Co-funded by the European Union

GROW LIFE

DELIVERABLE 3.3

Guia para Rotas com Metodologias Participativas

Versão Portuguesa

MAIO 2026

Ficha Informativa

Acrónimo do Projeto	LIFE21-GIC-PT-GrowLIFE
Nome do projeto	*An integrated approach to promote sustainable food systems via behavioral changes cross-fostering all parties involved*
Número de Grant Agreement	101074425
Documento	Guia de Metodologias Participativas para a Organização de Rotas para a Sustentabilidade.
Nome e título da Work Package	WP3 Sustainability Routes
Número do Deliverable	D3.3
Nível de Disseminação	Público
Data de entrega	30/04/2026
Versão / data	v1.0 / 15-05-2026

As visões e opiniões expressas são dos autores e não refletem necessariamente as da União Europeia ou CINEA. Nem a União Europeia nem a CINEA poderão ser responsabilizadas pelas mesmas.

Sumário

O Guia de Metodologias Participativas para a Organização de Rotas para a Sustentabilidade integra o plano de replicação e exploração do GrowLIFE. O guia fornece orientações práticas para a conceção, organização e execução de Rotas para a Sustentabilidade em diferentes contextos territoriais, com base na experiência desenvolvida ao longo do primeiro ciclo das Rotas para a Sustentabilidade realizadas no projeto. O documento descreve a metodologia das Rotas para a Sustentabilidade e apresenta recomendações sobre a definição de objetivos, a identificação e seleção de iniciativas, a escolha dos participantes, a construção do itinerário e a organização logística. São ainda apresentadas metodologias participativas e ferramentas concretas que apoiam este processo. O guia tem como objetivo apoiar municípios, entidades públicas, organizações da sociedade civil e outras iniciativas territoriais interessadas em replicar esta metodologia, promovendo a aprendizagem entre pares, o envolvimento de decisores políticos e a construção coletiva de estratégias para sistemas alimentares mais sustentáveis. A sua aplicação pressupõe adaptação ao contexto local e um esforço continuado de facilitação e participação.

Índice

Introdução **4**

O Projeto GrowLIFE 5

O que são as Rotas para a Sustentabilidade? 5

Metodologias Participativas: Enquadramento **7**

O Papel do Facilitador e da Facilitação 9

Metodologia das Rotas para a Sustentabilidade **10**

1) Fase Preparatória **11**

Reunião de Apresentação 12

1.ª Reunião Preparatória – Diagnóstico e mapeamento do território 12

2.ª Reunião Preparatória – Seleção, priorização e definição do itinerário 13

Organização das Visitas 15

2) Execução da Rota para a Sustentabilidade **16**

3) Reflexão, Avaliação e Seguimento **17**

Considerações finais **18**

Referências **20**

Introdução

A agricultura e os sistemas alimentares desempenham um papel central na sustentabilidade ambiental, social e económica dos territórios. Para além de garantirem a segurança alimentar, estão fortemente ligados à proteção dos recursos naturais, à saúde pública e à viabilidade económica das comunidades locais. Perante os desafios colocados pelas alterações climáticas e pela crescente pressão sobre os ecossistemas, torna-se fundamental promover abordagens integradas que apoiem a transição para sistemas alimentares mais sustentáveis e resilientes.

Neste contexto, o envolvimento ativo dos diferentes intervenientes do sistema alimentar, tais como produtores, decisores políticos, técnicos, agentes económicos e consumidores, revela-se essencial. As metodologias participativas permitem criar espaços de diálogo, aprendizagem e colaboração, favorecendo a construção de soluções ajustadas às realidades territoriais e reforçando o compromisso dos atores envolvidos.

O presente Guia de Metodologias Participativas para a Organização de Rotas para a Sustentabilidade integra o plano de replicação e exploração do projeto GrowLIFE e tem como objetivo disponibilizar orientações práticas para a conceção, organização e execução de Rotas para a Sustentabilidade em diferentes contextos territoriais. O documento sistematiza a metodologia desenvolvida no âmbito do projeto, incorporando as aprendizagens resultantes da execução das primeiras Rotas para a Sustentabilidade, e pretende apoiar a sua adaptação e replicação por outras entidades interessadas.

