



Rede Construir Juntos

NEWSLETTER

Número 23 | julho 2025

“O futuro constrói-se com dedicação, perseverança e fé nas próprias capacidades. Cada passo, por mais pequeno que pareça, é parte de um grande percurso! Cada desafio é uma oportunidade para crescer.”

A equipa do IAC – Polo de Coimbra

“ Rede Construir Juntos”

A participação das crianças e dos jovens é um princípio fundamental que está expresso na Convenção sobre os Direitos da Criança, e é definido como o direito de todas as crianças e jovens expressarem as suas ideias e perspetivas sobre todos os assuntos que lhes dizem respeito e que afetam as suas vidas. É importante dar espaço e voz às crianças, ouvi-las e valorizar as suas propostas, como também envolvê-las nos processos de tomada de decisões.

A participação deve ser promovida desde o início da infância e em todos os contextos e meios em que as crianças e os jovens estão inseridos e que os rodeia, como a educação, família, saúde, comunidade e política.

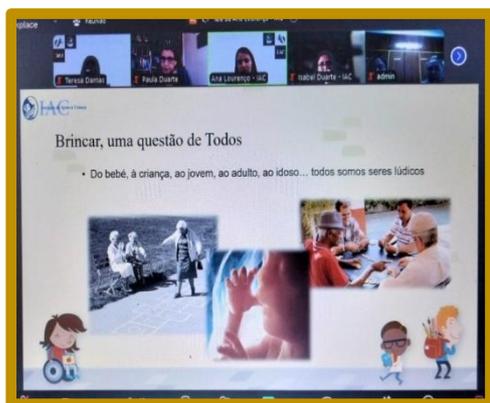
O exercício de participação é crucial pois tem um impacto significativo na vida e no desenvolvimento das crianças e dos jovens. A participação fomenta não só a consciencialização dos direitos e deveres da criança, como também a aquisição de novos conhecimentos e competências, nomeadamente de comunicação, liderança e resolução de problemas. Promove o desenvolvimento da cidadania das crianças e dos jovens, a responsabilidade cívica e o respeito pelo outro. As experiências de participação proporcionam o aumento da autonomia, confiança e autoestima, bem como a empatia e o espírito crítico. De modo geral, a promoção deste direito potencializa o bem-estar da criança/jovem.

O Instituto de Apoio à Criança e os parceiros da Rede Construir Juntos, têm privilegiado a promoção do direito de participação das crianças e dos jovens, nomeadamente através do projeto da Rede Juvenil Crescer Juntos (RJ CJ).

A Rede é um grande impulsionador da participação, com o propósito de escutar, dar voz e ter em conta as opiniões e as perspetivas das crianças e dos jovens, desenvolver competências na área da participação e da cidadania e trabalhar as competências socio emocionais. Neste sentido, são implementadas ações que promovem a evolução dessas competências/skills, o acesso à informação e à liberdade de expressão, mas também ações que estimulam a reflexão e a partilha de experiências e de conhecimento entre os pares. Eles têm uma participação ativa e são envolvidos em atividades lúdico-pedagógicas e convidados a participar em projetos locais, nacionais e internacionais. Nesta Rede Juvenil, os jovens são os protagonistas! Anualmente, as crianças e os jovens que integram a RJ CJ escolhem uma temática que reflita as suas características, interesses e preferências. No ano letivo de 2024/2025, o tema selecionado

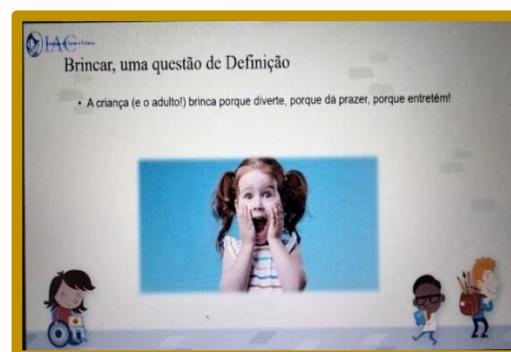
foi “Bem-estar na Adolescência”, com especial enfoque nas áreas das Artes e do Desporto. Esta temática tem vindo a ser explorada e desenvolvida pelas crianças e jovens em diversas atividades e iniciativas pensadas na importância da saúde emocional e do bem-estar através da promoção da expressão artística e da prática desportiva.

