



SOROPTIMIST®

Investing in Dreams

SONHE \* REALIZE \*  
APOIO PROFISSIONAL  
{ para meninas }<sup>®</sup>

# Kit de ferramentas do clube



# Índice

Este kit de ferramentas foi salvo como um PDF interativo. Clique abaixo para navegar para cada seção.

<b>Introdução</b> .....	<b>3</b>
Como usar este kit de ferramentas e acessar os recursos do projeto .....	4
Perguntas frequentes .....	5
Perguntas gerais .....	5
Perguntas sobre planejamento .....	7
Perguntas sobre o currículo .....	9
<b>Sonhe, Realize — Guia de planejamento</b> .....	<b>11</b>
Guia de início rápido .....	12
Planejando o seu projeto .....	15
Criando um comitê de planejamento .....	15
<i>Sonhe, Realize</i> — Descrição do cargo de coordenadora do clube .....	15
Realização de uma avaliação da comunidade .....	16
Organizando um Grupo consultivo de meninas .....	17
Escolher um modelo: Mentoria em pequenos grupos ou conferência .....	19
Desenvolver parcerias na comunidade .....	20
Criação de orçamento e arrecadação de recursos .....	21
Encontrar um local .....	22
Encontrar meninas que vão participar .....	22
Recursos de recrutamento e publicidade personalizáveis .....	23
<i>Sonhe, Realize</i> — Identidade visual .....	24
Normas e conformidade .....	25
Normas da SIA para trabalhos com jovens .....	25
Lista de verificação de conformidade do clube .....	29
Formulário de conformidade e autorização das associadas .....	30
Formulário de consentimento parental .....	31
Formulário de consentimento para uso de mídia .....	32
Dicas sobre consentimento/cessão de uso de mídia para programas virtuais ...	35

<b>Sonhe, Realize — Guia do currículo</b> .....	<b>36</b>
Visão geral do currículo .....	37
Antes de começar .....	37
Resumo da sessão .....	38
Adaptações do currículo .....	39
Adaptando-se a conferência ou mentoria em pequenos grupos .....	39
Quebra-gelos .....	42
Pausas para se movimentar .....	43
Sessão de orientação profissional .....	45
Outras maneiras de apoiar meninas .....	47
Dicas para facilitação de grupos .....	48
10 dicas para um projeto de sucesso .....	51
<b>Sonhe, Realize — Guia de avaliação e relatórios</b> .....	<b>54</b>
Medição de impacto .....	55
Cronograma de avaliação .....	55
Dicas para administrar a avaliação de participantes .....	55
Formulário de avaliação de participantes .....	57
Relatórios dos clubes: Como enviar informações de avaliação .....	60
Certificado de participante .....	61
Formulário “Compartilhe sua história” .....	61

# Introdução

**Sonhe, Realize—Objetivo: Por meio de educação e acesso a modelos positivos, as meninas serão capacitadas a seguir seus objetivos educacionais e alcançar seu pleno potencial.**

Bem-vinda ao programa global da Soroptimista para meninas—*Sonhe, Realize: apoio profissional para meninas*®.

O programa *Sonhe, Realize* tem como alvo as meninas em escola secundária que enfrentam obstáculos para o seu futuro sucesso. Ele oferece a meninas acesso a modelos profissionais positivos, orientação profissional e recursos para viverem seus sonhos. Os assuntos cobertos incluem oportunidades de carreiras, definição e realização de metas, superando obstáculos para o sucesso e como seguir adiante após contratempos ou derrotas.

A Soroptimista realizou pesquisas no mundo todo para descobrir o que as meninas precisam e o que as Soroptimistas poderiam fazer para atender a essas necessidades.

Descobrimos que as meninas enfrentam uma infinidade de barreiras que as impedem de viver seus sonhos. Todavia, as meninas e os especialistas concordam que elas precisam de acesso a mentores e adultos confiáveis que possam compartilhar seus conhecimentos e oferecer orientação. Essa foi a intersecção perfeita entre o que as meninas precisam e o que a Soroptimista consegue oferecer.

Juntas, nós criamos e transformamos o *Sonhe, Realize* em um programa reconhecido mundialmente por empoderar e capacitar meninas a atingirem seu potencial máximo e viverem seus sonhos.

**Escola secundária é definida como educação após o ensino fundamental e é seguida por ensino superior ou formação vocacional. De modo geral, as meninas em escola secundária têm entre 14 e 18 anos de idade.**

**Apoio profissional significa fornecer assistência, incluindo ajuda financeira, para seguir uma profissão que ofereça oportunidades de sucesso a longo prazo.**

**Nem todas as meninas sabem o que querem fazer na vida, mas as habilidades que aprendem no programa *Sonhe, Realize* irão ajudá-las independentemente da carreira que escolherem seguir ou do momento em que tomarem essa decisão.**

## Programas de Sonhos da Soroptimista

O *Sonhe, Realize* junta-se ao programa de longa duração da Soroptimista, o *Viva o Seu Sonho: prêmios de educação e formação para mulheres*®. Do mesmo modo que os *Prêmios Viva o Seu Sonho* são o nosso programa fundamental de assistência às mulheres, o *Sonhe, Realize* é o nosso principal meio de assistência às meninas.

Esses Programas de Sonhos oferecem assistência significativa a mulheres e meninas para que elas tenham acesso à educação e formação necessárias para atingirem seu potencial máximo e viverem seus sonhos. A Soroptimista está comprometida em investir em programas que demonstrem uma mudança sustentável e mensurável para mulheres e meninas. Os Programas de Sonhos, e especialmente o *Sonhe, Realize*, nos ajudarão a alcançar o nosso **Grande Objetivo de 2021-2031** que é investir nos sonhos de meio milhão de mulheres e meninas por meio de acesso à educação, levando ao empoderamento econômico.



## Sonhe, Realize—Objetivos

1. Aumentar o número de meninas que se sentem preparadas para perseguir suas metas profissionais.
2. Aumentar o número de meninas que se sentem confiantes para estabelecer objetivos viáveis.
3. Aumentar o número de meninas que têm as ferramentas necessárias para superar as dificuldades no caminho para o sucesso.
4. Aumentar o número de meninas que entendem a importância da resiliência.
5. Aumentar o número de meninas que conseguem fazer uma conexão entre seus valores pessoais e carreiras possíveis.
6. Aumentar o número de meninas que se sentem mais confiantes sobre seu sucesso no futuro.
7. Aumentar o número de meninas que têm modelos profissionais.

## Cronograma

Os projetos *Sonhe, Realize* podem ser implementados a qualquer momento durante o ano. Crie um cronograma de acordo com a data do programa e o processo de planejamento do seu clube. Após a conclusão do seu projeto, certifique-se de que as meninas preencham o [Formulário de Avaliação](#) e o enviem a voluntárias(os) designada(os). Em seguida, o seu clube deverá enviar o [Formulário de Relatório do Sonhe, Realize](#) on-line para nos contar sobre seu projeto e fornecer os dados de avaliação das participantes. Recomendamos que você envie o formulário no prazo de um mês após a conclusão do seu projeto, enquanto os detalhes ainda estão frescos.

Todos os relatórios deverão ser enviados até 30 de junho para serem contabilizados nesse ano do clube. Revise o [Guia de avaliação](#) para obter instruções mais detalhadas.

## Como usar este kit de ferramentas e acessar os recursos do projeto

A SIA oferece uma série de recursos para apoiar a participação no programa *Sonhe, Realize*.

Este kit de ferramentas do clube é um ótimo lugar para começar com todos os seus recursos em um só lugar. Ele fornece instruções passo-a-passo sobre como iniciar o seu projeto local — desde o planejamento e a condução de um programa impactante até como avaliar e relatar o impacto do seu projeto.

Você pode encontrar recursos adicionais e fazer o download de recursos para impressão na seção [Sonhe, Realize do site Soroptimist.org](#).

Entre em contato com a equipe do programa da SIA enviando um e-mail para [program@soroptimist.org](mailto:program@soroptimist.org) se tiver alguma dúvida ou se precisar de ajuda para encontrar os dados de contato da coordenadora regional do *Sonhe, Realize* ou coordenadora regional de programas.

### Comece com estes recursos:

- ★ [Sonhe, Realize — Infográfico de impacto](#)
- ★ [Sonhe, Realize — Vídeo \(somente em inglês\)](#)
- ★ [Princípios básicos do Sonhe, Realize — gravação do webinar](#)

# Perguntas frequentes

## Perguntas gerais

### Por que temos esse programa para meninas?

O Conselho de Administração da SIA identificou a necessidade para os programas da SIA fornecerem mudanças sustentáveis e mensuráveis na vida de mulheres e meninas para aumentar nosso impacto coletivo. Por mais de dez anos, o Prêmio Violet Richardson foi o programa da SIA para meninas. O objetivo deste programa era incentivar meninas a serem voluntárias por toda a vida. O Conselho de Administração decidiu que a SIA poderia fazer mais para garantir o empoderamento econômico das meninas. Os clubes podem continuar a oferecer o Prêmio Violet Richardson nas suas comunidades, porém, a SIA não vai apoiar o programa em nível de região ou federação. Se as vencedoras do Prêmio Violet Richardson não forem contabilizadas em um projeto *Sonhe, Realize*, isso poderá ser [relatado como um Projeto Acelerador para o Grande Objetivo](#) e contabilizado para o nosso Grande Objetivo!

### Por que o apoio profissional foi selecionado como o foco do programa?

Recebemos 412 respostas da pesquisa de meninas em 22 países, conduzimos 50 grupos focados em meninas em sete países, consultamos uma pesquisa secundária e entrevistamos especialistas em trabalhos com meninas. Descobrimos que as meninas enfrentam uma infinidade de barreiras que as impedem de viver seus sonhos. Todavia, as meninas e os especialistas concordam amplamente que elas precisam de mentores e adultos confiáveis que possam compartilhar seus conhecimentos e orientá-las como realizar seus sonhos. Essa foi a intersecção perfeita entre as necessidades das meninas e o que a Soroptimista consegue oferecer.

### O que é escola secundária? Por que não usar apenas as idades?

Escolaridade e a idade das meninas em escolas variam, dependendo do país. *Escola secundária* é um termo usado pelas Nações Unidas e se refere a escolaridade que segue o ensino fundamental e que precede o ensino superior ou de formação vocacional. Normalmente, meninas em escola secundária têm idade entre 14 e 18 anos, mas isso varia nos países da Soroptimista.

### O programa é apenas para meninas em escola secundária? E quanto às jovens e aos meninos?

A pesquisa direcionou o nosso foco nas meninas em escola secundária. Os materiais do programa são projetados para esse grupo-alvo. Além disso, a missão da SIA é oferecer a mulheres e meninas o acesso à educação e formação necessárias para alcançarem o empoderamento econômico. Nosso foco está nas necessidades especiais de mulheres e meninas.

### Por que o programa se concentra nas meninas em escola secundária e não nas meninas mais novas?

A SIA se concentra nas meninas em escola secundária porque esse grupo de meninas também é o grupo-alvo do Prêmio Violet Richardson e havia um desejo de continuar trabalhando com a mesma faixa etária. A partir da experiência com os Prêmios Violet Richardson, a SIA está mais equipada para trabalhar com meninas adolescentes do que com uma faixa etária mais nova. A SIA queria desenvolver uma maneira de se envolver de forma mais significativa com meninas adolescentes e ter um impacto maior nas suas vidas. A SIA reconhece que, no cenário



global mais amplo, muita atenção e recursos são dados a meninas mais novas e sua educação primária. Esses esforços são muito valiosos, mas a SIA entende que há mais restrições e desafios em trabalhar com meninas mais novas e também queria satisfazer uma necessidade diferente.

Não há tantos recursos focados em meninas adolescentes, embora haja grande necessidade para esse grupo-alvo. Durante o desenvolvimento desse programa, as entrevistas com as adolescentes foram realizadas e complementadas e contextualizadas por especialistas na área. Por isso, o programa *Sonhe, Realize* foi desenvolvido para suprir essas necessidades específicas. A SIA optou por focar o *Sonhe, Realize* no apoio profissional, uma necessidade que foi identificada por meninas adolescentes e que as Soroptimistas estão preparadas a abordar.

### **Podemos imprimir e vender os nossos próprios produtos com o logotipo do *Sonhe, Realize*?**

O clube pode criar produtos com o logotipo do *Sonhe, Realize* para dar de presente. Entretanto, estes itens não podem ser vendidos por razão alguma, incluindo a arrecadação de fundos. Consulte a [Política de uso de marcas registradas da SIA](#) para obter mais informações.

### **Este programa providencia apoio financeiro para as meninas buscarem seus objetivos profissionais?**

Neste momento, a base do programa é oferecer o currículo do *Sonhe, Realize* no modo de mentoria em pequenos grupos ou no modo de conferência. É por meio do uso do currículo que a meta e os objetivos do programa serão realizados. Alguns clubes podem oferecer um prêmio monetário a uma participante do programa *Sonhe, Realize*, mas isso não é obrigatório nem faz parte do programa.

### **Quais são as expectativas da SIA para a participação do clube no *Sonhe, Realize*?**

A SIA compreende que iniciar um projeto novo é um grande empreendimento. Considere começar aos poucos, com apenas algumas sessões do currículo que podem crescer e se transformar em um programa *Sonhe, Realize* maior. É perfeitamente aceitável organizar sessões de mentoria em pequenos grupos com 5 a 10 meninas ou uma conferência de um dia com 25 a 30 meninas. A SIA quer garantir que a meta e os objetivos do programa sejam atendidos, o que pode ser feito em grande parte por meio de relacionamentos significativos entre as associadas e as participantes.

Para que a participação do clube seja considerada, ele deverá usar no mínimo uma sessão do currículo.

A SIA não espera que os clubes participantes implementem o projeto *Sonhe, Realize* mais que uma vez por ano do clube. No entanto, os clubes podem implementar um projeto com a maior frequência possível para o clube.

A SIA espera que os clubes participantes relatem seus projetos por meio do [Formulário de Relatório do \*Sonhe, Realize\*](#). Recomenda-se que os clubes preencham o formulário no prazo de um mês após o projeto, ou até 30 de junho, no máximo, para serem considerados participantes naquele ano do clube

### **Que reconhecimento é oferecido?**

As meninas que concluírem o *Sonhe, Realize* podem receber um [Certificado de participação](#). As meninas também podem colocar a sua participação no programa *Sonhe, Realize* nos seus CVs.

Os clubes da SIA que participam do *Sonhe, Realize* receberão um reconhecimento da participação da Sede da SIA.



## O que os clubes são obrigados a apresentar em relação a sua participação no *Sonhe, Realize*?

A SIA espera que os clubes participantes relatem seus projetos por meio do [Formulário de Relatório do \*Sonhe, Realize\*](#). Recomenda-se que os clubes preencham o formulário no prazo de um mês após o projeto, ou até 30 de junho, no máximo, para serem considerados participantes naquele ano do clube. É necessário apenas um relatório por projeto. Se um clube oferecer várias sessões de mentoria em pequenos grupos, ou colaborar com outros clubes, há espaço para incluir essas informações em um único relatório.

## Nosso clube não tem condições de assumir um projeto tão grande agora. O que mais podemos fazer para apoiar o *Sonhe, Realize*?

Todos os clubes serão incentivados a planejar um futuro projeto local para apoiar o *Sonhe, Realize*. No entanto, a SIA reconhece que esse é um grande empreendimento para alguns clubes.

Algumas sugestões para estes clubes considerarem:

- ▶ Comece a fazer um planejamento de longo prazo para ver se é viável participar no futuro.
- ▶ Considere o que o clube já está fazendo. Cada um desses projetos apoia o Grande Objetivo da SIA de investir nos sonhos de meio milhão de mulheres e meninas por meio de acesso à educação? Talvez existam projetos que o clube possa abandonar e aplicar seus recursos ao *Sonhe, Realize*.
- ▶ Comece aos poucos, com apenas um pequeno grupo de meninas em um ambiente de mentoria.
- ▶ Faça uma contribuição à Doação dos Clubes e ao Fundo Anual da SIA para apoiar o crescimento do *Sonhe, Realize*.
- ▶ Identifique parceiros comunitários que estariam interessados em apoiar o *Sonhe, Realize*.
- ▶ Recrute novas associadas interessadas especificamente em trabalhar com meninas.
- ▶ Forme uma parceria com um clube próximo para apoiar o projeto dele, ou organizar um projeto em conjunto.

## Perguntas sobre planejamento

### Se o nosso clube já tem um projeto focado em ajudar meninas, devemos mudá-lo?

Os clubes são incentivados a adaptar seus projetos existentes para alinhá-los à meta e aos objetivos do *Sonhe, Realize*. O Grande Objetivo da SIA é investir nos sonhos de meio milhão de mulheres e meninas por meio de acesso à educação até 2031. Só conseguiremos atingir esse objetivo se trabalharmos em projetos semelhantes, o que nos permitirá medir e relatar nosso impacto como uma organização global.

