

## Apoio Social e Desenvolvimento Pessoal

### Proposta de Orçamento Participativo



#### Área — Apoio Social e Desenvolvimento Pessoal.

O Projeto consiste em dar um apoio extracurricular a Alunos do 5º ao 12º ano para poderem ter a oportunidade de permanecer na escola depois das aulas. Sei que é algo que já se faz mas a temática seria completamente diferente.

A ideia passa por os Alunos poderem ter um espaço para simplesmente conversar connosco sobre osseus objetivos, princípios de vida, o que sentiram no seu dia a dia a nível emocional e aprofundar no sentido de chegar mais perto deles e não ser só o ir para a escola “estar” e “estudar”, fazer um acompanhamento mais pessoal e não tão robotizado.

Seria um espaço reservado para o desenvolvimento pessoal dos Alunos que digamos que até então não tinham oportunidade de aprender na Escola a tal “Escola da Vida”.

**Justificação** — A ambição deste Projeto consiste em ajudar os mais novos porque eu também já fui um desses miúdos mais novos sem muitas possibilidades para vingar na minha vida pessoal/profissional.

As dificuldades emocionais e mentais muitas vezes tornam-se obstáculos dos quais nunca chegamos a ultrapassar.

Sabendo dessa realidade dura e crua e também tendo passado por ela sinto que consigo e posso ajudar os mais novos a escolherem um caminho, respeitar o próximo, andar de cabeça erguida e como tal criar uma consciência pessoal e social a ponto de criar uma auto análise/observação nos mesmos.

O objetivo é sem dúvida ajudar os Alunos tanto na vida pessoal como também na vida escolar.

Vantagens — Havendo um bom feedback as vantagens serão notáveis tanto para o Aluno, no meio escolar e para as próprias famílias.

**Projeto** — A Prática do Projeto começa com uma pequena apresentação em cada turma com o intuito de angariar Alunos.

Após conseguirmos alguns Alunos interessados podemos passar para a criação de

grupos (caso o número de interessados seja superior a 10 ).

Após o horário escolar seria disponibilizado um espaço exterior, ou interior na própria Escola dependerá do clima, para decorrer a conversa com os alunos sobre os temas escolhidos.

O Método praticado não será sempre o mesmo. Há inúmeras formas de usar várias praticas de desenvolvimento pessoal como : jogos, peças de teatro, leitura, arte e claro, conversar e criar confiança e afinidade com os alunos.

Serão abordados diferentes temas como : família, amor, respiração, pensamento, adolescência entre muitos outros .

No fim de cada sessão terminaremos sempre com 5 minutos de meditação. Cada sessão tem em média 30/45 min, podendo se estender consoante a dinâmica que esteja em curso.

**Organização** — Serei o Organizador de todo o processo desde os temas abordados ás práticas abordadas. As pessoas envolvida serão inicialmente 2 pessoas. Aumentar esse número depende do número de Alunos interessados .

Farei a ponte entre os Encarregados de Educação para dar feedback do desenvolvimento até então.

## **Orçamento**

Para arranque do Projeto seria necessário o material abaixo indicado o qual está devidamente descrito:

### **Material**

Quadro branco magnetico movel 3x 65,75€

Marcadores x3 9.99€

Bloco de Notas X2 13,50€

Pack 10 Esferográfica 5,49€

Tapete de Yoga ( MEDITAÇÃO ) x30 17,99€

Coluna Bluetooth x3 102,99€

Incenso 22,30€

**Total : 1.130,68€**

Despesas Estimadas para :

Deslocações, Tempos extras, Renovação de Material,etc.

Começará com 2 Coordenadores com o pagamento mensal 400,00€ enquanto a duração e aprovação do Projeto , se o mesmo tiver como duração 12 meses dará o total de : 9.600,00€

**Total do Orçamento** : 10.730,68€

**Sustentabilidade** — O investimento serve para projetar e realizar este projeto. Sendo que ambicionamos após um ano de funcionamento manter este projeto auto sustentável.

**Análise** — Este é um projeto criado para efeitos a longo prazo, pensar nas crianças e jovens adultos que mais tarde serão os futuros adultos e homens e mulheres a habitar neste planeta. Um projeto projetado nas próximas gerações que irão cuidar da nossa cidade.

Este é um projeto que trago comigo a algum tempo na esperança e na força de poder fazer a diferença na minha Cidade.

Poder ser um apoio para os mais novos e eles serem um exemplo.

Sem dúvida que adorava ter tido esta oportunidade em novo , ter algo para me orientar e fazer pensar ou até mesmo para me fazer estar comigo mesmo nem que fosse por 30 minutos. Confio neste projeto e sei que pode fazer a diferença na vida dos mais novos e por consequência nas suas famílias.

Agradecimento muito especial por poder ter uma voz e ser ouvida.

Seja qual for o desfecho do concurso desejo a todos a melhor sorte e que possamos juntos fazer mais e melhor.

Um abraço do vosso amigo Fábio Brás.