

COMPROMISSO DE AÇÃO PELO CLIMA

- ESCOLA -



o Estabelecimento de Ensino EB Recarei, no
concelho de Paredes compromete-se neste ano
letivo 2024/2025 e até 2029/2030, a contribuir para o cumprimento das metas
estabelecidas pelo ODS 13 (ação climática), através da implementação das
seguintes ações:

- ☒ Recolher, analisar e comunicar os eco-compromissos assumidos pelos alunos no âmbito da Rota
- ☒ Agilizar recursos físicos e humanos para a implementação eficaz das ações previstas no Plano de Ação Eco-Escolas e aprovadas pelo Conselho Eco-Escolas
- ☐ Calcular a pegada carbónica da escola e tomar medidas para reduzir em ____% até 2030
- ☒ Trabalhar anualmente o tema das alterações climáticas em pelo menos um dos domínios da Educação para a Cidadania
- ☒ Promover práticas colaborativas e desenvolver projetos assentes na interdisciplinaridade
- ☒ Realizar a monitorização e avaliação de ações concretas com impacto positivo em termos de sustentabilidade na escola e/ou comunidade
- ☒ Divulgar as ações #ecoescolasfazpeloclima realizadas pela escola publicando-as nomeadamente em <https://globalactiondays.abae.pt/>, associando-se assim ao movimento #fazpeloclima
- ☒ Dotar todas as salas com recipientes de triagem de resíduos e recolher pelo menos mais duas fileiras para além das embalagens (ex: REEE, roupas, óleos, etc.)
- ☐ Contribuir ativamente para a produção de energias renováveis através da instalação de (novos) painéis solares na escola nos próximos ____ anos
- ☒ Promover eficiência energética, revendo os sistemas de climatização, isolamento térmico e iluminação
- ☒ Incentivar a comunidade escolar a adotar formas e deslocação casa-escola mais sustentáveis, nomeadamente promovendo o uso da bicicleta ou do transporte partilhado
- ☒ Educar para hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis, nomeadamente através da redução do sal e açúcar e introdução de fruto e alternativas vegetarianas no bar e cantina da escola
- ☐ Manter anualmente uma horta biológica, utilizando-a também como recurso pedagógico e de sensibilização para o consumo dos produtos biológicos e de proximidade
- ☒ Sensibilizar a comunidade escolar, incluindo os Pais e Encarregados de Educação, para a temática das Alterações Climáticas, desenvolvendo projetos conjuntos para redução e compensação de emissões de gases com efeito de estufa
- ☒ Desenvolver formas de valorização do espaço verde escolar (ex: charcos com vida, plantas autóctones, identificação das plantas), no sentido de o tornar um recurso pedagógico de qualidade
- ☐ outros compromissos _____
- ☐ outros compromissos _____

María do Rosário Prieto

Assinatura do(a) Diretor do Estabelecimento de Ensino (ou de quem o/a represente):

Data: 20-06-2025



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: Paula Susana Costa F. Sabino

Idade: 50

Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outro . E.E.

Estabelecimento do Ensino: E.B. do Recanto

Concelho: Parade

Email (opcional): susanaesabino@gmail.com



ABAAE
ASSOCIAÇÃO BARCELONA AEL
DE AMBIENTE E EDUCAÇÃO

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 lavar 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: Silvia Queirós Idade: 42
Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outro: Enc. Ed.
Estabelecimento do Ensino: EB Recarei
Concelho: Vila Verde Email (opcional) samqueiros@gmail.com

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 lavar 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 Realizar o máximo de produtos, desenvolver com os alunos projetos de promoção da biodiversidade (cobrecasas de casca-de-ovo, identificação de espécies, ...)

Nome: Margarida Rodrigues Idade: 59
Aluno/Docente/Enc. De Educação/outra: Docente
Estabelecimento do Ensino: EB Recarei
Concelho: Paredes Email (opcional) margarida.rodrigues@agrobrevia.org

- 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 lavar 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: Fátima Leanne da Rocha Almeida Idade: 53
Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outra: Assistente operacional
Estabelecimento do Ensino: Centro Escolar de Recarei
Concelho: Paredos Email (opcional): leannealmeida74@gmail.com



ABAAE
ASSOCIAÇÃO ABASTECIMENTO
DE ALIMENTOS E PRODUTOS
Eco-Escolas

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 lavar 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 Colocar ninhos para os pássaros
em casa.

Usar sacos de pano

Nome: Vicente Gabriel Rodriguez Idade: 7
Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outro aluno
Estabelecimento do Ensino: EB Recarei
Concelho: Paredes Email (opcional) vicente.gabriel.rodriguez@escola.gov.pt

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 lavar 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: Yustano Ferreira Oliveira Idade: 7
Aluno/Docente/Discente/Enc. De Educação/outro: Aluno
Estabelecimento do Ensino: E.B. de Recarei
Concelho: Paços de Email (opcional): _____



ABAAE
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE
AÇÕES DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL

- 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 lavar 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

Usar sacos de papel
plantar árvores e flores

Nome: Juliana Pereira Idade: 7
Aluno/Dcente/Discente/Enc. De Educação/outro: aluno
Estabelecimento do Ensino: EB Resende
Concelho: Resende Email (opcional): juliana.pereira@agshuiv.org

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 lavar 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: Mariana Guimarães Teixeira de Sousa Idade: 8 anos

Aluno Docente/Discente/Enc. De Educação/outr. aluno

Estabelecimento do Ensino: EB Paredes

Concelho: Paredes

Email (opcional) marianagouveira@abaae.org



- 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: Alma Carolina Rogueira Lima Idade: 8
Aluno Docente/Discente/Enc. De Educação/outro . aluno
Estabelecimento de Ensino: E.B. de Carri
Concelho: Carri Email (opcional): ama.lima@carri.org