Este guia destina-se, em particular, a autarquias, equipas técnicas municipais, organizações da sociedade civil, projetos territoriais e outras entidades que pretendam promover processos participativos, tais como Rotas para a Sustentabilidade, orientados para a sustentabilidade dos sistemas alimentares locais.

O Projeto GrowLIFE

O projeto GrowLIFE — *An integrated approach to promote sustainable food systems via behavioral changes cross-fostering all parties involved* - tem como principal objetivo promover a transição para sistemas alimentares mais sustentáveis em Portugal Continental, abordando de forma integrada as dimensões da produção, distribuição e consumo alimentar.

O projeto é coordenado pela Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, em parceria com a FCiências.ID e as Escolas de Hotelaria e Turismo do Turismo de Portugal, I.P., contando com financiamento do Programa LIFE da União Europeia para o Ambiente e a Ação Climática. O GrowLIFE está alinhado com políticas e estratégias europeias estruturantes, como o Pacto Ecológico Europeu (Comissão Europeia, 2019), o Pacto Europeu para o Clima e a Estratégia do Prado ao Prato (Comissão Europeia, 2020).

A implementação do projeto assenta num conjunto de atividades participativas dirigidas a diferentes públicos-alvo, incluindo visitas a explorações sustentáveis, Dias Abertos de Produtores, ações de formação e Rotas para a Sustentabilidade. Estas Rotas para a Sustentabilidade constituem uma ferramenta específica para a mobilização territorial e para o reforço da cooperação entre municípios e atores locais, promovendo a troca de experiências, a aprendizagem entre pares e a cocriação de estratégias orientadas para o consumo de produtos sustentáveis e de origem local.

As aprendizagens resultantes da organização e execução das Rotas para a Sustentabilidade no âmbito do GrowLIFE constituem a base do presente guia, que procura tornar esta metodologia acessível e aplicável noutros territórios e iniciativas.

O que são as Rotas para a Sustentabilidade?

As Rotas para a Sustentabilidade convidam decisores políticos, a nível Municipal, e os principais intervenientes locais no sistema alimentar – incluindo produtores,

consumidores, associações de desenvolvimento local, chefes de cozinha, entre outros – a explorar iniciativas sustentáveis nos municípios participantes. Estas visitas servem como uma plataforma para diálogo, troca de conhecimentos e construção colaborativa de estratégias para fortalecer a sustentabilidade dos sistemas alimentares locais.

As Rotas para a Sustentabilidade foram concebidas como uma abordagem flexível e replicável, passível de ser adaptada a diferentes escalas territoriais e contextos institucionais. A sua estrutura permite associar municípios anfitriões e municípios participantes, promovendo a cooperação intermunicipal e o reforço de redes locais e regionais. Ao privilegiar o contacto direto com iniciativas no terreno e a troca de conhecimento entre pares, as Rotas para a Sustentabilidade contribuem para uma melhor compreensão das dinâmicas dos sistemas alimentares locais e para a valorização das práticas existentes.

Os principais objetivos das Rotas para a Sustentabilidade são:

- Promover a colaboração entre decisores políticos locais para cocriar e aperfeiçoar estratégias que promovem a transição para um setor agrícola mais resiliente;
- Fomentar o desenvolvimento e a adoção de iniciativas que favoreçam o consumo de produtos sustentáveis e de origem local;
- Apoiar os intervenientes locais para moldar ativamente e implementar soluções que fortaleçam sistemas alimentares locais resilientes.

A concretização destes objetivos assenta na aplicação de metodologias participativas ao longo das diferentes fases das Rotas para a Sustentabilidade. Estas metodologias permitem envolver, de forma estruturada, decisores políticos, técnicos municipais e outros atores locais em processos de diálogo, aprendizagem e colaboração. A participação ativa dos intervenientes contribui para uma identificação mais informada dos desafios e potencialidades de cada território, reforça o sentido de apropriação das estratégias desenvolvidas e favorece a implementação das soluções acordadas. O contacto direto com iniciativas locais e a aprendizagem entre pares

potenciam a valorização do conhecimento existente, a partilha de boas práticas e o fortalecimento das redes de cooperação.

