



Listagem de propostas de ações no âmbito dos ODS

ODS1 – Erradicar a pobreza

- Mais ajudas do Estado;
- Dar mais oportunidades às pessoas, mais empregos;
- Ajudar pessoas mais velhas nos estudos;
- Garantir maior acesso a educação de qualidade;
- Assegurar maior acesso a serviços de saúde
- Criar melhores condições nas escolas
- Com educação de qualidade maior acesso a outros meios;
- Garantir acesso à saúde;
- Melhorias nas escolas;
- Fazer com que as pessoas tenham mais empregos;
- Criação de uma espécie de mercado/lojas que pudesse ajudar relativamente à comida; doar comida
- Criar um dia Municipal para que toda a gente seja sensível este tema;
- Haver mais voluntários para doar alimentos; objetos e outros bens descartáveis;
- Criar mais bancas solidárias permanentes de fácil acesso, como por exemplo em escolas e cafés;
- Doar aquilo que já não precisamos que esteja em bom estado em vez de deitar fora;
- Procura de criação de mais empregos ou oportunidades de trabalho;

ODS 2 – Erradicar a Fome

- Reduzir o desperdício alimentar através da instalação de mercados comunitários sustentado pelo reaproveitamento de alimentos;
- Valorização do comércio local;
- Promover as hortas familiares e comunitárias;
- Abrir vagas extras;
- Baixar a taxa de desemprego para as pessoas terem dinheiro para se alimentarem;
- Aumentar o subsídio de alimentação;
- Promover a construção de hortas comunitárias e próprias (produtos biológicos) – Camilla Meireles
- Divulgação de mercados contra o desperdício alimentar; (Camilla Meireles)
- Restaurantes de 1€ ou pagos com serviços (para quem não tem dinheiro para a refeição); (Camilla Meireles)
- Promover voluntariado e doações a famílias carentes; (Camilla Meireles)
- Reduzir o desperdício alimentar (Refood);
- Participar na construção de hortas comunitárias;
- Criação de mais centros que distribuem refeições e alimentos;
- Doar alimentos a quem mais precisa, com o objetivo de reduzir o desperdício;
- Recolha dos alimentos que vão para o lixo, para dá-los a quem precisa num ponto de encontro;

ODS 3 – Saúde de Qualidade

- Criar espaços para a prática de skate ou de ginástica;
- A Câmara criar mais espaços de ginástica, skate ou criar grupos de caminhada, etc.;
- Carrinhas de vacinação para pessoas que não têm como se deslocar e sem possibilidades económicas;
- Mais postos de saúde;
- Carrinhas de higiene oral;
- Criar mais lugares públicos para atividades físicas;

- Ter um nutricionista nas escolas;
- Haver menos critérios para ajudar quem precisa;
- Pôr mais máquinas de exercícios espalhas pelas ruas, jardins entre outros espaços (Joana Gaspar);
- Organizar mais atividades físicas em grupo nas ruas para poder chegar a todos e incentivar mais pessoas; (Joana Gaspar)
- Criação de novas infraestruturas médicas;
- Apoios a nível da deslocação para os hospitais para pessoas de mobilidade reduzida;

ODS4 – Educação de Qualidade

- Criar espaços apropriados para os alunos poderem estar;
- As pessoas da escola podem reunir livros ou manuais e dar a instituições de caridade;
- Organizar um clube de leitura na Escola;
- Emprestar ou doar equipamentos às escolas;
- Expedições escolares com o intuito de apanhar e reciclar lixo; (ODS 4 e 15)
- Melhorar a dinâmica escolar, substituição de cadernos e livros para dispositivos elétricos para minimizar o dano às zonas verdes e maior facilitação da aprendizagem;
- Criação de novos apoios para os alunos na escola tais como explicações;
- Criação de bibliotecas na nossa área de residência;

