Partilha com Energia

edp

Viaja para Partilhar

GUIÃO ALUNOS

ESCOLAS COM ENERGIA

Guião Alunos

Índice

1 Introdução 4

2 Enquadramento 5

3 Educação para a Cidadania 7

4 Partilha com Energia 10

5 Desafios 11

6 Dicas importantes 14

Partilha com ENERGIA

BEM-VINDO!

O Partilha com Energia, promovido pela EDP Produção, pretende despertar e consciencializar os alunos para os valores da cidadania ativa, e apoiar-vos na identificação das potencialidades e oportunidades do vosso território nas diferentes geografias da EDP Produção.

Com este programa as novas gerações vão perceber que, quando se propõem aceitar um desafio, têm capacidade de fazer acontecer. Este é um projeto complementar que vos vai ajudar a treinar e desenvolver competências fundamentais para a vossa vida futura.

Aqui, vão poder vivenciar novas experiências, ter a oportunidade de fazer escolhas e de implementar as vossas ideias.

Nesta aventura, podem descobrir mais sobre o vosso território, as suas características e recursos. Em simultâneo, vão estar em contacto com colegas de outras regiões que estarão também a participar nesta iniciativa.

Ao longo deste documento, podem compreender melhor como funcionará o Partilha com Energia e como planear os vossos projetos e iniciativas.

Desejamos à vossa equipa uma ótima experiência e acreditem: **o mais importante é descobrirem que afinal pode ser possível**.

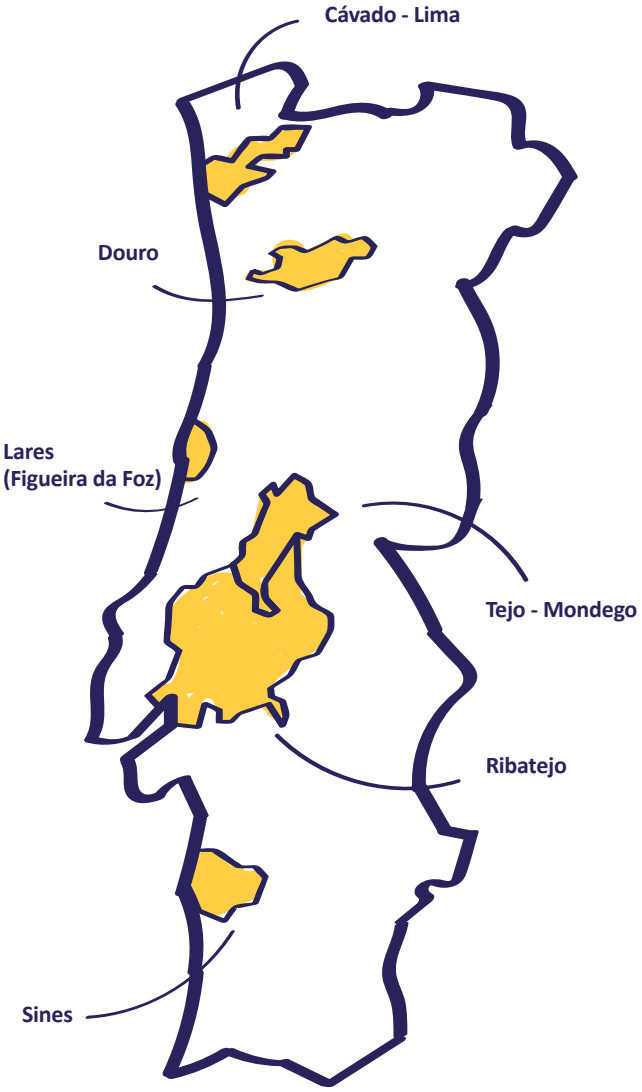
Partilha com ENERGIA

2 Enquadramento

No âmbito da sua Responsabilidade Social, a EDP Produção tem vindo a promover iniciativas que envolvem as comunidades onde está inserida, proporcionando a realização de projetos que fomentam o desenvolvimento social, económico e cultural. Procura assim, manter e reforçar uma ligação assente em critérios de transparência e cooperação.

O Partilha com Energia é um programa inovador, cuja missão consiste em proporcionar a jovens do ensino secundário e profissional o desenvolvimento de competências sociais, relacionais e de ação, que por outra via não seriam tão exploradas.

Neste ano letivo, o programa vai envolver 6 regiões distintas: **Cávado-Lima, Douro, Tejo-Mondego, Lares, Ribatejo e Sines**. Sendo que vocês e os vossos professores serão desafiados a criar um programa de intercâmbio que dê a conhecer, a outros alunos que vos vão visitar, a vossa região, as suas potencialidades, espaços e atividades, tornando-se uma experiência única e memorável.



O programa deve incluir atividades diversificadas e que permitam conhecer a região, mas deverão ser adequadas ao público-alvo em questão. Estas atividades devem ser idealizadas tendo em conta os recursos e mais-valias da vossa região e, sempre que possível, deixem a vossa criatividade entrar em ação.

Vão ter de desenvolver duas atividades obrigatórias, a visita à central de produção da vossa região e uma atividade social. Depois, podem ainda pensar em atividades desportivas, culturais e de lazer para completar o vosso intercâmbio.