Metodologias Participativas: Enquadramento

As metodologias participativas promovem o envolvimento ativo das pessoas em processos de reflexão, deliberação e tomada de decisão sobre temas que afetam os seus territórios e comunidades. No contexto das Rotas para a Sustentabilidade, a metodologia utilizada pretende garantir que os diferentes intervenientes do sistema alimentar — decisores políticos, técnicos municipais, produtores e outros atores locais — contribuam de forma estruturada para a definição de estratégias e soluções adaptadas aos contextos territoriais.

No âmbito das Rotas para a Sustentabilidade, a participação não é entendida como um fim em si mesma, nem como a simples presença em atividades previamente definidas, uma vez que, desta forma, não são garantidos resultados relevantes. Pelo contrário, a qualidade das decisões e a sustentabilidade das soluções desenvolvidas é determinada pela a forma como o processo é estruturado e conduzido. A participação no âmbito desta iniciativa assenta, portanto, em processos com objetivos claros, planeamento detalhado e atenção às dinâmicas sociais e territoriais em que são aplicados.

De acordo com a OCDE (2023), os processos participativos podem assumir diferentes níveis de envolvimento, que variam desde a simples disponibilização de informação à comunidade, passando por modelos de diálogo bidirecional, até à participação ativa dos cidadãos em todas as fases da tomada de decisão. É neste nível mais aprofundado de envolvimento que se enquadram as Rotas para a Sustentabilidade, enquanto processos orientados para a cocriação e a corresponsabilização.

Um dos princípios centrais das metodologias participativas é o reconhecimento do valor do conhecimento situado, entendido como o conjunto de experiências e práticas construídas a partir das vivências das pessoas nos seus territórios. As Rotas

para a Sustentabilidade partem do pressuposto de que os atores locais detêm conhecimentos relevantes para a compreensão dos desafios existentes e para a identificação de soluções possíveis. Estas abordagens não substituem o conhecimento técnico especializado, mas permitem questionar modelos exclusivamente hierárquicos ou *top-down*, promovendo processos de decisão mais inclusivos e contextualizados (CIMAS, 2009).

A aplicação de metodologias participativas exige, contudo, condições específicas para que o envolvimento seja efetivo. Criar espaços adequados de diálogo e deliberação pode ser desafiante, sobretudo em contextos onde a participação não é uma prática habitual ou onde existem assimetrias de poder, de conhecimento ou de capacidade de expressão. Neste sentido, a facilitação assume um papel central ao longo de todo o processo. De um modo geral, os processos participativos desenvolvem-se ao longo de diferentes fases interligadas, que permitem articular momentos de diagnóstico, tomada de decisão, implementação e acompanhamento. Esta progressão contribui para estruturar o envolvimento dos participantes ao longo do tempo e para assegurar coerência entre os diferentes momentos do processo participativo (Figura 1).

