

GUIA DO ORGANIZADOR

Agir no terreno para compreender e reduzir a poluição na origem



Retrace!
Recolhe dados, muda as leis



SURFRIDER
FOUNDATION

Resumo

04	Contexto: porquê Retrace!
05	Sobre o Retrace!
06	Organizar uma campanha de limpeza – Retrace!
11	No dia da campanha: recolher, envolver, compreender
13	Orientações de segurança e organização da recolha
14	Sensibilização durante a ação
15	Quantificação dos resíduos: o foco do retrace!
18	Gestão dos resíduos recolhidos
19	Encerrar a campanha de limpeza
21	Checklist rápida – Retrace!



Retrace !

Collect data, change laws

Porquê Retrace!

CONTEXTO



Todos os anos, mais de **10 milhões de toneladas de resíduos** acabam em ambientes aquáticos. Mais de 80% destes resíduos têm origem em terra: atividades humanas, má gestão de resíduos, escorrências, falhas em sistemas de águas residuais ou transportados pelo vento e por linhas de água. Esta poluição tem impactos graves nos ecossistemas aquáticos, incluindo ingestão, emaranhamento, degradação de habitats e a disseminação de substâncias químicas que se podem acumular na cadeia alimentar.

Com mais de 30 anos de envolvimento cívico promovido pela Surfrider, as Iniciativas Oceânicas (Ocean Initiatives, no original), transformam-se agora no **Retrace!**, um programa que vem com uma ambição reforçada: **colocar a ciência participativa e a utilização de dados no centro da ação cidadã.**

O **Retrace!** tem como objetivo compreender a origem dos resíduos, identificar as suas fontes e implementar ações eficazes para reduzir a poluição na origem, em toda a Europa.

Sobre o Retrace!

O QUÊ?

O Retrace! é um programa de base cidadã que visa recolher, analisar e quantificar resíduos aquáticos, com o objetivo de compreender melhor os fluxos de poluição e agir de forma eficaz na sua origem.

Na prática, o programa assenta em várias etapas-chave:

1

Organização ou participação em ações de recolha de resíduos (campanhas de limpeza) ao longo **da costa, margens de rios ou linhas de água**;

2

Separação, identificação e contagem dos resíduos recolhidos de acordo com um protocolo partilhado a nível europeu;

3

Integração dos dados recolhidos numa **base de dados europeia**;

4

Potenciar o uso destes dados para promover **investigação científica e ações de advocacia desenvolvidas** pela Surfrider.

Cada participante torna-se, assim, um **verdadeiro investigador no terreno**, contribuindo através da sua ação para a produção de dados fiáveis e úteis, capazes de impulsionar mudanças de práticas, regulamentação e políticas públicas.

Organizar uma campanha de limpeza – Retrace!



A organização de uma campanha de limpeza **Retrace!** deve seguir algumas etapas essenciais: registo da campanha, escolha de um local acessível e seguro, mobilização de participantes e preparação do equipamento necessário. No dia da ação, o organizador/facilitador acolhe o grupo, explica o enquadramento da iniciativa e assegura o bom desenrolar da recolha.

Uma organização simples e clara garante uma ação eficaz e verdadeiramente útil para produzir dados que permitam nos combater a poluição na origem.

Antes da campanha



1 Registrar a campanha de limpeza

Registrar a tua ação na plataforma **Retrace!** permite-te:

- tornar a ação visível;
- recolher e reportar dados quantificados;
- beneficiar do apoio da Surfrider;
- receber materiais para a recolha de resíduos;
- garantir cobertura de seguro para os participantes.

O processo é simples e com instruções passo a passo.

