

# **COMPROMISSO DE AÇÃO PELO CLIMA**

## **- INDIVIDUAL -**



**Este ano e no futuro, comprometo-me a:**

- Participar ativamente nas “brigadas” do Programa Eco-Escolas
- Contribuir para a plantação de pelo menos 1 árvore por ano
- Fechar sempre a torneira durante o banho e quando lavo os dentes
- Ir a pé ou de bicicleta para a escola pelo menos duas vezes por semana
- Usar sempre o transporte público nas deslocações casa-escola em vez do transporte individual
- Fazer caminhadas com regularidade
- Reduzir o consumo de carne, comendo no máximo 3 refeições de carne por semana
- Comer sopa e fruta todos os dias
- Doar roupas/livros ou outro material pelo menos uma vez por ano
- Separar os resíduos todos os dias
- Participar em pelo menos uma ação de limpeza de um espaço público por ano (praia, floresta, etc.)
- Não usar palhinhas, copos e pratos de plástico descartável
- Incentivar a família/ amigos a elaborar uma lista de compras de forma a reduzir a compra de produtos desnecessários.
- Incentivar a família/ amigos a fazer compras no comércio local e comprando produtos locais/portugueses
- outros compromissos* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outro : \_\_\_\_\_

Estabelecimento do Ensino: \_\_\_\_\_

Concelho: \_\_\_\_\_ Email (opcional) \_\_\_\_\_