### E se um projeto semelhante já existir na nossa comunidade?

Durante a [avaliação da comunidade](#), você pode ter identificado projetos semelhantes. Reúna-se com as organizações responsáveis pela execução destes projetos para explorar a possibilidade de uma parceria. O *Sonhe, Realize* pode ser um bom complemento para programas existentes. Você também poderá identificar um subgrupo do grupo-alvo que está sendo atendida pelo projeto existente que você pode segmentar para fornecer educação complementar e construção de habilidades.



Acesse a seção [Desenvolver parcerias na comunidade](#) deste kit de ferramentas para obter orientação.

### Qual deve ser o orçamento do nosso clube para o nosso projeto em nível local?

O orçamento deve ser determinado pelo plano de projetos do clube e seus custos na sua comunidade. Em cada uma das sessões curriculares, há uma lista recomendada de materiais a serem adquiridos. Além disso, considere as taxas de aluguel para a localização das instalações, transporte necessário para as meninas, lanches e/ou refeições e presentes para as meninas. Este programa pode ser de interesse para empresas e organizações na sua comunidade que querem apoiar meninas. Trabalhe com empresas locais para obter apoio financeiro ou doações de bens ou serviços para apoiar seu projeto *Sonhe, Realize*.

Acesse a seção [Criação de orçamento e arrecadação de recursos](#) deste kit de ferramentas para orientação.

### Precisamos de verificação de antecedentes para trabalhar com meninas?

Diferentes países, estados e províncias têm regras diferentes que regem o trabalho com jovens. Os clubes devem pesquisar as leis nas suas comunidades para se certificar de que estão em conformidade. Além disso, todos os clubes devem estar em conformidade com as [Normas da SIA para trabalhos com jovens](#).

### Nosso clube nunca fez um projeto como este antes. Quais outros recursos estão disponíveis para nos ajudar com este novo programa?

Para os clubes que nunca trabalharam com meninas antes, o *Sonhe, Realize* pode parecer um grande empreendimento. Este kit de ferramentas fornece aos clubes todas as informações necessárias para participar.

#### ★ [Guia de início rápido](#)

- ▶ Um material simplificado para ajudar você a começar a planejar

#### ★ [Guia do currículo](#)

- ▶ Orientação para entender como usar, de modo eficaz, o currículo baseado em pesquisa

#### ★ [Guia de avaliação](#)

- ▶ Aprenda a capturar o impacto do seu projeto de forma significativa e mensurável

#### ★ [10 dicas para um projeto de sucesso](#)

- ▶ Dicas importantes para ajudar você a fornecer um programa eficaz

Depois de analisar esses materiais, se você ainda tiver dúvidas, entre em contato com sua coordenadora regional do *Sonhe, Realize* para obter assistência. Muitos clubes da Soroptimista ao redor do mundo têm experiência em trabalhar com meninas e eles podem ser um recurso adicional enquanto você planeja o seu projeto *Sonhe, Realize*. As coordenadoras regionais podem ajudar você a fazer essas conexões.

Confira o [Relatório de impacto e engajamento do clube](#) para ver todos os clubes que participaram do programa *Sonhe, Realize* no ano anterior do clube.

## Perguntas sobre o currículo

### **Algumas partes do currículo não seriam apropriadas para a nossa comunidade. Podemos mudá-las?**

O currículo foi criado para ser flexível e adaptável. Nós recomendamos que você revise o currículo e trabalhe em conjunto com o seu Grupo consultivo de meninas para adaptar os exercícios, exemplos e recursos para atender às necessidades da sua comunidade. Qualquer adaptação deve continuar visando aos objetivos de aprendizagem para cada sessão, bem como a meta e os objetivos do *Sonhe, Realize*.

### **Podemos fazer um programa híbrido que inclui uma conferência de um dia e mentoria em pequenos grupos? Ou estamos restritas a apenas um?**

Os clubes que pretendem fazer mais podem criar um programa híbrido que inclui uma conferência seguida de mentoria em pequenos grupos para explorar os conceitos e futuras ideias. Novamente, a meta será garantir que seu projeto no nível local esteja cumprindo a meta e os objetivos do programa.

### **Podemos usar o currículo para meninas mais novas?**

O currículo foi projetado especificadamente para meninas em escola secundária. Alguns conceitos podem não ser tão apropriados ou úteis para meninas mais novas, pois elas podem ainda estar bem longe de pensar no planejamento de carreira.

### **Quem serão as facilitadoras do currículo?**

O currículo foi criado com instruções passo a passo para que as associadas do clube fossem capazes de facilitar cada sessão se assim desejarem. Os clubes também podem considerar convidar outras pessoas da comunidade, como conselheiras, educadoras, ou mulheres de negócios, para facilitarem as sessões.

Ao escolher as facilitadoras, considere as associadas do clube, ou pessoas da comunidade que possuem:

- ▶ Experiência anterior em trabalho com adolescentes.
- ▶ Algum grau de conforto e/ou experiência em liderar discussões de grupo.
- ▶ Boa capacidade de escuta.
- ▶ Uma atitude otimista e positiva para animar as adolescentes a participar.
- ▶ Capacidade de ser aberta e honesta para ajudar as adolescentes a desenvolverem confiança.
- ▶ Disposição para se submeter aos requisitos de verificação de antecedentes da sua área local.

Consulte as [Dicas para facilitação de grupos](#) para obter mais informações sobre a facilitação do currículo do *Sonhe, Realize*.



## E se uma participante trazer à tona um problema que nosso clube não se sente preparado para responder?

Muitas adolescentes lidam com relacionamentos prejudiciais, distúrbios alimentares, problemas de imagem corporal, bullying, automutilação, laços familiares rompidos, transtornos por uso de substâncias, etc. As participantes podem mencionar algumas dessas questões durante o *Sonhe, Realize*. É importante estar ciente das [experiências adversas na infância](#) (ACEs) que podem impactar as participantes. No entanto, não é necessário que seu clube saiba como abordar cada uma dessas questões. É sempre melhor consultar um especialista, mas a maneira como você responde impactará toda a experiência das meninas.

Se uma questão surgir, as associadas do clube deverão responder de uma forma solidária e respeitosa e, em seguida, direcionar a participante para um profissional treinado como um(a) conselheiro(a) escolar, assistente social escolar, ou um(a) conselheiro(a) ou terapeuta em uma organização comunitária local.

Não é esperado que as associadas do clube saibam lidar com qualquer problema que uma adolescente possa enfrentar, ou que forneçam as soluções. A melhor coisa que uma associada do clube pode fazer é ajudar a adolescente a se sentir segura (física e emocionalmente) e estar preparada para conectar as meninas com os recursos disponíveis e outras pessoas capacitadas para responder a essas questões.



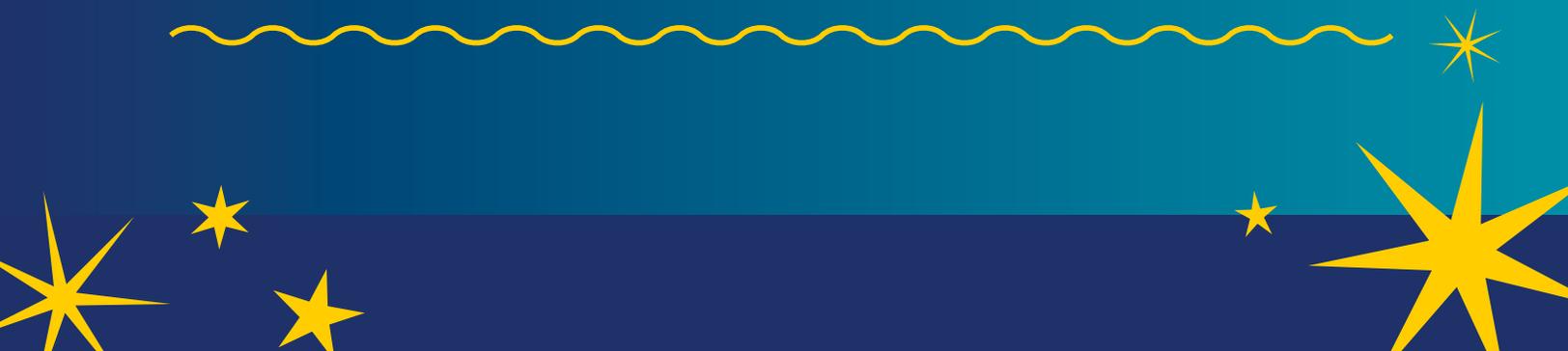
SONHE \* REALIZE \*  
APOIO PROFISSIONAL  
\* {para meninas} \*



SOROPTIMIST®

# *Sonhe, Realize* — Guia de planejamento

---



# Guia de início rápido

Liderar um projeto *Sonhe, Realize* envolve muitos aspectos importantes, por isso criamos este material simplificado para ajudá-la a começar e garantir que tudo seja realizado!

Para organizar o processo de planejamento é importante colocar um prazo com data específica para cada passo e adicionar anotações sobre questões importantes para cada tarefa. A ordem dos passos pode mudar de acordo com vários fatores e alguns passos podem ocorrer simultaneamente. Você pode ajustar a ordem de acordo com as suas necessidades.

Dúvidas? Envie um e-mail para [program@soroptimist.org](mailto:program@soroptimist.org).

**Faça o download deste Guia de início rápido**

	Tarefa	Prazo	Anotações importantes
1° PASSO	<p><b><u>Forme um comitê de planejamento.</u></b></p> <p>Reúna associadas que tenham paixão e tempo para liderar o planejamento, a implementação e a avaliação de um projeto <i>Sonhe, Realize</i>.</p>		
2° PASSO	<p><b><u>Analise os recursos disponíveis.</u></b></p> <p>Solicite o currículo mais atualizado enviando um e-mail para <a href="mailto:program@soroptimist.org">program@soroptimist.org</a>.</p>		
3° PASSO	<p><b><u>Cumpra as novas Normas da SIA para trabalhos com jovens.</u></b></p> <p>Todas as associadas que trabalham no local como parte de um projeto <i>Sonhe, Realize</i> devem cumprir as <a href="#">Normas da SIA para trabalhos com jovens</a>.</p>		
4° PASSO	<p><b><u>Realize uma avaliação da comunidade.</u></b></p> <p>Determine quais serviços de apoio já existem para meninas na sua comunidade. Identifique as necessidades das meninas na sua comunidade e como o <i>Sonhe, Realize</i> pode atender a essas necessidades.</p>		

<p>5° PASSO</p>	<p><b><u>Desenvolva parcerias na comunidade.</u></b></p> <p>Entre em contato com escolas, organizações juvenis, locais de culto e agências de serviços sociais que trabalham com meninas. Desenvolva relacionamentos com os potenciais parceiros na comunidade e determine qual organização tem uma necessidade que pode ser atendida com o <i>Sonhe, Realize</i>.</p>		
<p>6° PASSO</p>	<p><b><u>Organize um Grupo consultivo de meninas.</u></b></p> <p>Quando as meninas estão ativamente envolvidas no processo de planejamento, o projeto tem maior probabilidade de sucesso, pois sua experiência ajudará a moldar um projeto adaptado ao seu público específico.</p>		
<p>7° PASSO</p>	<p><b><u>Escolha um modelo.</u></b></p> <p>Escolha realizar uma conferência de um dia ou sessões de mentoria em pequenos grupos.</p>		
<p>8° PASSO</p>	<p><b><u>Crie um orçamento e arrecade recursos.</u></b></p> <p>Considere entrar em contato com empresas locais identificadas na sua avaliação da comunidade para obter apoio.</p>		
<p>9° PASSO</p>	<p><b><u>Confirme as datas e o local e recrute as participantes.</u></b></p> <p>Trabalhe com seus parceiros na comunidade para identificar meninas que se beneficiariam do <i>Sonhe, Realize</i> e convide-as para participar.</p>		

<p>10° PASSO</p>	<p><b>Identifique os palestrantes.</b></p> <p>Consulte a avaliação da sua comunidade e considere quais organizações podem ter funcionárias que podem influenciar as meninas como palestrantes ou líderes na comunidade local. Considere outras pessoas influentes da comunidade que possam estar interessadas em se envolver.</p>		
<p>11° PASSO</p>	<p><b>Adapte o currículo.</b></p> <p>Trabalhe com seu comitê de planejamento e o Grupo consultivo de meninas para revisar e adaptar o currículo às necessidades do seu público. Faça as alterações necessárias nas sessões curriculares para garantir que elas sejam mais relevantes para as meninas com as quais você estará trabalhando.</p>		
<p>PASSO 12</p>	<p><b>Faça mediação das sessões curriculares do <i>Sonhe, Realize</i> com as meninas.</b></p> <p>Essa é a parte divertida! Consulte as <a href="#">Dicas para facilitação de grupos</a> para obter mais orientações.</p>		
<p>PASSO 13</p>	<p><b>Avalie.</b></p> <p>Peça para as meninas preencherem o <a href="#">Formulário de Avaliação do <i>Sonhe, Realize</i></a> após a última sessão.</p>		
<p>PASSO 14</p>	<p><b>Envie o relatório do seu projeto até 30 de junho.</b></p> <p>Envie o relatório do projeto para a Sede da SIA por meio do <a href="#">Formulário de Relatório do <i>Sonhe, Realize</i></a> até 30 de junho.</p>		

# Planejando o seu projeto

## Criando um comitê de planejamento

1. Introduza o *Sonhe, Realize* para outras voluntárias para medir seu interesse em participar
2. Crie um comitê de planejamento composto por voluntárias engajadas e dedicadas para impulsionar o planejamento, a implementação e avaliação do seu projeto.
3. Escolha uma coordenadora de clube para assumir a liderança. Veja abaixo uma descrição breve do cargo.

## Sonhe, Realize—Descrição do cargo de coordenadora do clube

### Responsabilidades

- ▶ Analisar o kit de ferramentas do clube do *Sonhe, Realize* e familiarizar-se com as diretrizes do programa.
- ▶ Analisar as [Normas para trabalhos com jovens](#) e garantir que seu clube cumpra todas as verificações de antecedentes e procedimentos de segurança necessários.
- ▶ Introduzir o *Sonhe, Realize* para outras voluntárias para medir seu interesse em participar.
- ▶ Criar um comitê de planejamento composto por voluntárias engajadas e dedicadas para impulsionar o planejamento, a implementação e avaliação do seu projeto.
- ▶ Reunir-se com organizações locais para buscar parcerias, incluindo outros clubes Soroptimistas.
- ▶ Promover o programa para meninas, voluntárias e possíveis palestrantes externas.
- ▶ Planejar e executar seu(s) programa(s).
- ▶ Distribuir os [Formulários de avaliação de participantes](#) para as meninas e, em seguida, recolhê-los.
- ▶ [Enviar o relatório do seu projeto à SIA](#) até o prazo anual de 30 de junho.

### Habilidades recomendadas para coordenadoras de clubes

- ▶ Entusiasmo pelo *Sonhe, Realize*
- ▶ Tempo e capacidade para administrar o programa de forma eficaz
- ▶ Familiaridade com o uso de e-mail para se comunicar e capacidade de usar a Internet para relatar a participação do clube
  - ▶ *\*Caso você não tenha familiaridade com tecnologias, recomendamos escolher uma coordenadora de clube que tenha, ou pedir a colaboração de outra associada.*
- ▶ Compaixão pelas jovens e suas circunstâncias
- ▶ Qualificação para promover o programa para potenciais organizações, participantes ou voluntárias

## Realização de uma avaliação da comunidade

Nos estágios iniciais do processo de pesquisa e design para o *Sonhe, Realize*, a Soroptimista realizou uma pesquisa e uma avaliação global das necessidades nos países e territórios onde atua. O foco do programa de apoio profissional foi escolhido principalmente porque essa foi a necessidade identificada por meninas no mundo todo. Mas as necessidades específicas e a disponibilidade de serviços para meninas diferem de um local para outro. Agora é sua vez de realizar pesquisas locais e a sua própria avaliação da comunidade.

### As metas da avaliação da comunidade servem para:

- ▶ Determinar serviços de apoio disponíveis para meninas e se eles incluem ou não apoio profissional.
- ▶ Determinar as necessidades das meninas na sua comunidade e como o *Sonhe, Realize* pode atender a essas necessidades.
- ▶ Identificar possíveis parceiros na comunidade para o projeto e começar a desenvolver relacionamento com esses parceiros em potencial. As parcerias podem ajudar a identificar meninas que podem se beneficiar do projeto, ou possivelmente que podem ajudar com o projeto atuando como interlocutoras ou mentoras.
- ▶ Pesquisar as empresas locais que poderão oferecer apoio financeiro ou de materiais.
- ▶ Garantir que não esteja replicando o bom trabalho de outras organizações.
- ▶ Criar suporte para seu projeto enquanto começa a envolver as partes interessadas.

