



# Plano de Atividades

## 2021





**19 NOVEMBRO 2020**

---

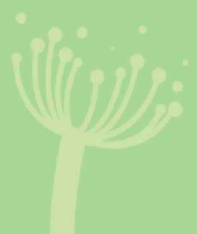
Associação Rising Child





*"...O que realmente importa na vida é  
o que se faz com o tempo que nos é  
dado..."*

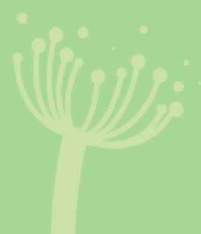
O Senhor dos Anéis





## Índice

Introdução	4
A - Projetos Nacionais	9
1. 10	
2. 12	
3. 14	
4. 16	
5. 17	
B – PROJETOS INTERNACIONAIS	17





## INTRODUÇÃO

Não conto como “Vida” o tempo que existiu. Uma vida sem desafios, sem erros e acertos não passa de mera existência. Existir não basta! Não abro mão de Viver! Não abro mão de tentar, de criar, de errar, de cair, de me levantar e voltar a tentar!

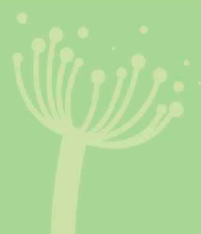
A Rising Child é isto! Um projeto repleto de tentativas, de erros, de grandes alegrias, de objetivos realizados, de outros ainda por realizar, de muitos sacrifícios, mas com muitos momentos de grande superação.

Caros associados, e amigos: estamos a concluir o nosso terceiro ano de existência. Penso que superamos todas as expectativas. Quando iniciamos esta caminhada em 2018, nunca imaginamos que poderíamos chegar até aqui, que poderíamos em três anos ter percorrido este tão longo caminho. Ainda é uma gota num oceano, mas um mar na vida de algumas crianças e famílias.

À medida que o tempo vai passando, trilhamos mais caminho... No entanto, este caminho não teria sido possível sem a colaboração de todos como um corpo, em que cada célula é importante e insubstituível. Juntas, essas células constituem órgãos, depois sistemas e, finalmente, um corpo. Também aqui nos unimos formando este corpo, com o objetivo único de alcançar o bem estar de crianças e famílias.

A Rising Child já se pode orgulhar da sua pequena história:

- Partiu de um SONHO
- Constituiu-se oficialmente em 2018
- Criou e legalizou um logótipo
- Registou a sua marca
- Obteve o reconhecimento de ONG PD (Para a Deficiência) pelo INR (Instituto Nacional de Reabilitação)
- Organizou-se em grupos de trabalho
- Lançou um site: <https://www.risingchild.pt/> e endereços de correio eletrónico institucionais
- Contratou contabilista para ter as contas em ordem (um agradecimento à LVV - Contabilidade que trata das nossas contas pro bono)





- Contratou advogada para ter todas as questões jurídicas salvaguardadas (um agradecimento à Sociedade Teresa Patrício Advogadas, cujo excelente apoio é também dado pro bono)
- Estabeleceu parceria com a Câmara Municipal de Alenquer
- Integrou a CLASA (Conselho Local de Ação Social de Alenquer)
- Ligou-se às redes sociais:

Facebook(<https://www.facebook.com/associacaorisingchild>);

Linkedin (<https://www.linkedin.com/company/risingchild/>);

Instagram (<https://www.instagram.com/rising.child/>).

- Beneficiou de duas ações de angariação de fundos
- Angariou os seus primeiros 50 sócios
- Angariou cerca de 3000 euros em donativos
- Participou na Feira da Saúde de Alenquer trazendo à discussão problemática da deficiência.
- Construiu duas rampas que permitiram a acessibilidade de uma criança e de um adolescente com deficiência à sua própria casa (um agradecimento à Construções Pedrosa)
- Obteve financiamento do INR para dois projetos que estão em curso.
- Iniciou o Projeto Escutar, um grupo no qual os pais de crianças com deficiência se juntam para partilha sob orientação de um psicóloga.
- Iniciou o Projeto Cui(Dar) já com 3 famílias-piloto, para facilitar o descanso do cuidador
- Iniciou o Projeto de Dança Inclusiva com a CIM - Companhia de Dança (atualmente ainda em versão online, para crianças com e sem deficiência em conjunto - uma atividade integrativa).
- Lançou um Projeto de Voluntariado formal, que inclui contratos, seguros e, até, um primeiro encontro de convívio entre voluntários. São já cerca de 15 os voluntários formais.

