

Matemática:

$$14 + 7 =$$

$$18 + 9 =$$

$$18 - 9 =$$

$$15 + 10 =$$

$$32 - 10 =$$

$$15 - 7 =$$

$$32 -$$

$$16 +$$

$$8 +$$

$$3 - 3$$

$$+ 4$$

Relatório de Atividades e Contas

2023



GASPORTO

***“Eu sei que o meu trabalho é uma gota no oceano, mas sem ele o oceano seria menor.*”**

Madre Teresa de Calcutá



ÍNDICE

1. GASPORTO	4
1.1 Introdução	5
1.2 Estrutura Organizacional	7
1.3 GASPORTO em Números	8
2. Atividades Desenvolvidas em 2023	10
2.1 Projetos de Intervenção Social no Porto	11
2.2 Programas de Cooperação para o Desenvolvimento em Moçambique	15
2.3 Projetos de Voluntariado Semanal no Porto	34
2.4 Missões Nacionais	38
2.5 Missões Internacionais	41
2.6 Formação do Voluntariado	42
2.7 Angariação de Fundos	46
3. As Contas	48
3.1 Demonstrações Financeiras Portugal	49
3.2 Demonstrações Financeiras Consolidadas	50
Como Apoiar o GASPORTO	52
Agradecimentos	53



1. GASPORTO

1.1 Introdução

O ano de 2023 foi um ano em que o GASPORTO partilhou muito amor e carinho, voltando a fazer a diferença na vida das pessoas a quem servimos. Através do fortalecimento das relações de proximidade entre estas pessoas e os nossos voluntários e profissionais, fomos ao longo do ano construindo lugares de amor e juntos fizemos renascer a esperança num mundo melhor.

No GASPORTO continuamos a acreditar no poder de ir ao encontro dos outros, para promover um Desenvolvimento Social Sustentável, através da realização de atividades de voluntariado e projetos de intervenção social, em Portugal e Moçambique. Ao longo de 2023 os nossos voluntários foram trabalhando de forma articulada com as várias entidades parceiras da cidade do Porto, realizando de forma regular visitas às instituições onde se encontram acolhidas jovens mães adolescentes; ao centro social onde as crianças em situação de fragilidade económica passam os seus tempos livres; aos restaurantes solidários ou centros de acolhimento para pessoas em situação de sem abrigo e aos domicílios dos idosos em situação de isolamento social.

Durante os meses de verão, como habitualmente, os nossos voluntários aceitaram o desafio de sair em missão com o GASPORTO. Este ano, voltamos à Apúlia com as crianças e jovens provenientes de contextos social e economicamente vulneráveis dos Bairros do Cerco e de Lordelo, fazendo desta uma semana inesquecível para todos. Estivemos em Valongo, em parceria com a AVA - Associação Viver Alfena, a proporcionar às crianças e jovens com diversidade funcional momentos únicos de felicidade. Fomos ainda a Seia, para a Casa de

Santa Isabel, que é também já um pouco a nossa casa, tendo criado novas memórias com os companheiros da casa, que nos esperam todos os verões. Não podíamos também faltar às pessoas idosas de diversos lares em Celorico de Basto, onde, mais uma vez, fizemos com que os utentes tivessem uma semana de muitas atividades e animação. Também fomos à vila da Macia, em Moçambique, em duas missões distintas. De finais de Janeiro a meados de Abril, 2 voluntárias partiram cheias de vontade de ajudar no desenvolvimento dos nossos projetos de cooperação e foram recebidas de braços abertos pelos nossos profissionais, as mães e os seus bebés do Pfuka e as nossas crianças e jovens do Kukula e Crescer de Mãos Dadas. De finais de julho até finais de setembro, tivemos mais 3 voluntárias a partir em missão para mais uma vez apoiar com muito amor toda a nossa família GASPORTO na vila da Macia.

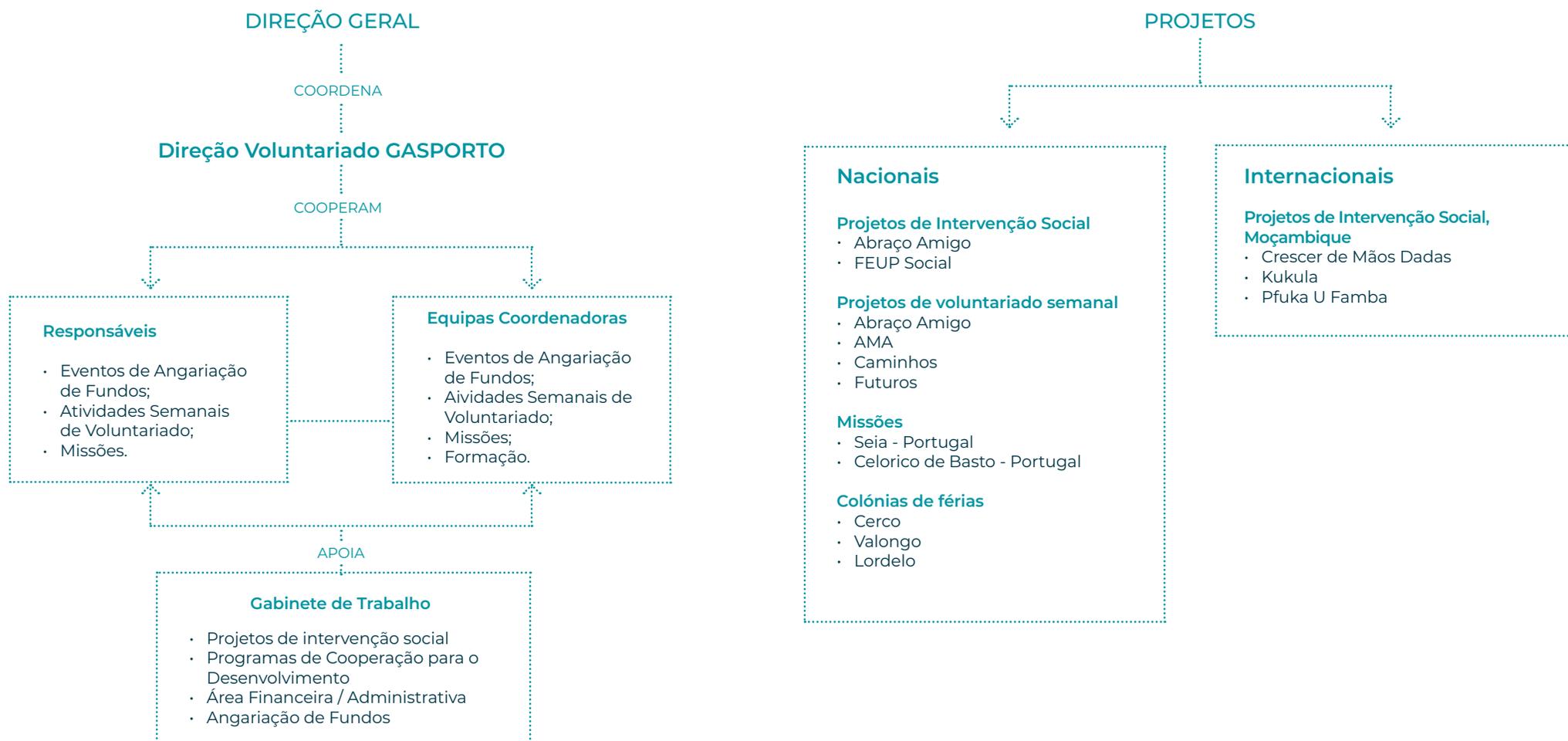
Com o apoio de todos os nossos parceiros e doadores, nomeadamente, os nossos padrinhos de leite e padrinhos do Crescer de Mãos Dadas, os nossos sponsors e todas as pessoas e empresas que, em Portugal e Moçambique, estiveram ao nosso lado, foi possível juntos no amor e no cuidar, continuar a servir com simplicidade todas as pessoas que apoiamos.





1.2 Estrutura organizacional

Em 2023 foram mais de 250 pessoas que colaboraram com o GASPORTO, entre voluntários e colaboradores remunerados. Em conjunto desenvolvemos 4 projetos de voluntariado semanal no Porto, 2 projetos de intervenção social em Portugal, 3 projetos humanitários em Moçambique, 5 missões nacionais e 2 missões internacionais.



1.3 GASPORTO em números

Durante o ano de 2023, o GASPORTO chegou a mais de 1300 pessoas através de 4 projetos de voluntariado semanal no Porto, 2 projetos de intervenção social em Portugal, 3 projetos humanitários em Moçambique, 5 missões nacionais e 2 missões internacionais.

Durante o ano, foram 449 as pessoas, entre mães adolescentes, pessoas idosas, estudantes universitários em situação de fragilidade, crianças e jovens provenientes de contextos social e economicamente vulneráveis, jovens que se encontram em situação de acolhimento residencial, pessoas em situação de sem-abrigo e em situação de exclusão/vulnerabilidade social e pessoas em fase de reintegração social, que o GASPORTO acompanhou na área metropolitana do Porto, num total de 6338 horas de voluntariado.

Nas Missões Nacionais, através da missão em Seia e em Celorico de Basto bem como das colónias de férias de Lordelo, do Cerco e de Valongo, o GASPORTO chegou a 428 pessoas através de 2856 horas de voluntariado.

Nas Missões Internacionais, fomos a Moçambique com 2 Missões num total de 5 voluntários que conseguiram chegar a 436 pessoas através de 8448 horas de voluntariado.



1313



total de beneficiários

247



total de voluntários

28 448h

número total de horas de voluntariado





AMOROSO
DAS
FORMAS

2

2. Atividades desenvolvidas em 2023

2.1 Projetos de intervenção social no Porto

Durante o ano de 2023, o GASPORTO deu continuidade aos 2 projetos de intervenção social que já vem a desenvolver há alguns anos: o Abraço Amigo e o FEUP Social. Estes projetos são geridos por profissionais da área social, no entanto, no caso do Abraço Amigo conta com a constante colaboração de voluntários.

ABRAÇO AMIGO

O Projeto Abraço Amigo visa construir uma sociedade onde os idosos têm oportunidade de envelhecer em casa com dignidade, qualidade de vida, saúde e bem-estar.

Tem como missão promover uma intervenção especializada, humana, criativa e individualizada, com mobilização de voluntários, que permita combater o isolamento e diminuir o impacto da solidão dos idosos, contribuindo para que as suas casas estejam adaptadas às suas necessidades, promovendo o envelhecimento saudável, seguro, independente e autónomo, num espaço que lhes é familiar e significativo, através do seu acompanhamento regular e do estabelecimento de relações de confiança. Apresenta como principais objetivos: Combater a solidão e o isolamento; Promover a saúde e o bem-estar; Promover a qualidade de vida no domicílio; Sensibilizar a sociedade para o envelhecimento.

Ao longo de 2023, o GASPORTO acompanhou 63 pessoas idosas da cidade do Porto.¹

Começamos o ano a cumprir a tradição: encher a cidade do Porto de música e alegria! Assim, de guitarras, pandei-

retas e bombos saíram à rua os voluntários do GASPORTO para, de porta em porta, cantarem as janeiras. Este primeiro reencontro após as festas abriu caminho ao tão ansiado lanche de reis, que, por motivos pandémicos, durante 3 anos não pudemos realizar. Assim, em Dia de Reis, coroados todos os presentes, tivemos uma tarde de festa animada pelo Grupo de Cavaquinhos do Porto e marcada pelo encontro, a partilha e a alegria.

Estas primeiras atividades do ano deram um mote para o restante. 2023 foi um ano de aproximar, promover o encontro, promover as relações e promover o bem-estar físico e psicológico das pessoas idosas. Continuamos a promover um envelhecimento com qualidade em casa que passa também por um trabalho próximo em rede com toda a comunidade. É um trabalho intencionalizado que permite não só que as pessoas tenham uma vida organizada, autónoma, com as suas necessidades asseguradas, mas também possam sair da sua rotina e experimentar, conhecer e até mesmo relembrar materiais, pessoas e lugares.



¹Representativo do número de idosos abrangidos pela ação do GASPORTO ao longo de todo o ano de 2023, não sendo representativo do número simultâneo de idosos acompanhados.

*“Ainda bem que continuam a fazer estes momentos porque é só assim que eu saio de casa e me divirto. Comi, dancei, diverti-me muito... foi um forrobodó”
I., 68 anos*

Assim, e ao longo de todo o ano pudemos:

- ser quem quisermos, dando asas à imaginação e criatividade decorando máscaras no Carnaval;
- sair para uma sessão de cinema privada, com a colaboração dos estudantes associados do Instituto Superior de Engenharia do Porto que nos deram o seu tempo e espaço para uma tarde de cinema português com muitas pipocas a acompanhar;
- fazer uso da nossa liberdade e, expressá-la de diferentes formas: através de vídeos, desenhos poemas ou prosas partilhámos o que pensamos relativamente à importância da liberdade na nossa vida.

Com junho a entrar e o tempo quente a começar a sentir-se, as saídas de casa tornaram-se mais regulares. Exploramos a cidade e cidades vizinhas, passeamos pelo WOW aproveitando a vista para a cidade invicta, por feiras de artesanato, tendo contacto com artes e produtos nacionais, e partilhámos também almoços à beira-mar, a observar o azul das águas.

