

Free to Be

RELATÓRIO DE ATIVIDADES
2018

DEZEMBRO 2018

RELATÓRIO DE ATIVIDADES

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	2
2. ATIVIDADES.....	2
3. CRONOGRAMA.....	13
4. CONCLUSÕES.....	13
5. NOTA FINAL	14

1. INTRODUÇÃO

O presente documento visa efetuar uma descrição das atividades desenvolvidas pela Associação no ano 2018, ano da sua criação.

Pretende-se com esta sistematização criar base de informação das atividades ocorridas de forma a verificar quais os seus pontos fortes e oportunidades de melhoria.

2. ATIVIDADES

2.1. ATIVIDADE 1 – Participação no Seminário +Ambiente

2.1.1. Descrição da Atividade

A 25-09-2018 em Lisboa, no seminário + Ambiente: Educar para cuidar, realizou-se a apresentação do Projeto + Sustentável que se pretende dinamizar nas escolas do 1º ciclo.



2.1.2. Pontos Positivos

Foi relevante a apresentação do projeto, tendo a audiência manifestado interesse.

Existiu logo contacto com um potencial parceiro, Planiters.

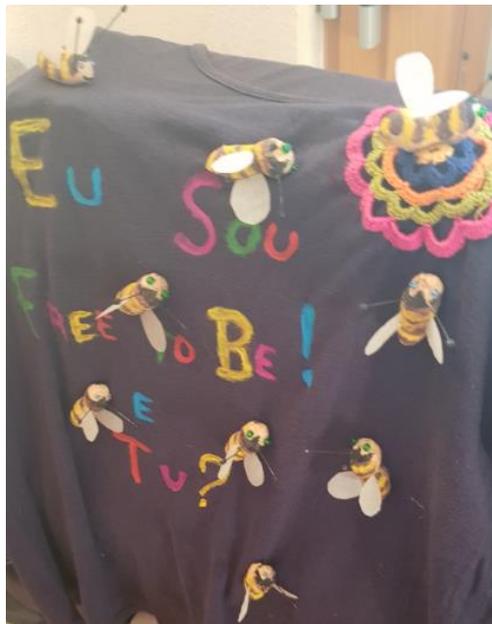
2.1.3. Pontos de Melhoria

Conseguir uma maior participação em eventos deste tipo para divulgação da Associação.

2.1. ATIVIDADE 2 – Festa de Apresentação da Associação

2.2.1. Descrição da Atividade

Realizada a 29-09-2018 na quinta do Falcão em parceria com o projeto “Pé na Terra” em Vila Chã de Ourique com mais de 100 convidados.



2.2.2. Pontos Positivos

Existiu uma participação nas atividades.

Existiu uma identificação geral com a atividade da associação.

Foi dado a conhecer os membros dos corpos sociais da associação.

2.2.3. Pontos de Melhoria

O número elevado de atividades e o prolongar para além do horário estabelecido, conduziu ao cancelamento de algumas atividades.

Devíamos ter definido o responsável por cada atividade e desenvolver atividades em paralelo.

2.3. ATIVIDADE 3 – Vendas de Bagageira

2.3.1. Descrição da Atividade

Foram realizadas 2 vendas em 2 fim-de-semanas de outubro, em Vale da Pedra e Vila nova da Rainha.



2.3.2. Pontos Positivos

Permitiu a consciencialização da importância de comprar produtos em 2ª mão.

Deu a conhecer a Associação e seus objetivos.

2.3.3. Pontos de Melhoria

Melhorar a transmissão da mensagem de forma a aumentar a sensibilização das pessoas.

2.4. ATIVIDADE 4 – Participação no Dia da Alimentação

2.4.1. Descrição da Atividade

Realizada a 17-10-2018, no Mercado Municipal do Cartaxo no dia da Alimentação com as atividades:

“Lixo depois de Cozinhar?” e “Cheiros na Comida e não só



2.4.2. Pontos Positivos

Os mais novos ficaram positivamente agradados com as ideias.

Existem já muitas crianças que têm a noção da reutilização do lixo após cozinhar e dos cheiros.

2.4.3. Pontos de Melhoria

O espaço distribuído, para além de ser o último, ficava próximo do palco e do som.

Apresentar atividades que permitam mais "o fazer" em vez de " ver fazer".

2.5. ATIVIDADE 5 – Oficina de Feng-Shui

2.5.1. Descrição da Atividade

Realizada a 20-10-2018, na Biblioteca Municipal do Cartaxo dinamizada pela Isabel Valentim.



2.5.2. Pontos Positivos

As pessoas presentes estavam interessadas e participativas com o assunto.

Criou-se logo uma ligação com a Associação.

2.5.3. Pontos de Melhoria

Reduzida participação.

Divulgação pouco eficaz, talvez porque a Associação ainda é pouco conhecida.

2.6. ATIVIDADE 6 – Participação no Ecomarket

2.6.1. Descrição da Atividade

Realizada a 27-10-2018 em Lisboa, Marvila, com uma oficina para crianças denominada "Sustentabilidade em Casa".

2.6.2. Pontos Positivos

Existiu alguma interação e passagem de informação com os mais pequenos.

Muito interesse em pintar.

2.6.3. Pontos de Melhoria

Promover a participação dos pais nestas atividades.

Desenvolver novas formas de ativar o conhecimento nos mais pequenos.

2.7. ATIVIDADE 7 – Biodanza

2.7.1. Descrição da Atividade

Realizada a 10-11-2018, no Pavilhão Municipal de Azambuja, tendo como facilitadora a Ana Garoura.



