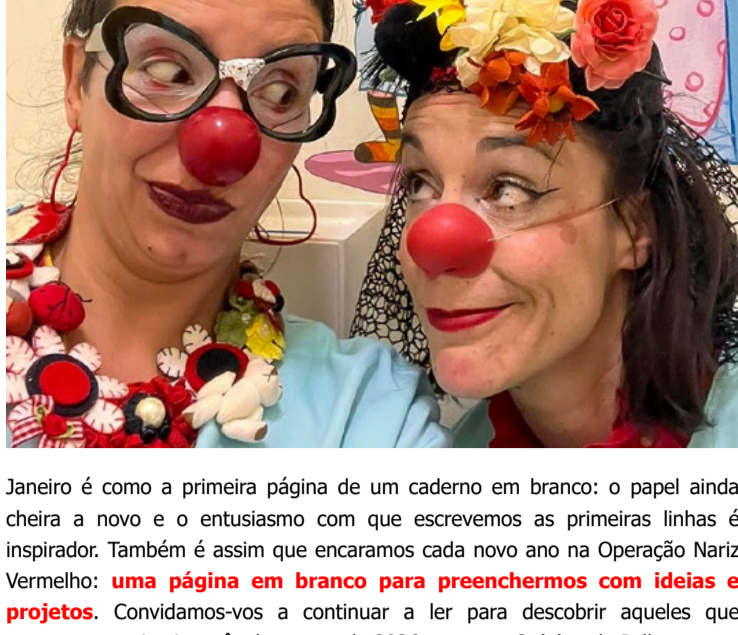


Newsletter NOTÍCIAS DA PONTA DO NARIZ

O que de mais importante aconteceu na Operação Nariz Vermelho em Janeiro de 2026



Janeiro é como a primeira página de um caderno em branco: o papel ainda cheira a novo e o entusiasmo com que escrevemos as primeiras linhas é inspirador. Também é assim que encaramos cada novo ano na Operação Nariz Vermelho: **uma página em branco para preenchermos com ideias e projetos**. Convidamos-vos a continuar a ler para descobrir aqueles que marcaram o primeiro mês deste ano de 2026 na nossa Ca(u)sa de Palhaços:

CARTA DE COMPROMISSO E ODS

Desde 2024, temos tentado medir o impacto do nosso trabalho de forma mais visível, mensurável e alinhada com os princípios de sustentabilidade. Um dos primeiros passos que demos nesse sentido foi a publicação de um **relatório** que reuniu de forma simples e objetiva os principais indicadores ambientais, sociais e de governação pelos quais nos temos guiado, e também a publicação da **Carta de Compromisso com a Sustentabilidade** onde definimos os pilares para uma atuação mais consciente e alinhada com as melhores práticas internacionais.

O nosso percurso está ainda alinhado com quatro dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) das Nações Unidas que consideramos essenciais para a nossa missão:

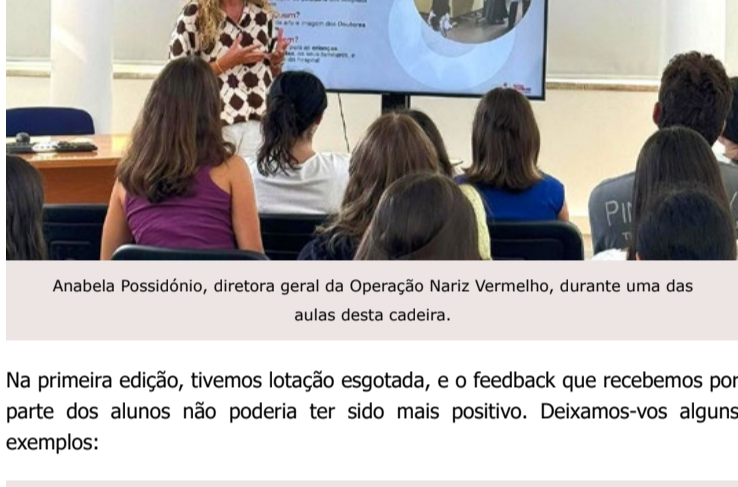
- **ODS 3:** Saúde de Qualidade
- **ODS 4:** Educação de Qualidade
- **ODS 10:** Redução das Desigualdades
- **ODS 17:** Parcerias para a Implementação de Objetivos

Com este exercício, reforçamos o compromisso da ONV com uma gestão transparente, inclusiva e responsável — fiel aos valores que nos movem desde o primeiro dia. Tanto o relatório como a Carta de Compromisso já se encontram disponíveis no nosso site, em narizvermelho.pt/rigor.



CADEIRA ARTE DO DOUTOR PALHAÇO

A 16 de fevereiro arranca a **2ª edição** da unidade curricular optativa **"A Arte do Doutor Palhaço no Contexto da Formação dos Estudantes de Medicina"**, a cadeira que damos em parceria com a **Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa**, focada na partilha dos métodos e ferramentas utilizadas pelos Doutores Palhaços no dia-a-dia junto das crianças hospitalizadas, e que poderão ser adotados pelos futuros profissionais de saúde como forma de dinamizar a sua interação com os pacientes que venham a acompanhar.



Anabela Possidónio, diretora geral da Operação Nariz Vermelho, durante uma das aulas desta cadeira.

Na primeira edição, tivemos lotação esgotada, e o feedback que recebemos por parte dos alunos não poderia ter sido mais positivo. Deixamos-vos alguns exemplos:

"O treino da percepção, tal como fizemos nas dinâmicas, ajuda-nos a contrariar esses desvios automáticos, tornando-nos mais atentos, mais conscientes e mais disponíveis para uma leitura do outro que seja justa, empática e verdadeiramente humana".