O programa de intercâmbio criado pela vossa equipa deverá dar a conhecer o vosso território aos colegas. O que tem de melhor o vosso território? O que é que gostariam de lhes mostrar? O que gostariam de visitar, de fazer e de comer? Não se esqueçam que o programa que vocês estão a preparar será para colegas da vossa idade usufruírem, e que eles provavelmente têm interesses em comum convosco.

Procurem, em equipa, dar a conhecer os segredos mais bem guardados da vossa região. Incluam no vosso programa atividades simples e momentos que proporcionem a interação entre todos, de forma a conhecerem-se melhor e, quem sabe, a criarem laços.

Pensem, também, naqueles locais que eles devem efetivamente conhecer, naquela atividade que não pode faltar no vosso programa, e não se esqueçam de dar a provar os sabores típicos da vossa região.

O **Partilha com Energia** é um programa educativo na área da cidadania, pois acreditamos que este fomenta comportamentos, atitudes e competências que vão ajudar os alunos a compreender melhor as interações sociais, as oportunidades e constrangimentos do meio onde habitam.

O modo como hoje conhecemos a palavra cidadania corresponde à forma de fazer valer, com equilíbrio, os direitos já estabelecidos ou garantidos, podendo ser exercida individual e socialmente. Efetivamente, ser-se cidadão em pleno implica, por parte de cada um de nós e daqueles com quem interagimos, uma tomada de consciência, cuja evolução acompanha as dinâmicas de intervenção e transformação da sociedade.

A cidadania pode então ser entendida como:
a responsabilidade perante nós e os outros, de participar ativamente e de interagir na comunidade, com espírito de solidariedade e partilha, mas respeitando sempre a liberdade de cada um, os seus direitos e deveres.

Em síntese, sempre que nos referimos ao conceito de cidadania, falamos de: liberdade, direitos e deveres, cultura, oportunidades, solidariedade e participação.

Educar para a Cidadania visa contribuir para a formação de pessoas responsáveis, autónomas, solidárias, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres, em diálogo e com respeito pelos outros, com espírito democrático, pluralista, crítico e criativo.

O MUNDO "CÁ FORA"

1

Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

O Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória é um documento, criado em 2017, que pretende ser a referência para a organização do sistema educativo e a matriz para as decisões dos diferentes agentes educativos. Num mundo em constantes mudanças, a escola desempenha um papel crucial na formação daqueles que serão os adultos de amanhã, assim sendo, independentemente dos percursos escolares de cada um, todos os saberes deverão ser orientados por princípios e por valores resultantes do consenso social.

O Partilha com Energia pretende ser um programa que contribua de forma efetiva e com a transversalidade desejável para a educação de vós jovens e que se baseie nos princípios, valores e competências que irão necessitar quando entrarem em contacto com o mundo real.

Disseram-te muitas vezes que a vida é movida pelos sonhos e objetivos que estabelecemos e, certamente, ao longo do teu percurso escolar foste alcançando alguns, fracassando noutros, foste adaptando os teus objetivos consoante o contexto, foste criando expectativas que foram superadas, outras que não, e provavelmente, estando tu na reta final da escolaridade obrigatória, muitas expectativas tens sobre o mundo "lá fora". Acredita que o mundo "cá fora" tem ainda mais expectativas sobre ti.

O mundo "cá fora" precisa que tu venhas cheio de força e com vontade de o mudar. O mundo "cá fora" espera que tu sejas livre, autónomo, responsável e consciente de ti próprio. Deves saber lidar com a mudança e com a incerteza deste mundo em tão rápida transformação.

Para isso, vais precisar de pensar critica e autonomamente, de forma criativa, e deves colocar tudo de ti naquilo que fazes, deves procurar superar-te e ser perseverante perante as dificuldades. O mundo "cá fora" espera que tu continues a traçar objetivos e a delinear projetos, mas isso não chega. Deves ser interventivo, ter iniciativa e ser empreendedor.

Deves ter a capacidade de tomar decisões para resolver problemas, mas para isso, é necessário que saibas prever e avaliar o impacto das tuas decisões.

Competências de Cidadania

Espírito crítico e capacidade de análise
Observar, estudar e analisar o meio envolvente e as situações com que te deparas.

Autonomia e iniciativa
Ter a iniciativa de agir, sem depender de terceiros e assumindo as decisões necessárias.

Responsabilidade
Desenvolver as tarefas necessárias, assumindo as responsabilidades pelas mesmas.

Cooperação
Estar disposto a cooperar e a ajudar os outros e saber trabalhar em equipa.

Relacionamento interpessoal
Manter relações cordiais e empáticas com os outros.

Participação
Participar nas atividades e desafios propostos, de forma ativa e positiva.

Capacidade de resolução de problemas
Identificar problemas e propor soluções e alternativas.

Criatividade
Ser criativo nas atividades, projetos e ideias que propões.

Negociação
Discutir e debater temas, negociando diferentes propostas e soluções.

Comunicação
Saber ouvir os outros e saber expressar as tuas ideias de forma clara, escrita e oralmente.

Organização
Organizar os trabalhos, tarefas e materiais de forma clara e objetiva, quer de forma escrita, quer verbalmente.

Planeamento
Elaborar planos de atividades, projetos, programas e orçamentos.

Como Funciona?

Partilha com Energia

Nesta **4ª edição do Partilha com Energia**, participarão várias escolas de diferentes regiões e os alunos envolvidos serão todos do **10º ano de escolaridade**. Depois de definidas as escolas participantes, serão definidos os alunos a envolver, sendo que a participação dos mesmos será em equipa. Cada equipa será constituída por, **entre 8 a 12 alunos, e 2 a 3 professores**. Quando estiverem a ler esta página, provavelmente, já terão a vossa equipa definida e será com ela que irão participar nesta aventura.