Webinar "Eu brinquei, vocês brincaram e eles brincam? O Direito a Brincar no passado, presente e futuro"



No dia 26 de março, a Rede Construir Juntos promoveu o Webinar “Eu brinquei, vocês brincaram e eles brincam? O Direito a Brincar no passado, presente e futuro”, dinamizado por Ana Lourenço, coordenadora do setor da Humanização e Direito a Brincar, no Instituto de Apoio à Criança. Estiveram presentes técnicos e dirigentes das instituições parceiras da Rede Construir Juntos, num total de 35 participantes.

A oradora começou por referir o papel desempenhado dos profissionais no brincar das crianças, como sendo fundamental numa perspetiva de serem produtores de ambientes que promovam o direito ao brincar, em que a criança não está apenas a divertir-se e que está também a melhorar a sua motricidade, as relações com os pares, a gerir as emoções, o autocontrolo, com ganhos secundários, e a fazer uma série de aquisições importantes para o seu desenvolvimento. O adulto não deve correr o risco de olhar para o brincar enquanto estratégia, nem instrumentalizar o brincar com intencionalidade, deve antes pensar criteriosamente num ambiente favorável para brincar e enriquecê-lo, deixando a criança usufruir dele em liberdade. Se não houver oportunidade de brincar e um ambiente promotor do direito ao brincar, a criança tem mais dificuldades de adquirir benefícios a todos os níveis, o que implica repercussões ao longo do tempo. Identificou os Desafios em que o Comité das Nações Unidas chama à atenção que o direito a brincar, plasmado na Convenção, não está a ser cumprido. São os seguintes: a falta de reconhecimento do direito ao brincar no desenvolvimento das áreas fundamentais para o desenvolvimento da criança; o tempo para brincar, sendo que a criança tem de ter tempo, espaço e liberdade para brincar; o deficit na natureza, brincar no risco, reforçando a exposição gradual a dificuldades, o explorar da natureza, a regulação emocional, confrontar e gerir o medo, saindo da zona de conforto, adaptar-se que têm impacto nas competências a adquirir; o género nos brinquedos e na atividade lúdica, com material lúdico estereotipado para as meninas e para os meninos, como estratégia de marketing para vender, que podem levantar questões de identidade de género e levar a um grande sofrimento das crianças e, por fim, o confinamento da Covid-19, que foi uma experiência



que deixou marcas como problemas de aprendizagem, interação social, desmotivação, níveis de ansiedade e depressão. Também identificou o Dia Internacional do Brincar, dia 11 de junho, criado pela necessidade de chamar à atenção para o direito ao brincar. Realçou a importância de chegar à Política Nacional do Brincar, com vista ao



financiamento, reconhecimento e investimento para dar oportunidade a todos o direito ao brincar. Referiu que o brincar pode ser uma atividade lúdica para trabalhar o trauma, para prevenir a violência e o bem-estar das equipas de profissionais. A importância do brincar, que sendo um direito da Criança plasmado no Artigo 31º da Convenção dos Direitos da Criança, traz benefícios emocionais e comportamentais, sociais, cognitivos e físicos no desenvolvimento de uma criança.

Foi certamente um momento enriquecedor de partilha para promover boas práticas e uma atitude lúdica dos profissionais, enquanto fonte de bem-estar e resiliência das equipas para o direito ao brincar.

REDE JUVENIL CRESCER JUNTOS

Polo de Coimbra - Atividade “Elaboração do trabalho a apresentar no Intercâmbio Nacional ” e “Atividades Desportivas” (RJ CJ)

Ao longo dos meses de abril e maio, as crianças e jovens da Comunidade Juvenil São Francisco de Assis, da Casa de Formação Cristã Rainha Santa, Casa de Infância Doutor Elyσιο de Moura e do Centro de Atividades Infanto-Juvenil participaram em atividades dinâmicas da Rede Juvenil Crescer Juntos.



