

Title of Sustainable Development Goal:

10 – Reduzir as desigualdades no interior dos países e entre países

Reduzir as desigualdades

Short Description of SDG:

Este ODS visa reduzir as disparidades, em termos de rendimentos e oportunidades, entre e no interior dos países, reduzindo a pobreza nas áreas mais desfavorecidas, promovendo a inclusão social, económica e política de todos, promovendo políticas para melhorar a regulação e o controlo dos mercados e instituições financeiros a nível internacional.

Action Area 1

Action Area: Comunicação assertiva

Question 1 (Action Area 1)

Como te comportas quando alguém expressa uma opinião diferente da tua?

- | | |
|---|---|
| 1 | Fico nervoso/a e ataco as suas ideias. |
| 2 | Não estou interessado/a em alguém que tenha opiniões diferentes das minhas. |
| 3 | Oiço com atenção, mas é difícil mudar a minha opinião. |
| 4 | Tento entender os seus motivos e reflito sobre o assunto. |

Question Feedback:

Procurar o diálogo é fundamental porque é através da comparação de diferentes opiniões que podemos chegar a um resultado que beneficie a todos.

Question 2 (Action Area 1)

O que fazes quando cometes um erro e te apercebes dele?

- | | |
|---|---|
| 1 | Eu não cometo erros. |
| 2 | Ignoro. |
| 3 | Peço desculpas pelo erro e tento reparar a situação. |
| 4 | Peço desculpas e tento reparar a situação. Lembro-me do erro para não voltar a cometê-lo. |

Question Feedback:

Aprende, cometendo erros e observando os erros dos outros. Este processo estimula os mecanismos cerebrais de correção automática de erros, contribuindo para a aprendizagem, segundo revelou um estudo realizado pela Universidade de Milan-Bicocca.

Question 3 (Action Area 1)

Um/a amigo/a teu/tua decide confiar em ti e conta-te os seus problemas. O que fazes?

- | | |
|---|---|
| 1 | Digo-lhe que não me interessa, que tenho problemas suficientes por minha conta. |
| 2 | Finjo ouvi-lo/a para o/a deixar contente. |
| 3 | Oiço com atenção e dou alguns conselhos. |
| 4 | Escuto ativamente e tento ajudá-lo/a. |

Question Feedback:

Ouvir e compararmo-nos com os outros permite-nos colocar a nossa perceção do mundo em perspetiva.

Action Area 2

Action Area: Consumo Consciente

Question 1 (Action Area 2)

Com que frequência trocas de telefone?

- | | |
|---|--|
| 1 | Sempre que um modelo novo e melhor é lançado. |
| 2 | Quando sai um modelo de que gosto muito. |
| 3 | Quando o antigo deixa de funcionar. |
| 4 | Só troco quando o antigo não funciona e não pode ser reparado. |

Question Feedback:

As baterias dos telemóveis e computadores portáteis usam Coltan, um material que reduz o consumo de energia. Para extrair esse material, durante pelo menos 14 horas por dia, todos os dias, centenas de crianças escravas são obrigadas a trabalhar nas minas da República Democrática do Congo.

Question 2 (Action Area 2)

No intervalo descobres que não gostas do teu lanche, o que fazes?

- | | |
|---|--|
| 1 | Deito fora. |
| 2 | Como um bocado, mas depois deito fora. |
| 3 | Levo para casa. |

4	Tento trocar ou ofereço a um/a colega.
Question Feedback:	
O desperdício alimentar representa a perda de bons alimentos. Estima-se que um terço de todos os alimentos produzidos para consumo humano seja desperdiçado a cada ano.	

Question 3 (Action Area 2)	
Descobres que a empresa que produz a tua bebida favorita causa poluição e explora os seus trabalhadores, o que decides fazer?	
1	Nada, continuo a beber porque gosto.
2	Compro com menos frequência.
3	Não volto a comprar.
4	Não volto a comprar e partilho a informação com os meus amigos, para boicotarmos a empresa.
Question Feedback:	
Um estudo recente da Break Free From Plastic, confirma que uma das marcas de bebidas mais conhecidas do mundo é a maior poluidora (em termos de resíduos plásticos) do mundo pelo segundo ano consecutivo.	

Action Area 3	
Action Area: Ação solidária	

Question 1 (Action Area 3)	
Um/a amigo/a teu/tua está com dificuldades em entregar um trabalho importante, o que fazes?	
1	Ignoro.
2	Dou-lhe uma sugestão rápida e vou embora.
3	Explico-lhe o que deve fazer.
4	Sento-me com ele/a e ajudo-o/a a terminar o trabalho.
Question Feedback:	
Ter <i>hobbies</i> , fazer novos amigos, passar tempo na natureza e aprender coisas novas deixa as pessoas felizes. Pessoas felizes trabalham melhor e têm muito mais energia para enfrentar as dificuldades.	

Question 2 (Action Area 3)	
Já doaste bens pessoais (roupas, objetos, medicamentos, etc.) ou doaste sangue para ajudar outras pessoas?	

1	Não, nunca pensei nisso.
2	Não, mas é possível que o venha a fazer.
3	Sim, já fiz isso algumas vezes.
4	Sim, faço-o sempre que posso.

Question Feedback:

Um estudo recente, usando a Itália como exemplo, revela que as doações de sangue salvam, em média, a vida de uma pessoa por minuto, um total de cerca de 630.000 pessoas por ano.

Question 3 (Action Area 3)

Participas de alguma atividade de apoio a pessoas desfavorecidas?

1	Não, não estou interessado/a
2	Não, mas gostaria de o fazer
3	Sim, fi-lo em algumas ocasiões
4	Sim, faço-o regularmente, através de iniciativas de voluntariado

Question Feedback:

A promoção do voluntariado social serve para difundir entre os cidadãos a consciência do compromisso como valor social, incentivando a construção de uma sociedade mais solidária, tanto a nível das relações humanas como da vida cívica.