- Organizou o I Curso de Fotografia cujas



Curso de  
de  
verbas



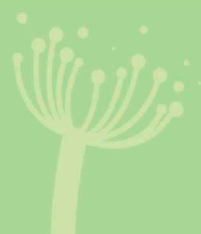


reverteram totalmente para a associação.

- Criou um espaço para reuniões e atividades em Alenquer.



Não sei como será o futuro! Desejaria que a Rising Child fosse uma associação constituída por pessoas comprometidas, empenhadas e sérias. Que marcasse a diferença na vida de todos aqueles que não têm voz, de todos aqueles que são olhados sempre como diferentes, diferentes não só fisicamente ou mentalmente, mas principalmente na igualdade de oportunidades e de escolhas. Desejaria acima de tudo que a RC fosse sempre uma força condutora que ajuda a construir um mundo em que os direitos de cada criança se realizassem.





Elaborar um Plano de Atividades é projetar a construção da estrada que queremos percorrer, ou melhor, construir!

Os primeiros passos foram dados com o entusiasmo normal do início de todas as atividades e pretendiam implementar a Associação na zona de Alenquer. Com o novo plano de atividades 2021, pretendemos alargar a nossa zona de influência e chegar a um maior número de famílias de crianças com deficiência. É nisto que acreditamos! É na procura da melhoria da qualidade de vida destas famílias e crianças, que orientamos a nossa energia e dedicação!

Em 2021, daremos continuidade à construção desta estrada, sabemos sinuosa, talvez interminável, mas que levará ao destino que pretendemos. Embora existam inúmeros obstáculos, enormes barreiras e precipícios sem fundo à vista surjam a cada etapa, à medida que as vamos ultrapassando, estaremos mais capacitados para enfrentar desafios futuros. Estamos cada vez mais motivados, determinados e conscientes do que pretendemos ser enquanto associação.

Esta estrada pode ser a nossa "*never ending story*", mas podemos garantir que terá um final feliz.







Somos fazedores de um mundo melhor para quem sem nós jamais o conseguiria!



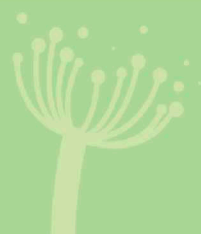
Somos fazedores de um mundo melhor para nós próprios porque não queremos viver num mundo onde o sorriso das crianças não é sempre igual!

Somos fazedores de um mundo melhor porque engrandecemos como pessoas quando melhoramos o mundo dos outros!

Somos fazedores de um mundo melhor porque a história não deve ser contada apenas pelos vencedores, mas por todos aqueles que nela participam!

Os próximos passos da nossa jornada, vão depender da nossa capacidade e boa vontade em nos adaptarmos ao mundo em mudança, e para descobrir novos caminhos para promover os direitos e clarear os futuros, das nossas crianças.

Andreia Costa



## A - PROJETOS NACIONAIS

A ação a desenvolver na região de **Alenquer** irá desenvolver-se em quatro eixos fundamentais:

1. Informação / Sensibilização / Divulgação
2. Apoio Social / Psicológico / Terapêutico
3. Crescimento organizacional
4. Educação para o Desenvolvimento
5. Outras atividades

### 1. Informação / Sensibilização / Divulgação

Nome da Atividade	FEIRA DA SAÚDE
<i>Descrição</i>	Participação no evento com 2 objetivos: - Sensibilizar a comunidade para a deficiência motora - Dar a conhecer a Associação à comunidade
<i>Data de início</i>	a definir
<i>Local</i>	Edifício Fórum Romeira
<i>Intervenientes</i>	Corpos Sociais, Voluntários, Pais e Pessoas com deficiência
<i>Materiais</i>	Computador, projetor
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer
<i>Duração</i>	3 dias
<i>Avaliação</i>	Registo fotográfico Número de sócios angariados



<b>Nome da Atividade</b>	<b>FESTA DE NATAL</b>
<i>Descrição</i>	Participação no evento com 3 objetivos: - Sensibilizar a comunidade para a deficiência motora - Dar a conhecer a Associação à comunidade - Permitir às crianças com deficiência física a participação nas atividades da Feira de Natal de Alenquer
<i>Data de início</i>	A definir
<i>Local</i>	Parque Urbano na Romeira
<i>Intervenientes</i>	Voluntários, Grupo de Pais, Sócios
<i>Materiais</i>	A definir
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal
<i>Duração</i>	Mês de dezembro
<i>Avaliação</i>	Registo fotográfico Número de participantes

