



# Cuidar de mim e do planeta

## Objetivos principais da oficina

- Fomentar a mudança de mentalidade relativamente ao modo de consumo

## Objetivos específicos (o que se espera dos participantes)

- Conhecer as consequências ambientais e para a saúde humana dos cosméticos industriais
- Conhecer alternativas mais saudáveis e amigas do ambiente
- Aprender a fazer produtos de cosmética natural

## Conceitos-chave

- Impacte ambiental dos componentes químicos da cosmética industrial
- Opções mais saudáveis e amigas do ambiente

## Aprendizagens

### 2º ciclo

- Discutir a importância da gestão sustentável da água ao nível da sua utilização, exploração e proteção, com exemplos locais, regionais, nacionais ou globais
- Formular opiniões críticas sobre ações humanas que condicionam a biodiversidade e sobre a importância da sua preservação

### 3º ciclo

- Discutir causas e consequências da alteração dos ecossistemas, justificando a importância do equilíbrio dinâmico dos ecossistemas e do modo como a sua gestão pode contribuir para alcançar as metas de um desenvolvimento sustentável
- Discutir opções para a conservação dos ecossistemas e o seu contributo para as necessidades humanas, bem como a importância da ciência e da tecnologia na sua conservação
- Interpretar a influência de alguns agentes poluentes nos ecossistemas, partindo de problemáticas locais ou regionais e analisando criticamente os resultados obtidos
- Discutir os impactes da exploração/transformação dos recursos naturais e propor medidas de redução dos mesmos e de promoção da sua sustentabilidade

### Secundário

- Interpretar dados relativos a uma situação de contaminação de ar, água ou solo
- Realizar intervenções de cidadania responsável (exequíveis e fundamentadas) orientadas para prevenir/minimizar/remediar a problemática em estudo e promover o uso sustentado dos recursos naturais



Economia circular



2º ciclo  
3º ciclo  
Secundário



90 minutos



Sala de aula



Atividades práticas (*hands-on*)