ODS5 – Educação Igualdade de género

- Fornecimento de produtos higiénicos;
- Desigualdade de oportunidades;
- Desvalorizar as competências;
- Fornecimento de produtos higiénicos femininos;
- Desvalorizar as competências das mulheres;
- Desigualdade de oportunidades;
- Organizar eventos onde mulheres de vários sítios e culturas diferentes partilhem situações de desigualdade de género que já passaram, para poderem também discutir resoluções para esses problemas;
- Eu acho que em questão de sociedade nós deveríamos evoluir muito, a desigualdade de género ainda é muito grande. Uma maneira de promover o desenvolvimento da nossa sociedade é a promoção do género feminino na sociedade. Como por exemplo, fazer anúncios em que mostrem o empoderamento do sexo feminino e mostrem que ambos os sexos conseguem fazer a mesma coisa; (Stefânia Martins);
- Homens e Mulheres devem ter o mesmo direito, por exemplo: o modo de vestir, o seu jeito de agir e suas ideias;
- Staff: 50% Homens / 50% Mulheres
- Maior promoção da igualdade salarial, criação controlo do governo;
- Homens e mulheres devem ter o mesmo direito, por exemplo: o modo de vestir, o seu jeito de agir e suas ideias devem ter o mesmo impacto e o mesmo nível de responsabilidade e direito;
- Acabar com o Patriarcado, hierarquia de gêneros presente na nossa sociedade;
- Empoderamento feminino em diferentes sectores;
- Igualar os salários;
- Incentivar os alunos do secundário a ir às escolas primárias, explicar os perigos da violência doméstica e falar um pouco da desigualdade de género;(Gonçalo Mendes e Duarte Gonçalves);
- Envolver os alunos do Secundário numa ida à escola primária a explicar os perigos da violência doméstica;

- Manifestações;
- Promover a atividade feminina;
- As atividades consideradas masculinas;
- Promover a formação feminina em todo o tipo de setor;
- Acabar com a desigualdade salarial;
- Expandir o número de mulheres empregadas em diversos setores (político, económico, etc);
- Que todos nós tenhamos os mesmos direitos;
- Realizar debates;
- Criação de árvores nas zonas urbanas;
- Todos nós podemos ter o mesmo direito;(Joceline Lopes)
- Acabar com todas as formas de discriminação contra todas as mulheres e meninas;(Joceline Lopes)

ODS-6-Água Potável e Saneamento

- Nos centros comerciais e outros espaços públicos substituir as torneiras que funcionam por um determinado período de tempo após serem ativadas por torneiras com sensor infravermelho;
- Promover sistemas de circulação de água nas casas (por exemplo água proveniente das pias nas casas de banho, ser utilizada nas sanitas);
- Aumentar Pontos de Recolha de óleos alimentares usados para não irem ter à água;
- Aumentar o Preço(c/impostos) sobre detergentes químicos e baixar impostos sobre detergentes orgânicos;
- Sistemas de reutilização das águas para rega, aproveitando a água da chuva (Joana Cravidão);
- Melhorar a qualidade do ar na Costa da Caparica;
- Pedir aos SMAS para vir analisar a qualidade da água das escolas duas vezes por ano e mostrar os resultados aos alunos;
- Promover campanhas sobre a poluição que é feita;
- Promover campanhas para chamarem as pessoas à atenção sobre as coisas que são deitadas pela sanita, por exemplo;
- Rede nos esgotos, limpeza dos canos;
- Evitar deitar resíduos nos esgotos, pois a água vai dar nas rias (Nélia Manuel);

ODS7-Energias Renováveis e Acessíveis

- Utilizar energias limpas (solar, eólica);
- Reduzir o consumo de energia- desligar os equipamentos eletrónicos e luzes;
- Trocar lâmpadas incandescentes para LED e possuir eletrodomésticos de menor consumo energético;
- Campanhas de sensibilização e Debates;
- Melhorar a qualidade dos computadores para alunos e professores;
- Palestras com temas educativos;
- Patrocinar o desporto escolar;
- Reduzir o consumo de energia;
- Combater a deflorestação;
- Utilizar na escola, em casa, edifícios grandes, etc, painéis solares;
- Utilizar lâmpadas LEDS (Íris Lopes);
- Trocar as lâmpadas incandescentes por fluorescente ou LEDS;