### Possíveis parceiros incluem:

- Escolas
- Agências governamentais
- Escoteiras ou guias
- Clubes de meninas
- YMCA ou YWCA
- Outras organizações sem fins lucrativos
- Universidades
- Centros/abrigos para meninas

### Para ajudar a orientar a avaliação, faça perguntas como:

- ▶ Que organizações ou agências já trabalham com meninas?
- ▶ As agências, escolas ou organizações comunitárias já estão oferecendo apoio profissional para meninas?
- ▶ Que tipo de meninas estes programas miram? Alguma menina é excluída?
- ▶ Que outros grupos, empresas ou tipo de pessoas estariam interessados em apoiar o *Sonhe, Realize*?
- ▶ As escolas têm conselheiro educacional e/ou profissional? Que tipo de apoio eles oferecem?

Um bom lugar para começar a sua avaliação da comunidade é com as pessoas que você já conhece. Pergunte a outras voluntárias ou pessoas na sua rede social se elas têm contatos com outras organizações comunitárias que estão trabalhando com meninas e/ou escolas. Faça com que elas entrem em contato com estes contatos para encontrar as respostas para as perguntas acima. Estas conexões provavelmente poderão indicar a direção, ou até mesmo resultar em mais futuros parceiros ou fontes de informação.

Faça uma lista dos contatos que você fez durante a sua avaliação da comunidade. Mesmo se você decidir não trabalhar com algumas organizações, escolas ou empresas identificadas, você poderá precisar deles em outras etapas do projeto como recursos, ou apoio, para as meninas que participam do *Sonhe, Realize*.

## Organizando um Grupo consultivo de meninas

Ao começar a planejar o seu projeto *Sonhe, Realize*, é importante incluir meninas no processo de planejamento, não somente como beneficiárias, mas também como planejadoras. Como em qualquer projeto, é essencial obter o feedback do grupo-alvo que você está procurando ajudar. Isto é especialmente verdade com meninas, as quais frequentemente lutam para que suas vozes sejam ouvidas. Para realizar isto, faça uma parceria com meninas por meio da formação de um Grupo consultivo de meninas para ajudar a planejar, implementar e avaliar o seu projeto. Esta parceria significa que ambos os grupos — voluntárias e meninas — devem ter a oportunidade de fazer sugestões e tomar decisões com relação ao *Sonhe, Realize*.

### Por que devemos fazer parceria com meninas?

Quando as meninas estão envolvidas ativamente no planejamento de projeto para elas, é mais provável que este projeto seja um sucesso. Aproveite o conhecimento que as meninas podem oferecer. Elas sabem o que vai inspirar e despertar o interesse nas suas colegas. Deixar as meninas ter a autoridade para tomar decisões sobre o *Sonhe, Realize* as ajuda a desenvolver habilidades importantes como, por exemplo, de liderança, planejamento e trabalho em equipe. Além disso, fazer parte de uma parceria pode criar um sentido de pertencimento e o sentimento de ser necessária e valorizada. Por sua vez, isto ajuda as meninas a aumentarem a sua autoestima e confiança.

### Como formar um Grupo consultivo de meninas

O seu Grupo consultivo de meninas deve refletir as meninas que você espera alcançar por meio do *Sonhe, Realize*. Por exemplo, se você está planejando trabalhar em uma determinada escola na sua comunidade, as meninas para o seu grupo deverão ser escolhidas entre as alunas daquela escola. Elas também podem ajudar a recrutar participantes para o programa e ajudar a fazer um acompanhamento com suas colegas.

Há vários modos diferentes de encontrar meninas para participar. As voluntárias podem fazer parcerias com escolas, agências de serviço social, organizações comunitárias ou podem entrar em contato com equipes esportivas ou centros religiosos. Durante a sua avaliação da comunidade, você provavelmente irá identificar várias organizações que trabalham com meninas.

No futuro, as suas melhores candidatas serão as antigas participantes do *Sonhe, Realize*.

### Dicas para trabalhar com meninas:

Trabalhar com meninas pode ser algo novo para você. Use as seguintes dicas para trabalhar com meninas para assegurar um bom relacionamento:

- ▶ Peça as opiniões delas, ouça e valorize suas opiniões. Se as ideias delas não puderem ser implementadas, explique o porquê. Voluntárias adultas estão implementando o programa, mas as tomadas de decisões importantes devem ser compartilhadas com as meninas.
- ▶ Dê funções desafiadoras e de responsabilidade para as meninas, além do treinamento e apoio de que elas precisam para serem bem-sucedidas naquelas funções.
- ▶ Trate as meninas como indivíduos e as assegure de que você está interessada nos seus pontos de vista singulares. Não suponha que uma menina representa o ponto de vista de todas elas.



- ▶ Não vá muito depressa. Lembre-se de que leva tempo para cultivar a confiança e relacionamento com meninas.
- ▶ Marque reuniões quando as meninas puderem comparecer e em local que seja acessível a elas.
- ▶ Lembre-se de que as meninas têm outros interesses e responsabilidades. Não lhes dê demasiadas responsabilidades e entenda se elas tiverem de recusar algumas.
- ▶ Não espere mais das meninas do que você esperaria de qualquer outro adulto, nem imponha a elas regras mais rigorosas.
- ▶ Lembre-se de que o seu papel na parceria com as meninas não é o de mãe ou pai. Nós queremos fornecer meios diferentes e saudáveis para as meninas se relacionarem com adultos.
- ▶ Não menospreze as meninas—incentive-as com paciência e apoio.
- ▶ Certifique-se de que as meninas tenham a permissão dos pais para participar no projeto.
- ▶ Ofereça às meninas um auxílio para transporte público para irem ou voltarem de reuniões do Grupo consultivo de meninas, sessões de mentoria em pequenos grupos ou conferência.

### **“Que aspectos sobre meninas você gostaria de ter compreendido previamente, mas teve de aprender durante o seu projeto?”**

“Aprendi a entender e a contar com as diferenças culturais, geracionais e socioeconômicas entre as meninas e as Soroptimistas.” – Ana Neal, SI/Garden Grove, CA (Região da Costa Deserta)

“Aprendi que as meninas passam por fases que vão de total confiança até o desespero absoluto e que o relacionamento de mentoria é muito importante para elas e suas famílias, especialmente na adolescência.” – Susan Hollandsworth, SI/Ashland, OR (Região Noroeste)

“Aprendi que a inteligência e os sentimentos das meninas são intensos.” – Elissa Wilson, SI/Evanston, WY (região de Peaks to Plains)

“Encontramos meninas altamente motivadas e com entusiasmo para ajudar outras pessoas. Às vezes, as adolescentes são retratadas como egocêntricas, mas descobrimos que quanto mais elas se envolviam na comunidade, mais queriam contribuir.” – Carole Celler, SI/Upper Montgomery County, MD (Região da Costa Centro-Leste)

“Aprendi quão incrivelmente multifacetados são os problemas e desafios que as mulheres jovens enfrentam e a complexidade de ajudá-las no mundo moderno.” – Monica Dixon, SI/Sequim, WA (Região Noroeste)

“Eu gostaria de ter sabido o quão ansiosas por atenção as meninas seriam. Eu esperava desinteresse e a opinião de que nós somos somente umas velhas. Em vez disso, elas foram muito responsáveis e ficaram felizes em passar um tempo conosco.” – Dorothy Pierce, SI/Condado de Centre, PA (Região do Atlântico Norte)

## Escolher um modelo: mentoria em pequenos grupos ou conferência

O [currículo do Sonhe, Realize](#) oferece informações para ajudar as meninas a entenderem e alcançarem seus objetivos profissionais. As voluntárias podem escolher um dos dois modelos para entregar essas informações: sessões de mentoria em pequenos grupos ou conferência. A decisão é tomada dependendo dos resultados da avaliação da comunidade e do que as voluntárias estão interessadas a fazer. Ambos os modelos irão envolver trabalho e preparação similares.

### Mentoria em pequenos grupos

A mentoria em pequenos grupos envolve a reunião de voluntárias com um pequeno grupo de meninas por aproximadamente uma hora por mês, por uma série de semanas ou meses. Em cada reunião, trata-se uma sessão curricular. O número de meninas que podem participar é determinado pelo número de meninas interessadas e pelo número de voluntárias interessadas. Sugerimos, no máximo, quatro meninas por voluntária.

### Conferência

A conferência pode acomodar um grupo maior de meninas que se reúnem para aprender o currículo em um curto período de tempo. O modo de conferência requer que as voluntárias encontrem um espaço correto para realizar a conferência, elaborem o programa da conferência baseando-se no currículo, garantem palestrantes e verifiquem que é possível conseguir público para o dia. Você pode alcançar um grupo maior de meninas em menos tempo, mas é mais difícil construir relacionamentos mais profundos que podem se desenvolver durante as sessões de mentoria em pequenos grupos. Um fim de semana, férias escolares ou feriados são os melhores momentos para uma conferência.

Ambos os modelos incluirão atividades divertidas e de criação de equipe para as meninas, e poderão ser repetidos ano após ano com novos grupos de meninas.

#### Mentoria em pequenos grupos



**Pode desenvolver relacionamentos mais profundos com grupos menores (menos meninas por voluntária)**



**Mais dificuldade em agendar e encontrar meninas para se comprometerem com todas as sessões**

#### Conferência



**Pode alcançar mais meninas em menos tempo (grupo maior de participantes)**



**Logisticamente, é mais fácil agendar um evento, em vez de uma série**



**Mais dificuldade em construir relacionamentos mais profundos com meninas quando vocês se encontram apenas uma vez em um grupo grande**

## Desenvolver parcerias na comunidade

Durante a avaliação da comunidade, você identificou outras organizações, empresas, indivíduos e contatos em escolas que estão trabalhando com meninas. Assim que você escolher o modelo, estará na hora de entrar em contato com parceiros em potencial. Esta pode ser a primeira vez que voluntárias trabalham com meninas ou com o tema de apoio profissional. As parcerias com escolas, ou outras organizações locais que compartilham o nosso objetivo de ajudar meninas, podem aumentar o impacto do projeto.

### Além disso:

- ▶ As parcerias podem ajudar você a alcançar um público-alvo maior de meninas e realizar um trabalho que você não poderia fazer sozinho.
- ▶ As parcerias podem fazer um melhor uso dos recursos e tratar de um assunto social com mais profundidade e eficiência.
- ▶ As parcerias podem aumentar o número de organizações conscientizadas que trabalham com assuntos que afetam meninas.
- ▶ Um projeto pode ganhar credibilidade tendo grupos e parceiros estabelecidos associados com ele.

**Ao conversar com outros grupos, identifique também as pessoas que poderiam servir no comitê de planejamento. Envolver as partes interessadas importantes irá ajudar você a realizar um projeto bem-sucedido.**

Examine a sua avaliação da comunidade para determinar o que você irá precisar para o seu projeto. Em seguida, identifique as empresas, organizações ou escolas locais que possam ser mais úteis para você, e que também tenham algo a ganhar em fazer uma parceria com você. Entre em contato com essas instituições e comece um relacionamento.

As duas qualidades mais essenciais para uma parceria

bem-sucedida são expectativas claramente definidas e comunicação constante. Trabalhe com seus parceiros para definir as expectativas e responsabilidades. Você pode esboçar um acordo por escrito para definir claramente as funções e expectativas. Planeje múltiplas oportunidades para comunicação, para que assim todos os parceiros se mantenham informados. Além disso, certifique-se de que os indicadores de sucesso foram concordados por todos os parceiros. Todas as partes interessadas deverão concordar com a mesma definição de sucesso.



**Faça o download do exemplo da Proposta de parceiro da comunidade**

## Criação de orçamento e arrecadação de recursos



### Criação de orçamento

Assim que o seu plano estiver em vigor, faça um orçamento. Identifique as despesas e as receitas. Ao definir um orçamento, especifique-o da forma mais detalhada possível. Assim que o orçamento inicial foi criado, compare-o com os seus recursos. É muito provável que o orçamento seja maior do que os recursos disponíveis. Neste ponto, você deverá decidir como arrecadar os recursos para compensar a diferença.

### Arrecadação de recursos

A arrecadação de recursos requer um tempo e energia considerável. Portanto, identifique três a cinco voluntárias para formar um comitê de arrecadação de recursos. Existem quatro meios principais para arrecadar os recursos para um projeto:

- ▶ Realizar um evento de arrecadação de recursos na comunidade
- ▶ Solicitar patrocínio de empresas e de estabelecimentos locais
- ▶ Solicitar subsídios
- ▶ Pedir doações a pessoas da comunidade

A arrecadação de recursos da comunidade é uma excelente maneira de arrecadar recursos e ampliar a visibilidade da Soroptimista na comunidade.

Na sua avaliação da comunidade, você identificou empresas que podem estar interessadas em apoiar o seu projeto. Patrocinar um projeto *Sonhe, Realize* oferece às empresas a oportunidade de demonstrar que estão comprometidas em retribuir à comunidade. Solicite patrocínio fazendo um pedido de doações em dinheiro, doações de bens ou serviços como, por exemplo, alimentos ou brindes para as meninas, ou descontos para materiais e/ou serviços. Ofereça uma breve descrição do projeto e ofereça razões pelas quais a empresa deveria patrocinar o projeto. O que recebem em retorno? Como você irá reconhecer e divulgar o patrocínio? Informe as empresas se há outros patrocinadores.

Uma outra opção de financiamento são os subsídios comunitários. Pesquise as possíveis oportunidade para subsídios e solicite financiamento.

Além disso, as doações podem ser solicitadas a pessoas da comunidade. Se, na sua avaliação da comunidade, você identificou as pessoas que poderiam estar dispostas a apoiar financeiramente o seu projeto, faça um acompanhamento e solicite uma doação em dinheiro. Você pode também solicitar doações de outras voluntárias, mas lembre-se de que as voluntárias já estão doando generosamente o seu tempo e energia.

### Subsídios para clubes Soroptimistas

Os Subsídios para Clubes Soroptimistas para Educação e Empoderamento econômico são uma forma pela qual a Sede da SIA fornece apoio financeiro a projetos do clube que aumentam o acesso à educação, incluindo o programa *Sonhe, Realize*. As inscrições são aceitas todos os anos entre 1 de janeiro e 1 de abril para que o financiamento seja usado no ano seguinte do clube. Para obter mais informações e recursos para ajudar a preparar a sua inscrição, [acesse a nossa página de Subsídios para Clube](#).



**Faça o download de um modelo de carta de patrocínio personalizável**



## Encontrar um local

É importante encontrar um espaço de acesso conveniente e adequado ao tamanho e disponibilidade do seu grupo. Tente encontrar um espaço casual e confortável que não fique longe do centro da cidade ou da maioria das escolas ou organizações das meninas. Se o lugar estiver muito longe, a dificuldade de acesso pode impedir que algumas meninas participem.

Existem vários recursos comunitários diferentes a serem considerados a escolher um local. Primeiro, confira com as escolas locais para ver se há salas de aula, ginásios ou auditórios disponíveis durante horário de lanche, depois das aulas ou nos fins de semana.

Os centros comunitários locais—YMCA, YWCA ou academias de ginástica ou de ioga—podem dispor de salas adequadas para uso público. Além disso, salões ou centros afiliados a comunidades religiosas locais podem estar disponíveis para aluguel.

Os clubes também podem entrar em contato com as universidades locais, que, de modo geral, têm salas de palestras e grandes salas de aula disponíveis durante horas vagas. Hotéis próximos, centros de retiros, colônias de férias e centros de conferências também são locais viáveis.

Após obter um local, marque a(s) data(s) e os horários para o seu projeto.

## Encontrar meninas que vão participar

O projeto *Sonhe, Realize* visa alcançar meninas que não têm acesso aos recursos ou informações para viver os seus sonhos. O programa se concentra nas meninas em escola secundária, ou em formação antes de receberem um diploma ou licenciatura. Na maioria dos casos, as meninas têm entre 14 e 18 anos de idade.

As meninas de outras idades podem se beneficiar do programa. No entanto, a pesquisa realizada pela Soroptimista para criar o programa identificou essa necessidade específica para esse grupo-alvo específico de meninas.

Embora todas as meninas enfrentem barreiras devido ao gênero, estamos tentando alcançar meninas que enfrentam obstáculos adicionais, como vir de comunidades de baixa renda, ambientes familiares instáveis, famílias minoritárias, imigrantes ou refugiadas, assistência social, racismo ou ser mães adolescentes. Ajudar essas meninas a identificarem seus objetivos de carreira e o caminho para o sucesso as ajudará a superar as barreiras e os obstáculos que enfrentam para realizar seus sonhos futuros.