Em julho, e com o espírito dos Santos Populares em cada um, o tão aguardado piquenique anual de verão transformou-se num verdadeiro arraial. Nas sombras do parque de Gondomar, debaixo de fitas coloridas, havia caldo verde e bifanas bem como muita música e animação. No regresso de

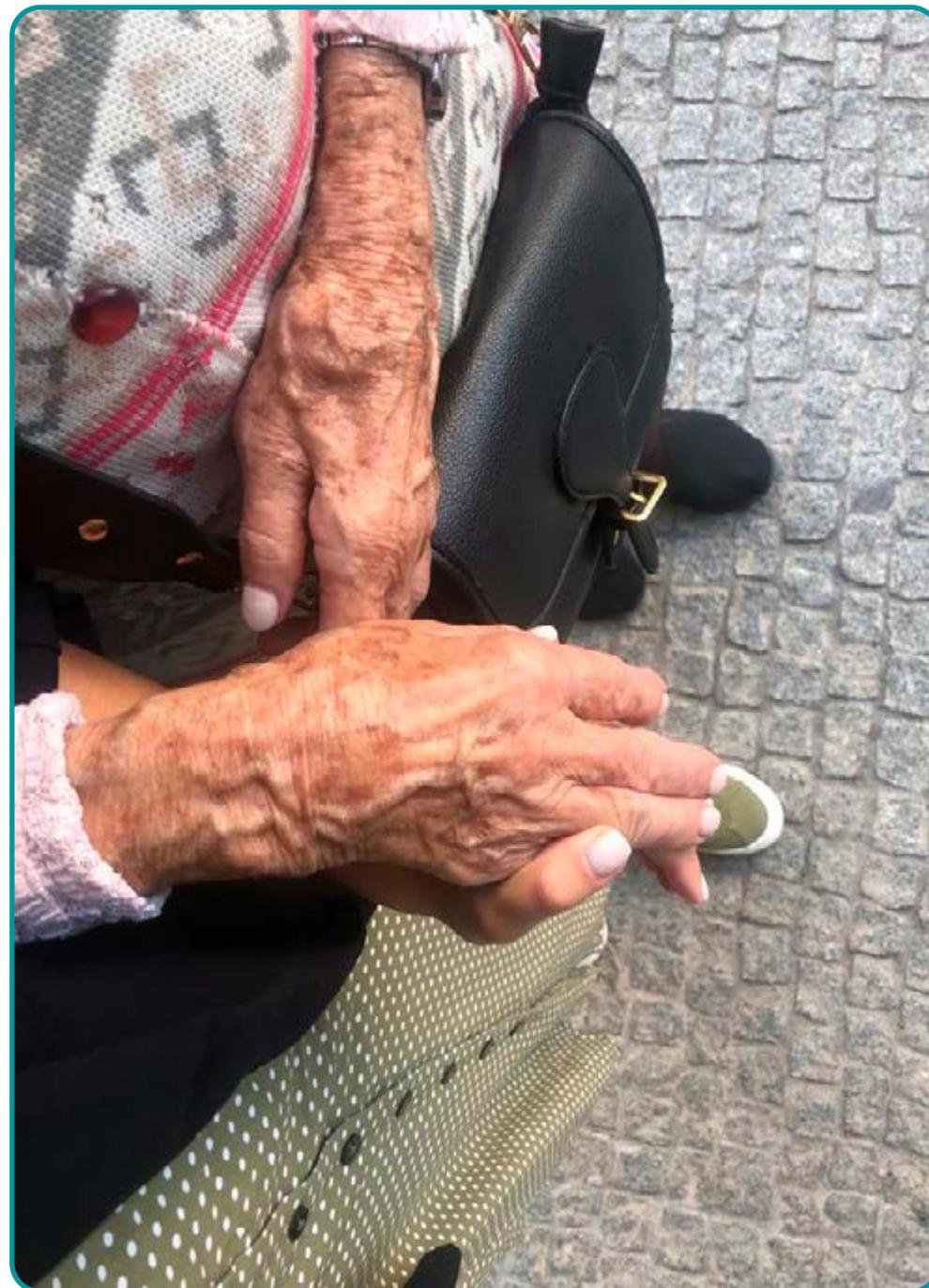
uma tarde tão animada, havia em casa de cada um o cheiro a manjerico, oferecido a cada pessoa idosa.

Em agosto, em várias tardes de encontro participadas, trabalhamos juntos em lembranças para oferecer aos padrinhos do programa Crescer de Mãos Dadas do GASPORTO. Partimos de um lugar de amor e colocamo-lo todo em cada corte ou ponto dado na construção dos porta-chaves.

Terminamos o verão com a chave de ouro, partindo, num domingo muito quente, rumo ao Santuário do Bom Jesus em Braga. Partilhámos o dia, renovamos as orações e exploramos o jardim do Sameiro.

O mês de outubro começa, dia 1, assinando o Dia Internacional da Pessoa Idosa e, no seu final, dia 28, volta-nos a lembrar, com o Dia Mundial da Terceira Idade, que o envelhecimento é um processo de desenvolvimento da vida de cada um de nós. Assim, e como no GASPORTO todos os dias trabalhamos para esta sensibilização quisemos assinalá-la de forma especial e participada por aqueles que experienciam este processo há mais tempo. Com este fim, fomos junto das pessoas que acompanhámos pedir alguns conselhos para bem envelhecer, registando e partilhando com a comunidade.

*“Estava mesmo a pensar em ti... ainda bem que vieste porque assim já desenferujo a língua”
B., 98 anos*



Chegamos a novembro e os desejos de comer uma boa castanha assada começaram a surgir. Foi numa tarde muito fria na Associação de Estudantes da Faculdade de Engenharia da UP que realizamos o nosso magusto. Desafiando as pessoas idosas e voluntários a afinar as suas vozes para uma tarde de karaoke em que não faltaram as castanhas e jeropíga para aquecer.

Em dezembro, e porque começa a ser já uma tradição, voltamos a celebrar o Dia da Mãe através da participação na missa do dia 8 de dezembro, na Igreja de Cedofeita. E com a chegada do final do mês, com aquela que é a data em que todas as famílias se reúnem, distribuimos um cabaz, por cada uma das pessoas idosas que continha chocolates, um pão-de-ló de Ovar, um queijo amanteigado e uma camisola.

A par da intervenção social com as pessoas idosas, continuamos a apostar tanto na formação dos voluntários como dos técnicos do GASPORTO, tendo sido promovidas sessões com temáticas como: O Luto é uma coisa com penas, facilitada pela Presidente da Associação Compassio Mariana Abranches Pinto; Envelhecimento ativo dinamizada pelo Terapeuta Ocupacional do Projeto; Desocultar Vulnerabilidades na Violência Doméstica: Saúde Mental e Pessoas Idosas, Seminário promovido pela Câmara Municipal de Matosinhos.

Para além disto continuamos o trabalho em rede sempre com vista a criar sinergias e parcerias que acrescentem valor ao projeto e melhorem a qualidade de vida daqueles que nele participam e possa tornar a comunidade mais atenta e sensível às questões relativas ao envelhecimento. Assim, durante o ano de 2023:

- Dinamizamos um workshop com o tema “Envelhecimento Ativo” para a população em geral e voluntários da

Associação de Voluntariado Universitário do Porto - VO.U

- Participamos no focus group “Isolamento social dos idosos na cidade do Porto”, uma iniciativa do Laboratório de Inovação Social da Câmara Municipal do Porto, com entidades públicas e sociais relevantes para esta problemática e que tinha como objetivo elaborar uma caracterização deste problema social nas suas causas, respostas existentes e respetiva eficácia e eficiência.

- Participamos na Comissão Social de Freguesia do Bonfim e integramos o grupo de trabalho relativo ao trabalho com seniores.

- Participamos na primeira edição do “SpeedInvestment” promovido pelo Centro de Inovação Social do Porto cujo objetivo era dar resposta às dificuldades dos projetos de inovação social em se darem a conhecer a potenciais investidores, mas também às de muitas entidades em encontrar projetos com potencial de impacto comprovado para canalizarem recursos no âmbito da responsabilidade social.

- Assistimos ao Seminário Porto Compassivo promovido pela Associação Compassio

- Participamos nas Segundas Jornadas Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas onde foi apresentado o Plano de Ação 2023-2025 no qual o GASPORTO está incluído.

O balanço de mais um ano de projeto Abraço Amigo é bastante positivo. O projeto continua a evoluir e a aumentar a qualidade com que chegamos às pessoas idosas e a todos os agentes envolvidos nas suas vidas. Esta constante evolução e solidificação do projeto são fruto do trabalho desenvolvido pelo GASPORTO ao longo dos anos.



63
IDOSOS ACOMPANHADOS



265
ACOMPANHAMENTOS E ARTICULAÇÃO
COM SERVIÇOS E PARCEIROS



84
ARTICULAÇÕES FAMILIARES



2 419
CHAMADAS TELEFÓNICAS



1 993
VISITAS DOMICILIÁRIAS



64
SESSÕES DE TERAPIA OCUPACIONAL



20
PASSEIOS INDIVIDUAIS E ATIVIDADES
COMUNITÁRIAS



110
REUNIÕES DE EQUIPA E FORMAÇÃO
VOLUNTÁRIOS



15
PEQUENAS REPARAÇÕES E
ADAPTAÇÕES DE CONTEXTO



63
ANIVERSÁRIOS CELEBRADOS



50
CABAZES DE CONFORTO
OFERECIDOS NO NATAL



50
MANJERICOS OFERECIDOS



6
CABAZES HORTÍCOLAS
OFERECIDOS

FEUP SOCIAL

O Projeto FEUP Social apoia estudantes da FEUP que se encontram numa situação fragilizada, enfrentando múltiplas dificuldades sociais, académicas, entre outras e, por isso, são conduzidos ao insucesso e, por vezes, ao abandono escolar. Desde o seu início, uma grande parte dos estudantes que procura o projeto é oriunda dos PALOP, Timor Leste e outros países, reflexo das dificuldades acrescidas que enfrentam por se encontrarem num país estrangeiro.

No entanto, tal como tem acontecido em anos anteriores, também em 2023, recebemos pedidos de apoio de estudantes não pertencentes à FEUP, no sentido de obterem esclarecimentos quanto às respostas existentes para os problemas que enfrentam, bem como a que entidades se devem dirigir para os resolver

Em 2023, 2 jovens beneficiaram do acompanhamento social e aconselhamento pessoal do GASPORTO.



2.2 Programas de Cooperação para o Desenvolvimento em Moçambique

De acordo com o último relatório do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento Humano, em 2022, Moçambique apresentava um IDH de 0,446, assumindo-se como o 7º país mais pobre do mundo, de entre os 191 países analisados. No que diz respeito à educação, segundo o World Economics, Moçambique apresentava, em 2022, uma média de escolaridade de 3,2 anos e a taxa de conclusão do ensino primário era de 45%.

Segundo o recenseamento geral da população moçambicana, em 1980, o país tinha cerca de 11 milhões de habitantes. Em 2017, foram recenseados cerca de 28 milhões de habitantes. Destes, 9.4 milhões de habitantes são jovens (idade compreendida entre 15 e 35 anos), correspondendo a cerca de um terço da população total do país. Prevê-se que, em 2037, o número de jovens ronde os 17.1 milhões de habitantes (INE, 2023).

Por isso, nunca como hoje o trabalho de contribuição, por parte do GASPORTO, para a promoção de desenvolvimento humano em Moçambique, se revela, simultaneamente, tão profundamente necessário e impactante, através dos 3 programas de cooperação para o desenvolvimento nas áreas da saúde, educação e ação social desenvolvidos na vila da Macia. Grosso modo, é possível afirmar que o ano de 2023 se revelou muito impactante. Teremos oportunidade de analisar cada programa em particular nos capítulos seguintes. No geral, de 2023, destacamos como conquistas gerais:

Oferta de kit de trabalho a cada profissional: por forma a aprofundar a contribuição para o promoção do Trabalho Digno. Em 2023, os profissionais locais do GASPORTO receberam, pela primeira vez, um kit de trabalho que permitirá que as suas condições de trabalho sejam mais seguras, cómodas e apelativas. Este kit inclui chapéu, botas, mochila, pólo GASPORTO, cantil, agenda, caderno, caneta e guarda-chuva.

Contratação da 7ª profissional local do GASPORTO: Fruto da abertura de um novo centro de estudos Kukula, o Kukula-Proef, num dos bairros mais pobres da vila da Macia, o bairro de Menguelene, o GASPORTO tomou a opção estratégica de contratar mais uma profissional que está alocada aos Programas Crescer de Mãos Dadas e Kukula.

Renovação do despacho ministerial autorizativo do desenvolvimento de atividades em Moçambique: Iniciamos o pro-

cesso de renovação do despacho ministerial que autoriza ao GASPORTO o desenvolvimento de atividades legalmente reconhecidas pelo GASPORTO em Moçambique.

Capacitação dos profissionais locais: Desenvolvemos várias sessões de formação de informática na óptica do utilizador com os profissionais, dedicada, sobretudo ao programa Excel, por forma a que estes sejam capazes de rentabilizar todas as potencialidades relacionadas com as folhas de cálculo e, assim, otimizar processos de trabalho.

“Tive a oportunidade, o privilégio, de voltar à Vila Mágica da Macia, de voltar àquela que se tornou a minha segunda casa, de me reencontrar com as pessoas incríveis que lá apoiamos, direta ou indiretamente, sempre prontas para nos receber com um grande sorriso e um abraço apertado, e estou eternamente agradecida por isso!

O que o GASPORTO faz na Vila da Macia realmente é indescrevível! Desde os milagres dos bebés do Pfuka U Famba, que passam de subnutridos e muito pequeninos, para bebés rechonchudos, grandes e cheios de força para gatinhar ou até mesmo para começar a caminhar; passando pelos Kukulas, em que, todos os dias, se ajudam, de uma maneira mais dinâmica, crianças nas suas dificuldades de leitura, escrita e contas, complementando o trabalho da escola; até ao projeto Crescer de Mãos Dadas, onde estão todos os nossos afilhados e pelo qual é um orgulho e uma emoção enormes vê-los a crescer e a aprender, tanto a ní-

vel pessoal, como a nível escolar, e poder acompanhá-los em todas estas fases.

Nós ajudamos, mas também aprendemos muito com eles, sobre partilha, sobre amor, sobre tranquilidade, e que, por muitos e grandes que sejam os desafios e os obstáculos, no final tudo compensa, tudo vale a pena de ser vivido!”

Sofia Pinto, Voluntária GASPORTO





PFUKA U FAMBA

O Programa Pfuka U Famba, que significa “levanta-te e anda” na língua changana, funciona num Centro de Reabilitação Nutricional e a sua atuação tem por base o fornecimento diário de alimentação – leite em pó, papas enriquecidas e sopas –, garantindo este apoio até à recuperação do estado nutricional do bebé. Além do suprimento da necessidade imediata, o GASPORTO centra a sua intervenção na importância da formação e capacitação apropriadas das cuidadoras.

“O Pfuka U Famba é uma escola para mim. Aqui cozinhamos, fazemos sopas. Aprendemos. Fazemos papinhas, diferentes tipos de papinhas para o bebé comer. Eu vim cá por causa do meu filho que nasceu e cresceu doente. Mas quando se aprende o filho tem oportunidade de crescer bem e saudável.”

Mamã B., cuidadora do bebé R.

“Eu conheci o Pfuka U Famba, sobrevivi a um problema de peito e o médico enviou-me até ao Pfuka U Famba. Aqui receberam-me muito bem. Já não tenho problema. Dou leite à minha bebé sem problemas. Aqui cozinhamos, fazemos sopas, aprendemos, cozinhamos vários tipos de papinhas para o bebé comer. O Pfuka U Famba é uma escola para mim. Eu vim aqui para o Pfuka U Famba, por causa do meu bebé C., que nasceu um pouco doente. Mas quando você aprende o teu bebé fica muito bem e cresce muito bem. Aqui no Pfuka U Famba é como uma família, viemos para cá para ser ajudados, porque aqui é a primeira assistência para os nossos filhos. Estou muito feliz aqui no Pfuka U Famba, muito feliz!”

Mamã R., cuidadora do bebé C.

Assim, uma das grandes finalidades do Pfuka U Famba passa por recuperar nutricionalmente os bebés subnutridos, encaminhados pelo Centro de Saúde da vila da Macia. Em 2023, foram distribuí-

das 4059 latas de leite e 2858 refeições de papas e sopas fornecidas, produzidas com produtos da machamba e, sempre que possível, enriquecidas com moringa. Os restantes alimentos necessários às papas e sopas que não são produzidos na machamba ou cuja produção é insuficiente são adquiridos no mercado local. Ao longo do ano, a machamba (horta) do Pfuka u Famba teve várias plantações que deram origem a diferentes colheitas. No “tempo de frio” foi época de plantar cenoura, espinafre, cebola, tomate, pimento e couve, colhendo-se, daí a um mês e meio, em meados de Agosto, os frutos desse trabalho coletivo feito pelas mamãs cuidadoras do Pfuka U Famba. Por isso, os nossos bebés provaram deliciosas sopas e papas feitas com estes alimentos tão nutritivos.

