



AS PESSOAS COM  
DEFICIÊNCIA  
INTELECTUAL ESTÃO  
COMPROMETIDAS COM  
A AGENDA 2030

**Pequeno Guia para Implementar um Projeto na área dos ODS -  
Objetivos do Desenvolvimento Sustentável - através da  
Metodologia de Aprendizagem em Serviço (MaS)**



Envolver as Pessoas com Síndrome de Down nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável através da Metodologia de Aprendizagem em Serviço

## Identifica as tuas paixões

Que recursos ou talentos tens que podem fazer a diferença na comunidade?



## Pesquisa

Quais são as necessidades existentes na tua comunidade? Estuda e investiga essas necessidades e descobre o que pode ser melhorado.



## Define o teu projeto de ODS-MaS

É altura de preparamos o teu projeto. Podes trabalhar com os teus colegas, com o teu formador ou com a tua comunidade de forma a criares um projeto ODS-MaS que responda às reais necessidades.



## Assume compromissos

Assume metas e compromissos. Diz às pessoas que te podem responsabilizar pela realização desses mesmos compromissos e cumprimento dessas metas.



## Reflete

É importante refletir ao longo de todo o processo de implementação e desenvolvimento do teu projeto de ODS-MaS. Pensa sobre o que vais fazendo antes, durante e depois de iniciar as ações. A reflexão é uma ferramenta de autoaprendizagem. Faz-nos compreender melhor as nossas forças e fraquezas.



## Cria objetivos

Estabelece metas para o teu projeto de ODS-MaS que sejam realistas e desafiantes. Questiona-te sobre o que precisas para atingires os objetivos? Quem pode ajudar?



## Junta-te aos teus Pares e colabora com eles

Encontra pessoas com os mesmos interesses que tu e partilha o teu trabalho com elas. Considera o teu Projeto de ODS-MaS uma oportunidade de colaborares com amigos, de te ligares a pessoas com os mesmos interesses nas redes sociais ou de construirás a tua própria rede de contactos.



**EU PROJECT**  
**SUSTAINABLE SERVICE-IN-DS**  
**PKA2 - COOPERATION FOR INNOVATION AND THE EXCHANGE OF GOOD PRACTICES**  
**KA204 - STRATEGIC PARTNERSHIPS FOR ADULT EDUCATION**

"This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."





AS PESSOAS COM  
DEFICIÊNCIA  
INTELECTUAL ESTÃO  
COMPROMETIDAS COM  
A AGENDA 2030

## Pequeno Guia para Implementar um Projeto na área dos ODS através da Metodologia de Aprendizagem em Serviço



Envolver as Pessoas com Síndrome de Down nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável através da Metodologia de Aprendizagem em Serviço

### Sê um Ativista Apela à Ação

Toma a iniciativa. Faz algo acontecer e questiona-te sobre como está a correr? O que está a correr bem e o que farás a seguir?



### Cria um Cronograma

A criação de um cronograma é uma ferramenta de gestão muito importante. Definir tempos ajuda-te a definir e a prosseguir os objetivos do teu projeto.



### Envolve a Comunidade

Envolve os membros da Comunidade em todo o processo. Este envolvimento permite-te alcançar a colaboração que precisas para atingir os objetivos do teu projeto e garante que o trabalho que fazes corresponde a necessidades reais da comunidade.



### Comunica

Partilha o que estás a fazer nas redes sociais, liga-te a outras pessoas ou organizações que tenham os mesmos interesses e objetivos.



### Verifica o progresso ao longo do caminho

O que esperas conseguir?  
Como é que te estás a sair?  
Como te sentes sobre o processo e o projeto? O que poderás fazer para o melhorar? Qual é o valor do teu projeto de ODS-MaS para a comunidade?



### Apresenta, Publica, torna o teu Projeto Público

Sobe ao Palco para mostrar o que aprendeste e o que realizaste. Demonstra em público à comunidade os passos, o impacto e os resultados alcançados com o teu projeto ODS-MaS.



### Celebra, desfruta e diverte-te!



Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), também conhecidos como Objetivos Globais, foram adotados pelas Nações Unidas em 2015 como um apelo à ação para acabar com a pobreza, proteger o planeta e garantir que até 2030 todas as pessoas desfrutam de paz e prosperidade. Esta agenda mundial é composta por 17 objetivos e 169 metas a atingir até 2030 que preveem ações mundiais nas áreas de erradicação da pobreza, segurança alimentar, agricultura, saúde, educação, igualdade de género, redução das desigualdades, energia, água e saneamento, padrões sustentáveis da produção e consumo, mudança do clima, cidades sustentáveis, proteção e uso sustentável dos oceanos e dos ecossistemas terrestres, crescimento económico inclusivo, infraestrutura, industrialização, entre outros (adaptado a partir de <https://unric.org/pt/objetivos-de-desenvolvimento-sustentavel/>).