Estas meninas especificamente:

- ▶ Enfrentam obstáculos ao seu sucesso
- ▶ Estão em risco de não atingirem seus sonhos
- ▶ Não têm acesso a modelos profissionais
- ▶ Não têm acesso à educação profissional
- ▶ Não sabem quais os passos devem seguir para atingir seus objetivos

De modo geral, pense amplamente sobre as necessidades da sua comunidade para determinar o público-alvo que mais se beneficiaria do envolvimento neste programa. Da mesma maneira como você identificou as meninas para participar do seu Grupo consultivo de meninas, você pode estabelecer relacionamentos com escolas, organizações comunitárias, equipes esportivas ou centros religiosos. Considere entrar em contato com um conselheiro de orientação escolar para se aproximar de meninas que correm o risco de abandonar a escola antes da graduação, ou funcionários de organizações de colônias



de férias para meninas, programas para adolescentes, abrigos de gravidez para adolescentes ou organizações de acolhimento familiar.

Além disso, quando você realizou sua avaliação da comunidade, você deve ter identificado outras organizações que trabalham com meninas. Use estes recursos para encontrar meninas ou anunciar seu projeto.

À medida que você começa a identificar as meninas, tenha em mente as duas opções para entregar o projeto: uma conferência ou uma série de sessões de mentoria em pequenos grupos. O tamanho do grupo e as necessidades específicas das meninas podem determinar qual o melhor método.

## Recursos de recrutamento e publicidade personalizáveis



**Faça o download do Folheto de recrutamento personalizável**

**Faça o download da Apresentação resumida personalizável para meninas**

**Faça o download de uma Carta personalizável para os pais**



**Faça o download do modelo de Comunicado à imprensa para a conferência de um dia**

**Faça o download do modelo de Comunicado à imprensa para sessões de vários dias**

### Recursos adicionais:

- ★ [Diversidade, equidade e inclusão: Treinamento e recursos](#)
- ★ [Histórias de sucesso do clube: Sonhe, Realize](#)
- ★ [Loja Soroptimista](#)

# Sonhe, Realize — Identidade visual

## Sonhe, Realize — Logotipos

Inglês



Japonês



Espanhol



Chinês



Português



Coreano



## Cores do logotipo



Cor Pantone mais próxima: 7686 C

C: 100 M: 92 Y: 25 K: 13

R: 37 G: 53 B: 114

Código Hex: #253572



Cor Pantone mais próxima: 253 C

C: 39 M: 92 Y: 0 K: 0

R: 177 G: 28 B: 171

Código Hex: #a43a95

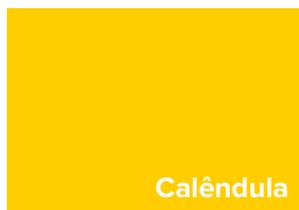


Cor Pantone mais próxima: 320 C

C: 100 M: 12 Y: 31 K: 1

R: 0 G: 152 B: 168

Código Hex: #009aaf



Cor Pantone mais próxima: 116 C

C: 0 M: 18 Y: 100 K: 0

R: 255 G: 207 B: 1

Código Hex: #ffc001

## Fontes do logotipo

Sonhe, Realize: Quicksand

Apoio profissional: Sanchez

Para meninas: Xiomara

[Fazer download de logotipos e Fontes](#)

# Normas e conformidade

Para desenvolver os projetos dos clubes em um ambiente seguro e protegido para as jovens participantes, todos os clubes que participam do projeto *Sonhe, Realize* são obrigados a seguir todas as normas e regras descritas nas Normas da SIA para trabalhos com jovens.

Em alguns países, existem regras sobre como trabalhar com jovens. É necessário que você verifique as leis estaduais locais e/ou do país para saber quais verificações de antecedentes ou outras autorizações são necessárias para as voluntárias que trabalham com meninas. Nos Estados Unidos e no Canadá, todas as voluntárias que trabalham diretamente com meninas no *Sonhe, Realize* precisam realizar verificação de antecedentes. Isso é exigido pela seguradora da Soroptimista para proteger a organização e as voluntárias de responsabilidades legais que podem surgir ao trabalhar com jovens.

Complete a Lista de verificação das Normas da SIA para trabalhos com jovens para garantir que seu o clube esteja em conformidade.

## Normas da SIA para trabalhos com jovens

A Soroptimist International of the Americas, Inc. está comprometida em fornecer um ambiente seguro para as jovens que participam das atividades no âmbito de nossos projetos em todos os níveis da organização: clube, região e união. Quando trabalhamos com jovens, o cuidado e bem-estar deles são confiados a nós.

Como organização de serviço comunitário com integridade e os mais altos padrões de conduta, nós temos tolerância zero para qualquer abuso ou comportamento inapropriado quando trabalhando com crianças e qualquer população vulnerável. Nós também procuramos minimizar qualquer vulnerabilidade a acusações injustificadas de comportamento inapropriado que as nossas associadas possam experimentar enquanto realizam o trabalho do seu projeto. Para preencher todos estes comprometimentos, a SIA adotou as seguintes normas a serem usadas, sem exceção, quando clubes, associadas ou voluntárias participam em projetos ou quaisquer atividades que envolvam jovens. Estas normas são aplicáveis a projetos novos e existentes e incorporam componentes de prevenção de abuso de crianças publicados pelo CDC.

**Clubes e associadas que desejam trabalhar com jovens estão obrigados a seguir estas normas. Se, por qualquer razão, associadas sentem que não podem seguir estas normas, elas deverão descontinuar qualquer trabalho com jovens.**

## Regras gerais para interação com jovens

- 1 As associadas do clube devem ter pelo menos dois adultos presentes durante as interações com jovens.
- 2 Uma associada que trabalha com jovens deverá ser designada como supervisora ou acompanhante. Essa pessoa deverá ter mais de 21 anos e deverá tomar responsabilidade por assegurar que todas as diretrizes sejam seguidas.
- 3 Durante o trabalho com jovens, o espaço utilizado deverá ser altamente visível. Nenhuma atividade deverá ser realizada a portas fechadas.
- 4 As associadas não deverão oferecer transporte às jovens em seus veículos pessoais. Todavia, se for inevitável, é obrigatório obter permissão por escrito de pai/mãe/responsável.
- 5 O trabalho com jovens não pode ser realizado na casa das associadas.
- 6 As associadas não podem trabalhar na casa das jovens.
- 7 É proibido qualquer programa de pernoite.
- 8 Todos os documentos que contêm informações pessoais sobre as jovens participantes em projetos da Soroptimista deverão ser considerados confidenciais.
- 9 As associadas individuais nunca deverão iniciar contato diretamente com jovens por meio de mídia social ou outros canais. Se houver necessidade de usar mídia social (como o Facebook) e comunicação eletrônica (como e-mail), elas não deverão ser usadas individualmente, mas apenas em grupo.
- 10 Qualquer postagem ou compartilhamento público de fotos ou informações das jovens devem primeiro ter permissão por escrito da jovem e de pai/mãe/responsáveis.
- 11 Os clubes devem ter os formulários de consentimento de pai/mãe/responsáveis antes do início da participação no projeto.
- 12 Os clubes devem ter um procedimento para monitorar a entrada e saída das jovens que estão participando no projeto.
- 13 As associadas devem se abster do uso de bebidas alcoólicas e/ou produtos de tabaco enquanto estiverem trabalhando com jovens.
- 14 O pai/a mãe/os responsáveis devem ser incentivados a fazerem visitas inesperadas ao projeto.



## Comportamentos apropriados/inapropriados

- ▶ Às vezes é pouco claro se um comportamento é apropriado, inapropriado ou pernicioso. As voluntárias têm o dever de agir de tal maneira como uma pessoa razoavelmente prudente agiria em situação similar. Isto se aplica a todos os comportamentos quando trabalhamos com jovens.
- ▶ Comportamentos como, por exemplo, comentários degradantes ou sexualmente provocativos, piadas adultas, abraços íntimos ou tapinhas nas nádegas são sempre comportamentos inapropriados e proibidos por estas normas.

## Verificação de antecedentes/autorizações

- ▶ A SIA exige verificação de antecedentes para todos os adultos que trabalham com jovens. A verificação de antecedentes deve ser conforme as leis locais, estaduais e requisitos nacionais aplicáveis. Para clubes nos EUA, a SIA recomenda a [Hire Image](#) para verificações de antecedentes. A empresa tem informações sobre clubes da SIA e pode poupar o tempo e o esforço ao fornecer prova de status 501(c)(3).
- ▶ Antes de começar qualquer projeto que envolva jovens, todas as associadas do clube deverão ter as apropriadas verificações de antecedentes realizadas. Os tipos de verificação de antecedentes são determinados baseados nos requisitos locais e estaduais com trabalho que envolvem jovens. Sugerimos que o seu clube crie uma norma sobre as verificações de antecedentes necessárias para que suas associadas possam trabalhar com jovens.
- ▶ Associadas que já têm verificação de antecedentes devem fornecer a documentação à presidente do clube.
- ▶ É proibido que as voluntárias com antecedentes participem nos projetos envolvendo jovens. Se surgir qualquer dúvida sobre os resultados de uma verificação de antecedentes, o clube deverá entrar em contato com a Diretora de Operações/Diretora Financeira da Sede da SIA.
- ▶ As presidentes/tesoureiras do clube devem garantir que as autorizações atualizadas sejam mantidas para todas as associadas que participam de projetos para jovens.
- ▶ As verificações de antecedentes aprovadas são válidas por até dez anos.
- ▶ Confira a seção de [Perguntas frequentes sobre verificação de antecedentes](#) para obter as respostas a perguntas frequentes (somente em inglês).

## Treinamento sobre Normas para prevenção de abuso no trabalho com jovens

- ▶ Antes de começar um projeto que envolve jovens, todas as associadas de clube envolvidas devem participar de quaisquer programas de instrução e treinamento e ler quaisquer manuais de treinamento fornecidos pela SIA.
- ▶ Para clubes fora dos Estados Unidos, os clubes devem obter materiais de fontes locais para instruir as associadas sobre as leis governantes para voluntárias que trabalham com jovens nos seus países.
- ▶ O treinamento sobre as Normas da SIA para trabalhos com jovens deve ser realizado pelo clube anualmente.



- ▶ O treinamento sobre as Normas da SIA para trabalhos com jovens deve ser fornecido a todas novas associadas.

## Denunciar suspeita de abuso/alegações de abuso

- ▶ Qualquer pessoa que presenciar ou ter suspeita razoável de comportamento inapropriado, suspeita de lesão, abuso ou assédio em conexão com qualquer atividade de clube deverá informar imediatamente a presidente ou tesoureira do clube, as quais irão seguir os requisitos legais aplicáveis para denúncia às agências apropriadas ou às autoridades policiais, (verifique as leis do seu estado — algumas leis exigem denúncia imediata ao estado por uma pessoa apropriada).
- ▶ Ao mesmo tempo, um relatório de informações deverá ser enviado à Diretora de Operações/Financeira e à Diretora Executiva da SIA, que entrarão em contato com o consultor jurídico e a seguradora.
- ▶ Em hipótese alguma, uma dirigente ou associada do clube deverá realizar qualquer inquérito ou investigação sobre tais situações.

## Execução dos procedimentos

- ▶ Antes de realizar os trabalhos com jovens, todas as associadas do clube que participam do projeto deverão assinar o [Acordo de conformidade e autorização](#) que abrange a verificação de que todos os materiais relativos às jovens foram lidos e compreendidos e que você está autorizando o seu clube a realizar uma verificação de antecedentes. O clube deve manter cópias dos acordos assinados todos os anos. Qualquer programa de treinamento ou manuais de treinamento aplicados pela SIA deverão ser concluídos antes de iniciar o trabalho com jovens.
- ▶ A presidente ou tesoureira de clube deverá arquivar todos dos documentos de verificação em arquivo trancado ou outro local seguro onde os registros financeiros dos clubes são guardados. A presidente ou tesoureira do clube irão manter sempre a confidencialidade das informações.

## Revisão das normas

A SIA, com assistência de assessoria jurídica, irá regularmente examinar estas normas. Se necessário, as normas serão modificadas de acordo com a leis atuais e requisitos de seguros. Qualquer mudança será comunicada pela SIA a todos os clubes.

[Faça o download da Lista de verificação de conformidade do clube](#)

[Faça o download do Formulário de conformidade e autorização das associadas](#)

[Faça o download do Formulário de consentimento parental](#)

[Faça o download do Formulário de consentimento para uso de mídia](#)

# Lista de verificação de conformidade do clube

## Siga estes passos para cumprir as Normas da SIA para trabalhos com jovens:

- Pesquise as leis municipais, estaduais e nacionais e inclua quaisquer triagens necessárias para garantir a conformidade**
  - Caso esteja trabalhando junto a um(a) parceiro(a) da comunidade, realize quaisquer verificações necessárias para estar de acordo com as regulamentações dele(a).
  - Obtenha as verificações e autorizações necessárias. Recomenda-se que os clubes nos EUA usem a [Hire Image](#) para verificações de antecedentes.
- Cada associada do clube que interage com as jovens deve:**
  - Ler as [Normas da SIA para trabalhos com jovens](#)
  - Ler as informações sobre [Prevenção de abuso no trabalho com jovens](#).
  - Enviar um [Formulário de conformidade e autorização das associadas](#) assinado à tesoureira do clube.
  - Enviar cópias de verificações de antecedentes à tesoureira do clube ou autorizar a liderança do clube a realizar triagens e verificações de antecedentes por meio do [Formulário de conformidade e autorização de associadas](#).
- Reúna os seguintes formulários de consentimento e autorização para as jovens participantes:**
  - [Sonhe, Realize — Formulário de consentimento parental](#)
  - [Sonhe, Realize — Formulário de consentimento para uso de mídia](#)

# Formulário de conformidade e autorização das associadas

Como associada de um clube Soroptimista, eu entendo a minha responsabilidade de assegurar que as jovens que participam de um projeto de clube Soroptimista estejam seguras e protegidas. Os seus cuidados e bem-estar são a nós confiados. Ao seguir as normas, eu também reconheço que minimizo a vulnerabilidade do clube, da SIA e de mim mesma a acusações injustificadas de comportamento inadequado.

## Além disso atesto que:

- Eu li e entendi completamente que a Soroptimist International of the Americas, Inc. tem tolerância zero para qualquer comportamento inapropriado ou abuso ao trabalhar com crianças ou qualquer população vulnerável.
- Eu li, entendi e concordo seguir as regras gerais para interação com jovens.
- Eu participei em quaisquer programas de treinamento e li quaisquer manuais de treinamento que a SIA forneceu.
- Eu entendo as diferenças entre comportamento apropriado e inapropriado quando trabalhando com jovens.
- Eu autorizo a minha presidente ou tesoureira de clube a realizar exames e verificação de antecedentes como exigido para minha participação em programas que envolvem jovens. Eu irei fornecer a eles todos os relatórios de verificação de antecedentes/autorizações.
- Eu entendo os procedimentos de notificação e concordo em segui-los como escrito.

**Por este meio, a associada abaixo assinada concorda cumprir em todos os respeitos com as normas da SIA para projetos que envolvem jovens.**

Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

**\*\*\*Devolva este acordo celebrado à tesoureira do seu clube.\*\*\***

★ **Prezados pais/responsáveis, assinem e devolvam o seguinte formulário para:**

Soroptimista Internacional de \_\_\_\_\_

Nome da pessoa de contato: \_\_\_\_\_

E-mail para contato: \_\_\_\_\_



## Formulário de consentimento parental

Eu dou permissão para a minha filha \_\_\_\_\_ comparecer e participar das atividades do programa *Sonhe, Realize: apoio profissional para meninas*, um programa da Soroptimist International of the Americas, Inc. Concordo com o seguinte, pretendendo que eu e a minha filha estejamos juridicamente vinculados:

1. Em caso de emergência médica, eu concedo às facilitadoras o direito de autorizar cuidados médicos, se eu não estiver prontamente disponível e não puder ser localizado(a) facilmente.
2. No caso de que tratamento médico seja necessário para minha filha, eu concordo em pagar todas as despesas associadas ao tratamento, incluindo o custo da avaliação médica de emergência e cuidados. Concordo ainda em isentar e indenizar a Soroptimista e suas voluntárias, associadas, facilitadoras e funcionárias por quaisquer custos associados ao tratamento médico e transporte da minha filha.
3. Concordo que a Soroptimista não é responsável por qualquer lesão corporal, doença ou enfermidade, ou perda ou dano de qualquer causa relacionada a este programa, mesmo em caso de negligência do clube, suas associadas, voluntárias, facilitadoras e/ou funcionárias. Eu autorizo e concordo em isentar a Soroptimista, suas associadas, voluntárias, facilitadoras e funcionárias de qualquer responsabilidade relacionada às atividades deste programa.
4. Este consentimento e liberação serão regidos pela lei do estado ou província em que a Soroptimista Internacional de \_\_\_\_\_ está localizada, sem levar em conta seus princípios sobre conflitos de leis.