2 Escolher o local e a data

Escolher um local adequado para a recolha

- O local deve ser de **acesso público e facilmente** identificável.
- **Não deve apresentar riscos significativos** (falésias instáveis, zonas de tráfego intenso, correntes perigosas, poluição química conhecida).
- Verifica se o local está sujeito a **regulamentação específica** (área natural protegida, sítio Natura 2000, zona gerida por uma autarquia ou instituição).
- Contacta previamente a **Câmara Municipal** e a **Capitania e informa-os** da ação; por vezes, poderá ser necessário submeter um pedido de autorização para a realização da ação, junto das entidades competentes.
- Evita zonas de **nidificação ou reprodução**, de forma a proteger os ecossistemas.

3 Preparar as fichas de caracterização de resíduos com antecedência

Antes da campanha de limpeza, deves **selecionar a ficha de caracterização de resíduos mais adequada** à ação e **analisá-la cuidadosamente**. Este passo vai permitir-te antecipar a organização do tempo de separação e contagem, distribuir funções no dia da ação e explicar claramente as instruções aos participantes.

Preparar a quantificação dos resíduos com antecedência assegura uma operação mais fluida, dados completos e utilizáveis, e uma contribuição mais sólida para os objetivos de ciência participativa do **Retrace!**

Antes da campanha

4 Escolher a ficha de caracterização de resíduos adequada

Consoante o tipo de recolha e os objetivos, podem ser utilizados dois níveis de quantificação:



A) FICHA ESPECÍFICA "TABACO"

Esta ficha, dedicada aos resíduos relacionados com a indústria do tabaco, permite recolher dados de fonte de poluição recorrente e com um grande impacto nos ecossistemas.

Inclui, nomeadamente:

- Beatas e filtros de cigarro;
- Maços de tabaco ou outras embalagens;
- Cigarros eletrónicos descartáveis ("puffs") e recargas;
- Isqueiros;
- Bolsas de nicotina / snus ("nicotine pouches");
- Outros resíduos relacionados com a indústria do tabaco.

Esta ficha é particularmente útil para documentar o impacto ambiental destes resíduos e promover ações de advocacia específicas.



B) FICHA COMPLETA

Mais abrangente, esta ficha permite a caracterização de uma grande variedade de resíduos, agrupadas em grandes famílias:

- Objetos de plástico de uso quotidiano (garrafas, tampas, embalagens alimentares, sacos, copos, palhinhas);
- Resíduos sanitários e médicos (toalhitas, cotonetes, produtos de higiene feminina, embalagens de medicamentos);
- Fragmentos não identificáveis de plástico ou poliestireno;
- Resíduos ligados a atividades marítimas (pesca, aquicultura);
- Metais, vidro, têxteis e objetos diversos;
- Resíduos agrícolas ou industriais (lonas, biosuportes, pellets (lágrimas de sereia) de plástico).

Esta ficha permite uma análise detalhada das fontes de poluição presentes num determinado local.

Antes da campanha

5 Preparar os materiais

Se precisares, a Surfrider pode disponibilizar-te um kit para apoiar a organização da tua campanha de limpeza **Retrace!** Consoante as tuas necessidades, este kit pode incluir sacos de recolha, luvas, uma faixa informativa e materiais de comunicação.

Para receberes este kit, deves registar a tua ação no site do Retrace! Ao efetuar o pedido, certifica-te que seleccionas apenas os materiais que realmente precisas e de que estarás disponível para receber a encomenda no endereço indicado. Planear com antecedência ajuda a evitar envios desnecessários, devoluções logísticas e impactos ambientais evitáveis.

6 Mobilizar os participantes

O sucesso de uma ação **Retrace!** depende em grande parte de uma **mobilização local ampla e diversificada**. Recomenda-se envolver:

- **Comunidade local;**
- **Associações locais;**
- **Escolas e estabelecimentos de ensino;**
- **Agentes económicos locais;**
- **Meios de comunicação social locais**, para ajudar a divulgar a iniciativa..

Para apoiar esta mobilização, a Surfrider disponibiliza **ferramentas de comunicação** (em formato digital) que permitem promover o evento e reforçar a visibilidade da ação antes, durante e após a recolha.

7 Gerir as inscrições

Incentiva os participantes a inscreverem-se online.