O ano de 2023 foi um ano de acompanhamentos de muito gémeos e trigémeos no centro Pfuka U Famba. Dos 78 bebés acompanhados, 32 eram gémeos e 6 eram trigémeos. Apesar de se tratar de uma situação algo caricata, a verdade é que a existência de gémeos e trigémeos no centro exige, por parte da profissional local, um acompanhamento individualizado redobrado, não apenas do que diz respeito à monitorização nutricional e dos valores antropométricos como, ainda, da importância do estabelecimento do vínculo mãe-filho, assim como de estratégias para a manutenção da estimulação cognitiva de dois ou mais seres tão pequeninos e indefesos.

Ao longo do ano, as cuidadoras do Pfuka U Famba tiveram a oportunidade de participar em distintas atividades formativas que perfizeram um total de 52 formações. A realização de uma média de 4 formações mensais pretende espelhar a natureza assistencialista que o GASPORTO procura que caracterize a sua ação e, de modo particular, essa ação no âmbito do Pfuka U Famba. Assim, a aposta na formação e capacitação contínua das cuidadoras pretende aumentar as competências parentais na prestação de cuidados aos seus bebés e restantes familiares, em contexto de intervenção no Centro e, complementarmente, no domicílio. Pretende-se, ainda, que os conhecimentos adquiridos pelas cuidadoras sejam transmitidos pelas próprias às suas comunidades, reduzindo - de forma indireta - o potencial número de bebés subnutridos da vila da Macia. Além de temáticas importantes para o bem-estar e saúde dos bebés, em 2023 privilegiaram-se temas promotores

do empoderamento feminino, como é exemplo a formação dedicada aos direitos das mulheres e ao casamento precoce. Outros conteúdos abordados relacionaram-se com noções de segurança alimentar e de higiene pessoal e ambiental, a sua importância na preservação de doenças e na promoção do bem-estar nutricional dos bebés, assim como, o desenvolvimento cognitivo-emocional dos mesmos. As formações foram facilitadas pela profissional local, por voluntárias do GASPORTO ou por entidades com as quais GASPORTO mantém parceria, designadamente, com o Centro de Saúde da vila, através dos seus técnicos de nutrição que tiveram a oportunidade de visitar o Pfuka U Famba cerca de 25 vezes, ao longo de 2023. Importa destacar que as formações apresentaram uma parte teórica, com descrições pormenorizadas sobre todos os processos, em changana (dialeto local) e em português e uma parte prática, em que foram promovidos espaços de debate e de

esclarecimento de dúvidas, assegurando que a informação era compreendida por todos os presentes.

Ao longo de 2023 tivemos, ainda, a oportunidade de realizar quase 60 visitas domiciliárias, asseguradas pela profissional local. A realização dessas visitas permitem uma melhor compreensão do contexto familiar e o reconhecimento das causas que influenciam o desenvolvimento psicológico e nutricional da própria criança. A deslocação ao domicílio por parte da profissional local permitiu a compreensão de que a subnutrição de alguns bebés se caracteriza não apenas pela falta de acesso aos alimentos no domicílio, mas também por desconhecimento relativamente à sua utilização (incluindo quantidade e horários de refeição adequados). Estas visitas permitiram também perceber que a alimentação de uma criança nem sempre merece grande prioridade em famílias com rendimentos tão limitados, situação que tende a tornar-se catastrófica quando o bebé não é considerado da família ou é órfão de mãe, como é o caso de tantos bebés que passaram pelo Centro ao longo de 2023.

As visitas domiciliárias revelam-se, também, um espaço de partilha, em que a cuidadora se sente mais próxima da profissional local, podendo, mais facilmente abordar temas importantes, como o Planeamento Familiar. Ao mesmo tempo, é possível ir monitorizando o boletim do bebé e assegurar que todas as consultas e vacinas estão regularizadas e, ainda, se se encontra a realizar o tratamento antirretroviral de forma adequada. É, ainda, possível perceber se a cuidadora é capaz de preparar sozinha o leite e as papas com os ingredientes que tem em casa, assim como verificar se a maior parte das cuidadoras pratica em casa os hábitos de higiene adquiridos no Centro.

Ao longo do ano tivemos, ainda, a oportunidade de celebrar, de entre outras, três datas festivas muito importantes: o dia da criança, a celebração do aniversário do Pfuka U Famba e o dia de natal.

Por isso, arrancam os meses de junho em festa, com um



lanchinho para os nossos bebês e para as suas cuidadoras, todos os presentes, incluindo profissionais do GASPORTO puderam se deliciar com bolos, sumos, arroz e frango! As nossas mamãs, em jeito de agradecimento, cantaram algumas canções tradicionais.

A chegada do mês de setembro significa, também, a comemoração de mais um aniversário do Centro de Reabilitação Pfuka U Famba. No dia 10 de setembro. Visto que este ano, este dia seria num domingo, optou-se por se celebrar no dia 8 de setembro, sexta-feira, para que pudessem estar presentes o maior número de mamãs e bebês já apoiados por este projeto. A celebração do 16º Aniversário Pfuka U Famba contou com a habitual boa disposição por parte de todas estas mamãs e os seus bebês, cozinhou-se um delicioso almoço, brincou-se, dançou-se, cantou-se e fez-se o corte do típico bolo, feito com todo o carinho pela mamã Maria de Fátima. Foi um dia de muita alegria e diversão, mas também muito emocionante, pois foi a última vez que as voluntárias da missão de verão puderam estar com estes bebês e mamãs tão fortes.

Para preparar a comemoração deste dia, as nossas voluntárias que estavam em missão, pintaram o Mural do Pfuka U Famba cujas paredes são, agora, muito mais bonita. Tínhamos o desejo de tornar este espaço mais apelativo para os nossos bebês e crianças, assim como para as suas cuidadoras, tendo as voluntárias pintado um mural com uma arca onde há espaço para todos os animais, procurando ainda simbolizar a importância de sairmos dessa arca e fazermos o nosso caminho quando nos sentimos restabelecidos.

No dia 15 de Dezembro, celebramos uma grande festa comemorativa do dia de Natal, onde estiveram presentes 39 cuidadoras e 35 bebês e crianças, algumas das quais já haviam tido alta clínica, mas que consideramos importante convidar por terem feito parte do ano do centro. Houve a oportunidade de oferecer a cada mamã um gorro e a cada bebê uma calça-fralda de plástico. A alegria da partilha, da comunhão e do encontro entre mulheres foi adoçada por uma refeição de arroz, batata frita, carne de vaca, frango assado, refrescos, saladas e, ainda, por um bonito bolo

feito pela mamã Maria de Fátima. Juntar tantas pessoas especiais a uma mesma mesa, que se podem olhar e recordar um caminho de vitórias na recuperação nutricional dos seus bebês ou recordar as memórias de amparo nos momentos de maior tristeza e luto foi muito significativo para todas. Foi maravilhoso que as mamãs tenham tido a oportunidade de vivenciar um verdadeiro natal. Estavam profundamente felizes, de tal forma que demonstravam a sua felicidade através de canções e danças tradicionais. No final, as mamãs agradeceram muito à nossa matriarca mamã Maria de Fátima e a toda a equipa do GASPORTO e doadores, pelo nobre gesto de terem direito a um dia de família. O sentimento de gratidão era o perfume que sentia no ar, recheado de votos de feliz natal e próspero ano novo.

O ano de 2023 contou, ainda, com a realização de pequenas obras de reparação do centro dedicadas à retificação do chão e à eletrificação do espaço.

Importa ressaltar que, ao longo deste ano, tivemos, de modo particular, a admissão de um par de gémeos cuja casa se incendiou. A mãe das crianças ficou gravemente queimada e, fruto disso, encontrava-se com redução de mobilidade no braço. Foi-lhes atribuída uma tenda pelo governo de Moçambique para conseguirem ter abrigo. Apesar disso, com os 40º que lá se faziam sentir, não estavam proporcionadas as adequadas condições de crescimento àqueles bebês e restantes irmãos e mãe. Tratava-se de uma família profundamente pobre, mas, ao mesmo tempo,





muito esforçada. Os filhos mais velhos da mamã, com 10-12 anos, queriam tanto estudar que, como a mamã Maria de Fátima dizia, “pegam na enxada e na sachola e vão apanhar alguns empregos para conseguirem estudar.” Face a esta situação, o GASPORTO uniu-se para oferecer uma casa a esta família que não cabia em si de alegria no momento em que a viu construída. Muitas foram as palavras de gratidão ao GASPORTO e às suas pessoas.

Parceiros:

- Centro de Saúde da Macia;
- Igreja Católica Macia;
- Serviço Distrital de Saúde Mulher e Ação Social Bilene-Macia;
- Direção Provincial de Saúde de Gaza;
- Ministério da Saúde de Moçambique;
- Secretaria Provincial;
- Padrinhos de Leite;
- Sociedade Civil.





78

BEBÉS
ACOMPANHADOS



60

CUIDADORAS



2 858

REFEIÇÕES DE SOPA
E PAPÁS FORNECIDAS



4 059

LATAS DE LEITE
FORNECIDAS



25

VISITAS DE TÉCNICOS
DE NUTRIÇÃO



19

ATIVIDADES DE ESTIMULAÇÃO
FÍSICO-COGNITIVO-EMOCIONAL



52

FORMAÇÕES/WORKSHOPS



59

VISITAS DOMICILIÁRIAS



1

CASA CONSTRUÍDA

CRESCER DE MÃOS DADAS

O Programa Crescer de Mãos Dadas é um programa de apadrinhamento à distância de crianças e jovens órfãs ou vulneráveis que se encontram em situação de extrema fragilidade social. Apoia cerca de 100 afilhados, promovendo o seu desenvolvimento integral e garantindo-lhes o acesso à educação, à saúde e a bens primários, privilegiando o acompanhamento individualizado.

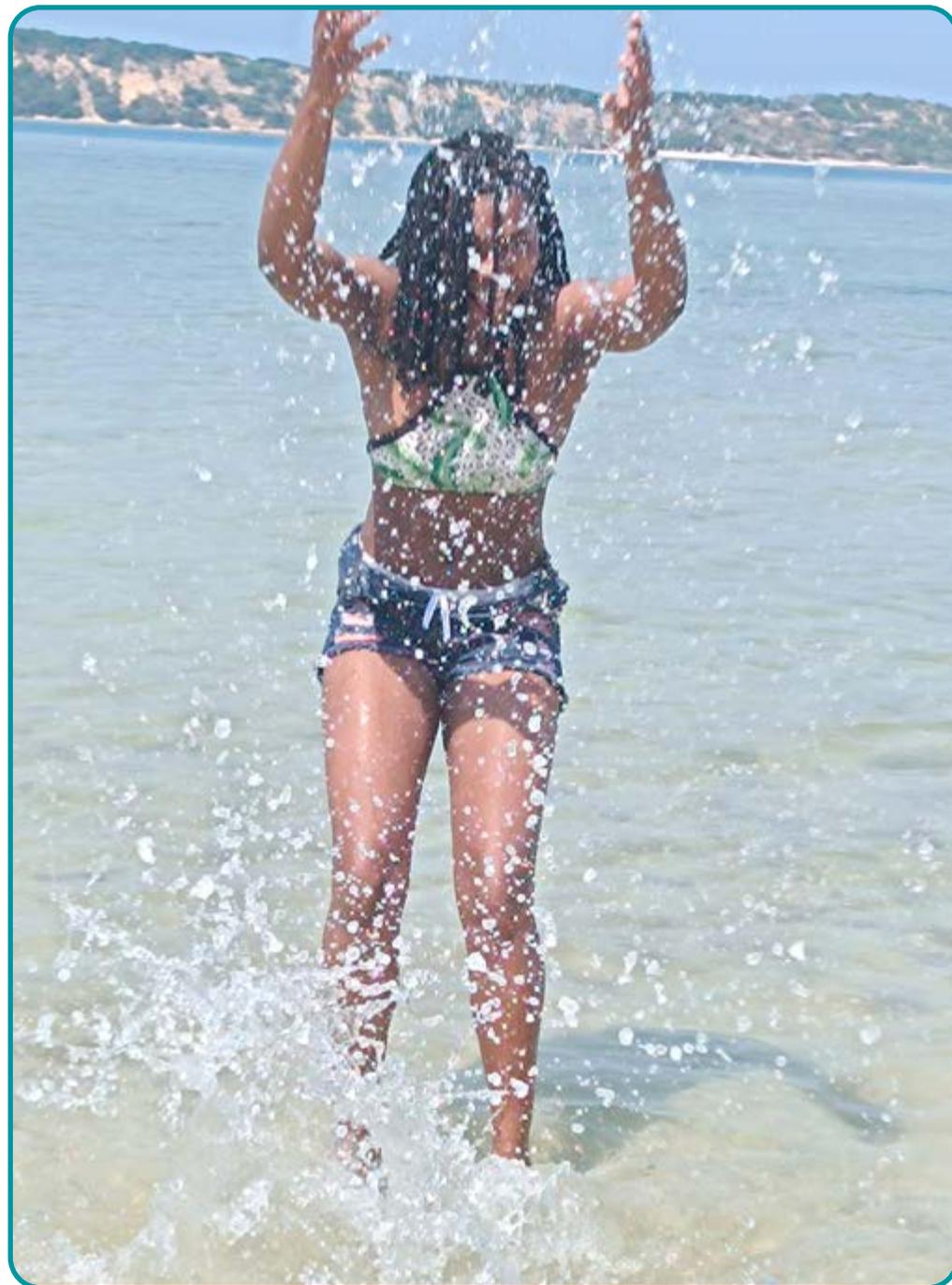
Neste momento, 4 dos afilhados apadrinhados nos primeiros anos de programa encontram-se a frequentar o ensino superior, fruto do acompanhamento individualizado realizado ao longo de cerca de 16 anos.

Ao longo de 2023, o programa acompanhou 98 afilhados/as.

“Agradeço muito ao GASPORTO, por ter acolhido minha filha, antes de fazer parte do apadrinhamento passávamos por grandes dificuldades, e agora graças ao GASPORTO temos recebido apoio, seja de material escolar, alimentação, vestuário e assistência na saúde, quero agradecer bastante por este apoio, pois sozinha não conseguiria. Quero partilhar também que quando a D. entrou no GASPORTO ela ganhou mais interesse em estudar, e sonhar, pois o GASPORTO tem sido a família mais próxima que tem e desta forma quero mesmo agradecer o pelo acompanhamento e pelo apoio da minha filha, espero que ela continue se dedicando e que continue indo à escola.”
Testemunho mãe da D., afilhada do CMD

“A N. é uma menina alegre, divertida, respeitosa e tem sido obediente, mas tudo isso graças ao GASPORTO, porque para além de apoiá-la, transmite-lhe ensinamentos, e são esses ensinamentos que a N. leva para casa, por isso quero agradecer por tudo que o GASPORTO faz e continua a fazer, não só pela N., acredito que para outros jovens e crianças. Apesar de não ter muita capacidade, de fazer algumas coisas, sinto-me tranquila por saber que a N. está em boas mãos, e a verdade nessas mãos não está ela eu também me sinto nelas, porque sinto-me apoiada. Por isso quero agradecer do fundo do meu coração. Khamimambo!
Testemunho avó da N., afilhada do CMD

“Eu gosto de estar no GASPORTO. Gosto da companhia dos outros afilhados, por isso fico entusiasmado quando chega o dia da distribuição ou um outro dia diferente. Desde criança o GASPORTO me acolheu, e principalmente quando perdi a minha mãe. Por isso tenho o GASPORTO como minha melhor família porque todos os momentos que preciso sempre me apoia. E quero agradecer por tudo que tem feito por mim, seja as manas todas em Portugal e aos profissionais em Moçambique. Obrigado!”
Testemunho H., afilhado do CMD



Durante o ano foram realizadas cerca de 500 visitas domiciliárias às crianças e jovens para avaliação e resolução de problemas. De facto, as visitas domiciliárias são basilares na intervenção desenvolvida pelo Programa, uma vez que estas permitem uma proximidade muito grande com a criança e jovem e a sua família. Consequentemente, este acompanhamento holístico, multidimensional e específico a cada criança permite identificar e compreender as necessidades específicas de cada afilhado. Paralelamente, cria-se um espírito fraterno, em que a confiança nos profissionais locais e no Programa se aprofunda, fazendo com que todas as crianças e todos os jovens sintam a disponibilidade para um apoio em todas as dimensões da sua vida, inexistente até então.