Nome de pai/mãe/responsável: \_\_\_\_\_

Assinatura do pai/mãe/responsável: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Telefone residencial do pai/mãe/responsável: \_\_\_\_\_

Telefone comercial: \_\_\_\_\_ Celular: \_\_\_\_\_

E-mail do pai/mãe/responsável: \_\_\_\_\_

**\*\*\*Devolva este formulário assinado ao clube da Soroptimista.\*\*\***

# Formulário de consentimento para uso de mídia

As participantes do *Sonhe, Realize: apoio profissional para meninas*® têm ótimas histórias para compartilhar sobre esse programa transformador! As meninas frequentemente compartilham o que elas aprenderam, como isso as preparou para seguir seus objetivos profissionais e como aumentou sua autoconfiança. Muitas meninas têm experiências positivas! Ao promover o programa *Sonhe, Realize*, a Soroptimista/LiveYourDream.org usam histórias e depoimentos em primeira mão para mostrar o impacto do programa, incentivar voluntárias a sediarem projetos nas suas comunidades e atrair doadores para que possamos continuar fornecendo recursos para apoiar este programa.

A assinatura deste Formulário de consentimento para uso de mídia é um ato voluntário. A sua filha pode participar do programa, mesmo sem assinar este formulário de consentimento. Respeitamos a sua escolha e não usaremos os dados da sua filha sem sua autorização.

Ao assinar este Formulário de consentimento para uso de mídia, você dá à Soroptimista/LiveYourDream.org a permissão para tirar fotos e fazer vídeos e gravações de voz da menina mencionada abaixo (a **“Apresentadora”**) e concede à Soroptimist/LiveYourDream.org o direito ilimitado e perpétuo de reproduzir, exibir, comunicar, executar, distribuir, publicar, circular, fazer trabalhos derivados ou, de outra forma, usar o nome da Apresentadora, suas informações biográficas, história em primeira mão, seus depoimentos, citações, cidade e estado ou província de residência, semelhança, fotografia, gravações audiovisuais, imagem e/ou voz (doravante os **“Trabalhos”**) no todo ou em parte, para fins publicitários, apelos para arrecadação de fundos, anúncios e de outra forma relacionados à missão do Soroptimista/LiveYourDream.org, em vários formatos, incluindo, entre outros, impressão, fotografias, gravações de vídeo e gravações de áudio em toda e qualquer mídia, incluindo, entre outros, mídia impressa, mídia social, sites, televisão, mídia audiovisual e eletrônica. Todos esses Trabalhos serão propriedade da Soroptimista/LiveYourDream.org, que deterá todos os direitos, títulos e interesses.

Ao assinar o presente termo, renuncio, em meu nome e em nome da Apresentadora, a todos os direitos de publicidade e privacidade que possamos ter sobre os Trabalhos, além de qualquer direito ou opção de inspecionar ou aprovar o produto acabado, publicidade ou outros textos que possam ser usados junto com os Trabalhos. Você renuncia e autoriza, em nome da Apresentadora, quaisquer reivindicações que você e a Apresentadora tenham agora ou possam ter no futuro contra a Soroptimista/LiveYourDream.org (e as outras isenções mencionadas abaixo) relacionadas ou decorrentes do uso dos Trabalhos, incluindo, entre outros, quaisquer reivindicações de compensação pelo uso desses materiais.

Sem limitar o acima exposto, você fornece consentimento em nome da Apresentadora para o uso e divulgação pela Soroptimista/LiveYourDream.org das informações pessoais da Apresentadora contidas nos Trabalhos ou, de outra forma fornecidas pela Apresentadora à Soroptimista/LiveYourDream.org (**“Informações Pessoais”**), incluindo Informações Pessoais sensíveis, para os fins descritos acima. Estou ciente de que:

- a. A Soroptimist/LiveYourDream.org pode usar e divulgar as Informações Pessoais, incluindo a história pessoal da Apresentadora, seus depoimentos e informações sobre suas experiências de vida, para fins promocionais na internet, na mídia ou de outra forma.

## Formulário de consentimento para uso de mídia (continuação)

- b. É possível que a Apresentadora seja reconhecida por pessoas que a conhecem, pela sua imagem, voz, depoimentos e/ou pela descrição da sua história/experiências de vida.
- c. As informações divulgadas pela Soroptimista/LiveYourDream.org estarão disponíveis ao público e poderão ser usadas e divulgadas novamente por qualquer destinatário ou terceiro. É possível que terceiros desconhecidos tentem usar as Informações Pessoais para explorar a Apresentadora. A Soroptimista/LiveYourDream.org não pode controlar o uso ou a divulgação das Informações Pessoais da Apresentadora por terceiros.
- d. As Informações Pessoais da Apresentadora serão armazenadas em \_\_\_\_\_ e estarão acessíveis a \_\_\_\_\_ que precisam conhecer essas informações para desempenhar suas funções. As Informações Pessoais serão transmitidas, armazenadas e publicadas em outros países que não o Canadá, dentre os quais os Estados Unidos, para os fins descritos acima. As informações transferidas para outros países poderão ser acessadas pela justiça, pelas autoridades policiais e as autoridades de segurança nacional nas jurisdições para onde forem transferidas, processadas ou armazenadas.

Você ou a Apresentadora podem revogar o consentimento para o uso contínuo e a divulgação das Informações Pessoais da Apresentadora por parte da Soroptimista/LiveYourDream.org a qualquer momento. No entanto, observe que essa revogação não terá efeito retroativo, e a Soroptimista/LiveYourDream.org não poderá controlar a distribuição contínua ou posterior de Informações Pessoais por terceiros, na medida em que essas Informações Pessoais já tenham sido publicadas ou disponibilizadas de outra forma a pessoas fora do controle da Soroptimista/LiveYourDream.org. Você ou a Apresentadora podem entrar em contato com \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_ para retirar o consentimento, ou para acessar, corrigir ou atualizar as Informações Pessoais, bem como para obter informações por escrito ou fazer perguntas sobre as políticas e práticas de privacidade da Soroptimista/LiveYourDream.org, incluindo o uso de prestadores de serviços (incluindo afiliados) fora do Canadá.

Este consentimento e autorização serão aplicáveis à Soroptimista/LiveYourDream.org, suas subsidiárias ou empresas afiliadas, suas dirigentes e diretoras e outros agentes ou funcionários(as) que possam estar envolvidos(as) na disseminação dos Trabalhos, e a fotógrafo(a), cinegrafista, agência de publicidade ou editora de qualquer material no qual os Trabalhos possam ser usados. Você também entende que qualquer uso, incluindo a transmissão e publicação, dos Trabalhos fica a critério exclusivo da Soroptimista/LiveYourDream.org e que eles podem não ser usados de forma alguma.

**NOME DA APRESENTADORA (Nome em letra de forma):** \_\_\_\_\_

**Marque uma opção:**

- Declaro que já completei 18 anos de idade e assino abaixo.**
- A pessoa abaixo assinada é menor de idade e seu pai, mãe ou responsável assinou este formulário onde indicado.**

**\*\*\*Assine as páginas seguintes\*\*\***

# Formulário de consentimento para uso de mídia (continuação)



## ★ Assine abaixo se a apresentadora for MAIOR de 18 anos.

Nome da APRESENTADORA: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

TESTEMUNHA Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

## ★ Assine abaixo se a apresentadora for MENOR de 18 anos.

### CONSENTIMENTO E AUTORIZAÇÃO DE PAI/MÃE/RESPONSÁVEL:

A pessoa abaixo assinada declara que é pai, mãe ou responsável pela menor acima mencionada, que tem o direito legal de consentir com os termos deste Consentimento para uso de mídia, que leu o documento acima e que, em nome da referida menor e na sua própria capacidade, consente, aceita e aprova este Consentimento para uso de mídia e isenta a Soroptimista/LiveYourDream.org e as outras pessoas às quais a autorização se aplica, de qualquer reclamação ou responsabilidade com relação à criação, uso e disseminação dos Trabalhos, conforme aqui estabelecido.

PAI/MÃE/RESPONSÁVEL Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

Parentesco: \_\_\_\_\_

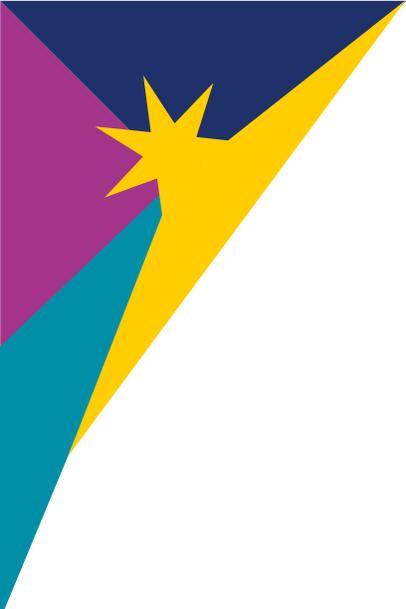
TESTEMUNHA Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

# Dicas sobre consentimento/ cessão de uso de mídia para programas virtuais

Como alguns clubes estão realizando seus programas *Sonhe, Realize* on-line, surgem novas perguntas sobre o formulário de consentimento parental e o termo de cessão de uso de mídia. **Os termos de autorização ainda são obrigatórios para os projetos on-line** e essas dicas vão ajudá-las a garantir que todas possam participar com segurança.

- ▶ Caso as mães/os pais/responsáveis tenham acesso a um programa de edição de PDFs ou processador de textos, eles poderão assinar o formulário usando a função de assinatura.
- ▶ Os formulários enviados por e-mail ainda devem ser salvos de acordo com os procedimentos do clube.
- ▶ Os clubes podem enviar cópias impressas dos termos de autorização e incluir um envelope pré-endereçado e selado para que os pais possam enviá-los de volta ao clube. Esta é uma opção mais acessível se o acesso ao computador/internet não for consistente ou se não for possível acessar um editor de PDF.
- ▶ A assinatura de uma testemunha no termo de cessão de uso de mídia tem como objetivo garantir que a pessoa certa assine o documento. Entretanto, pode ser difícil para os pais obterem uma testemunha. Caso os pais não consigam obter uma testemunha para assinar o formulário, o clube deve entrar em contato por telefone ou mensagem de texto para confirmar que eles assinaram o documento. Após a confirmação, a associada do clube responsável pela verificação deve anotar no formulário que verificou a assinatura no lugar da testemunha, junto com a data.
- ▶ Estamos nos adaptando continuamente para tornar este programa acessível a mais meninas. Por isso, manteremos vocês informadas conforme aprendermos mais e a programação virtual evoluir. Envie todas as suas perguntas por e-mail para [program@soroptimist.org](mailto:program@soroptimist.org).



SONHE \* REALIZE \*  
APOIO PROFISSIONAL  
\* {para meninas} \*



SOROPTIMIST<sup>®</sup>

# *Sonhe, Realize* — Guia do currículo

---



# Visão geral do currículo

O currículo do *Sonhe, Realize* assegura o alcance dos alvos e objetivos do programa. O currículo representa as áreas em que as meninas precisam de habilidades para viver seus sonhos. Como não temos a expectativa de que as meninas saibam o que querem fazer pelo resto de suas vidas, e também sabemos que os planos mudam, as habilidades desenvolvidas com base no currículo podem ser aplicadas a quaisquer dos objetivos que as meninas identificarem durante seus estudos e carreiras. Os clubes precisam usar pelo menos uma sessão do currículo para que isso seja contado como uma edição do *Sonhe, Realize*.

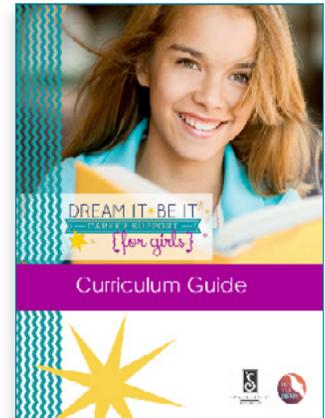
O currículo foi desenvolvido visando oferecer um ambiente de aprendizagem experimental para meninas. A **aprendizagem experimental** é um processo por meio do qual os/as estudantes desenvolvem conhecimentos, habilidades e valores através de experiências diretas em vez de um ambiente acadêmico tradicional. A aprendizagem experimental enfoca no conteúdo e no processo e envolve a participação de estudantes de forma interativa que lhes permite tomar a responsabilidade pelo seu aprendizado. Cada sessão tem a intenção de seguir etapas de um ciclo de aprendizagem experimental que trata de diversos estilos diferentes de aprendizagem. Os estilos de aprendizagem abordados incluem:

- ▶ **imaginativo** (foco nas relações humanas, ouvir as pessoas, imaginar/sonhar acordada(o), baseado no coração),
- ▶ **analítico** (foco racional e lógico, dados e fatos organizados, baseado na mente),
- ▶ **de bom senso** (experimental, aplica conceitos a situações, transforma conceitos em experiências do mundo real) e
- ▶ **dinâmico** (estilos de aprendizagem baseados em ações e aplicação no mundo real).

Cada sessão do currículo leva 60 ou 75 minutos para ser concluída. Elas podem ser a pauta de uma conferência ou assuntos separados para várias reuniões de mentoria em pequenos grupos. As sessões seguem uma sequência, usando o conhecimento de uma sessão como base para a próxima, e devem ser apresentadas na ordem prevista. Cada sessão começa com uma visão geral, objetivos específicos de aprendizado, materiais e apostilas necessárias e uma pauta. A seguir as instruções específicas para cada exercício de aprendizado.

As sete sessões são:

- |                                    |                                       |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| 1. Descobrimo seus sonhos          | 5. Transformando derrotas em sucessos |
| 2. Explorando as profissões        | 6. Equilibrando o estresse            |
| 3. Estabelecendo objetivos viáveis | 7. Transformando os sonhos em ação    |
| 4. Superando as dificuldades       |                                       |



[Acesse o Currículo do Sonhe, Realize aqui](#)

## Antes de começar

Para apoiar os clubes na realização de programas em um ambiente seguro e protegido para as jovens participantes, todos os clubes que participam do programa *Sonhe, Realize* ou de outro projeto que envolva jovens são obrigados a observar as diretrizes e normas fornecidas nas [Normas da SIA para trabalhos com jovens](#).

# Resumo da sessão

O currículo do *Sonhe, Realize* ensina às participantes as habilidades necessárias para viver os seus sonhos. Nem todas as meninas sabem o que querem fazer pelo resto da vida. Portanto, as habilidades que elas desenvolvem podem ser aplicadas a quaisquer objetivos que elas identifiquem no futuro. As sessões seguem uma sequência, usando o conhecimento de uma sessão como base para a próxima, e devem ser apresentadas na ordem prevista.

## Sessão 1: Descobrindo seus sonhos

Estabelece um espaço acolhedor para as participantes e as incentiva a considerarem aspirações futuras. As participantes terão a oportunidade de refletir sobre seus valores, aspirações e interesses.

## Sessão 2: Explorando as profissões

Concentra-se na exploração de profissões, orientando as participantes por meio de uma autoavaliação de interesses e valores. Identificar o que lhes interessa agora pode ajudar a prever trajetórias profissionais gratificantes no futuro. As participantes desenvolverão maior autoconfiança e uma abordagem prática para a tomada de decisões de carreira.

## Sessão 3: Estabelecendo objetivos viáveis

Aborda a importante habilidade de definição de objetivos e oferece às participantes a oportunidade de praticar a definição de seus próprios objetivos. Elas vão desenvolver um objetivo claro e razoável e mapear pequenas etapas de ação para alcançá-lo.

## Sessão 4: Superando as dificuldades

Aborda as adversidades que mulheres de todas as idades enfrentam para progredir em suas carreiras, muitas vezes por causa do gênero. As participantes vão explorar os desafios específicos, examinar o impacto das normas de gênero e aprender estratégias para combater essa adversidade.

## Sessão 5: Transformando derrotas em sucessos

Aborda o medo do fracasso, que muitas meninas internalizam já na infância, enfatizando seu papel no crescimento e no aprendizado. As participantes vão aprender sobre resiliência e como ressignificar as derrotas para entender a utilidade dos erros e seguir em frente.

## Sessão 6: Equilibrando o estresse

Aborda os níveis crescentes de estresse relatados por adolescentes e seu impacto na saúde física e mental das meninas. As participantes vão identificar o estresse nas suas próprias vidas e adquirir novas técnicas para gerenciar o estresse e cuidar de si mesmas.