<b>Nome da Atividade</b>	<b>ATIVIDADE INCLUSIVA (CAMINHADA, REPORTAGEM FOTOGRÁFICA)</b>
<i>Descrição</i>	Passeio de confraternização que terá em conta a participação de crianças e jovens com deficiência motora, mas também de amigos e familiares. Será uma forma de divulgar e sensibilização a comunidade para a deficiência motora.
<i>Data de início</i>	2º semestre de 2021
<i>Local</i>	Concelho de Alenquer
<i>Intervenientes</i>	Voluntários, Grupo de Pais, crianças e jovens com e sem necessidades especiais, Sócios e Amigos.
<i>Materiais</i>	Material de escritório, material fotográfico
<i>Orçamento</i>	100 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal, Empresas do Concelho
<i>Duração</i>	1 dia
<i>Avaliação</i>	Registo fotográfico Número de pessoas envolvidas Inquérito de satisfação



## 2. Apoio Social / Psicológico / Terapêutico

<b>Nome da Atividade</b>	<b>APOIO PSICOLÓGICO ÀS FAMÍLIAS (3º ANO)</b>
<i>Descrição</i>	Apoio Psicológico às famílias (domiciliário ou em consultório)
<i>Data de início</i>	Anual
<i>Local</i>	Alenquer
<i>Intervenientes</i>	Psicólogos (voluntários da Associação e parceiros), Grupo de Pais
<i>Materiais</i>	Material de Escritório
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer
<i>Duração</i>	Mensal
<i>Avaliação</i>	Questionário de Satisfação Número de Pessoas Apoiadas

<b>Nome da Atividade</b>	<b>GRUPO DE PAIS "ESCUTAR" (3º ANO)</b>
<i>Descrição</i>	Continuação do apoio ao Grupo de Pais
<i>Data de início</i>	Anual
<i>Local</i>	Sede da Rising Child
<i>Intervenientes</i>	Pais, Voluntários
<i>Materiais</i>	Meios informáticos, material de escritório.
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer
<i>Duração</i>	Bimestral
<i>Avaliação</i>	Questionário de Satisfação Número de famílias apoiadas



Nome da Atividade	<b>CUI(DAR)</b>
<i>Descrição</i>	Facultar ajuda domiciliária em vários âmbitos: - Acompanhamento Temporário dos filhos com necessidades especiais (libertando os pais para uma noite de lazer, um fim-de-semana, uma consulta, uma cirurgia...).
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Concelho de Alenquer
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e Sócios
<i>Materiais</i>	A definir
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Outras Associações
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Questionário de Satisfação Número de famílias apoiadas

Nome da Atividade	<b>"100 PALAVRAS"</b>
<i>Descrição</i>	Promover a participação ativa e inclusão da criança e adolescente com deficiência em atividades artísticas nas áreas da dança e movimento, com vista ao desenvolvimento psicomotor, cognitivo e emocional. Pretendemos renovar o olhar sobre a deficiência, contribuindo para uma comunidade mais informada, humanizada e mais consciente do lugar de cada um
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Concelho de Alenquer
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e Sócios
<i>Materiais</i>	A definir
<i>Orçamento</i>	5500 euros
<i>Parceiros</i>	Outras Associações
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Questionário de satisfação Número de famílias apoiadas



### 3. Crescimento Organizacional

Nome da Atividade	CASA DE FÉRIAS
<i>Descrição</i>	Entrevista a famílias e tratamento de dados que vão servir de base de trabalho para delinear o plano de construção de uma estrutura que funcionará como sede e como alojamento temporário de crianças com necessidades especiais.
<i>Data de início</i>	Primeiro semestre de 2021
<i>Local</i>	Alenquer
<i>Intervenientes</i>	Voluntários
<i>Materiais</i>	Material de escritório
<i>Orçamento</i>	100 euros
<i>Parceiros</i>	A definir
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Número de Questionários Responderidos

Nome da Atividade	CAMPANHAS DE ANGARIAÇÃO DE FUNDOS
<i>Descrição</i>	A angariação de fundos é fundamental para o desenvolvimento de algumas atividades. Poderá fazer-se angariação através de mecenas, venda de <i>merchandising</i> , angariação de sócios, cabaz de natal, prendas solidárias, donativos de particulares ou de empresas
<i>Data de início</i>	Anual
<i>Local</i>	Região de Alenquer e On-line
<i>Intervenientes</i>	Voluntários
<i>Materiais</i>	Material de escritório
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Empresas e Particulares
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Nº de contactos efetuados Valor doado

Nota: O montante gasto em custos administrativos da RC deve ser inferior a 5% do valor total angariado.