O início do ano civil, em Moçambique, é coincidente com a preparação do novo ano letivo. Nesse sentido, procedemos à atribuição de 98 kits escolares, um por cada criança e jovem. O kit escolar contempla uniforme, uniforme de educação física (para quem se justificava) pasta, cadernos, lápis, canetas, afia, borracha, régua, estojo, sendo a quantidade ajustada às necessidades de cada criança, conforme a classe escolar que frequenta. Neste âmbito, importa salientar que todas as crianças e todos os jovens receberam apoio burocrático e/ou monetário nos processos de inscrição nas escolas, de forma a que todos os afilhados reúnam as condições para que frequentem a escola.

O ano de 2023 iniciou, ainda, com a decisão estratégica de implementar explicações semanais, ao longo de todo o ano, para todos os afilhados a partir do ensino secundário, isto é, a partir da 7ª classe. Tratou-se de uma decisão inédita que exigiu uma capacidade de organização e articulação com professores de diferentes disciplinas, de acordo com as disciplinas de cada classe. A facilitação de apoio ao estudo individualizado revela-se fundamental para o sucesso escolar das nossas crianças e jovens e, em boa verdade, era uma necessidade apresentada pelos nossos afilhados há já alguns anos. Ao longo do ano tivemos a oportunidade de facilitar 665 sessões de explicações individuais e em grupo. Até 2023, e ao longo dos últimos anos, o Programa Crescer de Mãos Dadas, em colaboração com o Programa Kukula,

desenvolveu uma rede de apoio escolar e de explicações. Desta forma, os afilhados até à 5ª classe que apresentam maiores dificuldades têm explicações nos Centros de Educação e Desenvolvimento Infantil 2 ou 3 vezes por semana. Os afilhados da 6ª classe também vão tendo algumas explicações com os professores do Kukula. E, como se referiu, a partir de abril de 2023, todos os afilhados a partir da 7ª classe passaram a ter explicações individuais e/ou em pequenos grupos com os professores do ensino secundário às disciplinas de Português; Matemática; Física; Química; Biologia; História; Geografia; Filosofia; Inglês; Francês. Neste sentido, as explicações passaram a ter como objetivo não apenas a preparação para os exames nacionais e a preparação para os exames de admissão da faculdade como, ainda, para a melhoria do processo de aprendizagem e compreensão dos conteúdos ao longo de todo o ano letivo. Apesar do investimento na facilitação de explicações,

de forma geral, o aproveitamento escolar atingido pelas crianças e pelos jovens beneficiários do Programa não se revelaram tão satisfatórios como seria expectável, pois apenas 58% dos afilhados transitaram de classe.

O ano de 2023 significou, também, a introdução de uma novidade no âmbito da área educativa do Programa. Nesse sentido, passamos a ter encontros educativos trimestrais com todos os afilhados para discutir as classificações escolares, fazendo um balanço do percurso escolar em cada trimestre. Assim, nesses encontros temos a oportunidade de reforçar juntos dos nossos afilhados a importância da frequência e assiduidade escolar, assim como, das explicações, por forma a que consigam melhorar as suas classificações e sucesso escolar ao longo do ano letivo.

Além disso, nestes encontros procuramos compreender os seus medos, dúvidas e preocupações face à sua situação escolar. Procuramos, ainda, explorar os seus sonhos





individuais e, assim, motivá-los para os concretizar. Alguns destes encontros contaram com presença e testemunho de alguns afilhados mais velhos que se encontram a frequentar o ensino superior, por forma a servirem de modo e referência concreta para um caminho que, apesar de aparentemente complexo e utópico, é, também ele, passível de concretização. Procuramos que estes encontros contassem com a presença dos encarregados de educação por forma a, simultaneamente, fomentar o aumento de competências de parentalidade e uma maior participação dos pais na vida escolar dos filhos.

Ao longo do ano de 2023, o Programa apoiou quatro afilhados que frequentaram o Ensino Superior, entre outras coisas, através da atribuição de bolsas de estudo. Neste sentido, em 2023, tivemos a oportunidade de ver admitida no Ensino Superior, no curso de Psicologia Social e do Trabalho, uma nova afilhada, a nossa Cidália, admissão vivenciada com profunda alegria.

Na medida em que o perfil dos afilhados do Programa é profundamente distinto e, no âmbito do trabalho de orientação vocacional que tem vindo a ser desenvolvido com os afilhados mais velhos do Programa Crescer de Mãos Dadas, no dia 19 de setembro, a caravana dos cursos técnico-profissionais de Xai-Xai, dirigiu-se à Escola secundária da vila da Macia. Por isso, os estudantes desta escola e os afilhados do GASPORTO que frequentam outras escolas tiveram a oportunidade de conhecer de forma mais apropriada e informada várias escolas públicas e privadas dos institutos técnicos e profissionais da província de Gaza, designadamente, Instituto Industrial e Comercial 7 de setembro (público); Instituto Agrário de Chokwé (público); Instituto Politécnico Índico (privado); Instituto Médio Politécnico Santa Maria do Cenáculo (privado). Os cursos dessas escolas destinam-se aos

estudantes que concluíram a 10ª classe ou que a concluíram este ano, bem como os que estão na 11ª e 12ª classes e demonstram uma maior aptidão para aprendizagens técnicas e não tão teóricas como os que pretendem ingressar no ensino superior. Além disso, as voluntárias da missão humanitária desenvolvida em agosto e setembro tiveram a oportunidade de realizar um levantamento exaustivo dos diferentes cursos e das distintas escolas técnicas públicas e privadas, em distintas províncias do país, incluindo as mais perto da vila da Macia, designadamente, Gaza e Maputo, por forma a que os afilhados tenham a possibilidade de conhecer a oferta formativa existente e adequá-la aqueles que são os seus interesses e motivações pessoais. Em 2023, candidatamos três afilhados ao ensino técnico-profissional e dois afilhados ao ensino superior.

Ao longo do ano, tivemos a oportunidade de distribuir 1149 kits de alimentação e de higiene. Apesar de no início do ano se ter previsto a distribuição de uma cesta mensal para cada criança e jovem, o número de cestas distribuídas foi ligeiramente superior, pelo facto de, em caso de necessidade, o afilhado receber uma cesta extra. Ao longo de 2023 foram distribuídas 59 cestas alimentares extra. Numa das distribuições, tivemos a oportunidade de distribuir roupas feitas pela “Dress a Girl” às crianças e jovens do género feminino do programa.

Uma grande novidade de 2023 prende-se com a introdução de novo ponto de distribuição dos kits de higiene e alimentar mensais, num bairro distante do centro da Vila, em Menguelene, que permite que as crianças e suas famílias não tenham que deslocar-se durante tantas horas a pé até ao centro da Macia. Tal decisão prende-se com a abertura de



um novo centro de estudos Kukula, também neste bairro, fruto da remodelação de um contentor marítimo, doado pela PROEF, que foi transformado em sala de aula e que serve de apoio logístico às distribuições mensais dos kits alimentares e de higiene. Por isso, o apoio da PROEF vai além daquele que se encontrava previamente definido e, além da sala de aula onde os nossos afilhados podem ter explicações individualizadas que complementam as suas aprendizagens e dificuldades escolares, há ainda a possibilidade de se rentabilizar a sala, permitindo que crianças e jovens não tenham que percorrer imensos quilómetros para ir buscar o seu kit alimentar e de higiene mensal.

No âmbito da aposta no desenvolvimento holístico e multidimensional das crianças e respetivas famílias apoiadas, o Programa procura dar resposta às necessidades sentidas nas diferentes variáveis da vida de cada afilhado. Tendo em conta que as condições habitacionais estão intrinsecamente relacionadas com o bem-estar individual e coletivo, em 2023, o Programa apoiou 6 casos de crianças que se encontravam numa situação de maior vulnerabilidade. Em 2023, foram construídas quatro casas de caniço de 8 chapas, com duas divisões, tendo, ainda, sido reabilitadas duas.

As distribuições mensais são acompanhadas de momentos formativos muito importantes, designadamente no que concerne à educação para a saúde. Nesse sentido, uma das distribuições procurou trabalhar nas crianças e jovens do Crescer de Mãos Dadas questões relacionadas com a cólera, sobretudo porque, à época se vivenciava um surto de cólera; relacionadas com outras infeções transmissíveis, designadamente o HIV e Covid-19, pois à época, existia uma nova variante em circulação.

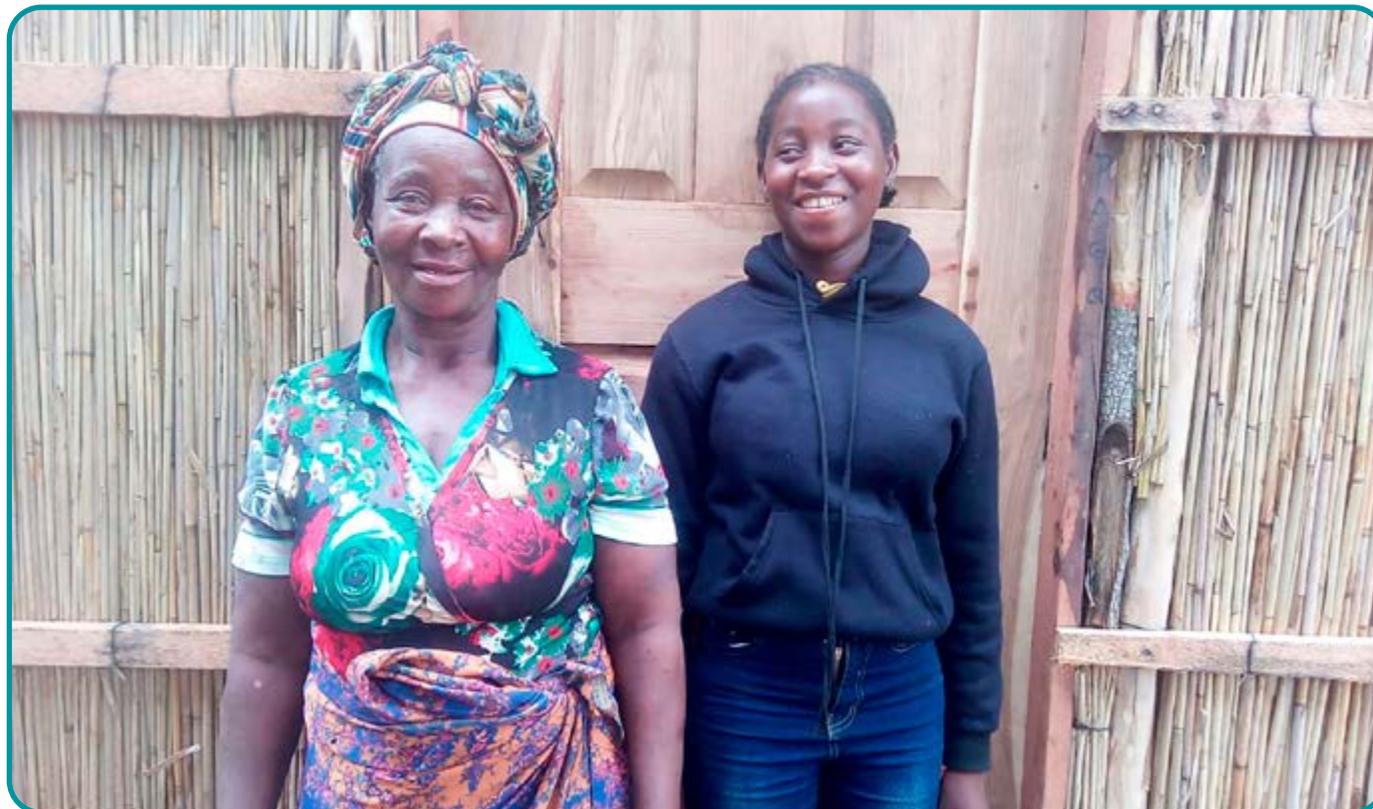
Em 2023, tivemos, também, ao longo das diferentes distribuições, a oportunidade de atribuir um kit de higiene íntima, fornecido no âmbito de uma formação sobre Saúde Sexual e Reprodutiva e Higiene Íntima e Menstrual para os afilhados mais velhos do Programa, facilitada pela mamã Maria de Fátima. Surpreendentemente, os rapazes colocaram mais dúvidas do que as raparigas. Num momento

inicial, os rapazes lançaram as questões em tom de brincadeira, mas, alguns momentos depois, a curiosidade genuína para aprofundar o conhecimento acerca do período menstrual e dos pensos menstruais, tomou conta dos nossos afilhados. Abordaram-se temas como a natureza e características de um relacionamento seguro e a importância do diálogo para que esse relacionamento tenha condições de se proporcionar de modo saudável. Tivemos, ainda, a oportunidade de abordar as questões relacionadas com o casamento precoce e as suas implicações para a vida a curto, médio e longo prazo. A formação culminou com a doação de 52 cuecas menstruais reutilizáveis, duas por cada jovem, com a duração de 2 anos.

Para além disso, e no âmbito das questões relacionadas com a educação para a saúde, tivemos, ao longo do ano, oportunidade de realizar um acompanhamento individual

lizado às raparigas mais velhas do programa a consultas de planeamento familiar. Este acompanhamento personalizado pretende reduzir a gravidez precoce e consequente abandono escolar por parte das jovens, indo ao encontro do que é preconizado pelo Governo Moçambicano. Paralelamente, realiza-se um trabalho preventivo e educativo com os afilhados rapazes do Programa, uma vez que acreditamos que o empoderamento feminino é exponenciado quando o gênero masculino está envolvido.

Ainda, neste âmbito, realizamos, ao longo do ano, cerca de 80 rastreios ao HIV no sentido de pesquisar os anticorpos ao vírus no sangue e, consequentemente, atuar no sentido de criar condições para que, quem eventualmente esteja infetado, possa proceder ao tratamento através da toma de antirretrovirais. A realização deste rastreio ocorreu em



parceria com a Igreja Católica da vila da Macia, tendo, de resto, ocorrido no recinto da Igreja, culminando num delicioso almoço oferecido pelo Sr. Padre a todos os afilhados e profissionais do Programa.

Integrado no plano de desenvolvimento pessoal e social das crianças e jovens, o programa Crescer de Mãos Dadas promove um conjunto de atividades que pretendem criar condições às crianças e jovens para, por um lado, refletirem sobre o seu mundo interior e, por outro, perspetivarem a sua jornada social, escolar e técnico-profissional. O Programa privilegia a realização de visitas de grupo a locais fora da Macia, por se considerar de máxima importância a realização de atividades que permitam às crianças e jovens apoiados a aquisição de conhecimentos e experiências diferentes das que têm habitualmente acesso na sua rotina quotidiana.