O Partilha com Energia é composto por **4 desafios** que vos vão ajudar a estruturar um programa de intercâmbio, de forma eficaz e com os timings necessários para as diferentes etapas do processo.

Cada desafio tem um conjunto de critérios que devem ser cumpridos para garantir a participação de cada equipa até ao fim do programa.

1 Geração de Energia

2 Transmissão de Energia

3 Distribuição de Energia

4 A Nossa Energia

Partilha com Energia

1 Geração de Energia

Descrição:

Para este primeiro desafio, a vossa equipa deve criar a sua estrutura, bem como os seus meios de comunicação. O objetivo consiste em dar a conhecer a vossa equipa, bem como todos os seus elementos, evidenciando as mais-valias e funções que cada um desempenhará ao longo do projeto. Além disso, devem ainda dar a conhecer o vosso território e as potencialidades do mesmo.

Dicas:

Este é um desafio que vai necessitar da capacidade criativa da vossa equipa, pois será a primeira forma que terão para se apresentarem. Lembrem-se que na vossa equipa é importante que existam elementos com características diferentes, para que assumam diferentes funções. No que respeita ao nome da vossa equipa, pensem num nome original e que possa ter alguma relação convosco, com a vossa região, com a EDP ou com aquilo que pensam fazer!

Recursos:

Para vos apoiar na realização deste desafio, contem com a grelha "Estrutura da Equipa", que vos ajudará na organização da equipa, com a sugestão de funções e respetivas descrições.

2 Transmissão de Energia

Descrição:

Este segundo desafio, dividido em duas tarefas, tem como principal objetivo dar início à planificação do intercâmbio. A primeira tarefa diz respeito a dois aspetos essenciais para toda a planificação: o alojamento dos colegas que vos vão visitar e o transporte para o Município que a vossa equipa vai visitar. Na segunda tarefa deste desafio, deverão pensar e planear atividades que possam fazer para angariar verbas. Devem, igualmente, pensar nas atividades que irão realizar durante o vosso intercâmbio, desde as obrigatórias (refeições, visita à Central de Produção da EDP e uma atividade social), até às complementares (atividades desportivas, culturais e recreativas).

Dicas:

Não se esqueçam que um território tem muito mais do que património natural ou edificado. Acima de tudo, pensem no que gostariam de mostrar, partilhar e dar a experimentar aos vossos colegas. É fundamental começar a fazer contactos para perceber o que será possível realizar ou não, e especificamente, definir as questões de alojamento e transporte. Para além disto, pensem que é preciso verbas para conseguir pagar serviços, como a alimentação, as atividades e até o alojamento e transporte, se não conseguirem de forma gratuita.

Distribuição de Energia

Por esta razão, comecem desde já a realizar atividades ou iniciativas para conseguirem juntar uma boa quantia de dinheiro.

Recursos:

Para a realização deste desafio, terão de preencher o documento "**Planificação do Intercâmbio**", contendo algumas grelhas, que devem servir para orientar toda a vossa ação. Como as parcerias são fundamentais, podem fazer-se valer dos documentos: "Carta de Pedido de Patrocínio", e "Carta de Pedido de Reunião". Dado que neste desafio devem fechar, obrigatoriamente, as parcerias para o alojamento e transporte, preencham, respetivamente, o "Protocolo de Alojamento" e o "Protocolo de Transporte".

Descrição:

Neste desafio devem, obrigatoriamente, colocar em prática aquilo que delinearam no desafio anterior. Para isso, deverão agendar reuniões com os parceiros necessários para a concretização das vossas atividades. Devem definir bem aquilo que pretendem de cada um e colocarem mãos à obra! No final deste desafio é esperado que tenham contactado com todos os parceiros necessários para a realização do programa de intercâmbio, que deve contemplar, no mínimo, **6 atividades/visitas, 5 refeições, 2 dormidas e 1 atividade social**. Neste desafio é necessário, também, fechar o orçamento para o vosso programa de intercâmbio.

Dicas:

O simples contacto não basta, é necessário estabelecer protocolos de colaboração. Para aquilo em que não necessitem de parceiros e que consigam fazer com os vossos próprios recursos, não necessitam de estabelecer os protocolos de colaboração, mas devem definir o plano dessa mesma atividade. No orçamento, devem constar os custos totais e discriminados de cada uma das atividades e, também, as fontes de receita totais e discriminadas de cada uma das atividades de angariação de verbas ou parcerias.

4 A Nossa Energia

Recursos:

Como referido no desafio anterior, é importante continuarem a utilizar o documento **"Planificação do Intercâmbio"**. Para além de continuarem a preencher este documento, para cada atividade e refeição devem preencher o "**Plano da Atividade**". Para as atividades que precisem de parceria, devem preencher o "**Protocolo de Colaboração Geral**", que é semelhante aos protocolos disponibilizados no 2º desafio, mas que pode servir para qualquer tipo de parceria.

Descrição:

Este é o desafio final! Por esta altura, o vosso programa de intercâmbio já deverá estar fechado. Neste desafio, deverão preparar o material promocional do vosso programa de intercâmbio, detalhando os horários das várias atividades. Além disso, devem preparar duas apresentações: uma para o momento de Boas-Vindas à equipa visitante, com a apresentação do programa e dos momentos até ali vividos, e uma outra apresentação para a visita à Central de Produção da EDP.