No mês de abril foram realizadas atividades desportivas e no mês de maio foram dinamizadas atividades no âmbito da preparação do trabalho a apresentar no Intercâmbio Nacional 2025. Num primeiro momento decorreram atividades desportivas centradas em jogos tradicionais,



que proporcionaram momentos de diversão, cooperação e contacto com as

tradições culturais de várias regiões: o jogo do “Beto”, semelhante ao tradicional “taco”, incentivou a destreza e o trabalho em equipa, permitindo experimentar uma atividade lúdica com raízes populares em Portugal e no Brasil; a “Bilharda”, típica do Norte e Centro de Portugal, desafiou as crianças e jovens à prática da agilidade e da pontaria,

utilizando apenas dois pedaços de madeira para lançar a peça o mais longe possível; o “Pljockanje”, jogo dos Balcãs, despertou o interesse pela sua semelhança com a malha, exigindo precisão e estratégia para aproximar as peças da peça-alvo; o clássico jogo do “Mata” pôs à prova os reflexos e o

espírito de equipa, com muita energia e entusiasmo.

Por fim, o tradicional exercício de saltar à corda foi também incluído, promovendo a atividade física, a coordenação motora e o bem-estar geral das crianças

e jovens. Também houve lugar à prática de basquetebol e voleibol. Estas atividades revelaram-se essenciais, não só para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, mas também para a valorização do património lúdico-cultural, fomentando um ambiente mais

desportivo, ativo e criativo.



O segundo momento foi de reflexão e avaliação, onde as crianças e jovens sintetizaram os principais aspetos trabalhados ao longo dos últimos meses, nas atividades da RJCJ. Este exercício colaborativo permitiu uma visão global da participação, interesse e motivação do grupo, no âmbito da temática “Bem-estar na adolescência”, nas Artes e no Desporto. Realizou-se uma sessão de brainstorming, onde as crianças e jovens partilharam ideias sobre o que



gostariam de apresentar no Intercâmbio Nacional Rede Juvenil Crescer Juntos que se realizou nos dias 26 a 30 de Junho 2025, na Ilha de São Miguel, nos Açores, promovendo a criatividade, o trabalho em equipa e o espírito de iniciativa.



gostariam de apresentar no Intercâmbio Nacional Rede Juvenil Crescer Juntos que se realizou nos dias 26 a 30 de Junho 2025, na Ilha de São Miguel, nos Açores, promovendo a criatividade, o trabalho em equipa e o espírito de iniciativa.

Polo de Coimbra - Atividade “Reportagem do programa Radar XS”



No passado dia 28 de maio, decorreu uma atividade da Rede Juvenil Crescer Juntos e do Centro de Atividades Infanto-Juvenil, no Parque Manuel Braga, em Coimbra. Este evento teve um destaque especial, ao ser integrado numa reportagem do programa Radar XS, transmitido na RTP2 – um noticiário juvenil especialmente dedicado às crianças.



Durante a tarde, foram dinamizados jogos com um forte cariz educativo e cultural. A principal atividade foi o jogo “Viver os Direitos das Crianças”, do Instituto de Apoio à Criança (IAC), seguindo-se jogos tradicionais, como o jogo da “Corrente” e ainda um jogo angolano “Escravos de Jó”, proporcionando uma experiência rica em diversidade e partilha intercultural. Estas iniciativas reforçam o papel essencial na promoção da cidadania ativa, no respeito pelos direitos das crianças e na valorização da participação juvenil em contexto comunitário.

Polo de Évora – Associação Chão dos Meninos

Arte e Acolhimento: Projetos que transformam vidas

“O caminho faz-se caminhando”, mas, por vezes, esquecemo-nos do porquê da partida e do sentido do destino. Acolher uma criança ou jovem em situação de perigo não é apenas garantir-lhe um espaço seguro: é caminhar com ela, oferecer ferramentas, abrir possibilidades e ressignificar histórias marcadas pela dor ou invisibilidade. Na Associação “Chão dos Meninos”, em Évora, perguntamo-nos: como criar contextos em que crianças e jovens possam ser protagonistas da sua construção? Como transformar cada experiência em crescimento, descoberta e sentido? Com estas perguntas como guia, a Associação afirma-se como referência de excelência a nível local, regional e nacional. Foca-se em três eixos fundamentais: prevenção dos maus-tratos, promoção do conhecimento especializado, e qualificação dos serviços prestados. Esta missão assenta em valores como a solidariedade social, o respeito pelos direitos humanos e o combate à violência. A prática é orientada pelo profissionalismo, pela excelência técnica e pela

melhoria contínua. A transparência, a proximidade, a equidade e o trabalho em rede reforçam o compromisso com uma intervenção ética, acessível e transformadora.