No dia da ação, completa eventuais inscrições em falta através de uma ficha de inscrição em papel. Este passo é essencial para garantir a cobertura de seguro e o acompanhamento dos participantes.





Recolher, envolver, compreender

Acolher os participantes e fazer um pequeno enquadramento

1 Chega cedo ao local

Recomenda-se chegar ao local entre **30 minutos a 1 hora** antes do início da ação, de forma a preparar o local e os materiais. Este tempo permite-te:

- Identificar as **zonas mais relevantes** para a recolha antes da chegada dos participantes;
- Detetar eventuais constrangimentos ou especificidades do local;
- Adaptar a organização da ação às realidades do terreno.

Esta antecipação facilita a coordenação e melhora a qualidade global ação.

2 Define um ponto de encontro

Informa de antemão **o ponto onde os participantes se devem dirigir** para se encontrarem com a tua equipa. Usa algo visual para assinalar o local no próprio dia, como uma bandeira da Surfrider ou a faixa **Retrace!** Neste local, podes acolher os participantes, organizar o equipamento e coordenar as diferentes fases da ação. Permite-te:

- Acolher e reunir os participantes;
- Apresentar o enquadramento e os objetivos da ação;
- Centralizar e guardar o material de recolha e quantificação.

Um ponto de encontro bem identificado facilita a comunicação e assegura uma organização mais fluida.

3 Fazer o enquadramento da ação

Antes de iniciar a recolha, dedica alguns minutos a:

- Apresentar a Surfrider e o programa **Retrace!**;
- Explicar as **diferentes fases** da ação;
- Recordar que o objetivo da recolha é **produzir dados úteis** para compreender e combater a poluição na origem.

De seguida, encontras um exemplo de como podes fazer este enquadramento:

4 Define o enquadramento espacial e temporal:

Indica claramente:

- as **zonas autorizadas** para a recolha, de modo a evitar qualquer dispersão;
- a **duração da ação**.

Para manter a motivação e a eficiência:

- prevê uma recolha com a duração de **45 minutos a 1 hora**;
- reserva um período de tempo equivalente para a **quantificação** dos resíduos;
- prevê igualmente cerca de **30 minutos** para o acolhimento dos participantes, momento de partilha e encerramento da ação.

Ideia de pitch

“Olá a todos! Obrigado por estarem aqui hoje.

Antes de começarmos, gostava de vos explicar brevemente porque estamos aqui e o que vamos fazer juntos.

*Hoje vamos fazer uma campanha de limpeza no âmbito do programa **Retrace!**, promovido pela Surfrider. O objetivo desta ação não é apenas recolher resíduos, mas sobretudo compreender de onde vêm para podermos agir na origem.*

Concretamente, vamos primeiro recolher os resíduos e depois separá-los e quantificá-los. Cada item contado transforma-se num dado valioso!

Estes dados podem, por exemplo, servir para exigir proibições ou uma melhor regulamentação de certos tipos de plástico, influenciar práticas industriais ou reforçar leis existentes com base em provas recolhidas no terreno.

Por outras palavras, hoje não estamos apenas a remover resíduos: estamos a fazer trabalho de investigação no terreno.

Vamos começar por explicar as regras de segurança e a organização da ação, e depois pomos mãos à obra. Obrigado mais uma vez pelo vosso compromisso e boa recolha!”



Orientações de segurança e organização da recolha

Segurança dos participantes

- 1 O uso de luvas é obrigatório durante toda a recolha;
- 2 Os resíduos devem ser manuseados **exclusivamente com equipamento de proteção**;
- 3 É estritamente proibido **tocar no rosto** com luvas sujas;
- 4 É necessária especial atenção ao manusear **objetos cortantes ou perigosos** (vidro, metal, seringas);
- 5 Os resíduos perigosos devem ser tratados com cuidado e comunicados ao organizador;
- 6 **As crianças devem estar sempre acompanhadas por um adulto.**

Respeito pelo ambiente

Podes introduzir uma componente lúdica (equipas, pequenos desafios) para aumentar a motivação.