Além da deslocação de todas as crianças e jovens à praia do Bilene, foram realizadas duas atividades direcionadas para os jovens que frequentam o Escola Secundário, designadamente a visita a Maputo e o Dia dos Valores.

No que diz respeito ao dia da praia, este pretende o aprofundamento das relações entre pares e amplia o sentimento de família e pertença ao Programa, permitindo que as crianças e jovens tenham acesso a momentos de lazer a que não acedem habitualmente. Assim, no dia 9 de setembro, foi a vez da tão esperada ida anual à praia do Bilene. Foi um dia mais informal e de pura diversão, com muita comida e idas ao mar à mistura, para todas estas crianças e jovens do projeto.



Por outro lado, um dos maiores desafios sentido nos últimos anos do Programa prende-se com o facto de grande parte dos afilhados já ter atingido a adolescência. O Programa considera que estes momentos são de extrema importância, pois permitem alargar o conhecimento e os horizontes dos jovens apoiados. Pretende-se que estas experiências os ajudem a projetar o seu percurso de vida.

Neste sentido, o dia dos valores tem sido um momento que se reveste de grande importância na medida em que, os afilhados mais velhos do programa têm a possibilidade de pensar sobre quem são e para onde e como querem ir no seu caminho enquanto pessoas. Por isso, no dia 26 de agosto, tivemos a oportunidade de promover com os nossos afilhados um dia dedicado à reflexão pessoal e social. Na parte da manhã trabalhamos o Eu e compreender quem sou eu, as características pessoais, qualidades, fragilidades,... A parte da tarde foi dedicada a trabalhar a gratidão e empatia e, no final do dia, sentia-se um cansaço de quem sabe que o caminho é exigente, mas que os passos são mais firmes por poderem ser mais refletidos e conscientes.

Por outro lado, no dia 2 de setembro, teve lugar a visita a Maputo com os jovens mais velhos, a partir da 9ª classe. Visitamos a Universidade Eduardo Mondlane, onde tivemos a oportunidade de conhecer algumas das instalações do campus principal, tais como os campos de cultivo, experimentação e investigação dos cursos de Engenharia Agrária e Engenharia Florestal; a Biblioteca; algumas salas e auditórios do Complexo Pedagógico; os dormitórios dos estudantes e o espaço onde os mesmos se reúnem para estudar em

grupo, apelidado por estes de “Árvore da Sabedoria”. Terminamos com um almoço numa das várias cantinas da Universidade. De tarde realizamos, ainda, uma visita guiada ao Museu de História Natural, em que ficamos a conhecer um pouco mais sobre a história e costumes dos antigos povos moçambicanos e sobre alguns animais nativos do Continente Africano. Foi um dia que possibilitou que os nossos afilhados tivessem a possibilidade de alargar os seus horizontes, através de muita aprendizagem e, também, de muito convívio.

Todos os anos, o Crescer de Mãos Dadas celebra, com profunda alegria, dias festivos como o Dia da Criança e o dia de Natal. De facto, apesar da celebração do dia de Natal e do Dia da Criança serem atividades já consagradas no Programa, consideram-se momentos chave de partilha de experiências e de criação de memórias que fomentam o espírito de fraternidade que constitui a base do GASPORTO. Este ano as celebrações do Dia da Criança para os afilhados do Programa Crescer de Mãos Dadas aconteceram no dia 27 de maio! Um sábado repleto de animação e atividades. Os afilhados juntaram-se por volta das 8 horas da manhã e regressaram a casa às 16 horas! O lanche da manhã foi pão com doce e sumo e ao almoço não faltou frango,

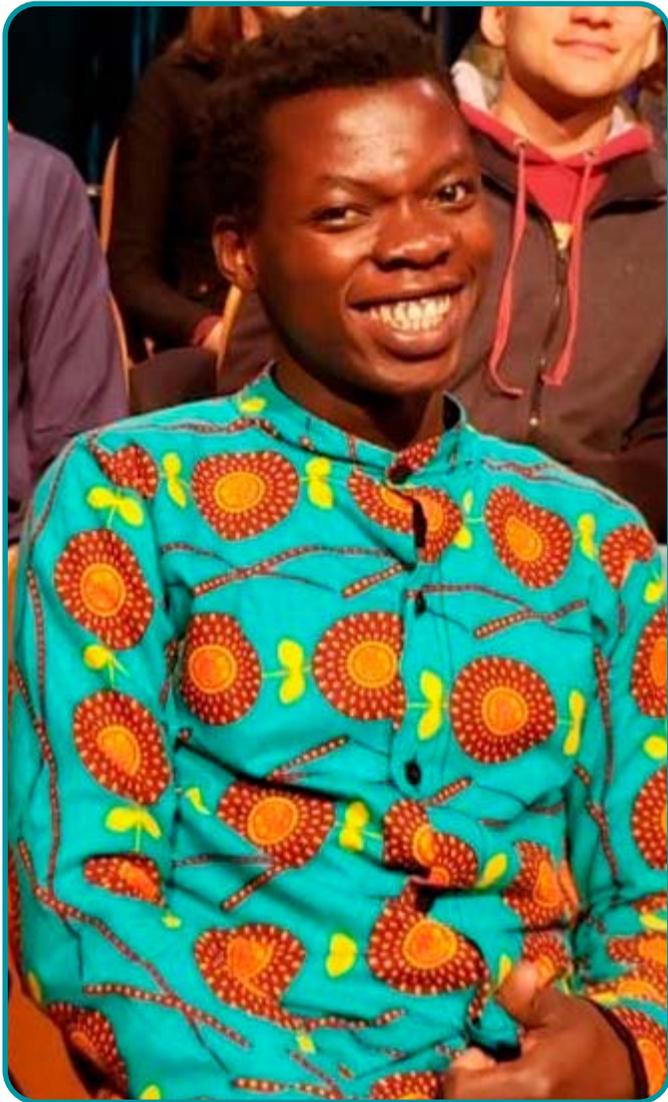
arroz e salada de alface. E a pedido dos afilhados, os jogos para o dia foram: neca (macaca), matacuzana (jogo com pedras), saltar à corda e balele-balene, muitos deles jogos tradicionais moçambicanos. Após toda a diversão foi feita a distribuição do kit mensal que continha um presente para todos: um cinto, presente muito desejado por grande parte das crianças e jovens.

Já no dia 16 de Dezembro, desenvolveu-se no recinto do centro de bebés subnutridos Pfuka u Famba, a festa de natal onde, apesar da chuva que se fazia sentir, correu tudo bem. Estiveram presentes 89 afilhados e 4 mããs de referência da comunidade que, para além de toda a alegria, apoiaram a logística da cozinha. O dia foi constituído por 5 momentos, todos eles muito significativos para os nossos afilhados. O primeiro começou com o pequeno-almoço, logo após a chegada dos afilhados. Seguiram-se algumas atividades, o tão desejado almoço, novo conjunto de atividades, um lanchinho e, depois, a entrega dos kits alimentares e de higiene mensais e os presentes de Natal. Tendo em conta o dia chuvoso, não foi possível realizar todas as atividades previstas no pátio, pelo que a maior parte delas foram realizadas num espaço interior, conhecido como “casa das irmãs”. Quanto aos presentes, os nossos afilhados ficaram muito felizes pela oferta de gorros, pois

algumas crianças diziam que realmente precisavam. As mããs de referência receberam também alguns presentes como capulana, sabão-bingo e detergente em pó, como demonstração da nossa gratidão à sua entrega. No final, os afilhados tiveram momentos de dança com músicas locais, onde muitos deles tiveram a oportunidade de mostrar alguns dos seus dons na realização de passos de dança. O Natal é tempo de família e a família GASPORTO em Moçambique tem a oportunidade de reforçar os seus laços em momentos de partilha como este. Os nossos afilhados mais novos têm a possibilidade de olhar os manos mais velhos do projeto e perspetivar o seu futuro e os mais velhos têm também a oportunidade de lembrarem a alegria do percurso que têm feito juntos, quer nas conquistas, quer nos dias de menor luz porque o mais importante é estarmos sempre juntos.

O ano de 2023 significou, também, a oportunidade de celebrar a graduação, no Brasil, de um dos primeiros afilhados do Programa Crescer de Mãos Dadas, o Tomé. É este nosso para sempre afilhado quem melhor do que ninguém poderá expressar o seu caminho de pertença ao Crescer de Mãos Dadas, por isso, deixamos o seu testemunho:





“Gostaria de agradecer à associação GASPORTO por acreditar em mim e no meu potencial para me fornecer uma bolsa de estudo para o meu ensino primário e secundário, obrigado pelo apoio financeiro e por ajudar-me a realizar os meus sonhos. Hoje sou formado em Relações Internacionais pelo Centro Universitário

das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) de São Paulo graças a vocês. Desde então, tenho feito alguns estágios, em São Paulo e nos primeiros dois meses de 2022 pude estagiar no Alto Comissariado da República de Moçambique no Quênia.

Tenho orgulho de dizer que sou fruto da vossa associação. Espero que continuem a inspirar muitos jovens por aí. O GASPORTO é uma associação que para mim, foi uma mãe e um pai que eu nunca tive, o GASPORTO acreditou no meu potencial e ajudou-me a sonhar e a ver que os sonhos são realizados, independentemente da situação financeira.

Aprendi com os voluntários do GASPORTO que não me devo esquecer, mesmo quando a minha vida, às vezes, não me levar pelos melhores caminhos ou a paisagem não for a melhor, devo continuar a sonhar e acreditar.

Muitos profissionais contribuem para o nosso desenvolvimento educacional e profissional, mas os especiais como os voluntários do GASPORTO conseguiram deixar um marco eterno para toda a vida.

E quem compartilha o que sabe, muda a história de quem aprende.

O GASPORTO, os senhores, mudaram a minha história, o meu mundo educacional, profissional e esse meu mundo está cada vez mais fácil, graças os vossos ensinamentos, orientações e ajuda e hoje eu tenho muito orgulho de tudo que conquistei profissionalmente, e tenho a certeza que só cheguei aqui porque tive muito apoio de vocês. Quero agradecer pela vossa ajuda, pois contribuiu bastante.

A minha gratidão aos senhores jamais terá fim e todos os dias quando olhar no espelho vou recordar e homenagear as vossas lições incríveis. Obrigado por todo empenho, dedicação e tolerância, e as chamadas de atenção para ser alguém melhor. Sou a prova viva que com as pessoas certas poderemos mudar o nosso mundo para melhor. E para mim as pessoas que me motivam a ser melhor sempre mantenho por perto, o GASPORTO é uma das famílias que mantereí por perto.

O meu muito Khamambo”

O ano de 2023 foi o ano em que tivemos a oportunidade de ver voar uma das nossas profissionais do programa Crescer de Mãos Dadas. Neste sentido, a Gaudência, que trabalhava no GASPORTO há quase 2 anos, conseguiu um emprego público na área da nutrição, área de formação média dela, pelo que passará a trabalhar no centro de saúde da vila da Macia. Dado o seu novo local de trabalho ser tão perto do escritório do GASPORTO e do centro Pfuka U Famba, e, ainda, o centro de saúde ser um local a que os nossos afilhados recorrem com alguma regularidade, continuaremos sempre a articular com ela. Desejamos-lhe a maior sorte neste novo capítulo da sua vida, agradecendo toda a dedicação e entrega que demonstrou ao longo do seu quotidiano de trabalho.



Parceiros:

- Serviço Distrital de Saúde Mulher e Ação Social Bilene-Macia;
- Direção Provincial de Género Criança e Ação Social de Gaza;
- Sociedade Civil;
- Padrinhos Crescer de Mãos Dadas.



98
AFILHADOS



4
CASAS CONSTRUÍDAS



4
JOVENS A FREQUENTAR
O ENSINO SUPERIOR



2
TROCA DE CORRESPONDÊNCIA
COM PADRINHOS



1 149
KITS DE ALIMENTAÇÃO E DE
HIGIENE DISTRIBUÍDOS



1
VIDEOCONFERÊNCIA
COM PADRINHOS



124
ACOMPANHAMENTOS
MÉDICO



3
ATIVIDADES LUDICO-
PEDAGÓGICAS



98
KITS ESCOLARES
ENTREGUES



2
DIAS FESTIVOS



665
SESSÕES DE EXPLICAÇÕES
INDIVIDUAIS E EM GRUPO



80
RASTREIOS DE HIV



2
REABILITAÇÕES
HABITACIONAIS



52
CUECAS MENSTRUAIS
OFERECIDAS



KUKULA

O Programa Kukula é um Centro de Educação e Desenvolvimento Infantil que pretende complementar a educação formal das crianças da vila da Macia, com recurso a formadores locais para o apoio ao estudo.

No Centro, são promovidas metodologias de aprendizagem e atividades lúdico-pedagógicas que estimulam a aprendizagem do português, da matemática e das ciências naturais. O programa funciona em 5 centros diferentes, localizados em 5 distintas escolas primárias da Macia e acompanha cerca de 200 crianças da 2ª à 5ª classes, trabalhando em colaboração direta com os professores e direções escolares.

“Primeiro quero agradecer ao GASPORTO por ter o programa Kukula porque para além de beneficiar as crianças, contribui para o desenvolvimento da comunidade. Desde que a escola teve o centro de estudos Kukula temos notado melhorias nos alunos. Uma vez que as turmas são constituídas por cerca de 50 alunos, os professores não têm capacidade de fazer o acompanhamento mais individualizado, mas o Kukula tem vindo a dar respostas a essas necessidades. Desta forma, agradeço ao GASPORTO e aos profissionais que trabalham no Kukula por darem resposta às dificuldades das crianças.”
Testemunho do professor/Diretor W. em relação ao Kkula do B2

“Eu gosto do Kukula, porque é diferente da escola normal, porque no Kukula, me divirto e aprendo, gosto da professora, a mana Agnalda, ela é divertida e entendo quando ela me explica. No Kukula conheci novos amigos e brinco com eles no intervalo, gosto das canções que aprendi no Kukula, mas a minha canção favorita é a de “lava cara de manhã cedo, os dentes com uma escova, penteia-se muito bem, para ficar bonita. Holala lala, holala lala...” Obrigada.”
Testemunho de W., aluna do kukula de Menguelene

“Antes de frequentar o Kukula, não sabia ler e escrever, mas depois a professora Catarina ajudou-me muito, agora sei ler e escrever, por isso gosto do Kukula e gosto da professora. Ela tem muita atenção com os alunos e passa nas carteiras para ver o que estamos a escrever, e sempre que tenho dúvida vou perguntar-lhe e ela explica-me. Gosto também dos dias diferentes, porque conheço crianças dos outros Kukulas, e ensina-nos muitas coisas, entre elas, jogos tradicionais, mas o meu jogo tradicional favorito é “txuva”. É um

jogo complicado mas é divertido, por isso gosto do Kukula porque é diferente da escola. No Kukula aprendemos a brincar, e tudo é feito de forma divertida, meu sonho é ser um professor de kukula para, ajudar a outras crianças com dificuldades de ler e escrever.”
Testemunho de F., aluno do Kukula B5

Durante o ano de 2023, nos 5 Centros de Educação e Desenvolvimento Infantil Kukula foram promovidas 630 sessões de explicação de português, matemática e ciências.