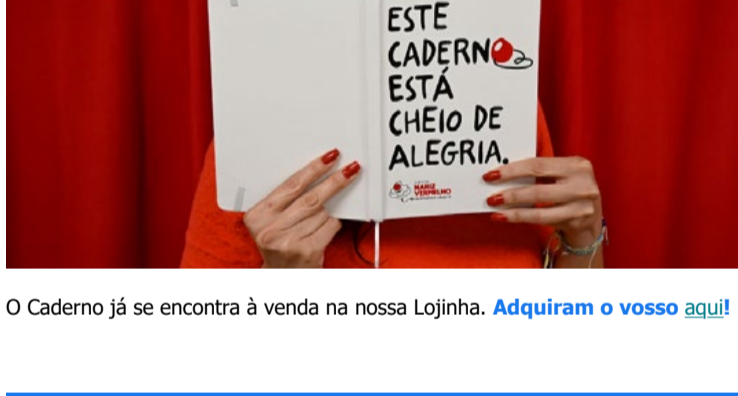
"A medicina nasce do encontro humano, mas, cada vez mais corre o risco de se perder, e é nesse contexto que a unidade curricular 'A Arte do Doutor Palhaço...' assume um papel transformador e convida-nos a recuperar o lado mais puro e humano da prática clínica..."

"Se tivesse de escolher uma palavra para traduzir esta semana seria liberdade. Liberdade de rir de mim própria, de deixar o erro acontecer sem medo, de permitir que o imprevisto fosse mestre".

E POR FALAR EM TIRAR NOTAS

Onde é que os brilhantes apontamentos podem ser anotados, pelos alunos desta cadeira, por outros alunos e, na verdade, por qualquer pessoa que precise de ter onde escrever? No nosso **Caderno A5!**

Diz a capa que este caderno de folhas lisas está cheio de Alegria — e não é conversa fiada. Está pronto para receber ideias geniais, listas sem fim, pensamentos profundos ou rabiscos inspirados e a sua capa rijta aguenta tudo... até reuniões de segunda-feira!



O Caderno já se encontra à venda na nossa Lojinha. **Adquiram o vosso aqui!**

CAMPANHA ASSINO DE CRUZ 2026

À semelhança do ano passado, juntámo-nos a outras instituições do Terceiro Setor, numa campanha de apelo à consignação do IRS. Intitulada **"Assinção de Cruz"**, a campanha reúne a Operação Nariz Vermelho, a **Associação Acreditar**, a **Amnistia Internacional Portugal**, a **APAV | Apoio à Vítima**, a **Associação Salvador**, a **Dress for Success Lisboa**, a **Fundação Rui Osório de Castro**, a **Just a Change**, a **Make-A-Wish Portugal**, a **Médicos do Mundo Portugal** e a **Médicos Sem Fronteiras Portugal - MSF**.

Podem ver o vídeo oficial da campanha [aquí](#), e encontrar mais informações no site [aquí](#)! O objetivo da campanha é apelar num determinado generalizado a que os contribuintes usufruam deste direito de consignar 1% do seu IRS (da parte que reverteria para os cofres do Estado) para uma instituição à sua escolha. Não tem de ser uma das 11 que fazem parte da campanha, pode ser qualquer uma de entre as milhares que estão abrangidas por esta medida.



Se ficaram curiosos com o processo, espereitem aqui o texto em que esclarecemos o que é e como se faz a consignação, e estejam atentos às principais datas em que as etapas do processo têm de ser concluídas:

Até 16 de fevereiro:

- Comunicar à Autoridade Tributária a duração ou cessação de contratos de arrendamento de longa duração.

Até 2 de março:

- Validar as faturas pendentes no e-Fatura, para garantir que contam para deduções;
- Confirmar ou atualizar o agregado familiar;
- Comunicar rendas recebidas em 2025 (Modelo 44), quando aplicável;
- Comunicar despesas de educação de dependentes;

De 16 a 31 de março:

- Consultar no e-Fatura montantes apurados para deduções (saúde, educação, habitação, lares, despesas gerais). Se encontrar erros ou despesas em falta, deve reclamar. Depois de 31.01 já não é possível corrigir estes valores.

Até 31 de março:

- Indicar qual a instituição que se quer apoiar com a consignação de 1% do IRS;

De 1 de abril a 30 de junho:

- Prazo normal para entrega das declarações de rendimentos / IRS;

Até 31 de julho:

- A Autoridade Tributária emite a nota de liquidação, o documento que indica se há imposto a pagar, a receber ou saldo zero.

Agora que sabem os prazos, nada de os deixar escapar! E não se esqueçam também de **selecionar a ONV** como instituição a apoiar com a consignação do vosso IRS, inserindo o nosso NIF no campo apropriado: **506 133 729**

E por agora é tudo! **Até à próxima newsletter!**

Não se esqueça que também é possível apoiar a nossa Causa com um donativo pontual, no montante à sua escolha. Qualquer que seja o valor, já será uma importante ajuda para continuarmos a levar alegria às crianças hospitalizadas, aos seus familiares e acompanhantes e aos profissionais dos hospitais!

Faça aqui o seu donativo de alegria!

E já sabem: para continuarem a estar a par de todas as novidades da nossa Ca(u)sa de Palhaços, acompanhem-nos nas nossas várias redes sociais (Facebook, Instagram, TikTok, LinkedIn (onde têm uma versão mais extensa desta newsletter) e no nosso **Website**), pois lá têm acesso a notícias fresquinhas, a imensas fotografias e vídeos e aos bastidores das aventuras dos nossos Doutores Palhaços! Toca a ir espereitar! 🍷