- Para reduzir o consumo de energia em casa é sempre bom ter um horário limite para certas acções que tenham um impacto maior nos gastos de energia, como por exemplo limitar o tempo no banho, ver Tv, jogar na play station, etc...;
- Instalar painéis solares nas instituições;
- Baixar os preços das energias renováveis;

ODS-8-Trabalho digno e crescimento económico

- Menos impostos;
- Menos horas de trabalho;
- Salários mais altos;
- Criação de Programas de Incentivo a Trabalho Jovem;
- Parceria entre o Centro de Emprego e Escolas;
- Criar uma disciplina ou integrar em disciplinas já existentes a importância do crescimento económico;
- Criação de Negócios Sociais, exemplo: Casa Santo António Lisboa;
- Criar Empresas juniores em parceria com as múltiplas faculdades existentes no Concelho;
- Promover e criar empresas e empregos para recoleta de lixo dos mares, principalmente;
- Dar incentivo desde cedo aos jovens nas escolas do tema, para consciencializar e dar iniciativa a participar e voluntariar nesta causa;
- Criar novas empresas, criar bolsas de estágios para os estudantes académicos;

ODS 9 – Industria, Inovação e Infraestruturas

- Promover atividades ao ar livre, como atividades físicas para chegarmos a todos até aos mais acessíveis (Maria Botelho);
- Reduzir os infoexcluídos, de maneira a aumentar produtividade. Por exemplo: distribuir computadores, dar aulas para aprender a melhorar a eficácia de utilização destes meios (Maria Botelho);
- Valorização/promoção de formação de jovens, promovendo um maior desenvolvimento económico - FCT, Egas Moniz (João Santos 12ºA);
- Campanhas de sensibilização por forma a promover a inovação dos setores de atividades (João Santos 12ºA);
- Investimento por parte das autarquias na manutenção dos serviços/infraestruturas (João Santos 12ºA);
- Captação de Star-ups (João Santos 12ºA);
- Implementação de novas tecnologias nas escolas;
- Melhorar a qualidade das estradas;
- Fomentar a utilização polivalente dos espaços públicos, criando condições para a realização de atividades pontuais, culturais e outras. Abertura dos espaços;

ODS 10 – Reduzir as desigualdades

- Implementação de rampas de acesso ao interior das instituições (publicas e privadas) para cidadãos com mobilidade reduzida;
- Promover a localização rebaixada dos terminais ATM, para facilitação do acesso de portadores de mobilidade reduzida/condicionada;
- Diminuir a desigualdade entre grupos sociais mais pobres e grupos sociais ricos;
- Projetos de voluntariado para os mais necessitados;

- Angariação de fundos;
- Promover o trabalho em comunidade;
- Criar projetos;
- Angariar fundos para doar para quem precisa;
- Trabalho em comunidade;
- Falar mais sobre as desigualdades para tentarmos meter na cabeça dos mais velhos, como somos todos iguais (Ana Infante 10ºC);
- Fazer uma campanha onde os imigrantes tenham voz, onde falem das dificuldades que passam com a desigualdade (Ana Infante 10ºC);
- Contratar imigrantes de várias nacionalidades para que haja empatia (Maria Eduarda 12ºA);
- Centro de Saúde (Maria Eduarda 12ºA);
- Junta de Freguesia (Maria Eduarda 12ºA);
- Parlamentos (Maria Eduarda 12ºA);
- Educação (Maria Eduarda 12ºA);
- Promover e participar num voluntariado para aprender ou ensinar desporto (Rodrigo Maria);
- Promover minorias a cargos mais altos de administração;
- Ajudar os países em desenvolvimento, e uma representação mais forte dos mesmos;
- Aumentar o rendimento da população mais pobre;
- Implementar uma opção de descontar mensalmente para alguma causa, com o objetivo de facilitar a solidariedade;
- Diminuir o custo de aluguer de habitação;
- Acesso a água potável e luz e garantir preços mais baratos a pessoas que não têm possibilidade de as pagar;
- Promover projetos sociais e voluntariado na escola;

ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis

- Criação/renovação de parques infantis;
- Diminuição da ocupação dos espaços de construção de empresas ou casas;
- Promoção do conhecimento;
- Promover mais campos de futebol públicos nas cidades;
- Promover a criação de pontos de reciclagem para diminuir a poluição nas ruas (Lourenço);
- Promover aulas/palestras de cidadania nas escolas de modo a sensibilizar os alunos para a causa (Lourenço);
- Promoção e atribuição de bicicletas para alunos;
- Aumentar drasticamente o número de estações de carregamento para carros elétricos;
- Promoção de conhecimento de várias cidades/aldeias -promoção televisiva, criação de postos de turismo, postos/infraestruturas recuperadas para visitar (Maria Ferraz);
- Promover o uso de transportes públicos ao invés de um veículo de família;
- Fazer rampas para as pessoas de cadeiras de roda e idosos;

ODS 12 – Produção e Consumos sustentáveis

- Reduzir o consumo em demasia e promover o uso de bens em segunda mão;
- Promover o uso de produtos feitos de materiais sem plástico;
- Promover produtos locais, fazer promoção dos produtos locais em bares, mercados e cafés;
- Comprar produtos de hortas comunitárias;
- Postos de saúde doarem pensos higiénicos e tampões, da mesma forma que doam preservativos (Flávia Santos);

- Distribuição de mais caixotes de lixo pelas ruas (Flávia Santos);
- Reduzir o uso de sacos de plásticos ou reciclar/reutilizar sacos que temos em casa em vez de comprar (Flávia Santos);
- Dar uma atenção extra às escolas em pior estado;
- Instalar postos de recolha de roupas, junto aos ecopontos;
- Ajudar empresas que usam materiais reciclados como matéria-prima;
- As famílias fazerem compras semanalmente para evitarem desperdício de comida;
- Reduzir ou terminar o uso de plástico e utilizar outro material mais sustentável;

ODS 13 – Ação Climática

- Projeto escolar para aumentar o número de árvores e de plantação das mesmas;
- A possibilidade de colocar mais caixotes do lixo;
- Criação de mais áreas verdes;
- Publicidade das energias sustentáveis;
- Projeto escolar de plantação de árvores;
- Reflorestação (Natália 10ºC);
- Redução de embalagens (Natália 10ºC);
- Coleta mais frequente dos resíduos (Natália 10ºC);
- Haver mais transportes públicos acessíveis (Sofia Marques);
- Haver mais caixotes do lixo nos espaços públicos (Sofia Marques);
- Fazermos limpeza dos espaços públicos (Sofia Marques);
- Construir mais áreas verdes;
- Melhorar a limpeza das ruas;
- Maior investimento em energias renováveis;
- Mais caixotes do lixo nas ruas;
- Reduzir o uso de plásticos;
- Mais áreas protegidas;
- Mais zonas de ecoponto e recolha de lixo mais frequente;
- Diminuir as emissões de CO₂, como por exemplo promover e melhorar os serviços de transportes coletivos;

ODS 14 – Proteger a vida marinha

- Abolir a pesca intensiva;
- Reduzir a libertação de resíduos industriais;
- Reduzir a produção de plástico;
- Promover a limpeza das praias para protegermos a vida marinha (Rodrigo Oliveira);
- Reduzir a pesca intensiva;
- Reduzir a libertação de resíduos industriais;
- Reduzir a produção de plástico;
- Redução de plástico – campanha sobre antiplástico, instalação de redes de aço (para o plástico não parar nas praias);
- Tentar consumir menos plástico: fazer cartazes, evitar usar garrações de plástico nas escolas;
- Reduzir o número de refeições de peixe no refeitório;
- Limpeza regular das praias;
- Campanha de sensibilização à redução do consumo de espécies em extinção;