Estas explicações destinam-se aos 20 alunos por sala, sinalizados pelas escolas com menor aproveitamento escolar da 2ª à 5ª classes e são lecionadas de acordo com um Plano Curricular Base transversal aos 5 Centros Kukula. Os alunos com exames nacionais têm um acompanhamento ainda mais próximo e individualizado, de forma a que consigam um aproveitamento positivo e transitem de classe. A existência de um limite de alunos por explicação justifica-se pela necessidade de um contacto próximo entre professor e aluno, reduzindo assim o rácio aluno-professor que se verifica em contexto de sala de aula.

O Programa Kukula procura não só desenvolver as competências necessárias para a conclusão do Ensino Primário, mas também o desenvolvimento de aptidões que promovam um melhor desempenho escolar no Ensino Secundário, esperando-se uma diminuição da taxa de abandono escolar por parte das crianças que tenham tido acesso às explicações. O Programa assegura a inclusão de crianças vulneráveis, fazendo com que elas se sintam motivadas e superem as suas dificuldades, sentindo-se, portanto, mais integradas dentro da escola e da sala de aula.



Procuramos, sempre, que as aprendizagens realizadas em sala vão além das meras questões de escolarização. Nalgumas das sessões tivemos a oportunidade de explorar com as nossas crianças a noção de orientação espacial. Este é um tema muito importante de ser trabalho junto das nossas crianças mais pequeninas por forma a que tenham a possibilidade de desenvolver as suas capacidades de orientação, especialmente serem capazes de desenvolver o seu sentido de lateralidade. Esta é muito importante na medida em que contribui para a formação da sua personalidade, para a sua coordenação motora e para as aprendizagens escolares e sociais como a importância de perspetivarmos um objeto ou tema de diferentes pontos de vista

Todas as crianças apoiadas pelo Programa recebem no início do ano os seguintes materiais: cadernos, lápis e canetas, sendo que, sempre que se revela necessário, há reforço de material escolar. Este material é guardado na sala de aula e utilizado apenas durante as explicações. Foram fornecidos, ao longo do ano de 2023, 200 kits escolares, 800 fichas escolares, 200 cadernos de atividades, um impresso para cada criança, por forma a que o seu estudo possa ser o mais individualizado possível.

No início do ano letivo, também tivemos a oportunidade de proceder à aquisição de um kit de material escolar para cada centro. Neste sentido, todos os Centros estão equipados com todo o material necessário para que o Programa funcione sem qualquer constrangimento. Periodicamente, é realizada uma avaliação ao estado de conservação da sala e do material e, caso seja necessário, há reposição. Além disso, pretende-se que a decoração



das salas seja constituída por materiais que possam contribuir para que as crianças tenham a possibilidade de assimilar as letras e os números de forma mais rápida e significativa.

Uma das grandes novidades do ano de 2023 resulta, precisamente, da tão especial relação com a PROEF e prende-se com a abertura de um novo Centro de Estudos Kukula num novo bairro, Menguelene, mais distante do centro da Vila, bastante mais pobre e lacunar em recursos e possibilidades. Esta nova sala de aulas funciona duas vezes por semana, de manhã e à tarde, como centro de estudos Kukula para as 40 crianças que o frequentam. Nos restantes dias, funciona como sala de aula normal, sobretudo em dias de chuva, pois, como a escola não tem número de salas suficiente, os professores usam a sala do Kukula para que as crianças não tenham que estudar debaixo da mangueira. Para além disso, todos os dias à noite, este antigo contentor marítimo funciona como espaço de alfabetização para adultos, sobretudo mulheres.

Outra das novidades do ano de 2023 prendeu-se com a introdução de sessões de atenção plena, uma nova prática de estimulação sensorial e emocional, fora do contexto normal de aulas, mas que poderá tornar-se um grande suporte para serenar as crianças, fornecendo-lhes algumas estratégias de apoio à concentração e foco, seja na sua chegada à sala como após o intervalo. Com o início das aulas do terceiro trimestre, no dia 28 de agosto, retomaram-se, também, as explicações nos vários centros de estudo Kukula e aproveitamos para introduzir esta prática da Atenção Plena/Mindfulness. Construíram-se breves guiões de meditações, com cerca de 5 minutos, adequadas à faixa etária em questão, e cujo principal foco era a respiração, os 5 sentidos, o corpo, os pensamentos e as emoções. Este treino foi progressivo, começando pelas práticas mais simples e evoluindo para as mais complexas. Esta atividade foi posta em prática pela equipa de

voluntárias e continuou a ser replicada, no dia-a-dia, pelos profissionais locais, na sequência da formação que lhes foi facilitada por uma das voluntárias, cuja área de formação é a psicologia e que tem formação específica em atenção plena. Esta novidade resulta, sem dúvida, da possibilidade de termos voluntárias especializadas em determinadas áreas de formação a partir em missão.

Como forma de monitorizar o progresso dos alunos, no início do ano, é realizado um teste diagnóstico para identificar as dificuldades de cada aluno e, trimestralmente, cada aluno realiza 2 provas: uma de português e outra de matemática. Uma vez que as turmas são heterogêneas, são realizadas provas com diferentes níveis de dificuldade, apropriadas a cada aluno.

Uma análise geral do desempenho escolar das crianças dos 5 centros de estudo Kukula permite-nos concluir que, dos 201 alunos que iniciaram, em março, a sua participação nos centros, apenas 3 desistiram. No que à faixa etária dos alunos diz respeito, os alunos mais novos tinham 7 anos (9 alunos) e a aluna mais velha 16. A média de idades foi, no ano letivo de 2023, de 10 anos. Quanto ao género, dos 198 alunos, 79 eram meninas e 119 rapazes. Quanto ao desempenho escolar, importa referir que dos 198 alunos que frequentaram os centros, 176 terminaram o ano com 0 negativas (89%). Quanto às médias de classificação escolar por disciplina, a média de notas do 3º trimestre foi de 13,5 a Português; 13,3 a Matemática; 12,6 a Ciências Naturais; 12,5 a Ciências Sociais e 14,1 a Educação Visual. Estamos, por isso, profundamente felizes pelas conquistas que os nossos alunos alcançam semanalmente. A Educação é, de facto, a arma mais poderosa que podemos



usar para transformar o mundo, como nos refere Nelson Mandela e acreditamos que a transformação da vida de cada aluno acontece porque, a partir da atenção individualizada que lhes é conferida, têm a oportunidade de compreender a escola de uma forma muito mais significativa e impactante.

Ao longo de 2023, organizaram-se 3 atividades lúdico-pedagógicas.

Assim, no dia 6 de maio, e como forma de comemoração do final do 1º trimestre de estudos, aconteceu um dia muito antecipado por todos os alunos: O Dia Diferente! Juntamos todos os alunos dos 5 Centros de Desenvolvimento e Educação Kukula no Bairro 5 para um dia de muita diversão e alegria! Estiveram presentes 168 crianças, e fizeram inúmeras atividades desde o jogo da mímica, do sapo, gato com o rato e danças tradicionais. Estes são momentos muito importantes para que as crianças mantenham a sua motivação e interesse sobre os assuntos escolares. Afinal, aprender enquanto brincamos é muito mais divertido!

Já no final do segundo trimestre houve uma visita de estudo a uma entidade designada "Agricultura". Assim, no dia 11 de agosto, cerca de 130 crianças do Centro de Estudos Kukula tiveram a oportunidade de participar numa visita de estudo à Agricultura, na zona de Magol. Nesta visita de estudo, houve a possibilidade de as crianças compreenderem algumas das características do setor agrícola e pecuário. Aprenderam como se semeia arroz, batata doce, cana de açúcar, entre outros. Tiveram também a oportunidade de contactar com o trabalho de pecuária desenvolvido, tendo visto muitos animais como coelhos, galinhas, pavões, cabritos, patos, perus. As crianças praticaram a colocação de rama de batata-doce na terra e, ainda, se deliciaram com a batata-doce cozida oferecida pelos anfitriões. Desta visita de estudo destacamos, ainda, a sensibilização para as questões de género realizadas, na medida em que os anfitriões desta visita eram um casal de marido e mulher que partilharam com as crianças que o trabalho de machamba podia, e deveria, ser assumido por ambos os géneros e não apenas, como muitas vezes acontece, pelas mulheres. Esperamos que estas pequenas sementes deem frutos no futuro.

O final do terceiro e último trimestre do ano letivo 2023 significou um momento especial de celebração que veio

assinalar o fim de ciclo. Neste dia participaram 108 crianças dos 5 Kukulas desenvolvidos pelo GASPORTO na vila da Macia. As atividades realizadas foram pensadas com um objetivo de acrescentar novos conhecimentos e reflexões às crianças presentes. Tiveram a oportunidade de construir um comboio, exercício que pretendeu promover a reflexão relativamente à escola, de forma a motivar a criança a gostar da escola e de estudar, mesmo em período de férias letivas. Houve tempo para o Conto do Tigre, um tigre que sonhava chegar ao céu e alcançar o melhor de si. Então, assim como o tigre, as crianças, através dos estudos, podem sonhar para chegarem muito longe. Este conto fez com que muitas crianças partilhassem com o grupo um pouco da sua história e o que sonhavam ser um dia, assim como perspetivar o que consideravam que seria importante fazer para lá chegar. Houve, ainda espaço para uma partida de futebol, um momento onde todos participaram para libertar o resto de energia que ainda tinham e onde se marcaram muitos golos, quer no género masculino, quer no feminino. No final das atividades, as crianças deliciaram-se com um belo lanche de fizz e bolachas. O grande objetivo deste dia era demonstrar às crianças que uma vez que iniciam este caminho juntos no Kukula, com o apoio de todos, é possível cruzar a meta final!

Durante este ano letivo, os três professores do Kukula receberam, em cada um dos 5 centros, uma secretária de professor, um elemento crucial que estava em falta nas nossas salas de aula. A secretária do professor é um símbolo importante, um lugar onde podem planear o seu trabalho e verificar trabalhos no sentido de perceberem as necessidades de cada criança e, com isso, fazerem devoluções de melhoria. O ambiente de sala de aula é essencial para promover e estimular a aprendizagem das crianças.

No dia 15 de abril, realizou-se a habitual reunião com os encarregados de educação. O objetivo desta reunião é partilhar com as pessoas mais próximas e significativas das crianças o que é o centro de estudos, as suas regras e funcionamento, assim como a importância do Kukula e da educação para o percurso pessoal, social e profissional destas



crianças. Foi, por isso, com grande alegria que pudemos contar com inúmeros encarregados de educação que puderam receber um lanchinho enquanto partilhavam as suas questões com os professores do Kukula. Através da relação de proximidade que os Professores do Kukula estabelecem com as crianças e seus familiares, os encarregados de educação têm a oportunidade de estar mais próximos.

Ao longo do ano de 2023, procedemos, como habitualmente, à realização de pequenas obras de reabilitação dos Kukula, nomeadamente, pinturas de interior e exterior, redução de infiltrações de água e revisão e instalação do sistema elétrico. O ambiente remodelado é fundamental para criar melhores condições de aprendizagem para as crianças! A realização das obras de melhoria do Kukula de Menguelene consistiu, na parte de dentro, na colocação de chapas unitex para melhoria do isolamento térmico, designadamente, redução do impacto do calor, sobretudo no verão. A colocação destas chapas teria, ainda, o intuito de melhorar a estética da sala, cobrindo as ondas das chapas do contentor. Ainda na parte interior, investimos na instalação de eletricidade com o intuito de melhorar a iluminação da sala em dias mais escuros e chuvosos. Na parte exterior, fez-se o reforço do telhado através da colocação de chapas, com caimento, por forma a evitar a infiltração de água.

Parceiros:

- Escola Primária do Bairro 2;
- Escola Primária do Bairro 5;
- Casa Missionária;
- Escola Primária do Bairro de Muchabje;
- Escola Primária de Menguelene;
- Grande Colégio Universal;
- CLIP;
- Mindera;
- Fundação do Futebol;
- Grupo Proef;
- Serviço Distrital de Educação Juventude e Tecnologia Bilene-Macia;
- Direção Provincial de Educação e Desenvolvimento Humano de Gaza.



5
CENTROS
EDUCATIVOS



200
ALUNOS APOIADOS



800
EXPLICAÇÕES



630
EXPLICAÇÕES



5
OBRAS DE
REPARAÇÃO



200
KITS ESCOLARES
ENTREGUES



200
CADERNOS DE
ATIVIDADES



1
REUNIÃO COM
ENCARREGADOS DE
EDUCAÇÃO



3
ATIVIDADES LUDICO-
PEDAGÓGICAS

2.3 Projetos de voluntariado semanal no Porto

O ano de 2023 foi um ano de consolidação, após os desafios que enfrentamos nos anos anteriores. Sentimos que necessitávamos de nos voltar a focar no estar, no serviço ao outro e na procura constante de fazer mais e melhor, para isso procuramos o fortalecimento das relações entre os voluntários e as pessoas que servimos e de consolidação do compromisso para com o serviço ao outro. O GASPORTO continuou a sua missão na cidade de Porto com os 4 projetos de voluntariado e 2 projetos de intervenção social, sendo projetos diferentes, têm todos por base a escola do GASPORTO e a sua forma de estar com as pessoas que servimos.



No Abraço Amigo, projeto de voluntariado e intervenção social, fomos com as pessoas idosas a Braga, festejamos os Reis e o São João, levamos-las ao cinema e procuramos todas semanas levar carinho e alegria às suas casas e afastar a solidão. Como nos disse a D. L. a propósito do S. João, foi um dia que *“correu lindamente. Eu não parei! Comi, dancei, diverti-me muito... foi um forrobodó! Ainda bem que continuam a fazer estes momentos porque é só assim que eu saio de casa e me divirto”*.

No projeto de voluntariado AMA celebramos o carnaval, o Dia da Mãe; levamos as mães e os seus filhos ao Circo e a uma aula de zumba bem como a um workshop de cerâmica, havendo ainda tempo para ouvir histórias na “Hora do Conto”. Foram momentos únicos de partilha, entrega e consolidação da ligação do GASPORTO com as pessoas que servimos, nas palavras de uma das mães: *“Primeiramente muito obrigada por estarem connosco. Eu gosto muito das vossas atividades, da vossa companhia e do vosso apoio. Muito obrigada. Beijinhos.”*



apresentarem aos pais das crianças e à comunidade. Além dos diversos projetos que o GASPORTO desenvolve, também as missões fazem parte do nosso voluntariado e este ano voltaram a acontecer, realizadas com o mesmo entusiasmo e a mesma entrega, que tanto caracteriza o GASPORTO. Este ano, partiram 38 voluntários em missão, alguns por uma semana (no caso das Missões Nacionais) outros por vários meses (no caso de Moçambique). Mais à frente neste relatório, falaremos das missões realizadas este ano.