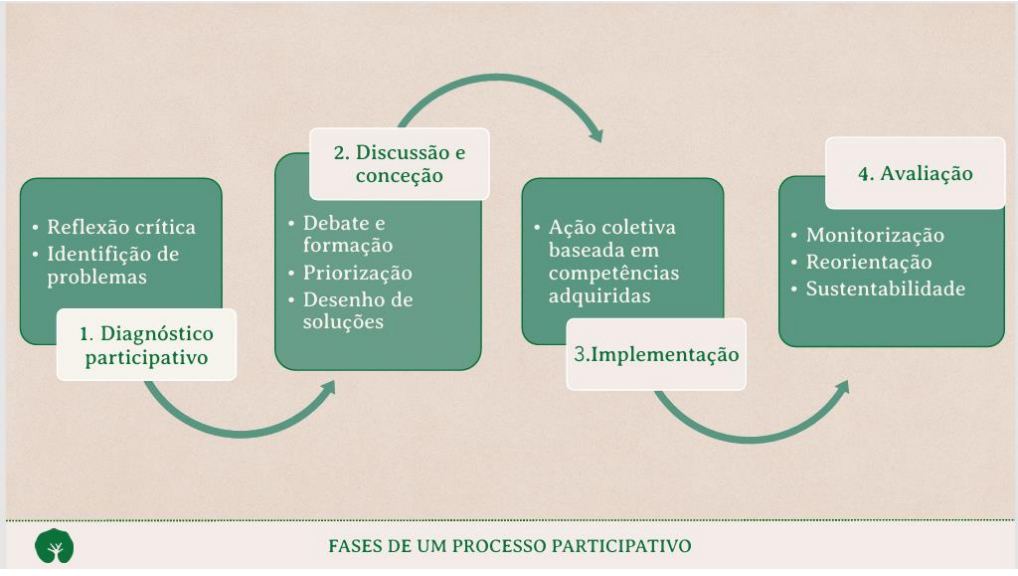

Figura 1: Fases de um processo participativo.

O Papel do Facilitador e da Facilitação

A facilitação assume um papel central na aplicação das metodologias participativas no contexto das Rotas para a Sustentabilidade. O facilitador apoia o grupo ao longo do processo, criando condições para uma participação equilibrada, promovendo o diálogo entre os diferentes intervenientes e assegurando o alinhamento das discussões com os objetivos definidos para a Rota para a Sustentabilidade. Neste âmbito, o trabalho do facilitador concretiza-se no apoio à organização dos momentos de debate e partilha, na dinamização dos diferentes grupos e na gestão da diversidade de perfis, interesses e níveis de experiência presentes. Esta atuação é particularmente relevante em contextos intermunicipais, onde coexistem diferentes responsabilidades institucionais e formas de participação.

Entre as competências essenciais do facilitador destacam-se a escuta ativa e a atenção à linguagem não verbal, que permitem compreender expectativas, preocupações ou resistências que nem sempre são expressas de forma direta, contribuindo para uma melhor condução do processo e para um envolvimento mais consistente dos participantes (Figura 2). Para além de apoiar a comunicação no grupo, a facilitação contribui para a clarificação de ideias, a identificação de prioridades e a construção de consensos possíveis. Ao longo da Rota para a Sustentabilidade, o facilitador deve procurar um equilíbrio entre a condução do processo e a flexibilidade necessária para integrar contributos e dinâmicas emergentes, valorizando as aprendizagens que resultam da experiência no território.

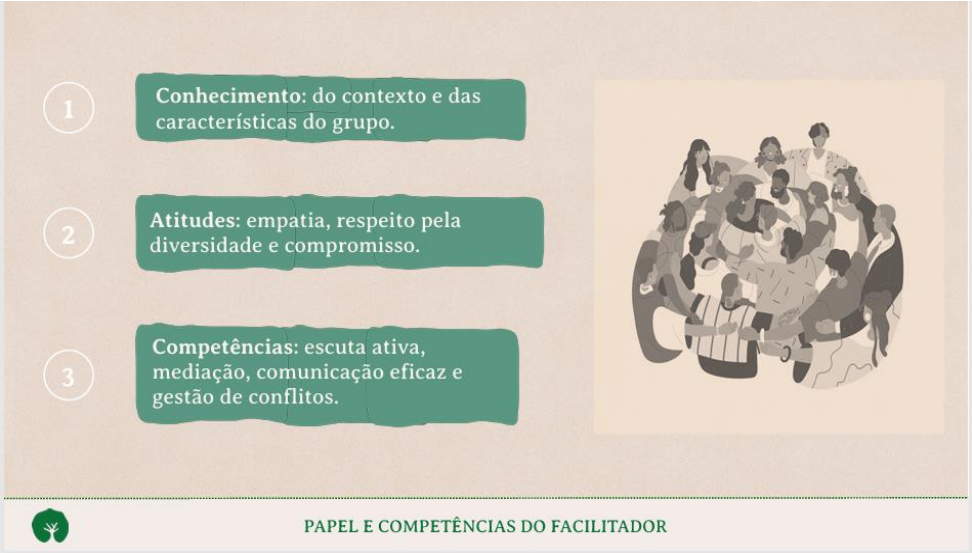

Figura 2: Papel e competências do facilitador em processos participativos.