## Sessão 7: Transformando os sonhos em ação

Faz a ponte entre sonhos e ações combinando as visões das participantes com habilidades práticas desenvolvidas em sessões anteriores. As participantes vão criar um plano de ação concreto para atingir seus objetivos e vão identificar as pessoas da sua comunidade que possam apoiá-las na implementação do plano.

# Adaptações do currículo

## Adaptando-se ao seu público-alvo

Recomendamos usar o currículo completo na ordem prevista, pois cada sessão se baseia em conceitos da anterior. No entanto, o currículo também é projetado para ser flexível e adaptável. Com base na avaliação da sua comunidade, você pode descobrir que certas sessões são mais relevantes do que outras. Sinta-se à vontade para complementar ou substituir o conteúdo para atender melhor às necessidades, cultura ou nível de maturidade das participantes.

Antes de facilitar uma sessão, recomendamos que a analise com outras voluntárias para determinar se a sessão se alinha às necessidades da sua comunidade. Faça as mudanças que achar necessárias e trabalhe com o [Grupo consultivo de meninas](#) para melhorar a sessão para o seu público-alvo. A parte fundamental do currículo é que ele atenda aos objetivos de aprendizado apresentados em cada sessão e que, como um todo, estes objetivos de aprendizado apoiem as metas gerais e objetivos do programa.

## Adaptando-se ao seu contexto—Conferência ou mentoria em pequenos grupos

Cada uma das sessões foi criada para serem usadas em uma conferência ou em mentoria em pequenos grupos. [Durante a fase de planejamento](#), você considerou e identificou qual desses modos melhor se adaptaria à sua comunidade. Após analisar o currículo, confirme esta decisão.

Em qualquer um dos modos, a qualidade e a profundidade do projeto são muito mais importantes do que o tamanho do projeto. Os objetivos de aprendizado não serão alcançados trabalhando com grande número de participantes, mas, sim, por meio da força dos relacionamentos criados entre as participantes e voluntárias. O currículo pode ser usado em ambos os modos.

**Uma conferência permite que você atinja um maior grupo de meninas em menos tempo. A mentoria em pequenos grupos permite que você construa um relacionamento mais profundo com as meninas ao longo do tempo.**

## Recomendações para modo de conferência

Em modo de conferência, sugerimos colocar as meninas sentadas ao redor de mesas e colocar voluntárias em cada mesa como apoio durante o trabalho realizado com o pequeno grupo. A principal facilitadora pode liderar o grupo inteiro por meio das atividades enquanto as voluntárias em cada uma das mesas direcionam a conversa e oferecem apoio em grupos pequenos.

Abaixo está uma sugestão de agenda para realizar o *Sonhe, Realize* em modo de conferência. Duas sessões foram condensadas para que todo o currículo possa caber dentro da estrutura de um dia. Todavia, você não está limitada à agenda sugerida e pode implementar o currículo em uma conferência mais longa de dois ou mais dias. Cada sessão curricular está disponível individualmente para que assim você possa decidir como a estrutura de conferência se encaixa nas necessidades das voluntárias e meninas participantes.

**Tenha em mente que para modo conferência você precisará programar um intervalo para o almoço. Trabalhe com empresas locais para doarem alimentos para as meninas. Pedir para as meninas levarem o próprio lanche pode acabar impedindo a participação de algumas delas.**

**Veja a seção a seguir: [Almoço de orientação profissional](#) para obter mais informações sobre como planejar um intervalo para o almoço.**

## Exemplo de agenda para uma conferência

DAS 8H30 ÀS 9H	<p><b>Inscrição (incluindo café da manhã):</b></p> <p>Durante a inscrição, registre a presença das participantes e forneça a cada participante uma pasta com as apostilas necessárias para cada sessão. Recomendamos também servir café da manhã durante este período para as participantes.</p>
DAS 9H ÀS 9H35	<p><b>1ª sessão condensada</b></p> <p>A sessão condensada “Descobrimo seus Sonhos” inclui as atividades “Eu admiro...” e “Carta para si mesma”.</p>
DAS 9H35 ÀS 10H50	<p><b>2ª sessão</b></p>
DAS 10H50 ÀS 11H	<p><b>Intervalo</b></p>
DAS 11H ÀS 12H	<p><b>3ª sessão</b></p>
DAS 12H ÀS 13H	<p><b>Sessão de Almoço de orientação profissional</b></p> <p><u>Veja esta seção</u> para obter uma descrição completa da Sessão de orientação profissional para o modo de conferência.</p>
DAS 13H ÀS 14H15	<p><b>4ª sessão</b></p>
DAS 14H15 ÀS 15H15	<p><b>5ª sessão</b></p>
DAS 15H15 ÀS 15H25	<p><b>Intervalo</b></p>
DAS 15H25 ÀS 16H25	<p><b>6ª sessão</b></p>
DAS 16H25 ÀS 17H	<p><b>7ª sessão condensada</b></p> <p>A sessão condensada “Transformando os sonhos em ação” resume a atividade “Criando um plano de ação”. A “Sessão de Orientação Profissional” também foi condensada, pois, no modo de conferência, a maior parte dessa atividade ocorrerá durante o almoço.</p>

## Recomendações para modo de mentoria em pequenos grupos

No modo de mentoria em pequenos grupos, sugerimos solicitar que as meninas se sentem ao redor de mesas, perto umas das outras, ou colocando cadeiras em um círculo. Uma das duas voluntárias facilitadoras pode liderar o grupo através das atividades.

Pode ser útil agendar cada reunião para aproximadamente 15 minutos a mais do que os 60 a 75 minutos da sessão curricular. O tempo adicional irá oferecer uma oportunidade para voluntárias e meninas formarem relacionamentos e confiança umas com as outras.

### Sugestões:

Considere usar o tempo extra para comer um petisco juntas enquanto as voluntárias e as meninas compartilham informações sobre si mesmas. Você também pode usar o tempo para revisar as “regras básicas” da primeira sessão no início de cada sessão.

Uma outra opção é dar uma pequena tarefa de casa, ou colocar uma pergunta para as meninas no final de cada sessão, e examinar a tarefa ou discutir as respostas a pergunta colocada durante este tempo adicional.

**Se você está limitada a períodos curtos porque você está realizando o programa durante horário de aulas, almoço, ou após as aulas, você pode fazer ajustes como, por exemplo:**

- ▶ Reunir-se por mais de sete sessões e usar a primeira e/ou a segunda sessão para quebrar o gelo e para formar relacionamentos. Em seguida, nas seguintes sessões, focar nas discussões de aprendizados e atividades de cada sessão e muito pouco tempo, se sobrar, nos quebra-gelos.
- ▶ Reunir-se por mais de sete sessões e dividir algumas das sessões individuais em duas sessões.
- ▶ Reunir-se por sete semanas, mas enviar as planilhas para serem preenchidas como dever de casa e trazidas de volta para a próxima sessão, em vez de preenchê-las durante a sessão. (Sugerimos esta opção apenas como último recurso, porque é fundamental que as voluntárias apoiem as meninas enquanto elas pensam nas suas opções e respostas às planilhas).

# Quebra-gelos

Os quebra-gelos são atividades curtas e divertidas usadas para criar uma intimidade com um novo grupo de pessoas. No modo de conferência, pode haver tempo apenas para um quebra-gelo durante a primeira sessão. Nas reuniões de mentoria em pequenos grupos, as voluntárias podem considerar começar cada sessão com diferentes quebra-gelos, dependendo do tempo disponível. Alguns são bem simples, para meninas que se conheceram recentemente. Outros são mais complexos e podem ser usados para desenvolver relacionamentos mais profundos entre meninas que já passaram um tempo juntas.

## Exemplos

### Ao iniciar uma sessão, estas são boas atividades introdutórias para quebrar o gelo:

- ▶ **Nome + fato pouco conhecido:** As meninas circulam pelo grupo e se apresentam, compartilhando um fato pouco conhecido a respeito de si mesmas. Antes de expressar o fato, diga a elas que o escrevam em um pedaço de papel. Depois que todas se apresentarem, cada menina tira a informação de um chapéu e tem de associá-la à menina que a escreveu.
- ▶ **Nome + palavra:** As meninas circulam pelo grupo e se apresentam com uma palavra que as descreve, começando com a primeira letra do seu primeiro nome (exemplo: Super Sônia, Feliz Fabiana, etc.). Comece formando um círculo e cada pessoa tem que dizer o nome da pessoa diante dela e depois acrescentar o seu próprio nome. Essa atividade se torna cada vez mais difícil à medida que mais pessoas são adicionadas à cadeia.
- ▶ **Atividade de Notas Post-it sobre mulheres poderosas:** Cada menina escreve o nome de uma mulher poderosa da cultura popular (mulher famosa) em uma nota Post-it. Redistribua as notas e cada uma das meninas deverá grudar a nota na sua testa sem ler o nome. Em seguida, as meninas circulam pela sala e fazem perguntas cuja resposta é sim/não para tentar adivinhar quem é a mulher cujo nome está escrito na sua testa. Depois, cada menina deve virar para pessoa do seu lado e explicar por que escolheu o nome da mulher que selecionou e quais qualidades dessa pessoa ela gostaria de ter na sua própria vida.
- ▶ **Fila de aniversariantes:** Explique ao grupo que este é um exercício não verbal. As meninas devem entrar em uma fila única segundo a ordem dos seus aniversários. Não é permitido fazer a leitura labial nem escrever as datas. Quando a fila se formar, comece com a primeira pessoa e peça que cada menina fale em voz alta o dia de seu aniversário.

### Depois de as meninas já se conhecerem, experimente fazer as seguintes atividades:

- ▶ **Três verdades e uma mentira:** Todas devem escrever três fatos a seu respeito em um papel, junto com uma mentira. Cada garota lê seus “fatos” em voz alta e, em seguida, as outras meninas têm que adivinhar qual é falso.
- ▶ **Passo para a frente:** As meninas devem andar em círculo e se revezar oferecendo a cada colega elogios significativos, admiração e afirmações.
- ▶ **Imagem do espelho:** As meninas escolhem uma parceira e ficam de frente uma para a outra. Cada dupla mantém contato visual por um minuto. Avise que a primeira parceira será a líder, com um movimento simples, e que a segunda menina copiará o mesmo movimento. Em seguida, a segunda menina é a líder e a primeira segue o seu movimento. Depois, sugira novos movimentos que podem ser mais difíceis de seguir. As parceiras repetem os passos acima com os novos movimentos. Continue com o exercício até esgotar o tempo.

# Pausas para se movimentar

Cada sessão leva 60 ou 75 minutos para ser concluída, o que pode ser muito tempo para as meninas (e adultos!) manterem a concentração. Revise cada sessão e determine o momento mais apropriado para incorporar uma pausa para movimento com base no seu ritmo.

Antes de qualquer atividade física, lembre as meninas de ouvirem seus corpos e respeitarem seus limites para evitar lesões. Certifique-se de incluir participantes com mobilidade limitada, oferecendo alternativas — como alongamentos modificados ou atividades estacionárias — para que todas possam aproveitar os benefícios energizantes.

Veja abaixo um panorama com sugestões de pausas para se movimentar. Algumas são bem suaves e podem funcionar bem depois de uma atividade emocional, enquanto outras exigem mais espaço e movimento (e também podem precisar de mais incentivo para que as meninas relaxem e participem plenamente!). Cada intervalo não dura mais do que cinco minutos. Fique à vontade para inovar e trazer suas próprias ideias! Em prol da saúde e segurança de todas as envolvidas, é altamente recomendável que qualquer atividade de ginástica, ioga, dança ou Zumba seja conduzida por um instrutor certificado.

## Respiração controlada

Durante seis respirações, peça para as meninas seguirem estas instruções:

1. Fique de pé. Relaxe os ombros. Feche os olhos, se quiser.
2. Inspire devagar por seis segundos.
3. Prenda a respiração por seis segundos.
4. Expire devagar por seis segundos.
5. Deixe os pulmões vazios por seis segundos.
6. Repita.

## Ações na cadeira

Peça que as meninas sentem na borda da cadeira, mantendo a coluna ereta. Coloque uma música com batidas fortes para tocar e peça que elas imitem as seguintes ações durante, no mínimo, 30 segundos por movimento:

1. Caminhada: As meninas balançam os braços e batem os dedos dos pés enquanto levantam os joelhos.
2. Natação: As meninas movimentam os braços como se estivessem nadando crawl, de frente ou de costas, e fazem chutes imitando o movimento de batida de perna.
3. Ciclismo: As meninas se seguram no assento da cadeira e pedalam como se estivessem em uma bicicleta.
4. Remo: As meninas usam um remo imaginário para remar sua canoa (ambos os lados).

## Dê uma chacoalhada

As meninas podem continuar sentadas ou ficar de pé. Para começar, peça que elas chacoalhem a parte do corpo mencionada e, ao mesmo tempo, contem de 10 a 1 em voz alta:



1. Chacoalhe 10 vezes a mão direita
2. Chacoalhe 10 vezes a mão esquerda
3. Chacoalhe 10 vezes o pé direito
4. Chacoalhe 10 vezes o pé esquerdo

Repita todas as ações diminuindo um número da contagem regressiva (9 vezes, 8 vezes, etc.) até chegar ao 1.

## Um, dois e três

1. Peça para as meninas fazerem duplas, ficando de frente para a parceira. Para começar, elas devem contar “um, dois, três” em voz alta e repetir algumas vezes.
2. Depois de algumas rodadas de contagem, peça para elas baterem palmas em vez de dizer “um”, continuando a dizer “dois, três” em voz alta.
3. Depois de algumas rodadas de palmas com contagem, peça para elas agacharem em vez de dizer “três”, enquanto batem palmas em vez de dizer “um” e falam “dois” em voz alta. Continue por algumas rodadas.

## Congela e liberta

Se o grupo for grande, divida-o em grupos menores.

1. Sentem-se ou fiquem em pé. Peça para duas meninas ficarem no centro. Peça para elas interpretarem uma cena (fazer compras no mercado, fazer uma prova, andar de ônibus) exagerando os movimentos das mãos e as expressões faciais.
2. Em qualquer momento da interpretação, qualquer outra menina pode gritar: “Congela!”. As meninas que estão atuando têm que congelar a ação temporariamente. Quem gritou “congela” precisa levantar e tocar em qualquer uma das meninas que estão atuando, que, em seguida, vão se sentar.
3. Depois, essa nova menina assume o centro e começa uma cena da sua escolha, revelando à parceira do que a nova cena se trata por meio de falas e ações. Continue por quantas rodadas quiser.

## Retrato de família

Se o grupo for grande, divida-o em grupos menores.

1. Um de cada vez, cada grupo atua para o grupo maior. O grupo da vez recebe o título de um retrato de um tipo de família, como “Família de dentistas”, “Grupo de líderes de torcida”, “Família de dinossauros”. As instruções podem ser ainda mais específicas, como “Time de futebol que perdeu o campeonato” ou “Soroptimistas que ganharam um prêmio no parque de diversões”.
2. O grupo da vez terá dez segundos para compor um retrato de acordo com o título. Faça a contagem regressiva e, ao final dos dez segundos, grite “CONGELAR!” para que o grupo mantenha a pose.

## Sessão de orientação profissional (Sessão durante o almoço ou 7a sessão)

Haverá uma oportunidade tanto no modo de conferência, quanto em reuniões de mentoria em pequenos grupos, para voluntárias e as outras mulheres da comunidade prestarem orientação profissional para as meninas. Esta é uma ótima oportunidade para você envolver outras mulheres da comunidade que têm empregos interessantes e/ou possam servir como um modelo positivo para as meninas.

**Você pode identificar na comunidade as mulheres profissionais interessadas por meio de contatos, grupos de liderança corporativa para mulheres, coalizões de defesa e organizações voluntárias locais.**

Antes da sessão, coloque as meninas ou grupos de meninas (dependendo do número de participantes) em um par com uma voluntária ou pessoa da comunidade.

Antes da sessão, cada voluntária ou pessoa da comunidade precisará preparar um resumo de cinco minutos sobre a sua formação e jornada profissional para ser compartilhada com as meninas durante esta sessão. As voluntárias ou pessoas da comunidade podem desejar adaptar a sua história profissional

ao que as participantes aprenderam no programa, como, por exemplo, estabelecer metas, identificar e superar obstáculos, aprender com a experiência de uma derrota, lidar com estresse e colocar um sonho em ação.

### Modo de conferência: Sessão de Almoço

No modo de conferência, a oportunidade de prestar orientação profissional às meninas ocorrerá durante uma sessão de almoço.

Antes da reunião, designe voluntárias/pessoas da comunidade a cada participante. Você pode incluir a tarefa de cada participante na pasta de apostilas ou em crachás. A voluntária/pessoa da comunidade designada irá almoçar junto com as meninas e discutir seus interesses comuns, experiências profissionais e orientação profissional de forma geral.