<b>Nome da Atividade</b>	<b>ANGARIAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS</b>
<i>Descrição</i>	Angariação de voluntários para várias áreas operacionais e administrativas, importantes para o crescimento organizacional.
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Região de Alenquer e On-line
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e Sócios
<i>Materiais</i>	Material de escritório, capas, t-shirts
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer Outras Associações
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Número de voluntários angariados

<b>Nome da Atividade</b>	<b>AMPLIAÇÃO DA REDE DE PARCEIROS</b>
<i>Descrição</i>	Gerar uma de parcerias de forma a promover as boas práticas, experiências e conhecimentos
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Região de Alenquer e On-line
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e Órgãos Sociais
<i>Materiais</i>	Material de escritório
<i>Orçamento</i>	50 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer, Outras Associações
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Número de parcerias





#### 4. Educação para o Desenvolvimento

Nome da Atividade	EDUCAR PARA "DESENVOLVER"
<i>Descrição</i>	<p>Desenvolver um conjunto de iniciativas, materiais e estratégias a desenvolver nas escolas, junto dos alunos e da comunidade escolar. Servirá para alerta para os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) na medida em que as escolas devem ser espaços de integração e de construção de cidadãos críticos e participativos, prontos para agir em prol do desenvolvimento sustentável e promoção da Educação para a Cidadania Global.</p> <p>As temáticas a abordar serão: Consumo Responsável, Comércio Justo, Direitos Humanos, Solidariedade, Interculturalidade, Conflito e a Paz, Acesso Universal à Educação, Desenvolvimento Sustentável, Igualdade de Género, Desigualdades Mundiais e a Saúde, o que, tal como referido no ODS 4, visa "eliminar as disparidades de género na educação e garantir a igualdade de acesso a todos os níveis de educação e formação profissional para os mais vulneráveis, incluindo as pessoas com deficiência (...) e as crianças em situação de vulnerabilidade". Assim, ao abordar a condição da deficiência, queremos poder vir a alterar a consciência cívica da comunidade local e dos alunos em particular</p>
<i>Data de início</i>	3º e 4º trimestre de 2021
<i>Local</i>	Escolas do Concelho
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e Grupo de Pais
<i>Materiais</i>	Material didático
<i>Orçamento</i>	100 euros
<i>Parceiros</i>	Agrupamentos de Escolas, Outras Associações, Câmara Municipal de Alenquer
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Questionários de Satisfação aos Intervenientes





## 5. Outras Atividades

Nome da Atividade	<b>PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS NACIONAIS E INTERNACIONAIS</b>
<i>Descrição</i>	Participação em reuniões e conferências nacionais/ internacionais no âmbito de atuação da RC
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Variável
<i>Intervenientes</i>	Sócios
<i>Materiais</i>	A definir
<i>Orçamento</i>	0 €
<i>Parceiros</i>	A definir
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Elaboração de uma síntese focando os principais assuntos abordados



## B – PROJETOS INTERNACIONAIS

Nome da Atividade	CRIAÇÃO DE UMA REDE DE PARCERIAS
<i>Descrição</i>	Criar uma rede de parcerias e pontes com entidades portuguesas e de S. Tomé a fim de viabilizar-se a futura implementação do projeto "Carol"
<i>Data de início</i>	Ao longo do ano
<i>Local</i>	Variável
<i>Intervenientes</i>	Voluntários e membros da RC
<i>Materiais</i>	Material de escritório
<i>Orçamento</i>	0 euros
<i>Parceiros</i>	Câmara Municipal de Alenquer, Outras Associações
<i>Duração</i>	Anual
<i>Avaliação</i>	Número de parcerias

Aprovado em Assembleia Geral de 08/12/2020

Assinatura

A Presidente da Assembleia Geral