Dicas:

Neste desafio, podem novamente dar asas à vossa criatividade. Podem criar um vídeo promocional, um cartaz para colocar nas redes sociais e enviar aos colegas, um flyer com o programa que prepararam, etc. Pensem na forma como poderão despertar a curiosidade dos vossos colegas e fazê-los ficar com vontade de vos conhecer e ao vosso território.

Recursos:

Como recursos de apoio para a resolução deste desafio, terão no documento Excel, que por esta altura já usaram, uma folha onde consta o "Programa", que vocês devem preencher com as vossas atividades e respetivos horários.

TEAM WORK!

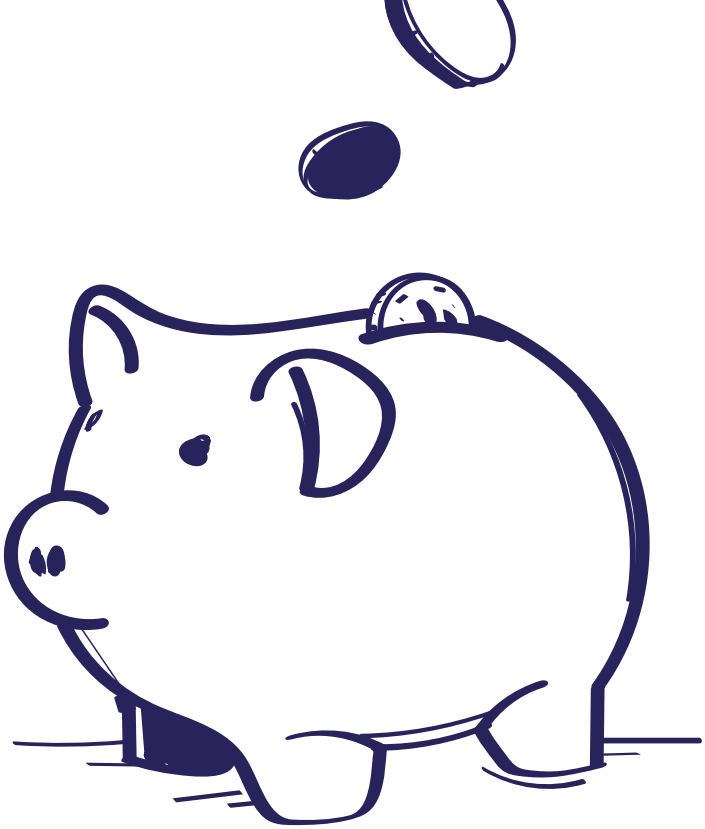
Dicas 6 importantes

Estrutura da Equipa

Trabalhar em equipa não é uma tarefa fácil, mas é uma fórmula que garante mais criatividade, maior produtividade, melhor aproveitamento das diversas competências e conhecimentos de cada membro, maior motivação para trabalhar e maior responsabilização individual. Para que esta fórmula resulte efetivamente nestas consequências, é necessário que no arranque do projeto, a tua equipa reflita sobre as principais características pessoais de cada um, bem como, naquilo que poderão ser as suas principais motivações, de forma a ser mais fácil e confiável a escolha de funções e tarefas de cada membro.

Segue-se uma pequena tabela que pode servir de apoio para a distribuição de funções e tarefas na vossa equipa:

Função	Descrição	Tarefas Exemplo
Representantes da Equipa	Função de liderar a equipa, e de a representar sempre que for necessário entrar em contacto com os professores e representantes da EDP. Os líderes devem apoiar a equipa na sua organização e estar a par de todos os processos, ainda que as tarefas sejam divididas por todos.	• Responder aos contactos com a EDP, entidade consultora e professores; • Partilhar as dúvidas da equipa com estes; • Acompanhar o desenvolvimento das tarefas, garantindo que todos os departamentos cumprem as suas tarefas; • Estar presente nas reuniões com parceiros.
Relações Externas	Função de estabelecer as parcerias necessárias e de comunicar com os todos os parceiros.	• Gerir o e-mail; • Falar com os parceiros sinalizados; • Encontrar novos parceiros; • Criar lista de contactos de parceiros; • Adaptar e imprimir protocolos.
Atividades obrigatórias	Definir e organizar a atividade social, bem como, a Visita à Central de Produção da EDP.	• Pensar numa atividade de cariz social; • Sinalizar os contactos com a entidade com a qual pretendem desenvolver a atividade social (se aplicável); • Entrar em contacto com a Central de Produção para agendar a 1ª visita (visita da equipa); • Elaborar a apresentação PowerPoint para a visita dos colegas à Central; • Organizar a Visita à Central durante os dias do intercâmbio.
Atividades desportivas, culturais e lúdicas	Função de definir e organizar todas as atividades que vão ser realizadas no intercâmbio, indicando todos os recursos materiais e financeiros necessários para a sua realização.	• Pensar em atividades de âmbito turístico e cultural (para dar a conhecer o concelho/cidade); • Pensar em atividades desportivas (se desejarem); • Pensarem a atividades lúdicas (se desejarem); • Sinalizar os parceiros necessários para a realização das atividades; • Indicar o valor estimado para cada atividade; • Indicar os materiais necessários, bem como, a necessidade de transporte.
Financeiro	Função de criar e gerir o orçamento do intercâmbio. Definir e planear atividades/ iniciativas de angariação de verbas.	• Pensar em tipos de atividades e iniciativas que podem gerar receita; • Organizar essas atividades/iniciativas; • Organizar os colegas da equipa para essas atividades/iniciativas; • Gerir o orçamento do intercâmbio, percebendo quanto dinheiro necessitam para o mesmo.
Comunicação	Função de divulgar o trabalho interno, gerindo as redes sociais e trabalhando nos materiais de comunicação/promoção.	• Criar conta numa rede social; • Publicar regularmente fotografias do trabalho da equipa; • Criar o material de promoção do intercâmbio (vídeos, flyers, cartazes, etc.); • Organizar a atividade de Boas-Vindas da equipa a receber; • Desenvolver as apresentações PowerPoint quando necessário.