- 1 Devem ser recolhidos apenas **resíduos de origem humana**;
- 2 Elementos naturais (madeira, algas, depósitos naturais de algas) devem permanecer no local;
- 3 A recolha não deve causar danos ao ambiente natural nem perturbar a fauna ou a vegetação;

Distribuição de equipamento

- 1 1 gant par personne, 1 paire par enfant ;
- 2 1 saco de plástico e 1 saco de juta por grupo:
- 3 Sacos de plástico para resíduos pequenos e fragmentados;
- 4 Sacos de juta para resíduos pesados, cortantes ou volumosos.

Sensibilização durante a ação

ANIMAÇÃO

O Retrace! não se limita à recolha e quantificação de resíduos: é também um momento de diálogo e de compreensão dos mecanismos da poluição aquática. Para te apoiar, a Surfrider desenvolveu uma ferramenta de sensibilização com foco em imagens, concebida para estimular o imaginário coletivo e incentivar a inclusão dos participantes.

Para facilitar este momento de sensibilização:

- Selecciona no **máximo 3 a 4 imagens**, para manter o formato dinâmico;
- Apresenta as imagens **uma a uma**;
- Anuncia claramente o **tema associado** a cada imagem;
- Permite que os participantes partilhem livremente as suas sensações e observações;
- Complementa a discussão com os teus conhecimentos e com a **informação disponível no verso das imagens**.

Este momento de facilitação ajuda a dar **sentido à ação**, a relacionar os resíduos recolhidos com problemáticas mais amplas da poluição aquática e a reforçar o envolvimento dos participantes.

→ Consulta o **guia completo de facilitação** para preparar e aprofundar este momento de discussão.



Quantificação dos resíduos: o foco do Retrace!

A quantificação e caracterização dos resíduos transforma uma simples campanha de limpeza numa ação de ciência participativa.

Após a recolha, os resíduos são separados, identificados e contados de acordo com a ficha de quantificação que selecionaste.

Estes dados permitem:

- Reforçar a perícia científica da Surfrider;
- Documentar as fontes de poluição;
- Apoiar ações de advocacia.



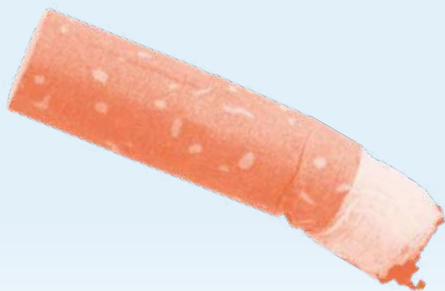
Organização da quantificação

Grupos até 15–20 pessoas

Para recolhas de pequena ou média dimensão, opta por uma organização simples e clara.

- 1 Forma pares** (ou trios, se necessário) para facilitar o manuseamento dos resíduos e o registo dos dados;
- 2 Atribui uma categoria de resíduos** a cada par, explicando claramente o que está incluído (ou excluído) nessa categoria;
- 3 Começa pelos resíduos volumosos** (redes de pesca, sacos de plástico, garrafas, embalagens grandes), que são mais fáceis de identificar e separar;
- 4 Passa depois para os resíduos mais pequenos** ou fragmentados.
- 5 Cada par é responsável por:**
 - Separar os resíduos correspondentes à sua categoria;
 - Contá-los cuidadosamente;
 - Registar os dados na ficha de caracterização /quantificação de resíduos.

Esta abordagem ajuda a limitar erros, envolve todos os participantes e torna a quantificação mais fluida.



Grupos com mais de 20 pessoas

Para limpezas com um grande número de participantes, recomenda-se uma organização em duas equipas, para melhorar a eficiência.