Ser voluntário do GASPORTO não é só fazer o voluntariado semanal, mas também se desafiar a crescer enquanto voluntário, e enquanto pessoa, para isso o GASPORTO procura ao longo do ano dar formação aos seus voluntários através das muitas atividades realizadas, desde das reuniões quinzenais realizadas na FEUP bem como nos diversos fins de semana (trabalho, reflexão e balanço) passando pela inesquecível Caminhada a Santiago de Compostela. As angariações de fundo que realizamos ao longo do ano (Noite de Fados, Peditórios e Churrasco) são também formação no estar do GASPORTO e na união dos voluntários. Em 2023 todos os projetos realizaram, pela primeira vez, o Team Day: um dia dedicado a cada um dos projetos, com formação e atividades para conhecimento e partilha de experiências com o objetivo de melhorarmos o nosso serviço e a nossa forma de estar com o outro. Já perto do fim do ano, em novembro, vimos a família crescer com a entrada de 58 novos voluntários.

Em 2023 o GASPORTO continuou a sua missão no voluntariado semanal, tendo chegado semanalmente a quase 450 pessoas. A este número podemos adicionar todas as pessoas com quem trabalhamos nas nossas missões nacionais e internacionais, e alcançamos um total de 1.313 beneficiários e o maravilhoso total de 17.642 horas de voluntariado. Chegamos ao fim do ano com o sentimento de que estamos no caminho da recuperação, após os anos difíceis do COVID e que, com muita dedicação e trabalho, vamos continuar a chegar a mais pessoas.



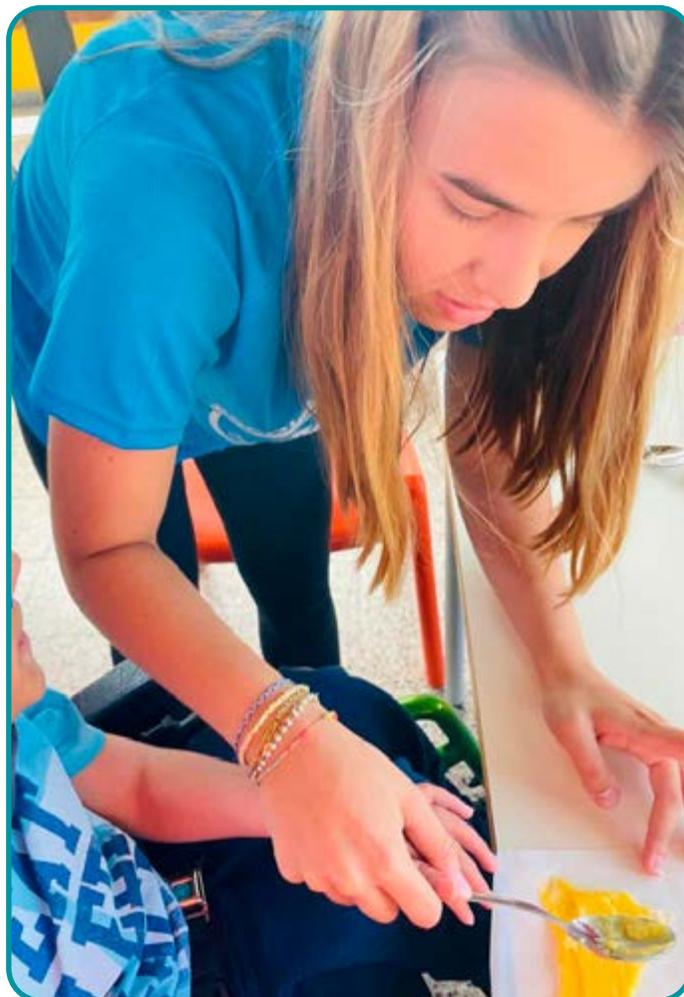
TABELA 1 Dados gerais sobre os projetos de voluntariado no Porto

Projeto	Parceiros	Nº Voluntários	Nº Beneficiários	Nº Horas/Ano
Abraço Amigo	<ul style="list-style-type: none"> • Porto Amigo: Câmara Municipal do Porto, Fundação Manuel António da Mota e Just a Change • Santa Casa da Misericórdia do Porto • Junta de Freguesia do Bonfim • União de Freguesias de Lordelo do Ouro e Massarelos • União de Freguesias Centro Histórico do Porto; • Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social do Centro Social de S. Martinho de Aldoar • Médicos do Mundo • URAP - ACeS Porto Ocidental • Benéfica e Previdente - Associação Mutualista • Associação Compassio • Polícia de Segurança Pública • Conferência Vicentina de São Martinho de Cedofeita • FEUP • Grupo Proef 	105	63	2 220h
AMA	<ul style="list-style-type: none"> • Lar Luísa Canavarro • Comunidade de Inserção Nossa Senhora do Bom Conselho 	32 24	25 19	1 414h
Caminhos	<ul style="list-style-type: none"> • Amor Perfeito; • C.A.S.A.; • Santa Casa da Misericórdia do Porto 	54	300	2 080h
Futuros	<ul style="list-style-type: none"> • CerPorto - Associação para o Desenvolvimento Comunitário do Cerco do Porto - C.A.T.L. "Clube da Porta Aberta" 	20	40	624h
TOTAL		235	447	6 338h

2.4 Missões Nacionais

A ação do GASPORTO acontece ao longo de todo o ano na cidade do Porto, mas não se esgota no voluntariado semanal. Conscientes das necessidades existentes noutras regiões do país, nos meses de julho e agosto, os voluntários dão um pouco mais do seu tempo para estar onde é mais preciso e com quem mais necessita, através das missões nacionais. Em 2023, 33 voluntários disponibilizaram-se para participar nas 5 missões nacionais. Cada missão é realizada em parceria com uma instituição, com a qual são definidos os objetivos principais da nossa ação, de acordo com as necessidades locais. Com as missões nacionais, o GASPORTO chegou a cerca de 428 pessoas.

Durante 4 semanas, em julho e agosto, o GASPORTO participou novamente nas colónias desenvolvidas pela AVA - Associação Viver Alfena, através do projeto Escola do Xisto. Nesta missão, é a equipa técnica da Escola do Xisto que é responsável pelo planeamento e preparação das atividades. Em cada semana, o grupo era dividido em dois, para ser possível serem realizadas duas atividades em simultâneo, em salas diferentes, durante cerca de 1 hora. No final das atividades, havia um intervalo para lanche e depois os grupos trocavam e iam fazer a outra atividade. Os voluntários do GASPORTO acompanhavam as crianças suportando a equipa técnica na realização das atividades. Estas colónias têm a duração de uma semana, mas acontecem em diversas semanas, sendo o grupo de crianças (com diversidade funcional) sempre diferente em cada uma das semanas. Por essa razão, as atividades são as mesmas, variando apenas o tema/tópico abordado. Este ano, as atividades desenvolvidas incluíram coisas tão diferentes como pintura, dança, teatro, culinária, atividades motoras, jardinagem/atividades relacionadas com a natureza, yoga e outras atividades de relaxamento, tendo havido ainda tempo para a exibição de um filme e uma visita ao exterior. Como sempre para concluir a semana, houve uma festa de encerramento cheia de alegria e boa disposição. A voluntária Vânia Rocha, descreveu bem o sentimento que se vive nestas semanas: *"Fazer missão em Valongo é como entrar num mundo mágico, onde reina o amor, carinho, paciência e igualdade. Foi uma semana intensa e desafiante, mas que sem dúvida, valeu cada segundo*



vivido. Terminamos a semana de coração cheio e com vontade de repetir. Na mochila levamos todo um conjunto de memórias e emoções que carregam significado. Desejamos que aproveitem as próximas semanas tanto ou mais que nós. Estamos Juntos"

No fim de julho, O GASPORTO iniciou a missão em Seia na Casa de Santa Isabel, um parceiro já antigo, onde todos os anos voltamos com a maior alegria e felicidade. Nesta Comunidade de Pessoas com diversidade funcional, estiveram 4 voluntários que durante uma semana procuraram criar momentos únicos de convívio: dançaram na discoteca e cantaram juntos um karaoke; foram, mais um ano, à piscina municipal Senhora dos Verdes, onde todos se divertiram a nadar e a mergulhar, não podendo faltar um lanchinho no fim. Em 2022, fez-se uma caixa dos desejos, que foi agora aberta, foi muito divertido rever o que todos tinham desejado e fez-se uma nova caixa para ser aberta no próximo ano! No Dia Aberto, houve a oportunidade de receber outros voluntários do GASPORTO, fez-se um picnic e jogaram-se alguns Jogos Tradicionais. Para acabar a Missão, fez-se a apresentação do vídeo final, onde puderam recordar os momentos marcantes daquela semana! Esta é uma Missão muito especial e marcante para os voluntários do GASPORTO, como nos disse a Leonor Gomes, uma das voluntárias da Missão: *"Ao longo de uma semana na Missão de Seia tive a oportunidade de conhecer os companheiros (os residentes da casa Santa Isabel) incríveis que lá vivem, cada um com a sua história e caracterís-*



ticas. As limitações que enfrentam não definem quem são, e cada dia que lá passei foi a prova disso. Assistir ao dia-a-dia dentro da comunidade é também aprender que a verdadeira limitação é a falta de compreensão e falta de reconhecimento do valor de cada pessoa.

Durante as atividades que partilhamos, desde pintar, cantar, dançar, ou simplesmente conversar, tive a certeza de que a felicidade muitas vezes está nas coisas mais simples. Cada sorriso, abraço apertado (às vezes até apertado de mais) e olhar de gratidão, são memórias que levo comigo e que tornaram a missão tão especial. Foi a minha primeira missão, e sei que não será a única!"

A Missão de Celorico de Basto começou também em Julho, tendo 5 voluntários partido por uma semana para animar e desafiar as pessoas idosas e as pessoas com diversidade funcional de várias instituições daquela cidade. Durante essa semana foram executadas algumas atividades físicas leves, como pequenas caminhadas ou exercícios de alongamento ou um simples jogo de passar a bola ou jogar ao balão. O objetivo destas estas atividades foi de ajudar à manutenção das capacidades motoras e da mobilidade das pessoas visitadas. Como acreditamos que não só o corpo precisa de ser trabalhado mas também a mente, durante essa semana os voluntários desafiaram os utentes das instituições parceiras para algumas atividades cognitivas, como o Jogo da Memória ou perguntas de Cultura Geral ou algo simples, como cantar músicas, de forma a trazer de volta boas recordações. Além das atividades planeadas e organizadas, houve tempo para simplesmente estar e ouvir as histórias de vida de todas estas pessoas, uma atividade enriquecedora criadora de laços emocionais. Esta é uma semana muito desafiadora para os voluntários do GASPORTO, mas também muito enriquecedora e onde se sente a diferença que a missão faz nos utentes das instituições, ao longo da semana ouviu-se muitas vezes "Obrigado", mas também conselhos como o da D. A. "Façam por ser felizes!"

A meio de agosto partiram para Ofir 5 voluntários acompanhados por 24 crianças e jovens do Centro Social e



Paroquial de S. Martinho de Lordelo do Ouro. Durante uma semana, procura-se proporcionar a estas crianças e jovens experiências diferentes e fazê-los sair da sua rotina, como disse uma das voluntárias: *"As Colónias são as férias que todas as crianças sonham ano após ano... São momentos únicos e marcantes, que eles levam para a vida inteira... Para mim são momentos de plantar uma pequena semente no coração deles através de jogos, dinâmicas, diversões... Para que no seu dia a dia sintam esse crescimento e para que no seu futuro dê os melhores frutos... É grati-*

ficante participar neste processo.” Este ano o tema das Colónias foi “Os Descobrimientos Tugas” e durante 7 dias “partiram de Caravela”, começando em Ceuta, passando por Moçambique, Cabo Verde, Açores/Madeira, Américas/Brasil e retornando a Portugal. Em cada um desses dias foram desenvolvidos diferentes jogos e animações bem como danças e teatros, não esquecendo a ida à praia e à piscina. Uma das crianças participantes resumiu o sentimento dominante para todas as crianças e jovens que participaram: “As colónias foram uma experiência incrível, acho que consigo falar por todos e dizer que todos se divertiram, conhecemos pessoas novas, amizades novas, laços novos, nem sempre como nós queremos, mas acho que essas pessoas aprenderam e conseguiram melhorar, naquela semana eu senti -me bem e agradecida por poder

ajudar todos sem deixar alguém de parte. Essa semana foi única e grata para mim.”

Para terminar as missões nacionais, 7 voluntários foram com 24 crianças e jovens do ATL Porta Aberta do Cerco até Ofir para uma semana de muita animação e aprendizagem. A semana foi passada entre uma ida à praia com um torneio de castelos de areia por equipas e uma ida à piscina onde fizeram uma caça ao tesouro. Além destas saídas, houve ainda oportunidade para voluntários e crianças e jovens fazerem uma sessão fotográfica e visitar os moinhos da Apúlia. Durante a semana, fizeram-se diversos Torneios Desportivos por equipas, para promover o exercício físico bem com o espírito de equipa e o saberem trabalhar em grupo. As crianças e jovens foram ainda desafiados a fazerem uma mascote que representasse a sua equipa, tendo

para isso usado materiais reaproveitados, como cartão e plástico. Para finalizar a semana, houve um momento de partilha e reflexão, onde cada um pôde expressar os seus sentimentos sobre os bons e maus momentos da semana que passaram. Para estas crianças esta semana é a oportunidade para sair de casa e passar uns dias diferentes do habitual, como diz uma das crianças: “As colónias são a minha semana de férias, onde posso descansar e estar com os meus amigos.”

TABELA 2 Missões nacionais

Missão	Data	Nº de volunt.	Principais atividades	Parceiros	Beneficiários	Nº Horas/Ano
Colónias do Cerco	20 a 25 de agosto	7	Ida a praia e à piscina; torneios desportivos; competição de manualidades; visita moinhos da apulia.	CerPorto - Associação para o Desenvolvimento Comunitário do Cerco do Porto	24 crianças e jovens	672h
Colónias de Valongo	24 de julho a 18 de agosto	13	Pintura, Dança, teatro, culinária, atividades motoras, jardinagem/atividades relacionadas com a natureza, yoga e outras atividades de relaxamento, visualização de um filme, visita externa e festa de encerramento.	AVA - Associação Viver Alfena	20 crianças e jovens com diversidade funcional	520h
Colónias de Lordelo e Pasteleira	14 a 20 de agosto	4	Semana dedicada aos Descobrimientos Portugueses com recurso a jogos, teatro, dança; festas temáticas; caminhadas; debates sobre os Descobimentos; praia e piscina.	Centro Paroquial de S. Martinho de Lordelo do Ouro	24 crianças e jovens	512h
Missão Seia	29 de julho a 05 de agosto	4	Ida à piscina Municipal Senhora dos Verdes com picnic; cinema; karaoke: abrir a caixa dos desejos de 2022; fazer novos desejos 2023; pintar tela conjunta; discoteca com lanche; Dia Aberto: receber outros voluntários; picnic nas nogueiras; jogos tradicionais; apresentação vídeo final da missão.	Casa de Santa Isabel	40 adultos com diversidade funcional	512h
Missão Celorico de Basto	30 de julho a 06 de agosto	5	Atividades físicas leves: exercícios de alongamento; caminhadas curtas; jogo do balão; Bowling; jogo “pesca” de bolas; jogo passar a bola; atividades cognitivas jogo da memória; jogos de ritmo; exercícios lógicos; perguntas de cultura geral; pintura/desenhos; cantar músicas; contagem de histórias de vida.	SCM S. Bento de Arnoia, Lar C.C. Bento XVI, Assoc. Sol.Social de Basto, Assoc. Sol. Sto.André de Codessos, Centro Social Paroquial de Molares	200 idosos e 20 jovens e adultos com diversidade funcional	640h

2.5. Missões Internacionais

A vontade de servir e estar disponível para quem mais precisa não se circunscreve às atividades semanais de voluntariado ou à cidade do Porto. De facto, a ação voluntária do GASPORTO, ancorada numa experiência de gratuidade no encontro com o outro, procura ir onde é chamada a servir, estendendo-se para além das fronteiras da cidade do Porto e rumando ao continente africano para onde, à semelhança do que tem acontecido desde a sua génese, o GASPORTO, ao longo do ano de 2023, enviou dois grupos de missão, em distintos momentos do ano.

