidificação e a alteração dos níveis de oxigénio e nutrientes, essenciais a inúmeras formas de vida aquáticas.



Por isso, toda a nossa espécie deve unir-se e tentar reverter o problema que nós próprios criámos. Enquanto os adultos têm um papel determinante nesta ação, através da implementação de leis e regras de sustentabilidade, são as crianças o futuro do planeta, e por isso devem ser educadas para a importância da sustentabilidade desde muito cedo. A mudança de pequenos hábitos pode parecer simbólica, mas é um pequeno começo para uma enorme diferença.

A redução drástica na utilização de materiais poluentes e não recicláveis, a adoção de práticas sustentáveis, como a deslocação através de meios de transporte com 0% emissão de gases de efeito de estufa, a redução do consumo em excesso, tudo isto serão medidas que têm de se tornar a norma, e não a exceção.

As alterações climáticas ainda poderão ser controladas, se a humanidade se juntar e agir. E nada melhor que as crianças para transmitir uma ideia de um futuro melhor.