Metodologia das Rotas para a Sustentabilidade

A metodologia das Rotas para a Sustentabilidade resulta da experiência desenvolvida no projeto GrowLIFE na organização de processos participativos a nível territorial. Foi pensada para apoiar a construção coletiva de estratégias alimentares através de visitas a iniciativas locais, do envolvimento de atores-chave e da criação de espaços de diálogo e aprendizagem.

As Rotas para a Sustentabilidade distinguem-se de visitas técnicas isoladas por integrarem uma sequência metodológica definida, que combina momentos de diagnóstico, tomada de decisão, observação no terreno e reflexão orientada. Esta abordagem permite articular conhecimento técnico, conhecimento localizado e experiência prática, promovendo aprendizagens com potencial de aplicação noutros contextos territoriais. A metodologia foi pensada de forma flexível, podendo ser adaptada a diferentes territórios e objetivos, desde que mantenha o foco na participação, na facilitação e na colaboração entre intervenientes.

A metodologia das Rotas para a Sustentabilidade organiza-se em três fases: 1) Fase preparatória, 2) Execução da Rota para a Sustentabilidade e 3) Fase de reflexão,

avaliação e seguimento. Estas fases correspondem a momentos distintos e complementares do processo participativo e devem ser entendidas como interligadas e interdependentes. As decisões tomadas na fase preparatória condicionam diretamente o sucesso da execução da Rota para a Sustentabilidade, enquanto os momentos de reflexão e seguimento permitem consolidar aprendizagens e apoiar a melhoria contínua da metodologia.

1) Fase Preparatória

A fase preparatória é um momento central na organização das Rotas para a Sustentabilidade, sendo nesta etapa que se definem os objetivos específicos da Rota para a Sustentabilidade, os participantes a envolver, as iniciativas a visitar e as condições necessárias à sua execução. O seu principal objetivo é assegurar que a Rota para a Sustentabilidade responda às dinâmicas do território e que o processo participativo seja estruturado e orientado. Esta fase inicia-se com uma Reunião de Apresentação e seguem-se dois momentos de trabalho complementares: a 1.ª e a 2.ª Reunião Preparatória, que culminam na organização das visitas propriamente ditas. Estes momentos cumprem funções distintas ao longo do processo e conduzem, progressivamente, à definição do itinerário da Rota para a Sustentabilidade e à organização das visitas a realizar no terreno. A articulação entre estes momentos permite que os municípios adoptem a metodologia adequada às suas realidades locais, mantendo, simultaneamente, uma estrutura comum que garanta coerência e comparabilidade entre territórios. Para além dos momentos formais de reunião, a fase preparatória pode incluir contactos informais e comunicação regular entre reuniões, com o objetivo de manter o envolvimento e a participação ativa das pessoas e entidades envolvidas ao longo do processo. Estes contactos informais permitem reforçar o compromisso com a Rota para a Sustentabilidade, sustentar a dinâmica participativa, esclarecer questões emergentes e garantir continuidade entre os diferentes momentos de trabalho, contribuindo para um maior sentido de pertença e corresponsabilização.

Reunião de Apresentação

A Reunião de Apresentação é o primeiro momento formal da fase preparatória das Rotas para a Sustentabilidade. Tem como objetivo enquadrar o processo, apresentar a metodologia e criar as condições necessárias para a sua implementação a nível municipal ou intermunicipal. A Reunião de Apresentação é organizada pela autarquia ou grupo responsável pela dinamização da Rota para a Sustentabilidade, podendo ser realizada em formato *online*. Devem ser envolvidos, desde este momento, os serviços municipais com competências relevantes para os temas a abordar, bem como, sempre que pertinente, outras entidades ou parceiros estratégicos cujo contributo seja relevante ao longo do processo (e.g., associações de desenvolvimento local, cooperativas sociais, escolas e centros educativos, etc.).