6

Atividades de angariação de verbas

Criar e promover uma boa campanha de angariação de fundos é essencial para alcançarem o financiamento que procuram. Mas, antes de passarmos às sugestões de algumas atividades, aqui estão três dicas essenciais sobre como o fazer.

Proponham objetivos realistas!

Cerca de 30% a 40% dos apoios têm origem no círculo de amigos e familiares, pelo que devem começar já a envolver essas pessoas que vos são mais próximas!

Promover, promover, promover!

Relembramos que é fundamental divulgar o projeto! Mostrem-se apaixonados pela oportunidade de visitar uma nova região e de dar a conhecer o local onde vivem. Não desperdicem uma única oportunidade de contar às pessoas o trabalho necessário para "fazer acontecer". Por exemplo: se pertencerem a alguma associação ou grupo cujos membros tenham interesses semelhantes, podem entrar em contacto para contribuir para a divulgação do projeto.

Agradecer!

Por fim, e por mais óbvio que pareça, é muito importante agradecer aos vossos apoiantes. Todas as pessoas gostam de se sentir parte de algo maior do que eles próprios. Mostrem-lhes o impacto da contribuição que fizeram. Este pode ser o primeiro passo para um relacionamento duradouro. Uma dica: usem as redes sociais que criaram para o projeto e façam uma publicação para agradecer.

Atividades de Angariação de Verbas

Existem várias atividades que podem realizar para angariar verbas, nomeadamente:

Arraial das Sopas;
Evento onde colocam à disposição dos visitantes diversas sopas, bem como, pão ou outra iguaria complementar;

Cabaz de produtos;
Podem associar a uma época festiva, a título de exemplo, Cabaz de Natal/Cabaz da Páscoa;

Dia de jogos;
Reúnam alguns jogos de tabuleiro divertidos e, claro, a playstation para um dia cheio de brincadeira;

Venda de peças em segunda mão;
Reúnam produtos que já não utilizam, mas que os colegas poderão comprar, por exemplo, livros;

Venda de Rifas;

Festa temática;
Podem associar a uma época festiva, quem nunca foi a um baile de máscaras no Carnaval?

Concerto musical;
Contactem um grupo musical do vosso agrupamento de escolas e aproveitem para colocar em prática as dicas dadas no âmbito das parcerias;

Peça de teatro;

Tarde de cinema;

Venda de bolos
Quinzenalmente, poderão vender bolos de fatia, acompanhados de chá ou café.

Encontrar e contactar parceiros

Cada região tem os seus próprios recursos - recursos humanos, empresariais, naturais, entre outros - que devem ser alvo da atenção dos seus habitantes, para que estes possam tirar o melhor proveito deles e, ao mesmo tempo, contribuir para o seu desenvolvimento.

O projeto Partilha com Energia acredita nesta premissa, preocupando-se em fomentar a relação entre alunos e a sua comunidade e território. Por sua vez, estes são essenciais para que as equipas consigam desenvolver os seus programas de intercâmbio.

Todas as soluções estão à vossa frente!

Ao começarem a pensar no programa de intercâmbio, façam uma breve pesquisa sobre todos os recursos que têm disponíveis no vosso território, seja para vos apoiar na dinamização de uma atividade específica, seja para vos fornecerem bens alimentares, ou patrocinarem financeiramente o vosso intercâmbio. Seguem-se alguns exemplos de tipos de recursos que podem procurar:

Alojamento
parques de campismo, pousadas, pensões, hotéis, pavilhões desportivos, etc.

Alimentação
Restaurantes, padarias / pastelarias, supermercados / minimercados, talhos, frutarias, etc.

Atividades culturais/desportiva/lúdicas
Museus e/ou Património possíveis de visitar, empresas de atividades de aventura, espaços culturais, clubes e organizações desportivas, etc.

Atividades sociais
Associações de solidariedade social de apoio a diversas causas, lares de idosos, associações ambientais, etc.

Transportes
Rede de transportes municipais ou da região (através das Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia) e empresas privadas sediadas na região.

Um aspeto fundamental é perceberem, junto de cada elemento da equipa, que tipo de contactos de proximidade têm para poder chegar a estes recursos. Por exemplo, quem da equipa tem familiares, vizinhos ou conhecidos que possuam

restaurantes, padarias, supermercados, etc. Pensem, também, que tipo de contacto têm os vossos pais ou familiares, por exemplo, se conseguem chegar mais facilmente a alguma empresa de desportos de aventura, ou a um lar de idosos no qual pretendam desenvolver a atividade social. Fazerem-se valer dos vossos contactos, é o primeiro passo!