- 1 Designa coordenadores de categoria:**
 - Cada coordenador posiciona-se à volta da área de quantificação;
 - É responsável por contar apenas a(s) categoria(s) que lhe foram atribuídas;
 - Isto garante maior fiabilidade dos dados.
- 2 Cria uma equipa central de triagem:**
 - Esta equipa posiciona-se no centro da área de quantificação;
 - Separa os resíduos e distribui-os pelos coordenadores correspondentes;
 - Assegura que cada item é contado apenas uma vez.

Esta organização permite tratar grandes volumes de resíduos mantendo dados de elevada qualidade e uma forte dinâmica coletiva. Aumenta a eficiência e reduz os erros.



Gestão dos resíduos recolhidos

No final da campanha de limpeza, o organizador é **responsável pelos resíduos recolhidos** e deve garantir que são encaminhados para os fluxos de tratamento adequados.

1

Os **resíduos de vidro e metal** (garrafas, latas, tampas, objetos metálicos) podem ser encaminhados para **reciclagem**, desde que não estejam excessivamente sujos com areia ou lamas;

2

Os **plásticos muito degradados**, que passaram longos períodos no ambiente (exposição a raios UV, abrasão, salinidade), são geralmente **não recicláveis** e devem ser encaminhados para o lixo **indiferenciado**, de acordo com as orientações locais.

3

Alguns resíduos específicos ou perigosos (seringas, resíduos médicos, objetos cortantes) **exigem tratamento especial**, em conformidade com os procedimentos definidos pelas autoridades locais.

É importante lembrar que, apesar de existirem algumas cadeias de reciclagem para plásticos marinhos, estas continuam a ser **limitadas, dispendiosas e intensivas em energia**. A prioridade do **Retrace!** continua a ser a **redução dos resíduos na origem**, utilizando os dados recolhidos para atuar sobre as causas profundas da poluição.

Encerrar a campanha de limpeza

Após a campanha de limpeza, deves seguir algumas etapas para assegurar que encerras corretamente a ação e potencias o seu impacto.

- 1 **Preenche o formulário de resumo online**, introduzindo todos os dados de quantificação recolhidos no terreno. Esta etapa é essencial para que a informação possa ser analisada e utilizada no trabalho científico e de advocacia da Surfrider.
- 2 **Finaliza a lista de participantes**, adicionando as inscrições recolhidas no dia. Isto permite fazer o acompanhamento dos participantes, agradecer a sua participação e mantê-los informados sobre as próximas etapas do programa.
- 3 Após o preenchimento do formulário de síntese, **partilha os resultados da ação com os participantes**, de forma a valorizar o seu envolvimento e dar significado aos dados recolhidos.
- 4 **Envia eventuais coberturas mediáticas** (artigos de imprensa, reportagens, publicações online), o que ajuda a ampliar o alcance da ação e a apoiar uma mobilização mais ampla.

Estas etapas finais permitem **transformar uma ação local num impacto coletivo**, valorizando plenamente tanto os dados produzidos como o envolvimento dos participantes.

Obrigado!



O **Retrace!** não é apenas uma campanha de recolha de resíduos. É uma ferramenta cidadã com o objetivo de recolher dados, compreender a poluição e agir na sua origem.

Checklist Rápida – Retrace!

Antes

- 1 Regista a tua campanha no site do Retrace!
- 2 Valida o local (autorizações, seguro)
- 3 Recebe o teu Kit com os materiais para a campanha
- 4 Mobiliza a comunidade
- 5 Preparada as ferramentas de sensibilização
- 6 Prepara a ficha de quantificação/caracterização de resíduos

Durante

- 7 Faz o acolhimento dos participantes + apresentação do Retrace! e da Surfrider
- 8 Partilha as instruções de segurança de forma clara
- 9 Coordena o grupo durante a recolha dos resíduos (45–60 min)
- 10 Divide os participantes e envolve-os na quantificação dos resíduos
- 11 Faz uma pequena atividade de sensibilização

Depois

- 12 Encaminha os resíduos corretamente
- 13 Preenche o formulário de resumo no site do Retrace!
- 14 Partilha os resultados da ação com os participantes