No início da sessão de almoço, as meninas devem primeiro pegar sua comida e depois achar o seu lugar para sentar. Instrua as meninas a encontrar o nome ou número em uma mesa que corresponda ao nome ou número dentro da pasta ou no crachá.

Depois que todas as meninas estiverem sentadas, as voluntárias/pessoas da comunidade devem dar início à sessão. As voluntárias/pessoas da comunidade devem levar uma folha de papel em branco e uma caneta à mesa do almoço.

1. Comece a sessão se apresentando e pedindo que as participantes se apresentem.
2. Explique às participantes:
  - ▶ Vamos passar os próximos dois minutos levantando hipóteses de uma lista de coisas que temos em comum (além de partes do corpo, aparência, gênero ou roupas).
  - ▶ Exemplos: somos as filhas mais velhas, todas nós gostamos de ler ou nossa cor favorita é azul.



3. Peça a uma menina que use a folha de papel em branco e a caneta para anotar a lista de coisas que o seu grupo descobrir que tem em comum.
4. Depois de dois minutos, leia a lista em voz alta. Coloque a folha de papel no meio do grupo para lembrar uma as outras da sua capacidade de se conectar por meio de obstáculos geracionais ou de comunicação.
5. Em seguida, cada voluntária/pessoa da comunidade deve compartilhar o resumo de cinco minutos que preparou a respeito da sua formação acadêmica e carreira.
6. Após cinco minutos, incentive as meninas a fazerem perguntas. As voluntárias/pessoas da comunidade podem dar às meninas o material impresso **Pergunte a um especialista: Possíveis perguntas sobre orientação profissional** (incluído com a versão completa da 7a sessão: Transformando os sonhos em ação).
7. Continue a conversa enquanto almoça, até o final da sessão. As meninas interagirão com o seu par (voluntária/pessoa da comunidade) novamente, na sessão final da Sessão de orientação profissional - Segunda parte.
8. Na segunda parte da Sessão de orientação profissional, as voluntárias/pessoas da comunidade irão examinar o guia de recursos preparado junto com as meninas que foram os seus pares.

## Modo de mentoria em pequenos grupos: 7a sessão

No modo de mentoria em pequenos grupos, a oportunidade de fornecer orientação profissional às meninas ocorrerá durante uma sessão de orientação profissional dentro da Sessão 7: Transformando os sonhos em ação. A sessão completa trata dos mesmos objetivos da sessão de almoço com orientação profissional.

# Outras maneiras de apoiar meninas

## Visitas a faculdades

Algumas meninas podem não ter tido oportunidade de visitar faculdades, centros de ensino superior ou escolas técnicas. Considere uma visita de meio dia ou um dia todo a uma faculdade local. Entre em contato com a admissão acadêmica para organizar atividades durante a sua visita.

## Pagamento de estudos

Crie uma lista de organizações locais que oferecem bolsas de estudo ou verbas para estudo superior. Inclua dicas sobre como pesquisar bolsas de estudo em nível nacional. Forneça uma lista de universidades que concordam em atender integralmente às necessidades demonstradas pela aluna, incluindo as suas necessidades financeiras, ao tomar decisões de aceitação.

## Visitas a locais de trabalho

Organize visitas a diferentes empresas na comunidade como uma forma de mostrar às meninas as diferentes profissões e ambientes de trabalho. Entre em contato com as empresas para organizar as atividades e oferecer às meninas uma oportunidade para conversar com algumas pessoas que lá trabalham.

## Conecte meninas com profissionais

Ao final do currículo, você deverá ter uma ideia melhor do que elas aspiram em termos de carreira. Conecte as meninas com mulheres que trabalham na sua área de interesse. As mulheres podem manter o contato ou estar disponíveis para responder dúvidas enquanto as meninas continuam a seguindo seus objetivos.

## Sombra

Faça uma lista de mulheres profissionais que estariam dispostas a deixar uma menina acompanhá-las por meio dia ou o dia inteiro no trabalho. Isso dará às meninas a oportunidade de fazer perguntas e aprender mais sobre os diversos empregos disponíveis, e o que é necessário para ter sucesso nesse cargo.

## Estágios

Se organizações locais oferecem estágios para estudantes, considere fazer uma parceria com elas para conectar meninas com as oportunidades que estejam alinhadas aos seus interesses profissionais.

## Entrevistas informais

No final do projeto, talvez as meninas queiram aprender mais sobre as responsabilidades e o estilo de vida associado a uma carreira específica. Ajude as meninas a criarem uma entrevista para obter informações que as permitam fazer perguntas variadas sobre a sua possível escolha de carreira em um ambiente informal.

## Voluntariado

Crie uma lista de oportunidades de voluntariado locais que estejam alinhadas aos interesses dos seus participantes. Inclua as informações de contato e instruções para inscrição. Ou planeje um evento de voluntariado para várias meninas participarem!

# Dicas para facilitação de grupos

A facilitação de grupos – especialmente grupos de meninas – pode ser intimidante para algumas voluntárias no início. Utilize as dicas abaixo quando for facilitar discussões em grupo para garantir sessões significativas.

Ao escolher facilitadoras de currículo do *Sonhe, Realize* pense no seguinte:

- ▶ As facilitadoras podem ser voluntárias ou outras pessoas da comunidade.
- ▶ É útil – mas não é necessário – ter experiências anteriores em trabalhos com adolescentes.
- ▶ Algum grau de conforto e/ou experiência em liderar discussões em grupo é útil.
- ▶ Ser uma boa ouvinte é fundamental para facilitar os grupos.
- ▶ Ter uma atitude otimista e positiva é necessário para deixar as adolescentes entusiasmadas em participar.
- ▶ A capacidade de ser aberta e honesta vai ajudar as adolescentes a desenvolverem confiança.
- ▶ A facilitação pretende expor a capacidade de um grupo em concluir um objetivo; não é para dirigir, palestrar, ou fazer pelos outros.
- ▶ Seja empática e esteja aberta a trabalhar com meninas de diferentes origens (esteja ciente das diferenças culturais e experiências difíceis).

## Antes do início da sessão:

1. Tente se preparar o máximo possível. Leia e releia o currículo e a ordem das atividades. Consulte [10 dicas para um projeto de sucesso](#) para obter outras ideias sobre como se preparar.
2. Levante hipóteses de estratégias para colocar em prática caso algo não saia conforme o planejado. Lembre-se: você não precisa ser especialista em um assunto. Não é importante que você tenha todas as respostas. Ao contrário, como uma facilitadora, seu trabalho é orientar as participantes por meio de um processo de exploração.
3. Reserve uma quantidade adequada de tempo para garantir que todos os materiais necessários estejam presentes e preparados de acordo com as instruções do currículo.

**SUGESTÃO:** Uma estratégia que você pode usar quando ouvir uma pergunta de uma participante (caso você tenha ou não uma resposta) é colocar a questão para todo o grupo de participantes, perguntando “O que vocês acham?”

Essa estratégia cria uma grande oportunidade para as participantes compartilharem seu conhecimento umas com as outras e alivia a necessidade da facilitadora de ser a “especialista”. Envolve as meninas e aprendam umas com as outras.

## Durante a sessão:

1. Afixe a programação da sessão em algum lugar da sala e/ou a revise com as participantes.



2. Explique os objetivos da sessão. As participantes devem saber por que estão fazendo algo e o que podem esperar como resultado da atividade.
3. Use uma linguagem corporal positiva: olhe para as pessoas enquanto elas estão falando, use suas mãos livremente para ajudar na sua apresentação, sorria, etc. As participantes vão responder ao seu entusiasmo, respeito e incentivo.
4. Seja a mais clara possível ao explicar regras e instruções antes do início da atividade. Pergunte se há alguma dúvida. Anuncie quanto tempo as participantes têm para uma atividade (“Vocês têm cinco minutos para fazer sua lista”) e lembre-as quando o tempo estiver prestes a terminar (“Vocês têm um minuto para terminar a tarefa”).
5. Quando estiver liderando uma discussão em grupo, não voluntarie sua opinião. Mantenha-se objetiva e deixe o grupo conduzir a conversa. Tente não demonstrar concordância ou discordância com nenhum comentário, mas, sim, validá-lo.
6. Incentive e proporcione oportunidades para participação de todas as pessoas do grupo. Apoie ideias de outras com empatia e reforço positivo.
7. Pode haver participantes que vão dominar constantemente a conversa e aquelas que raramente oferecem respostas. Preste atenção a esta dinâmica de grupo. Aborde com sugestões como:
 

**SUGESTÃO:** Você pode demonstrar compreensão sem ter que concordar ou discordar.  
*“Eu entendo sua perspectiva ou seu ponto de vista.” “Essa é uma ideia interessante...”*  
 Se houver tempo, você pode adicionar a sua perspectiva no final, quando você for encerrar a discussão.

  - ▶ Alguém que não tenha tido a chance de falar ainda, quer adicionar alguma coisa?
  - ▶ (Nome), o que você acha? (dirigido a uma participante que não tenha falado)
  - ▶ Obrigada, (Nome). Eu vou chamar alguém que não ouvimos há algum tempo. (dirigido a uma participante que está dominando a conversa).
  - ▶ Se as meninas não se sentirem confortáveis em compartilhar com o grupo todo, dê a elas uns minutos para compartilhar com uma colega e, em seguida, ofereça a oportunidade para que as colegas compartilhem com o resto do grupo.
8. O silêncio é normal. Não se apresse para preenchê-lo. Ao interagir com adolescentes, elas podem parecer desinteressadas ou lentas para responder. Elas podem não querer parecer tolas em frente de suas colegas, ou podem precisar de mais tempo para processar seus pensamentos. Quando o silêncio ocorre após uma pergunta, você pode esperar pacientemente até que alguém ofereça uma resposta, repetir/ reformular a pergunta ou alterá-la completamente.
9. Uma participante pode compartilhar uma experiência pessoal e o grupo pode não saber o que fazer com a informação compartilhada, ou como responder a ela. Se essa situação ocorrer, você poderá abordá-la de várias maneiras:
  - ▶ Torne válida sua experiência, dizendo “Parece que isso foi difícil/desafiador/perturbador, etc. para você” para que ela se sinta ouvida. Você pode perguntar se ela gostaria de conversar mais sobre sua



experiência após a sessão e pode, talvez, convidar outras participantes para uma conversa mais íntima. Pode haver outras participantes que compartilham as mesmas experiências. Confirme que ela esteja de acordo com esse plano antes de prosseguir com a discussão.

- ▶ Se ela ou qualquer outra participante parecer triste ou incomodada, valide a experiência delas (conforme mencionado acima) e convide-as a conversar com uma cofacilitadora que possa oferecer suporte extra em uma conversa mais privada/íntima.
- ▶ Valide a experiência dela (conforme explicado acima) e avalie as reações das participantes. Aproveite uma pausa natural na conversa para permitir que todas as participantes respirem fundo — imediatamente ou quando o momento for adequado no fluxo da discussão. Reconheça a conversa desafiadora, agradeça as participantes pelas suas participações francas e faça uma pausa para respirar fundo ou dar uma rápida esticada para “ressetar” o grupo.

- 10.** Se as coisas não estiverem indo de acordo com o currículo, não se preocupe. As participantes não sabem o que você estava planejando. Portanto, se você esqueceu algo ou fez algo diferente do planejado, não é um grande problema. Seu trabalho não é garantir uma experiência perfeita, mas, sim, proporcionar às participantes oportunidades para compartilhar, vivenciar e crescer. É melhor se adaptar às necessidades das participantes para que elas aproveitem ao máximo a experiência.

## Procure treinamento

Se as voluntárias desconfiarem de suas capacidades de facilitação, pode ser útil procurar a ajuda de parceiros na comunidade que tenham experiência em trabalhar com meninas na escola secundária. Você pode entrar em contato com um(a) conselheiro(a) escolar ou assistente social, ou com o pessoal de organizações comunitárias que atendem a adolescentes para solicitar uma sessão de treinamento para ajudar as voluntárias a entenderem melhor sobre facilitação de grupo, bem como muitas das questões que as adolescentes enfrentam atualmente.

**Caso surja algum problema, as facilitadoras deverão responder de maneira compassiva e respeitosa e, em seguida, encaminhar a participante a um profissional treinado, como um orientador escolar, um assistente social escolar, um conselheiro ou terapeuta de uma organização comunitária local.**

Muitas adolescentes lidam com relacionamentos prejudiciais, distúrbios alimentares e outros problemas de imagem corporal, bullying, automutilação, laços familiares rompidos, transtornos por uso de substâncias, etc. Embora algumas destas questões possam ser mencionadas durante o programa *Sonhe, Realize*, não é necessário que você saiba como abordar cada uma dessas questões. Não há necessidade de resolver problemas maiores sozinha. É para isso que existem profissionais!

## Forneça recursos

Recomenda-se que seu clube prepare um folheto com informações de contato para conselheiros(as) escolares e recursos comunitários locais. Inclua nomes, números de telefones e endereços de e-mail para todos os contatos. Se uma menina trazer uma questão que é motivo de preocupação durante uma sessão, converse com ela em particular durante ou após a sessão. Durante sua conversa, forneça a ela o folheto que contém informações de contato de conselheiros escolares e locais e a incentive-a falar mais com um dos adultos de confiança citados no folheto.

# 10 dicas para um projeto de sucesso

## Prepare-se com antecedência

Preparação é a chave para a implementação de um projeto local bem-sucedido. Certifique-se de que as facilitadoras leiam as sessões várias vezes antes do evento e pratiquem a leitura em voz alta das partes do roteiro. Considere a realização de uma ou duas sessões de treino com seu Grupo consultivo de meninas. As facilitadoras devem tentar pensar sobre suas próprias respostas para algumas das questões colocadas às participantes e devem vir preparadas com exemplos pessoais para oferecer em caso de silêncio. As facilitadoras podem até mesmo testar algumas das atividades por conta própria, como fazer uma colagem de sonho para compartilhar com as participantes.

## Devote energia para construir confiança

No começo da conferência ou sessões, dê tempo para a facilitadora líder se apresentar além de somente compartilhar seu nome e sua profissão. Proporcione uma oportunidade para as participantes compreenderem quem é a facilitadora líder, o que ela faz e o que ela valoriza. Compartilhar permitirá que as participantes criem confiança e respeito pela facilitadora. Quando as participantes forem convidadas para compartilhar suas próprias experiências ao longo do programa *Sonhe, Realize*, elas saberão que não estão sendo solicitadas para fazer algo que as facilitadoras não estejam dispostas a fazer também.

## Ajuste de Acordo

O currículo do *Sonhe, Realize* é útil como um ponto de partida, mas, alguns dos temas abordados podem não ser tão relevantes na comunidade do seu clube ou para as meninas com quem você esteja trabalhando. Certifique-se de ajustar o foco ou a estrutura das sessões de acordo com a informações oferecidas pelas voluntárias, parceiros da comunidade e seu Grupo consultivo de meninas. Ao pedir apoio do seu grupo consultivo, é possível identificar, de uma forma mais eficaz, as necessidades das meninas na sua comunidade e atender a estas necessidades por meio do projeto *Sonhe, Realize*. Lembre-se de que o seu clube precisa usar pelo menos uma sessão para ser considerado um projeto *Sonhe, Realize* — o programa É o currículo!

## Seja sensível

Alguns tópicos podem ser difíceis de discutir para as participantes. Algumas participantes podem ter experiências em primeira mão com situações dolorosas, ou podem conhecer alguém próximo a elas que tem lidado com os obstáculos abordados. Não se esqueça de fornecer uma introdução ou um aviso de gatilho para questões potencialmente delicadas. Tente manter a consciência da dinâmica do grupo e ofereça a opção para as participantes saírem da sala ou fazerem uma pequena pausa se elas se sentirem muito afetadas emocionalmente por uma discussão. Tenha uma cofacilitadora disponível para fornecer suporte individual. Acompanhe essas participantes individualmente após a sessão para fornecer suporte adicional e possivelmente encaminhá-las para recursos externos. É importante criar um ambiente de apoio e segurança, tanto física quanto emocionalmente.

## Seja consistente

Essas meninas podem enfrentar instabilidade na vida familiar ou escolar. Por isso, é importante ter uma



presença consistente para ajudá-las a criar uma rotina nova e importante com pessoas em quem elas podem confiar e que estejam comprometidas com elas. Se menos participantes do que o esperado comparecerem à conferência ou à reunião, não a cancele. Talvez você precise ajustar seus planos, mas não mande as meninas para casa. Deixe que aquelas que vêm saibam que são tão importantes quanto aquelas que não vêm. Tente não cancelar de última hora ou alterar drasticamente as datas e horários das reuniões.