Durante esta reunião é constituído um grupo de trabalho da Rota para a Sustentabilidade. Este grupo é responsável por acompanhar a fase preparatória e assegurar a organização das reuniões seguintes, incluindo a mobilização de participantes, a identificação de iniciativas locais e a articulação logística necessária à execução da Rota. Na Reunião de Apresentação são também definidas as linhas gerais de calendarização da fase preparatória, incluindo datas indicativas para a 1.ª e a 2.ª Reunião Preparatória. As convocatórias e ordens de trabalho devem ser preparadas e comunicadas antecipadamente, de forma a garantir uma participação informada. Recomenda-se um intervalo temporal de até 10 dias entre a reunião de apresentação e a 1.ª Reunião Preparatória e até 30 dias entre a 1.ª e a 2.ª Reunião Preparatória, permitindo concluir a fase preparatória num período aproximado de 45 dias.

1.ª Reunião Preparatória – Diagnóstico e mapeamento do território

Após a Reunião de Apresentação, realiza-se a 1.ª Reunião Preparatória, que tem um carácter exploratório e analítico e decorre à escala municipal. Neste momento, são utilizadas técnicas participativas de diagnóstico que permitem identificar iniciativas locais de produção agrícola e de consumo alimentar sustentável, recolher diferentes

perspetivas sobre o funcionamento do sistema alimentar local e mapear desafios e oportunidades existentes no território. Estas técnicas incluem o **mapeamento participativo de iniciativas**, a **discussão orientada em grupo** e a **reflexão estruturada a partir de perguntas guia** (Figura 3; ver Deliverable 8.2 – *Participatory Methodology Training Package*, GrowLIFE, 2025). Sempre que adequado, podem ser utilizadas gr para a SustentabilidadeSustentabilidade.

Figura 3: Primeiras Reuniões Preparatórias.

É também durante a 1.ª Reunião Preparatória que começa a identificação dos perfis relevantes para a Rota para a Sustentabilidade, tanto ao nível dos potenciais participantes, como das pessoas que poderão apoiar a sua dinamização. Este mapeamento inicial tem em conta a área de atuação dos intervenientes, o seu conhecimento do território, a ligação às iniciativas identificadas e a disponibilidade potencial para integrar o processo.

2.ª Reunião Preparatória – Seleção, priorização e definição do itinerário

A 2.ª Reunião Preparatória, realizada a uma escala intermunicipal ou regional, tem um carácter mais decisório e operacional. Com base no mapeamento e diagnóstico realizados na 1.ª Reunião Preparatória, tomam-se decisões relativamente à estrutura da Rota para a Sustentabilidade. Nesta fase, são utilizadas técnicas participativas focadas na seleção e priorização das iniciativas identificadas. Este trabalho pode ser desenvolvido em grupos, organizados por município, ou por território, e pode recorrer a ferramentas como **matrizes de análise bidimensionais**, que permitem discutir as

iniciativas com base em critérios definidos de forma partilhada, tais como a relevância face aos objetivos da Rota para Sustentabilidade, o potencial de aprendizagem, a diversidade de abordagens ou a representatividade territorial (ver Deliverable 8.2 – *Participatory Methodology Training Package*, GrowLIFE, 2025). A utilização destas ferramentas facilita a comparação entre iniciativas, com base em critérios explícitos. O resultado deste trabalho resulta na definição do itinerário da Rota para a Sustentabilidade, no qual são articuladas as iniciativas a visitar à escala territorial e a duração prevista da atividade em cada local (Figura 4).

Figura 4: Segundas Reuniões Preparatórias.

É também na 2.ª reunião preparatória que se faz uma identificação dos decisores políticos e outros atores estratégicos que se pretende que participem na Rota para a Sustentabilidade. Esta identificação faz-se a partir de um **sociograma**, que é uma ferramenta de mapeamento das relações entre atores, que permite visualizar ligações, níveis de influência, responsabilidades institucionais e relações existentes com as iniciativas selecionadas. A partir do sociograma, consolida-se a definição dos participantes, assegurando que o grupo integra pessoas com capacidade de decisão e conhecimento do território. No caso de estarem envolvidos vários municípios,

recomenda-se que cada autarquia indique técnicos ou representantes com áreas de atuação e responsabilidades alinhadas com os temas a abordar, garantindo uma participação equilibrada e complementar entre territórios.