Na Casa de Acolhimento de Jovens do “Chão dos Meninos”, a arte não é apenas um meio, é o próprio caminho. Acreditamos no seu potencial educativo, terapêutico e metamórfico. Mais do que expressão estética, a arte convoca o pensamento crítico, dá voz a quem tantas vezes foi silenciado, e torna-se espaço de interioridade, espanto e construção. É através dela que se esboçam futuros antes inimagináveis, abrindo possibilidades onde antes havia limites.

Todos os meses, acolhemos simbolicamente um novo “Artista em Casa”, em torno do qual se desenvolvem propostas criativas e reflexivas com os jovens.

Em parceria com o Teatro Ibérico e com a preciosa colaboração da encenadora Rita Costa, levamos à cena a peça Caleidoscópio — Olhar o Belo em III Actos, onde as jovens corporizam emoções e (re)constróem sentidos a partir das suas histórias.

Através do Passaporte Museus, de oficinas e visitas a exposições, promovemos o acesso à cultura, reforçamos os laços com a comunidade local e visitamos museus um pouco por todo o país, o que nos permite conhecer formas de arte múltiplas, a cultura de diferentes tempos, lugares e correntes artísticas infindas.

O laboratório “Elementos do Mundo em (Des)Construção” constitui, por sua vez, um espaço contínuo de experimentação artística, partilha através da exposição pública e, assim, desmistificação do Acolhimento Residencial. Em junho, participámos no intercâmbio da Rede “Construir Juntos” e voámos até à Ilha de São Miguel, nos Açores, com outras equipas e jovens em acolhimento. Partilhámos experiências, criámos laços e refletimos, em conjunto, sobre os desafios do presente. Cada jovem escolheu um tema que o inquieta — algo que quer compreender melhor, trabalhar e transformar ao longo do próximo ano. Como se, em grupo, tivéssemos acendido a luz para olhar de frente os monstros debaixo da cama — e percebido que, nesse espaço tantas vezes temido, também cabem sonhos por organizar, dores por nomear e futuros por imaginar.

Os resultados?

Estão refletidos nas criações artísticas das nossas jovens, na coragem de reescrever as suas narrativas, e na certeza de que, embora a arte não salve por si só, pode ser o princípio de uma salvação íntima e única.

Juntos, vamos construir um futuro mais justo, equitativo e livre para todas as crianças e jovens!

A seguir?

Temos planos... Ainda por Casa... Ainda pela Arte...

Cláudia Chambel

Casa de Acolhimento Residencial - Associação Chão dos Meninos, Évora.

Educadora Social

Intercâmbio Nacional Rede Juvenil Crescer Juntos 26 a 30 de Junho 2025

Ilha de São Miguel - Açores



Entre os dias 26 e 30 de junho de 2025, a Ilha de São Miguel, nos Açores, foi palco do Intercâmbio Nacional da Rede Juvenil Crescer Juntos, uma iniciativa que promove a partilha de ideias, de experiências e o convívio saudável entre jovens que vêm de vários pontos do país. O intercâmbio contou com a participação de 46 elementos – 29 jovens e 17 técnicos – oriundos de vários Polos da Rede Construir Juntos (Coimbra, Torres Novas, Lisboa, Évora, Algarve e Açores), sendo o IAC-Açores o anfitrião e dinamizador regional da rede, proporcionando um espaço de participação dos jovens, inclusão, aprendizagem partilhada, convívio, interculturalidade, enriquecimento pessoal e profissional dos técnicos e fortalecimento das competências pessoais e sociais dos jovens.