## Adote uma perspectiva diferente

Ao preparar e liderar o projeto, tente ver a experiência através dos olhos das meninas. Desinteresse ou silêncio podem refletir timidez ou cautela em relação aos adultos. Frustração ou resistência podem advir dos desafios físicos, emocionais ou sociais da adolescência. Mudar a sua perspectiva pode ajudar você a permanecer paciente e compreensiva. Reconheça que existem diferentes perspectivas e que as opiniões dos outros podem ser diferentes das suas. Você pode validar o ponto de vista de uma participante sem concordar ou discordar. Faça perguntas abertas e respeitadas para obter respostas honestas. Evite debater. Em vez disso, parafraseie o que você ouviu para que as participantes possam esclarecer ou confirmar seus pensamentos.

## Celebre o sucesso

Celebre o sucesso, não importa o quão pequeno seja. Dar grande importância quando as coisas vão bem pode ter um efeito enorme na autoestima e pode motivar todos envolvidos para fazer ainda mais. Muitas meninas podem ter tido começos difíceis na vida e podem sentir que têm experimentado muitos contratempos. Portanto, celebrar o progresso e ótimos resultados mantém suas motivações e interesses no caminho certo. Agradeça as meninas por terem comparecido às sessões. No final de cada sessão, reconheça seus esforços e participações.

## Experimente usar as mídias sociais

Se você tiver permissão por escrito dos pais e participantes por meio do formulário de consentimento para uso de mídia, tire fotos das meninas em ação durante as sessões. Exiba as fotos no espaço durante sessões futuras ou publique-as nas redes sociais e marque as participantes. Faça com que as meninas criem legendas divertidas para elas. Considere criar um grupo de mensagens de texto para as participantes usando aplicativos como o WhatsApp. Mandar mensagens de texto para um grupo pode ser útil para lembrar as meninas das próximas sessões, alguma tarefa de casa que seu clube passou, ou qualquer outra coisa que as meninas devem trazer consigo para a próxima sessão. Usar a tecnologia com qual as participantes estão familiarizadas, as ajuda a se envolver com o projeto de uma forma confortável e significativa. Além disso, usar a tecnologia ajuda a receber uma conscientização pública positiva e atrair futuras participantes para seu projeto.

## Dê seguimento

Deixe as meninas saberem que você se importa com elas. Se você vir ou ouvir algo que possa parecer “fora do normal” para você, ou se alguma das participantes parecer que está tendo alguma dificuldade em alguma das sessões, converse com ela depois para expressar preocupação e cuidado com seu bem-estar. O acompanhamento vai ajudar a manter a confiança das meninas e vai ajudá-las a ficarem engajadas, caso elas estejam considerando abandonar o projeto. Considere se o acompanhamento por algum serviço social, aconselhamento, ou outra agência da comunidade é apropriado.

Também desafiador, porém importante, é manter o contato com as participantes depois de terem terminado o *Sonhe, Realize*. A fim de manter as relações iniciadas durante seu projeto, incentive as facilitadoras a



darem seguimento com as participantes com quem elas trabalharam na sessão de Orientação profissional, pelo menos, uma vez por mês após o término do projeto. No final do *Sonhe, Realize*, forneça às meninas informações de contato de todas as facilitadoras e uma conexão tangível com a comunidade, como oportunidade de voluntariado, estágio ou entrevista informativa. Por fim, realize eventos para as participantes dos programas *Sonhe, Realize* anteriores, como uma reunião com pizza ou uma noite de cinema.

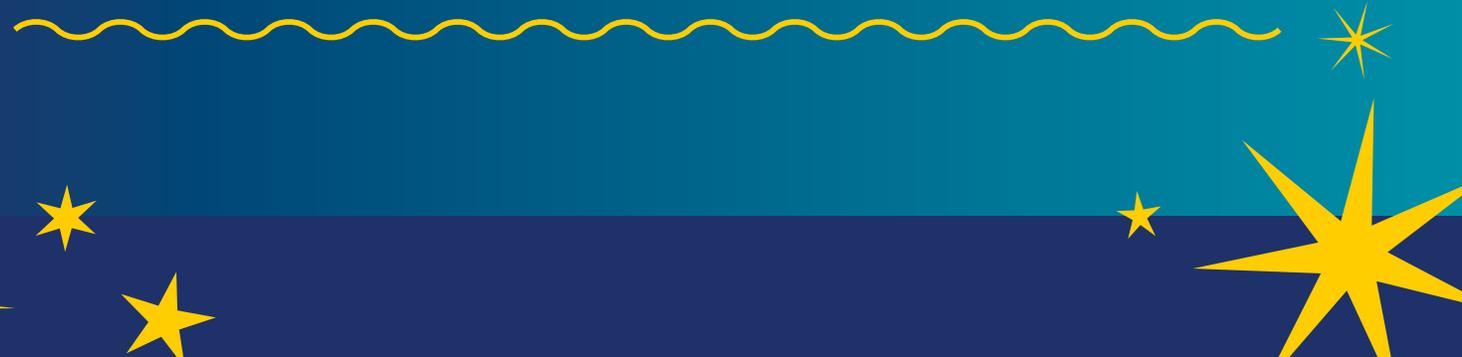
## Mantenha a atitude positiva

Implementar um projeto totalmente novo não é uma tarefa fácil e você pode encontrar desafios imprevistos ao longo do caminho. Durante todo o processo, é importante reconhecer que seu projeto não será perfeito. Portanto, tente manter uma atitude positiva, aconteça o que acontecer. Ao olhar para cada desafio como uma oportunidade de aprendizagem e crescimento, você vai ser capaz de identificar e focar nos aspectos do *Sonhe, Realize* que precisam ser aprimorados para o próximo ano. Identificar os contratempos e erros vai ajudar você a construir um projeto bem-sucedido e eficaz ao longo do tempo.



SOROPTIMIST<sup>®</sup>

# *Sonhe, Realize* — Guia de avaliação e relatórios



# Diretrizes de relatório e avaliação

## Medição de impacto

A avaliação ajuda a medir o sucesso de um projeto e seu impacto nas participantes. Ela pode:

- ▶ Permitir que as voluntárias verifiquem o cumprimento dos seus objetivos.
- ▶ Garantir que as atividades corretas estejam sendo realizadas para gerar o impacto necessário para as participantes.
- ▶ Medir o benefício ou a mudança para as participantes como resultado do projeto.
- ▶ Permitir que as voluntárias declarem o impacto do seu projeto.
- ▶ Capacitar as voluntárias a tomar decisões bem-informadas sobre continuação, encerramento ou revisão de um projeto.

Ao avaliar o *Sonhe, Realize* as voluntárias da Soroptimista podem destacar o impacto do programa na melhoria da vida das meninas. A avaliação mede as metas e os objetivos do programa e, ao enviar dados, as voluntárias contribuem para o impacto coletivo. Quando centenas de voluntárias concluem projetos locais e compartilham seus resultados, a Soroptimista pode entender e comunicar melhor o nosso impacto global nas meninas. Seu trabalho está diretamente conectado aos esforços que acontecem em todos os países e territórios da Soroptimista.

## Cronograma de avaliação

Na conclusão de uma conferência, ou sessões de mentoria em pequenos grupos do *Sonhe, Realize*, as voluntárias devem fornecer às participantes o [Formulário de Avaliação de Participantes](#) e solicitar que as participantes o preencham e o devolvam a uma ou mais voluntárias designadas. Recomendamos que, no prazo de um mês após a conclusão do seu projeto, você compile as respostas desses formulários de avaliação e envie o [Formulário de Relatório do Sonhe, Realize](#).

## Dicas para administrar a avaliação de participantes

- ▶ Incentive um feedback honesto. Tenha certeza de que as meninas entendam que elas não serão tratadas de qualquer modo diferente baseado no seu feedback negativo ou positivo.
- ▶ Garanta às meninas que suas respostas permanecerão confidenciais. Explique que a Soroptimista protegerá sua privacidade e não compartilhará nenhuma informação de identificação. Embora as respostas possam ser citadas em relatórios ou publicidade do programa, isso só ocorrerá com a permissão delas, concedida ao marcar a caixa de seleção “Sim” no formulário de avaliação.
- ▶ Explique às meninas que as respostas delas são importantes para nós. Nós precisamos do feedback delas para saber se estamos atingindo o nosso objetivo, ou se precisamos fazer ajustes no programa. Certifique-se de que as meninas saibam que o feedback que elas fornecem no formulário de avaliação



será levado muito a sério pela Soroptimista e que moldará o futuro do programa.

- ▶ As voluntárias devem permanecer na sala enquanto as meninas respondem à pesquisa, para resolver eventuais dúvidas. Peça que cada menina retorne a pesquisa à voluntária antes que saiam da sala. Se as meninas levarem a pesquisa para preencher em casa, é improvável que a pesquisa será retornada.
- ▶ Como alternativa, caso você tenha acesso a tecnologias, cogite a possibilidade de compartilhar um link com os resultados da avaliação para as meninas preencherem usando o celular. Isso facilitará o preenchimento do formulário de avaliação da SIA para seu projeto.
- ▶ Considere compartilhar os resultados coletivos da avaliação com todas as meninas depois de compilados. Elas podem estar interessadas em saber o impacto que o *Sonhe, Realize* teve no grupo inteiro.

**Participant Evaluation Form**

**Thank you for participating in Dream It, Be It!**

Please answer these questions as honestly as possible. Your answers will help Soroptimists understand how Dream It, Be It may have impacted you.

(For each question, please choose only one answer)

As a result of participating in Dream It, Be It ...	Strongly Agree	Agree	Uncertain	Disagree	Strongly Disagree
1. I feel more confident about my future success.					
2. I feel more prepared to pursue my career goals.					
3. I have new tools to overcome obstacles to my success.					
4. I have new tools to overcome setbacks.					
5. I understand how my values can connect to possible careers.					
6. I know women who want to support my professional aspirations.					
7. I was introduced to professional role models.					
8. I had an opportunity to create achievable goals for my future.					

Please proceed to the next page →

© Soroptimist International of the Americas, Inc. • Soroptimist.org • (215) 893-9000 • siahq@soroptimist.org

**Faça o download do Formulário de avaliação de participantes**

# Formulário de avaliação de participantes

## Obrigada por participar do *Sonhe, Realize!*

Responda às perguntas da forma mais honesta possível. As suas respostas vão ajudar as Soroptimistas a entender como o *Sonhe, Realize* pode ter impactado você.

*(Escolha somente uma resposta para cada pergunta)*

	<b>Como resultado da sua participação no <i>Sonhe, Realize!</i>...</b>	<b>Concordo totalmente</b>	<b>Concordo</b>	<b>Não sei</b>	<b>Discordo</b>	<b>Discordo totalmente</b>
1.	<b>Eu me sinto mais confiante sobre o meu sucesso no futuro.</b>					
2.	<b>Eu me sinto mais preparada para seguir meus objetivos profissionais</b>					
3.	<b>Eu tenho novas ferramentas para superar obstáculos para meu sucesso.</b>					
4.	<b>Eu tenho novas ferramentas para superar fracassos.</b>					
5.	<b>Eu entendo como meus valores podem ser conectados com possíveis carreiras.</b>					
6.	<b>Eu conheço mulheres que querem apoiar minhas aspirações profissionais.</b>					
7.	<b>Eu fui apresentada a modelos profissionais exemplares.</b>					
8.	<b>Eu tive a oportunidade de estabelecer objetivos viáveis para o meu futuro.</b>					

*Continue para a próxima página →*

9. O que você vê como o principal obstáculo para o seu sucesso profissional?

10. Você aprendeu estratégias para superar esse obstáculo?

- Sim       Não

Justifique a sua resposta:

11. Quais são duas coisas que você pode fazer para se recuperar de um contratempo no caminho para alcançar seus objetivos?

1.

2.

12. Qual foi a sua parte preferida do *Sonhe, Realize?*

13. Como podemos melhorar este programa para outras meninas?

14. Que outro apoio você precisa para viver seus sonhos? (Marque todas as opções aplicáveis.)

- Mais oportunidade de mentoria por uma associada Soroptimista local
- Mentoria on-line
- Um grupo on-line de meninas que concluíram o *Sonhe, Realize*
- Uma oportunidade de financiamento para apoiar estudos ou treinamento profissional
- Outro (descreva): \_\_\_\_\_

Continue para a próxima página →

**15. A Soroptimista pode citar suas respostas nos nossos relatórios e materiais de promoção? (A citação nunca irá incluir o seu nome ou qualquer outra informação de identificação)**

Sim       Não

**16. Se as Soroptimistas quiserem saber de você no futuro, podemos entrar em contato com você?**

Sim       Não

*Em caso afirmativo, forneça os dados abaixo:*

Nome: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_

***Agradecemos seu feedback!***



## Relatórios dos clubes: Como enviar informações de avaliação

Depois que as meninas preencherem o Formulário de Avaliação, uma voluntária deverá enviar os resultados para a Soroptimista. As informações de avaliação podem ser inseridas no [Formulário de Relatório do Sonhe, Realize](#) on-line, onde também serão solicitadas informações gerais sobre seu projeto.

Muitas das perguntas exigem respostas numéricas. Para agilizar o processo, a voluntária responsável por preencher o formulário on-line deverá reunir as informações necessárias previamente. Não serão aceitos relatórios em PDF.

### De quais informações você precisará para seu relatório?

Antes de começar, certifique-se de ter o seguinte:

- ▶ Informações sobre seu projeto (data de realização, número de meninas participantes, clubes que participaram ou apoiaram, recursos do clube utilizados, etc.)
- ▶ Quaisquer fotos e termos de cessão de uso de mídia para cada pessoa na foto (você pode enviar seu relatório sem fotos)
- ▶ Folhas de avaliação ou os resultados totalizados para os formulários de avaliação das meninas

Será solicitado que você informe o montante em dólar. [Use esta calculadora](#) para encontrar o equivalente da sua moeda em dólar antes de iniciar o relatório.

Antes de começar, revise a [Planilha do Formulário de Relatório do Sonhe, Realize](#) para obter um guia passo-a-passo e dicas sobre como preencher melhor este formulário.

### Lembre-se:

- ★ Todas as informações devem ser enviadas **ATÉ 30 DE JUNHO** se o seu clube quiser crédito de participação para aquele ano do clube.
- ★ Envie apenas um [Formulário de Relatório do Sonhe, Realize](#) para os projetos realizados **naquele ano do clube**.
- ★ Envie apenas **um relatório por projeto**. Se você trabalhou com outro clube em um projeto, envie apenas um relatório em nome de ambos os clubes.
- ★ Não precisa salvar o relatório durante o preenchimento, a não ser que você pretenda terminá-lo mais tarde. Se você precisar salvar o relatório, clique no triângulo ao lado de “Como salvar seu formulário” na parte inferior de cada página. Siga as instruções. Você receberá um e-mail contendo um link que permitirá que você atualize qualquer informação no seu relatório posteriormente. Entre em contato com [programa@soroptimist.org](mailto:programa@soroptimist.org) se precisar de ajuda.
- ★ Siga este processo **toda vez** que concluir uma conferência ou série de sessões de mentoria em pequenos grupos do *Sonhe, Realize*.

**[Acesse o Formulário de Relatório do Dream It, Be It](#)**

## Certificado de participante

Faça o download do Certificado de participante para cada menina que concluir o programa *Sonhe, Realize*.

Digite aqui o nome do clube

concede este certificado a

Digite aqui o nome da participante

em apoio ao seu empenho para definir e alcançar objetivos profissionais e em reconhecimento de sua conclusão do *Sonhe, Realize: Apoio profissional para meninas*.

Presidente do clube

SOROPTIMIST®  
Investing in Dreams

LIVE YOUR DREAM

Data

[Faça o download do Certificado de participante](#)

## Formulário “Compartilhe sua história”

A sede da SIA precisa de mais histórias e depoimentos de participantes do programa *Sonhe, Realize* para nos ajudar a mostrar ao mundo o quão impactante esse programa pode ser!

Se houver meninas no seu programa que estejam dispostas a responder a algumas perguntas sobre como o *Sonhe, Realize* as ajudou, compartilhe este link com elas.

- ★ Formulários para envio de histórias: <https://www.soroptimist.org/share-your-story-portuguese.html>

## Obrigada.

Obrigada por avaliar esses recursos! Estamos ansiosas para ouvir tudo sobre a experiência do *Sonhe, Realize* no seu clube e como você está impactando as meninas na sua comunidade por meio da educação e do empoderamento.

Se precisar de ajuda com o *Sonhe, Realize*,  
envie um e-mail para [programa@soroptimist.org](mailto:programa@soroptimist.org)  
ou ligue para a Sede da SIA no número  
215-893-9000.