Organização das Visitas

Ainda no âmbito da fase preparatória, o grupo de trabalho da Rota para a Sustentabilidade, constituído na Reunião de Apresentação, procede à organização das visitas, em articulação com os responsáveis pelas iniciativas selecionadas. Este trabalho passa pela confirmação da disponibilidade das iniciativas para receber a Rota para a Sustentabilidade, o alinhamento dos conteúdos e das atividades a apresentar com os objetivos definidos, bem como a adequação das atividades ao tempo disponível para cada visita. Depois, são enviados convites formais aos participantes identificados ao longo das reuniões preparatórias. Estes convites devem incluir informação clara sobre o enquadramento das Rotas para a Sustentabilidade, os objetivos da atividade, o programa previsto e o roteiro de visitas. Os convites devem ser enviados com a antecedência necessária para permitir a confirmação de presenças e o planeamento das condições logísticas associadas. Neste tipo de iniciativas, as confirmações de participação nem sempre ocorrem dentro dos prazos inicialmente previstos e, por isso, é muitas vezes necessário fazer contactos de reforço.

É ainda nesta fase que devem ser asseguradas as condições logísticas necessárias à realização da Rota para a Sustentabilidade, incluindo transporte, alojamento e definição de locais para refeições e momentos de pausa. Sempre que possível, recomenda-se a realização das deslocações em conjunto para potenciar os momentos informais de troca entre participantes. A seleção do alojamento e dos espaços para refeições deve ter em consideração a proximidade ao itinerário definido, as condições mínimas de conforto e, sempre que viável, a valorização de recursos e iniciativas locais. Sempre que possível, este trabalho pode ser complementado com contactos preparatórios adicionais ou visitas prévias, permitindo alinhar expectativas entre a equipa organizadora e as iniciativas anfitriãs e assegurar que a execução da

Rota para a Sustentabilidade decorre de forma fluida e coerente com os objetivos definidos.

2) Execução da Rota para a Sustentabilidade

A fase preparatória culmina, finalmente, na execução da Rota para a Sustentabilidade. Nesta fase, os participantes têm a oportunidade de conhecer diretamente iniciativas de produção e consumo alimentar sustentável, dialogar com os respetivos responsáveis e relacionar as práticas observadas com os seus contextos e áreas de atuação.

Sempre que possível, a Rota para a Sustentabilidade começa com uma dinâmica de apresentação do grupo, que tem como objetivo promover o conhecimento mútuo entre participantes, clarificar os objetivos da Rota para a Sustentabilidade e criar um ambiente de confiança que favoreça a participação ativa ao longo de toda a atividade, especialmente quando o grupo integra participantes de diferentes municípios ou perfis institucionais. Ao longo da Rota para a Sustentabilidade, cada visita é estruturada de forma semelhante, incluindo momentos de apresentação da iniciativa, discussão orientada e reflexão conjunta sobre as especificidades das iniciativas, mais-valias e desafios, conduzidos com o apoio do facilitador.

O dinamizador ou facilitador da Rota para a Sustentabilidade desempenha um papel central ao longo da execução, sendo responsável por orientar as conversas e promover a troca de conhecimento entre participantes. É também sua função gerir o equilíbrio entre o cumprimento do programa estabelecido e a flexibilidade necessária para integrar os interesses dos participantes. Para além disso, os momentos informais de convívio são componentes essenciais destas atividades. As refeições partilhadas, sempre que possível asseguradas por iniciativas locais ou em articulação com o território visitado, constituem oportunidades adicionais de diálogo e troca de experiências, reforçando a dimensão relacional da Rota para a Sustentabilidade. Do mesmo modo, as deslocações realizadas em conjunto num único autocarro permitem a

continuidade das conversas iniciadas nas visitas, contribuindo para a aprendizagem entre pares e para a consolidação do grupo (Figura 5).