A receção e a instalação dos participantes na Escola Básica e Integrada Roberto Ivens em Ponta Delgada ocorreram na tarde do dia 26, seguindo-se um jantar com dinâmica de hétero-conhecimento e uma sessão de cinema com um documentário sobre os Açores.

No dia 27, no decorrer da manhã, cada Polo apresentou os projetos desenvolvidos ao longo do ano, promovendo a

partilha de experiências e aprendizagens. Foram apresentações muito dinâmicas que refletiram todo o trabalho desenvolvido em cada um dos polos da Rede. Seguidamente teve lugar uma reunião de trabalho da RCJ, com algumas entidades de Ponta Delgada, com o objetivo de revitalizar o Polo dos Açores da RCJ. O almoço foi na Associação Agrícola.



De seguida, visitou-se a Lagoa do Fogo e uma visita à fábrica do Chá da Gorreana, onde todos os participantes tiveram oportunidade de ver todo o processo de fabrico e provar vários chás. Depois do jantar, o grupo foi até às Festas de São Pedro e participar num arraial popular.

No dia 28, o percurso para as Furnas foi feito com paragens em vários miradouros. Visitou-se o Centro de Monitorização e Investigação das Furnas. Fez-se o Trilho da Lagos das Furnas com visita às fumarolas. Como tradição, o almoço foi cozido das Furnas. Seguiu-se a visita à freguesia das Furnas onde foram observadas as Caldeiras. À tardinha, houve a deslocação à Praia da Ribeira Quente, e tempo para tomar um banho de mar. Após o jantar, o grupo foi, de novo, até ao centro da cidade de Ponta Delgada para assistir às Marchas Populares, integradas nas Festas do São Pedro. Foi sem dúvida um momento de muita alegria e diversão.



O dia 29 foi marcado pela viagem até à Lagoa das Sete Cidades, com paragem no miradouro “Vista do Rei”. Seguiram-se a canoagem e as atividades ao ar livre



na Lagoa das Sete Cidades com jogos tradicionais que promoveram o espírito de equipa, a resiliência e a consciência emocional e permitiram um contacto direto com a natureza, reforçando o bem-estar físico e emocional dos jovens. De seguida, visitou-se a Gruta do Carvão. À noite, houve lugar a um passeio pelo centro histórico da cidade.



Na manhã de 30 de junho, após a arrumação dos espaços, foi realizada a reunião de avaliação, onde os jovens partilharam as suas impressões e aprendizagens, sublinhando o impacto positivo desta experiência nas suas vidas. Este ano, o tema desenvolvido pela RJCJ foi o "Bem-Estar na Adolescência", destacando a importância da saúde emocional e do bem-estar através da arte e do desporto. Seguidamente foram constituídos grupos de trabalho para debate de ideias sobre o tema a trabalhar durante o próximo ano. Deste debate e reflexão surgiram várias propostas que foram apresentadas e daí foi selecionado o tema a ser desenvolvido para o ano seguinte que é “*Os jovens no mundo atual – Eu e o Outro*”.

Considera-se que o Intercâmbio Nacional Rede Juvenil Crescer Juntos foi uma oportunidade enriquecedora de crescimento pessoal, descoberta e partilha, criação de laços, memórias vividas e motivação renovada para continuar a trabalhar juntos por uma adolescência mais saudável, consciente e participativa. Para tal, é de realçar a importância da colaboração na realização deste intercâmbio de todos os parceiros da rede, entidades e empresas regionais cuja colaboração foi essencial para o sucesso do mesmo.



Testemunhos de jovens sobre o Intercâmbio:

"Muito obrigada por tudo, IAC Açores. Foi tudo muito interessante." *Sara Cidades*

"Foi espetacular, tudo o que fizemos nos Açores, as pessoas do IAC, os outros jovens eram todos tão simpáticos, dava mesmo vontade de conversar com eles. ... Nunca imaginei que fosse assim, senti-me com tanta vontade de participar em tudo e falar sobre o que sinto." *Letícia Carlinhos*

"O intercâmbio nos Açores foi uma experiência inesquecível porque fiz muitas amizades e também bebi laranjada." (Rafael)

