



## ECOLOGIA E DESPORTO: DOIS EM UM

É com base nos objetivos de desenvolvimento sustentável - saúde de qualidade e proteger a vida selvagem - que nos juntámos à iniciativa de **plogging** do living peace, que tem como objetivo difundir uma cultura de paz com ações de impacto global. Esta atividade começou, em 2016, na Suécia e o seu nome deriva da combinação das palavras jogging (corrida) e plocka upp (apanhar). É uma ponte entre o pathways deste ano e o próximo.



Cuidar do nosso relacionamento com o ambiente durante o exercício físico é a fórmula em que se baseia esta nova modalidade: o **plogging**. Enquanto praticamos desporto ao ar livre - a caminhar, correr ou a andar de bicicleta - prestamos atenção ao ambiente e recolhemos o lixo que encontramos na rua. Também podemos fazê-lo enquanto nos deslocamos para o trabalho, escola ou universidade. Os objetivos passam por eliminar os resíduos adequadamente, promovendo a separação seletiva das embalagens de plástico, latas e vidro e assim melhorar a paisagem. É também uma forma de sensibilizar os que nos rodeiam da responsabilidade que temos para com o planeta. É importante usar luvas e ter consigo sacos do lixo.



Não estás sozinho, somos muitos a participar nesta iniciativa. E para mostrarmos isso, não há melhor do que partilhar fotografias, vídeos ou experiências em: <https://padlet.com/equipadaretocare/plogging> Nas partilhas nas redes sociais não te esqueças de usar **#daretocare** e **#daretocare\_pt**. Se tiveres alguma dúvida ou questão, podes enviar um email para [portugal@unitedworldproject.org](mailto:portugal@unitedworldproject.org)

### Promotores



### Apoios