- Erradicar as redes piscatórias com buracos pequenos;
- Acabar com a criação de espécies marinhas em viveiros;
- Erradicar as descargas industriais no oceano;
- Visitas às ETAR's;
- Criação de pranchas de surf a partir de plástico;
- Projeto de sensibilização sobre a vida marinha;
- Financiamento público;
- Limpar as praias com alunos das escolas de Almada;
- Visitar os SMAS;
- Aumentar o número de zonas protegidas para preservar o ecossistema e a vida marinha: fazer campanhas, angariar fundos, promover o turismo nas zonas protegidas como forma de campanha;
- Limpeza regular das praias;
- Campanha de sensibilização à redução do consumo excessivo de espécies em extinção;
- Erradicar as redes piscatórias com buracos mais pequenos;
- Acabar com a criação de espécies marinhas em viveiros;
- Erradicar as descargas industriais no oceano;

ODS 15 – Proteger a Vida Terrestre

- Em casa: investir em painéis solares e coletores térmicos;
- Restringir zonas em que existam habitat contra campismo, a desflorestação e outras atividades;
- Proteger espécies em vias de extinção;
- Instalar equipamentos menos poluentes;
- Plantar árvores;
- Reduzir o número de cortes de árvores;
- Fazer grupos para plantar árvores e plantas;
- Inspeções nas fábricas, plantação de árvores (“mudas”), campanhas comunitárias contra a poluição, manutenção de espaços verdes, maior controlo na quantidade de pesca;
- Realizar campanhas na internet (redes sociais, etc.) sobre a biodiversidade;
- Plantação de árvores;
- Criar uma associação de voluntários para limpar as florestas/mares (Érica 10°C);
- Sensibilizar os alunos sobre os perigos que ameaçam a vida na Terra e formas de evitar essas ameaças;

ODS 16 – Paz, Justiça e Instituições Eficazes

- A camara estar mais atenta aos problemas familiares/pobreza;
- Realizar uma campanha de apoio por exemplo: à violência doméstica, como outros problemas;
- Apoio a jovens (associação);
- Criar um número de telefone, que os jovens tivessem acesso para fazer denúncias sobre diversos problemas;
- Criar uma “aula” extra que fosse apenas para os alunos se exprimirem;
- Haver palestras nas escolas sobre a adolescência e ajuda psicológica nas escolas;
- Além das campanhas de sensibilização e combate ao abuso sexual às crianças mais novas, podiam também ter aulas extras nas escolas para saberem como se defender e para terem mais ou menos noção do que é isso;
- Criar mais instituições para ajuda aos sem-abrigo;
- O estado ajudar os imigrantes;
- Criar instituições para ajudar as vítimas de violência domestica;

- Mais oportunidade na integração no mercado de trabalho;
- Realizar reuniões entre alunos e instituições de apoio ao bullying, que é uma coisa muito presente nas escolas;
- Realizar palestras desde o ensino primário sobre a violência doméstica, abusos sexuais e dependência de drogas;
- Campanhas para promover as ideias dos jovens sobre a justiça (falar sobre leis e partidos políticos);
- Associações de apoio a pessoas que sofrem ou sofreram de algum tipo de violência (conversas para ajudar a passar por esses momentos com outras pessoas que passaram pelo mesmo) (Carolina Franco 12ºC);
- Apoio psicológico gratuito (Carolina Franco 12ºC);

ODS 17 – Parcerias e Meios de Implementação

- Criar projetos sociais para pessoas com necessidades especiais (CMA em parceria com outras entidades);
- Mais campanhas de uso consciente da água;
- Parcerias entre as escolas e SMAS para melhor realização da poluição;
- Escolas visitarem ETAR's;
- Criação de pranchas de surf a partir do plástico, que necessitam financiamento;
- Formar grupos para sensibilizar os mais novos;
- Angariação de fundos e sensibilização para que as ideias dos cidadãos sejam realizadas;
- Alunos do ensino superior irem até à escola básica para incentivar a sustentabilidade (Rodrigo Ribeiro);
- Elaborar projetos sociais e obter financiamento coletivo (Beatriz Marques 10ºC);