"O intercâmbio nos Açores foi uma experiência incrível porque fiquei a conhecer os Açores e fiz atividades que nunca tinha feito." (Teresa)

"Eu gostei muito! Foi divertido, fiz muitos amigos e acho que devíamos fazer mais vezes!" (Joana, 16 anos)

"Gostei muito das pessoas! Gostei dos Açores e das atividades" (Matilde, 14 anos)

"Eu gostei muito. Foi muito bom. Foi a minha primeira vez a sair de Portugal Continental e foi 5 estrelas!" (Cherno, 16 anos)

A Voz aos Parceiros

"Miranda do Corvo - ADFP - Um Sonho de Natal: Jovens da Residência Fraternidade Encantam-se com o Natal em Vigo!"

Uma viagem memorável, recheada de Solidariedade e Magia!



2025 começou da melhor forma para as crianças e jovens da Residência Fraternidade da Fundação ADFP! Para terminar a época festiva de forma especial, e para realizar a viagem anual no âmbito do espírito natalício, a

Residência Fraternidade realizou uma viagem inesquecível à cidade de Vigo, reconhecida internacionalmente pelas suas impressionantes iluminações natalícias.

Para além de um momento de puro encanto e alegria, esta experiência representou

uma oportunidade especial de vivência social e cultural, enriquecendo a sua perceção do mundo e proporcionando um sentimento de descoberta e aventura, reforçando também laços e promovendo o espírito de inclusão.



Entre as atrações visitadas, destacaram-se a roda gigante, o comboio turístico e as inúmeras diversões que complementaram a experiência mágica de passear pelas mais de 400 ruas iluminadas e decoradas da brilhante cidade de Vigo. Mais do que uma simples viagem, este momento trouxe benefícios significativos tanto a nível individual como institucional. A



oportunidade de interação social em ambientes diferentes e desafiadores, promove a confiança, a autonomia e o desenvolvimento de competências interpessoais dos jovens. Por outro lado, para a Residência Fraternidade e a Fundação ADFP, esta iniciativa reforça o compromisso em proporcionar experiências transformadoras que contribuem para o bem-estar e a inclusão social dos seus jovens residentes.

Exemplo disso são os testemunhos das jovens Daniela, Milene e Lara, que espelham a experiência vivida "É difícil explicar a beleza da cidade em poucas palavras, luzes e cores foi o que mais me marcou!", "Esta foi uma das viagens



mais inesquecível da minha vida e eu estou eternamente grata, obrigada por tudo!", "A experiência foi bastante enriquecedora e divertida!".

Paula Santos, Diretora Técnica da resposta social deste Lar de Infância e Juventude da Fundação ADFP, salienta que

"A concretização desta viagem só foi possível graças à generosidade e apoio de várias entidades e pessoas que tornaram este sonho realidade. O nosso profundo agradecimento vai para a Fundação ADFP, que sempre apoia iniciativas em torno da inclusão e bem-estar dos seus utentes, e

para os participantes da Universidade Sénior da Fundação ADFP, que partilharam este momento especial.



Um agradecimento especialíssimo aos inconfundíveis patrocinadores: à Flash Viagens, à Mirantour, à Fresbeira, e a todas as pessoas que, de forma direta ou indireta, colaboraram para que esta viagem fosse concretizada!

Este dia ficará para sempre na memória dos jovens como uma verdadeira celebração da magia do Natal, da solidariedade e da partilha. Foi, sem dúvida, uma viagem memorável que marcou positivamente a vida de todos os envolvidos!", referiu a Diretora Técnica.

Como esta Newsletter pretende refletir o trabalho de todos, sintam-se à vontade para nos enviar as vossas notícias de modo a enriquecer esta partilha.

MEDIAÇÃO NACIONAL

IAC – POLO DE COIMBRA

Largo da Portagem, n.º 39 – sala 102 3000 - 337 Coimbra | Tel.: 239 821 280 | Email: iac-coimbra@iacrianca.pt

IAC – COOPERAÇÃO

Avenida da República, n.º 21 1050 - 185 Lisboa | Tel.: 213 617 880 | Email: iac-cooperacao@iacrianca.pt