Como contactar parceiros:

É certo que o contacto presencial deve ser sempre privilegiado, pelo que, sempre que puderem, desloquem-se até às diversas entidades. Claro que para isso, devem sempre confirmar a vossa visita, caso tenham o contacto dos parceiros a visitar.

De seguida, sugerimos um processo que podem seguir para contactar os vossos futuros parceiros:

1) **Pesquisar** junto da equipa ou na Internet os contactos das entidades a contactar;

2) **Telefonar**, explicando quem são e explicar o projeto em que estão a participar, de forma breve. Neste primeiro contacto, não façam nenhum pedido específico, apenas solicitem uma reunião ou perguntem simplesmente se podem reunir com a entidade para lhe fazer um pedido;

3) **Reunir** pessoalmente com os parceiros é fundamental. Sempre que possível, anunciem previamente a vossa visita. Nestas visitas, é importante levarem convosco os Protocolos de Colaboração, caso os parceiros aceitem logo apoiar-vos. Sejam sempre claros no vosso discurso, sendo importante começarem por explicar o projeto Partilha com Energia, e a importância que tem a participação da comunidade para o bom desenvolvimento do vosso programa. De seguida, sejam explícitos no vosso pedido, mas deixando à consideração do parceiro a quantidade ou tipo de apoio a dar. Toda a ajuda é bem-vinda. Em contrapartida, a vossa equipa compromete-se a divulgar o nome do parceiro e a convidá-lo para o momento formal de Boas-Vindas;

4) **Enviar e-mail**. Alguns parceiros vão facilmente aceitar os vossos pedidos, enquanto outros, vão necessitar de algo mais formal, pelo que, frequentemente, terão de enviar e-mails a explicar o projeto e as vossas intenções. De seguida, vejam o texto de apoio à construção de um pedido de apoio por e-mail;

5) Assinar o Protocolo de Colaboração é obrigatório para validar o apoio de todos os parceiros, mesmo para as ajudas mais simples, garantindo que não há falhas no compromisso. No Desafio 2, encontram-se os protocolos de colaboração para o transporte e para o alojamento. No Desafio 3, encontra-se o protocolo para todos os outros tipos de parceria. Sempre que possível, desloquem-se junto dos parceiros para celebrar os protocolos e registarem fotograficamente esses momentos;

6) Agradecer aos parceiros é a melhor forma de honrar a vossa colaboração. Sempre que angariarem novos parceiros, publiquem nas vossas redes sociais os nomes ou logótipos dos parceiros que vos estão a ajudar, agradecendo publicamente o apoio prestado, sem precisarem de revelar a quantidade ou tipo de apoio. Outra forma de agradecerem é convidarem os parceiros a estar presentes no momento formal de Boas-Vindas à equipa. Não se esqueçam, também, de colocar os logótipos de todos os parceiros nos vossos materiais promocionais.

Como escrever um e-mail a um Parceiro?

O contacto por e-mail é uma excelente forma de recolherem evidências do vosso trabalho e serve de prova no caso de alguma coisa não correr como esperado, por isso, façam-se valer deste recurso.

Ainda que conheçam bem o parceiro, é importante, que quando o contactarem por e-mail sejam minimamente formais, e muito formais quando não o conhecerem.
Devem enviar um e-mail para um parceiro:

- Para um pedido de reunião, quando não conseguirem entrar em contacto direto com o mesmo,ou quando o parceiro solicita um e-mail para formalizar o pedido (vai acontecer especialmente com grandes entidades);

- Para formalizarem um pedido de apoio, antes ou depois de contactarem diretamente com o parceiro. Antes de entrarem em contacto via telefone com algum parceiro, podem optar por enviar um e-mail a explicar quem são, o projeto e as vossas intenções, e só depois ligarem para saberem novidades sobre o e-mail que enviaram. Ou então, após falarem uma primeira vez com um parceiro, este pode solicitar um e-mail para formalizar o pedido de apoio.

Segue-se um exemplo de e-mail para formalizar um pedido de apoio:

Dependendo do motivo do e-mail, no Desafio 2 encontram duas cartas: uma de Pedido de Reunião e outra de Pedido de Patrocínio/Apoio. Devem adaptar estas cartas, de acordo com o que desejam, e guardá-las em PDF para, de seguida, anexarem aos e-mails que enviarem para os parceiros em questão.

Como reunir com um parceiro?

Sempre que possível, privilegiem o contacto presencial com os parceiros. Provavelmente, terão contactos mais simples, e outros mais formais. Para ambos, é importante que selecionem sempre três a quatro elementos do grupo para estarem presentes, de forma a não perturbar a rotina de trabalho do parceiro.

Deixamos algumas **dicas** que podem seguir no momento de reunirem:

- Anunciem sempre a vossa visita com antecedência;
- Levem convosco um caderno, caneta e o Protocolo de Colaboração;
- Sentem-se apenas quando forem convidados para tal;
- Decidam previamente quem é o elemento do grupo que vai iniciar a conversa;
- Devem começar por agradecer o tempo que o parceiro disponibilizou para aquele momento;
- É importante voltarem a contextualizar o motivo da vossa visita, antes de fazerem o vosso pedido;
- No momento de explicar o vosso pedido, sejam claros e diretos, ainda que sempre conscientes de que qualquer ajuda é bem-vinda;
- No caso de a resposta ser afirmativa, agradeçam e solicitem a assinatura do Protocolo, explicando que é um procedimento necessário;
- Registem estes momentos fotograficamente;
- Na despedida, agradeçam novamente a atenção e tempo disponibilizados.