2.7.2. Pontos Positivos

Os participantes envolveram-se bastante nas atividades propostas.

2.7.3. Pontos de Melhoria

Procurar melhorar a divulgação que se revelou pouco eficaz nas redes sociais.

2.8. ATIVIDADE 8 – Oficina de Macramé

2.8.1. Descrição da Atividade

Realizada a 13-11-2018, na Filarmónica Recreativa de Aveiras de Cima, tendo como dinamizadora a Fátima Leitão.



2.8.2. Pontos Positivos

As pessoas presentes mostraram entusiasmo e vontade de aprender mais.

2.8.3. Pontos de Melhoria

Participação reduzida, talvez devido a uma divulgação pouco eficaz.

2.9. ATIVIDADE 9 – Oficina de Acupressão

2.9.1. Descrição da Atividade

Realizada a 17-11-2018, no salão nobre da Junta de Freguesia de Vila Chã de Ourique, tendo como dinamizadora a Patrícia Tavares.



2.9.2. Pontos Positivos

As pessoas presentes estavam interessadas e participativas com o assunto.

Sendo prático e direto tornou mais fácil a passagem de conhecimento.

2.9.3. Pontos de Melhoria

Reduzida participação.

Divulgação pouco eficaz, talvez por ainda a Associação não ser conhecida.

O nome pode não ter sido muito apelativo.

2.10. ATIVIDADE 10 – Oficina do Lixo ao Luxo

2.10.1. Descrição da Atividade

Realizada a 17-11-2018, na Filarmonica Recreativa de Aveiras de Cima, tendo como dinamizadora a Alzira Maia.



2.10.2. Pontos Positivos

A pessoa presente mostrou-se muito participativa e interessada em continuar a frequentar este tipo de oficinas e levar amigas.

2.10.3. Pontos de Melhoria

Participação muito reduzida (1 pessoa)

A divulgação revelou-se pouco eficaz.

Tornar espaço mais acolhedor.

2.11. ATIVIDADE 11 – Entrevista à Rádio KFM

2.11.1. Descrição da Atividade

Realizada a 24-11-2018 numa entrevista conjunta, com 4 sócias da Free to Be, durante 1 hora nos estúdios da Amora.



2.11.2. Pontos Positivos

A entrevista foi repartida entre todas.

Foi passada a informação do âmbito da Associação.

2.11.3. Pontos de Melhoria

Tentar passar mais o âmbito de atuação da Associação.

2.12. ATIVIDADE 12 – Participação na Feira de Artes e Ofícios de Vale da Pedra

2.12.1. Descrição da Atividade

Realizada de 30-11-2018 a 02-12-2018 no Centro Recreativo de Vale da Pedra com a participação de 5 sócias.



2.12.2. Pontos Positivos

Começa a existir um reconhecimento da Associação.

2.12.3. Pontos de Melhoria

Estando as "vendas" da Associação num espaço limitado e partilhado com artesãs, talvez tenha existido dificuldade em se perceber o que era da Associação.

2.13. ATIVIDADE 13 – Ecomercado de Natal

2.13.1. Descrição da Atividade

Realizada a 08-12-2018 no Mercado de Vila Nova da Rainha.



2.13.2. Pontos Positivos

A Associação parece estar a conseguir veicular a sua mensagem. As pessoas fazem perguntas e reconhecem a importância sobretudo de reduzir o uso de plásticos.

2.13.3. Pontos de Melhoria

Conseguir formas mais apelativas de divulgação e promoção do evento para aumentar o número de participantes.

2.14. ATIVIDADE 14 – Ecofeira de Natal

2.14.1. Descrição da Atividade

Realizada a 15-12-2018 e 16-12-2018 no Mercado Municipal do Cartaxo.



2.14.2. Pontos Positivos

A ligação com os comerciantes do espaço.

Ampliação da rede de parceiros e ligações mais estreitas com os parceiros que já tínhamos.

2.14.3. Pontos de Melhoria

Conseguir melhor adesão ao evento e sua promoção.

Os 2 dias de evento, mesmo tendo sido só da parte da tarde, foi necessária uma grande disponibilidade.

3. CRONOGRAMA

	Set/18	Out/18				Nov/18				Dez/18		
	4S	1S	2S	3S	4S	1S	2S	3S	4S	1S	2S	3S
Act1												
Act2												
Act3												
Act4												
Act5												
Act6												
Act7												
Act8												
Act9												
Act10												
Act11												
Act12												
Act13												
Act14												

4. CONCLUSÕES

Tendo como base a análise dos pontos de melhoria das diversas atividades considera-se pertinente ter em atenção os seguintes aspetos:

- Denominação das Atividades mais apelativas / senso comum
- Não simultaneidade de atividades para possibilitar a participação em cada atividade de um maior número de sócios.
- Maior divulgação em especial entre sócios, se possível cada um garantir, pelo menos, 1 participante convidado.
- Quando se efetuar parcerias em feiras, garantir um espaço destinado apenas à Associação para possibilitar uma melhor veiculação da mensagem.

5. NOTA FINAL

Considera-se que as atividades da Free to Be, neste semestre de arranque, foram um sucesso, que não teria sido conseguido sem a colaboração de todas, dentro das suas possibilidades.

Pretende-se que todas as atividades desenvolvidas e a desenvolver sejam de partilha, amor, e com muito prazer por parte dos intervenientes.

Azambuja, 31 de dezembro de 2018



Susana Maria Melo Fernandes Afonso Lucas

(Presidente da Direção da Free to Be – Associação Educar para a Sustentabilidade)