A Rota para a Sustentabilidade termina com uma atividade de encerramento,, que consiste num momento de reflexão final dedicado à identificação e discussão das barreiras e potencialidades observadas nas iniciativas visitadas. Este momento permite sistematizar as principais aprendizagens e experiências partilhadas, bem como discutir possíveis linhas de ação futura, reforçando o compromisso dos participantes com os temas abordados.

Figura 5: Momentos informais de convívio.

3) Reflexão, Avaliação e Seguimento

Depois da execução da Rota para a Sustentabilidade, o grupo organizador deve fazer um trabalho de reflexão, avaliação e seguimento da iniciativa, com o objetivo de sistematizar as principais aprendizagens e contributos, bem como aspetos a melhorar em futuras edições. Tendo em conta que a Rota para a Sustentabilidade é já por si só intensa e cansativa, evita-se a realização de atividades adicionais imediatamente após o percurso.

A avaliação centra-se, sobretudo, numa reflexão interna do grupo organizador, através da organização e análise dos registos produzidos ao longo da Rota para a Sustentabilidade, tais como listas de presenças, fotografias, vídeos e notas internas, que sustentem a avaliação da atividade. Esta avaliação deve centrar-se tanto nos aspetos organizativos e logísticos — como a estrutura do itinerário, a gestão dos tempos, a articulação entre visitas, refeições, deslocações e alojamento — como nos principais temas de discussão e questões levantadas ao longo do percurso. Esta reflexão permite identificar o que funcionou bem, os principais constrangimentos, desafios comuns entre territórios, boas práticas observadas e potenciais sinergias entre municípios, regiões e iniciativas, apoiando a melhoria contínua da metodologia e a preparação de futuras Rotas para a Sustentabilidade.

Considerações finais

Este guia reúne orientações práticas para a organização das Rotas para a Sustentabilidade com base em metodologias participativas. O seu objetivo é apoiar entidades que pretendam criar espaços de diálogo entre decisores políticos e outros intervenientes do sistema alimentar, a partir do contacto direto com iniciativas existentes nos territórios. A metodologia apresentada no presente documento não deve ser entendida como um modelo fechado. Pelo contrário, foi pensada para ser adaptada às características de cada território, aos recursos disponíveis e aos objetivos definidos em cada contexto. A organização de uma Rota para a Sustentabilidade exige flexibilidade, capacidade de adaptação ao longo do processo e atenção constante às dinâmicas dos grupos envolvidos, mantendo como base a participação, a facilitação e a aprendizagem entre pares.

A experiência demonstra que a participação ativa não acontece de forma automática. Em muitos territórios, a cultura de participação ainda é frágil e marcada por práticas pontuais ou pouco continuadas. Nesse sentido, as Rotas para a Sustentabilidade devem ser encaradas como parte de um esforço mais amplo e

contínuo de criação de confiança, reforço da colaboração e desenvolvimento de práticas participativas. O seu impacto depende não apenas da qualidade da organização de cada Rota para a Sustentabilidade, mas também da continuidade dos processos, da existência de espaços regulares de diálogo e do investimento na facilitação ao longo do tempo.

Referências

CIMAS (2009). *Metodologías participativas: manual para la intervención social.* Madrid: Colectivo de Investigación para la Transformación Social.

Comissão Europeia (2019). Pacto Ecológico Europeu (COM(2019) 640 final). Disponível em: https://eur-lex.europa.eu/resource.html?uri=cellar:b828d165-1c22-11ea-8c1f-01aa75ed71a1.0008.02/DOC_1&format=PDF

Comissão Europeia (2020). Estratégia do Prado ao Prato (Farm to Fork) (COM(2020) 381 final). Disponível em: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=CELEX:52020DC0381

GrowLIFE (2025). Deliverable 8.2 – Participatory Methodology Training Package. Projeto LIFE21-GIC-PT-GrowLIFE. Disponível em: https://projetogrowlife.pt/guias/

OCDE (2023). *Orientações da OCDE sobre os processos de participação dos cidadãos, Estudos da OCDE sobre a governação pública*. Publicações da OCDE https://doi.org/10.1787/f1b22902-es.