Comunicar eficazmente

Uma Comunicação Eficaz tem o poder de influenciar, de transmitir objetivamente a mensagem pretendida e de promover a concretização do objetivo a que se propõem.

Sabiam que no dia-a-dia utilizamos vários tipos de comunicação, como por exemplo, expressões corporais, por meio de gestos, olhares, sorrisos, respiração, que são denominados de linguagem não verbal?

Na verdade, a comunicação é dividida em termos percentuais da seguinte forma: 7% é atribuída às palavras, 38% é atribuído ao tom de voz e a grande parte (55%) é atribuída à linguagem corporal.
A Comunicação é uma ferramenta essencial para alcançar bons resultados, pelo que irá ocupar um lugar cada vez mais importante na vossa vida!

Sabemos que as barreiras da comunicação derivam, essencialmente, da falta de escuta ativa ou da timidez e, por isso, partilhamos convosco algumas dicas para uma comunicação eficaz.

8 dicas para uma Comunicação Eficaz

O contacto por e-mail é uma excelente forma de recolherem evidências do vosso trabalho e serve de prova no caso de alguma coisa não correr como esperado, por isso, façam-se valer deste recurso.

1) **Boa dicção ou articulação:** A dicção é a forma como pronunciamos os sons das palavras, sílabas e letras. Faz com que o conteúdo da mensagem seja bem entendido pelo recetor. Assim, podemos melhorar a maneira como articulamos as nossas palavras recorrendo aos trava-línguas. Com certeza já ouviram: “O raio do rato roeu raivoso e rápido a rolha redonda da garrafa de rum de Roberto, o ruidoso rei da Rússia” ou “Num prato de trigo tragam três tigres”;

2) **Sorriam e apresentem-se:** O vosso público quer ouvir a vossa história (como se chamam, de onde vêm, qual é a idade, qual é a intenção da mensagem, etc.) e as expressões faciais ajudam a recriar emoções nos recetores da mensagem;

3) Não se escondam atrás do púlpito e mantenham o contacto visual: São dois aspetos igualmente importantes para captar a atenção do público. Se sentem dificuldade em manter o contacto visual, comecem por praticar com as pessoas que comunicam no vosso dia-a-dia;

4) Postura corporal: É fundamental usar gestos, pois é uma forma de eliminar palavras de preenchimento,como “humms” e “ahhhs”. Evitem aqueles que conotam nervosismo e inibição, como o colocar as mãos atrás das costas ou nos bolsos, ou até na cintura. Existem várias outras posturas e atitudes a evitar, como por exemplo, mexer no cabelo, bocejar, apoiar-se ora numa perna ora na outra, voltar as costas à plateia, andar pelo palco sem razão, balançar o corpo, etc.;

5) Descubram as “bengalas linguísticas”: São palavras ou interjeições, tais como, “portanto, “então”, “né?”, “ok?”, “acho que”, incluídas repetidamente no discurso, que levam a atenção do público para muito longe da mensagem que vocês estão a transmitir. Para descobrirem as vossas bengalas, gravem a vossa apresentação ou peçam a alguém que as identifique enquanto falam.

6) Escuta ativa: É um dos ingredientes mais importantes na comunicação e, muitas vezes, é o ponto mais fraco da interação. Não existe escuta ativa quando dentro de um diálogo não há uma atenção plena sobre o que a outra pessoa está a expressar. Algo pode ser diferente da vossa opinião, porém, escutar de forma ativa significa atender com respeito à outra pessoa. Neste sentido, partilhamos convosco o método “sandwich” para feedback, onde primeiro agradecem o que vos foi dito, depois explicam a vossa opinião, seguida de um novo agradecimento e se possível, um elogio.

7) Sejam pontuais e precisos na comunicação: O tempo é um recurso valioso na vida das pessoas, por isso, entendam as limitações da pessoa que vos está a ouvir, de forma a aproveitarem, ao máximo, o tempo que ela vos dispensou;

8) Sejam pacientes e tenham sempre uma atitude positiva: A melhor maneira de falhar em alguma coisa é pensar que vão efetivamente falhar. Sempre que tiverem de falar em público, encarem a situação como uma oportunidade para crescer e evoluir.

ARREGAÇA AS MANGAS!

6

Atividades para o intercâmbio

Atividades obrigatórias:

Atividade Social

Uma das principais missões do projeto Partilha com Energia é o desenvolvimento do espírito de cidadania ativa nos jovens. Especificamente, tem como objetivo aumentar a consciência cívica e solidária nos territórios que abraçam o projeto. Cada um de vocês pode ter um papel determinante e fazer a diferença no seu contexto e, por isso, está na hora de arregaçar as mangas e começar a perceber onde cada equipa sente que deve concentrar o seu espírito solidário.

Existem muitas formas de ajudar a vossa região, mas para isso, é importante que conheçam bem todas as opções que podem desenvolver, como forma também de, posteriormente ao projeto, continuarem a vossa ação solidária, mesmo que seja a título pessoal.

Exemplos de instituições sociais que podem auxiliar:

- Apoio a jovens e crianças em situação de risco;
- Centro de acolhimento de jovens e crianças;
- Apoio e acolhimento de idosos;
- Apoio a pessoas com deficiência ou incapacidade;
- Apoio a animais abandonados;
- Apoio a famílias com necessidades sociais;
- Etc.

Além da possibilidade de criarem parcerias com instituições, também podem criativamente pensar em atividades que, de alguma forma, contribuam civicamente para a vossa localidade, no âmbito mais ecológico e/ou social. Para algumas destas atividades, é natural que não seja necessário solicitar autorização ou criar parcerias, no entanto, aconselhamos que informem sempre o Município ou Junta de Freguesia, sobre onde pretendem desenvolver a vossa atividade e quais são as vossas intenções, de forma a obterem reconhecimento e apoio, se necessário.

Exemplos de algumas destas atividades:

- Limpeza de espaços públicos;
- Reabilitação de edifícios;
- Limpeza de matas;
- Ações de sensibilização;
- Etc.

Outras dicas:

- É fundamental planear a atividade do início ao fim, de forma detalhada (ex: se forem visitar um lar de idosos, planeiem especificamente o que vão fazer com os idosos, se vão jogar jogos tradicionais com eles, se vão cantar e dançar, se vão ajudar os auxiliares na hora das refeições, etc.);

- Todos os membros de ambas as equipas devem participar, nunca devem ser apenas observadores, por isso, é importante definirem previamente o que cada elemento irá fazer;

- Partilhem junto das instituições o que pretendem dinamizar de forma específica. Habitualmente, as instituições sociais são recetivas ao apoio externo, no entanto, este apoio deve ser calculado e ir ao encontro das reais necessidades da instituição;

- Se necessitam de materiais ou bens para as atividades, peçam com antecedência a quem vos poder apoiar;

- Em certas instituições é necessário perceber as regras de privacidade, tenham este aspeto em consideração, especialmente na hora de tirar fotografias. Talvez não o possam fazer em todas as situações;

- Caso tenham possibilidade de registar o momento, pensem em escrever um pequeno texto sobre a atividade para enviarem a algum jornal local. A vossa comunidade vai gostar de saber o que fizeram e será também uma forma de influenciar outras pessoas a terem ações semelhantes.

Visita à Central de Produção

A visita à Central de Produção EDP da vossa localidade é uma das atividades essenciais do Partilha com Energia, pelo que requer a máxima importância da vossa parte. A EDP tem Centrais de Produção de energia espalhadas pelo território nacional, desde centrais hidroelétricas, centrais termoelétricas e parques eólicos. Na vossa região encontrarão uma ou mais centrais de produção, especialmente centrais hidroelétricas. Será indiciado à vossa equipa a central com a qual devem entrar em contacto e agendar uma primeira visita.

1ª visita: A vossa equipa deve visitar previamente a central de produção da vossa região, com o objetivo de conhecer bem a sua história, bem como, todo o seu funcionamento.

Dica: Por norma, esta visita será guiada por alguém com elevado conhecimento sobre todos os aspetos da Central, por isso, selecionem dentro da equipa dois ou três responsáveis por anotar ou gravar tudo o que vos for transmitido. Tirem fotografias para registar o momento.

Preparação da 2ª visita: A 2ª visita à Central, é uma atividade que deve constar no vosso programa de intercâmbio para receberem os vossos colegas. Como já visitaram a Central uma primeira vez, nesta 2ª visita será responsabilidade da vossa equipa guiar os vossos colegas, apresentando todos os aspetos que consideraram importantes.

Dica: Elaborem um guião e/ou façam uma apresentação em PPT (caso a Central tenha um espaço para projeção), que sirva de apoio ao vosso papel de guias. É importante que tentem utilizar as vossas próprias palavras e um discurso que os vossos colegas consigam facilmente entender. Sejam criativos!

2ª visita: Ainda que nesta visita sejam acompanhados por elementos da Central, conversem previamente com os mesmos, de forma a planearem a visita em conjunto, nomeadamente, definirem os momentos onde serão vocês a guiar os vossos colegas e como podem fazer a apresentação inicial que prepararam.

Dica: É natural estarem nervosos neste momento, em especial os elementos da vossa equipa que fizerem a apresentação e, por isso, é importante que mais elementos estejam a par do que foi planeado e do guião de apresentação para se auxiliarem uns aos outros.

Atividades não obrigatórias: Se estão, neste momento, na fase de começar a planear as atividades não obrigatórias, então atentem nos próximos parágrafos.

Como sabem, durante dois dias e meio a vossa equipa é responsável por dar a conhecer o território onde vive. Comecem por pensar quais as atividades culturais/desportivas/lúdicas que vocês já realizaram, ou ouviram falar, e gostariam de proporcionar aos visitantes Partilhem entre vocês até chegarem a um consenso relativamente a um **mínimo de 4 atividades**. Devem ter em atenção toda a logística, ou seja, o transporte, a alimentação, o custo e o tempo necessário para a realização das mesmas.

Lembrem-se que é importante envolver as entidades presentes no vosso território, nomeadamente, os postos de turismo, a Câmara Municipal, a Junta de Freguesia e as várias associações locais. Estes são parceiros que conhecem bem o território onde estão inseridos, e por isso, podem ser excelentes aliados na identificação de atividades interessantes e divertidas para fazerem com os colegas visitantes, dando-lhes a conhecer o que de melhor têm na vossa terra!

Partilha com Energia

edp

Em parceria com:

GesEntrepreneur
empreendedorismo sustentável