A vila da Macia voltou a acolher os nossos voluntários com um sentido de hospitalidade que tão bem caracteriza as pessoas que aqui servimos. Importa referir que, para a realização destas missões, foi realmente importante a doação de milhas que o GASPORTO teve oportunidade de receber. A otimização de recursos é, sobretudo na sociedade atual, uma ação essencial para que estes possam ser alocados onde são mais prioritários pelo que, a possibilidade de não comprar bilhetes de avião possibilita a aplicação de dinheiro em atividades diretas com as pessoas.

A primeira missão, constituída por duas voluntárias, desenrolou-se entre janeiro e abril de 2023. Tinha como principais objetivos dar suporte ao arranque do início do ano letivo, apoiar a contratação da nova profissional local do GASPORTO, concretizar algumas formações específicas que permitissem aos profissionais locais o desenvolvimento e competências informáticas e a otimização de alguns processos de trabalho, apoiar o processo de inscrição da nova afilhada admitida no ensino superior, assim como o seu processo de transição para uma nova cidade, Maputo, e realizar o rastreio de saúde às crianças e jovens do Crescer de Mãos Dadas.

Todos os objetivos foram alcançados com grande sucesso e, sobretudo, o caminho que as voluntárias percorreram para o atingir ilustrou um percurso de quase três meses de um testemunho de serviço e entrega com tanta humildade, delicadeza e alegria.

A segunda missão, constituída por três voluntárias, desenrolou-se entre julho e setembro de 2023 e procurou apoiar os programas de cooperação para o desenvolvimento em dimensões que se prendem com a realização de obras de reabilitação dos espaços dos centros de estudos Kukula, do centro de Reabilitação de bebés subnutridos, a concretização de distintas atividades de natureza lúdico-pedagógica e, ainda, realizar um levantamento de distintas escolas públicas e privadas de ensino técnico profissional, assim como, as áreas vocacionais dos afilhados mais velhos acompanhados no âmbito do Crescer de Mãos Dadas.

Nas palavras de uma das nossas voluntárias, *“depois de mais de um dia de viagem, a expectativa era muita para chegar à tão esperada vila mágica da Macia. Havíamos partido para o desconhecido, num continente diferente, numa cultura distinta da nossa, sendo que nem nós sabíamos bem o que esperar neste primeiro encontro. Tivemos a sorte de chegar em dia de funcionamento Pfuka, onde estavam bebês e mães de braços abertos para nos receber, bem como vários profissionais do GASPORTO presentes no escritório, o que reforçou a onda de calor experienciada nesse momento. Por entre encontros e reencontros, é difícil colocar em palavras todas as emoções sentidas nesse momento. Os abraços e os cânticos escutados, repletos de fé e esperança, enfatizaram que tínhamos feito a escolha certa ao vir e que, esta, iria ser a casa onde iríamos viver e sentir muitas coisas, mergulhadas numa onda de amor difícil de explicar.”*



2.6 Formação do Voluntariado

Para o GASPORTO a formação dos voluntários faz parte do seu modo de estar e fazer voluntariado. O GASPORTO acredita que é fundamental que cada voluntário possa crescer pessoalmente, refletir sobre a importância do voluntariado na sua vida, para que possa estar ao lado das pessoas com quem intervém de forma plena, comprometida e simples.

É também fundamental que cada voluntário possa usufruir de recursos/ferramentas que lhe permita crescer neste percurso de entrega ao outro e encontre oportunidades para melhor integrar o voluntariado nas suas vidas. É, em grande parte, devido a esta componente formativa que falamos em Escola de Vida.

Desta forma, são diversas as atividades que desenvolvemos ao longo do ano e que integram esta Escola de Vida enquanto formação pessoal e de grupo. Complementarmente, desenvolvemos formações técnicas que procuram dar a conhecer a realidade dos públicos que acompanhamos, bem como das ferramentas que poderão capacitar o trabalho desenvolvido pelos voluntários.

Em baixo, temos uma tabela resumo das diversas ações que foram desenvolvidas durante o ano de 2023, seguido das formações em reunião que foram feitas durante o ano.



TABELA 3 Principais atividades de formação do voluntariado

Momento de formação	Data	Local	Principais atividades	Nº de participantes	Nº Horas/Ano
23 Reuniões quinzenais	4ª feiras	Faculdade de Engenharia do Porto	R01: Acompanhamento e acolhimento; Partes de um todo. R02: Angariação de Fundos como motor do nosso serviço; R04: A intervenção social como fundamento do nosso serviço; R05: Avançar sem medo de cruzar fronteiras; R06: A essência, de onde vimos; Pilares da escola de vida; A escola de vida continua a ser importante? Aligeirar ou manter rigor? R07: O serviço acompanhado; Valores GASPORTO-ainda nos fazem sentido?; R08: Progresso implica compromisso; R09: Progresso implica desprendimento; R10: Progresso implica investimento; R11: Avançar pode ser parar por um momento e cuidar de nós; Gerir Solicitações, equilibrar. R12: Desafios de estar ao serviço; R14: Avançar em várias direções gravitando num mesmo centro: o amor ao próximo; R15: Avançamos Juntos, ainda que por caminhos paralelos; R16: Álbum de memórias (parte I) – Partilhar o que avançamos no Verão; R17: Álbum de memórias (parte II) – Partilhar o que avançamos no Verão em Moçambique; R18: Balanço do progresso concretizado; R19: Recomeçar é avançar; R20: Acolhimento; R21: A descoberta; R22: Sintonização: acompanhar e cuidar ao longo do caminho de serviço; R23: Gratidão.	Todos voluntários	2 300h
Caminhada a Santiago de Compostela	01 a 07 de abril	Via de la Plata: Ourense-Santiago de Compostela	Tema: Avançamos Juntos, Rumo ao progresso. Objetivos: Refletir sobre o que é o progresso (avançar e perseverar) e em que momentos nos sentimos a progredir; Projetar a expansão do nosso sonho GASPORTO; Concretizar e elaborar o plano para a expansão (concretizar o sonho); Como quero participar e ser parte integrante do projeto que é o GASPORTO; Refletir sobre os nossos valores e propósito; Refletir sobre termos a real vontade de avançar. Avançar e progredir implica compromisso. O que significa um compromisso? Como me quero comprometer para alcançar os meus objetivos. O que vou fazer, definir ações concretas.	42 voluntários	4 704h
Fim de semana/dia de reflexão	25 de fevereiro	Colégio do Sardão, Vila Nova de Gaia	Tema: Parar para avançar: parar para reconhecer-me; parar para reconhecer o outro. Objetivos: Proporcionar experiências ao grupo: 1. SPA das nossas emoções com o objetivo do auto-cuidado. Sermos e cultivarmos a nossa melhor versão para podermos ser melhores para os outros e com os outros; 2. Estações dos valores (pobreza, humildade, desapego, delicadeza, abertura, diálogo, ausência de julgamento, respeito, co-responsabilidade, acolhimento e alegria). Impacto dos valores no mundo que nos rodeia.	52 voluntários	520h
Fim de semana de Trabalho	27 & 28 de janeiro	Braga e Ruilhe	Tema: Rotas do mundo Objetivo: Promover a quebra da rotina nas instituições, através do desenvolvimento de atividades de interação social, proporcionando momentos de convívio, união e alegria sob o tema "Rotas do Mundo". "Estar" através da escuta ativa e empática.	40 voluntários	1 360h
	27 & 28 de maio	Celorico de Basto	Tema: GASVisão Objetivo: Promover a estimulação cognitiva, motora e afetiva dos utentes; Combater a solidão e isolamento social; Promover a quebra da rotina, através do desenvolvimento de atividades de interação social, proporcionando momentos de convívio, união e alegria sob o tema "GASVisão"; "Estar" através da escuta ativa e empática nos momentos de partilha, de histórias, saberes e vivências de quem tem a experiência de toda uma vida.	18 voluntários	612h
Fim de semana/dia de missões	7 & 8 de julho	Colégio do Sardão, Vila Nova de Gaia	Tema: Missões Objetivo: Atividades de quebra-gelo, formação geral sobre missões, formação específica sobre cada missão.	25 voluntários	850h
Fim de semana/dia de Balanço	11 de outubro	Quinta de S. João Bosco	Tema: Balanço do progresso concretizado Objetivo: Balanço do ano de serviço nas 4 grandes áreas do GASPORTO: ASV, Missões, Formação e Angariação de Fundos com o objetivo de elencar os pontos fortes e os pontos com necessidades de melhoria/mudanças; Refletir sobre a nossa ação individual e em grupo; Incentivar à criação de novas ideias com o objetivo de melhorar a nossa ação e projetar o novo ano. Todos como parte do GASPORTO. O que cada um de nós pode fazer mais e melhor. Cada um de nós como parte ativa na mudança e no crescimento que queremos ver no GASPORTO.	46 voluntários	460h

Reuniões quinzenais com convidados especiais:

Tema: Gestão de emoções no voluntariado

Objetivo: Definição de estratégias de gestão de emoções no voluntariado; Compreender a importância da inteligência emocional e do seu desenvolvimento, individual e em grupo.

Convidado: Abigaíl Ribeiro

Data: 01/02/2023

Duração: 2h00

Formato: presencial

Tema: Importância de ter um plano B: Resiliência

Objetivo: Conhecer a filosofia Ubuntu; Compreender o conceito de resiliência e a sua importância no desenvolvimento de competências e mecanismos de adaptação a situações adversas.

Convidado: Maria João Guerra

Data: 21/06/2023

Duração: 2h00

Formato: presencial

Formações técnicas por Atividade Semanal de voluntariado:

Tema: Documentário “2 metros quadrados”

Objetivo: Visualização de seguido de tertúlia na presença do fotojornalista deste documentário – Rui Oliveira, e de uma pessoa que viveu já em situação de sem abrigo – Manuel, atualmente alojado na Casa da Rua. Pretendeu-se promover uma visão compreensiva sobre o fenómeno, validar a importância do nosso serviço fundamentado na construção de relações de proximidade.

Convidado: Rui Oliveira e Manuel

Data: 11/02/2023 - Team Day

Duração: 2h30

Formato: presencial

Projeto: Caminhos



Tema: Esclarecimento sobre Migração

Objetivo: Partilha de experiência e estratégias pela formadora no âmbito do seu trabalho no Centro São Cirilo, que é uma comunidade de inserção da Companhia de Jesus (Jesuítas), no Porto, que acolhe e capacita pessoas e famílias, migrantes e nacionais, a passar por fase temporária de fragilidade social.

Convidado: Maria Cabral Campelo - licenciada em Serviço Social pela UCP de Braga, trabalhou na área da infância e juventude e atualmente trabalha no centro comunitário de S. Cirilo

Data: 15/03/2023

Duração: 1h

Formato: presencial

Projeto: Caminhos

Tema: Luto/Perda

Objetivo: A formação teve como objetivo dar voz ao luto individual de cada um, e pensar como podemos ser mais compassivos com o luto dos outros. Juntos tentamos caminhar para uma comunidade mais compassiva!

Convidado: Mariana Abranches Pinto da Associação Compassio

Data: 12/04/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: Abraço Amigo

Tema: Papéis de vida - Que (Des)Equilíbrios?

Objetivo: Papéis de vida; o papel do voluntariado no desenvolvimento pessoal e profissional e na promoção da saúde e bem-estar; gestão dos papéis de vida; prevenção do stress e Burnout (estratégias).

Convidado: Psicóloga Filipa Felgueiras

Data: 12/04/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: AMA - Apoio a Mães Adolescentes

Tema: Papéis de vida - Que (Des)Equilíbrios?

Objetivo: Papéis de vida; o papel do voluntariado no desenvolvimento pessoal e profissional e na promoção da saúde e bem-estar; gestão dos papéis de vida; prevenção do stress e Burnout (estratégias).

Convidado: Psicóloga Filipa Felgueiras

Data: 12/04/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: AMA - Apoio a Mães Adolescentes

Tema: Como lidar com o desconforto no Voluntariado

Objetivo: O objetivo foi dar aos voluntários ferramentas para saberem lidar e responder a comentários desconfortáveis ou inesperados por parte das crianças do ATL. Esta formação contou com 2 sessões, a primeira para ouvir as nossas dúvidas e dar-nos conselhos. A segunda sessão foi baseada em pôr em prática alguns jogos em ordem para ajudar as crianças a terem um pensamento mais crítico e menos impulsivo.

Convidado: Inês Monteiro, psicóloga da infância, ex voluntária GASPORTO

Data: 12/04 & 07/06/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: Futuros

Tema: Auxílio à mobilidade das pessoas idosas

Objetivo: Foram mostrados vários tipos de materiais que podem auxiliar a mobilidade dos idosos e a melhor forma de os utilizar. Foram ainda feitos vários exercícios práticos com este material.

Convidado: João Baldaia - Terapeuta ocupacional

Data: 07/06/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: Abraço Amigo

Tema: Motivação

Objetivo: Tendo como objetivo a motivação do voluntário e a importância do seu serviço, convidamos três mães ex-institucionalizadas, para darem os seus testemunhos, com foco no seu percursos na instituição, saída da instituição e a vida atual.

Convidado: Daniela, Jéssica e Fabiana

Data: 07/06/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: AMA - Apoio a Mães Adolescentes

Tema: Apoios e Acompanhamento Social previsto para pessoas em situação de sem abrigo

Objetivo: Dar a conhecer os apoios existentes para pessoas em situação de sem abrigo e como é feito o acompanhamento social a estas pessoas.

Convidado: Paula França - assistente social, representante da Segurança Social no NPISA Porto - Eixo 4 Participação e Cidadania e ainda técnica da Equipa Atendimento/Acompanhamento das PSSA, do Centro Distrital do Instituto da Segurança Social do Porto.

Data: 07/06/2023

Duração: 1h30

Formato: presencial

Projeto: Caminhos

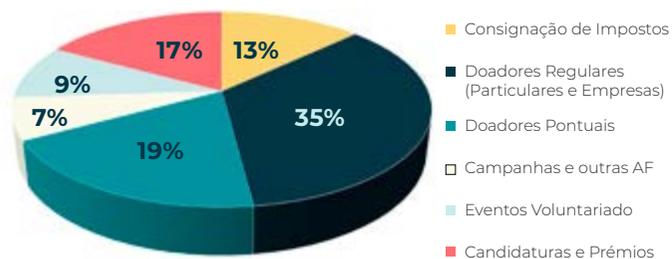


2.7 Angariação de Fundos

O GASPORTO contava, a 31 de dezembro de 2023, com 577 doadores regulares. Destes 328 eram padrinhos de leite, 131 padrinhos Crescer de Mãos Dadas e 118 Amigos GASPORTO. Tendo havido 61 desistências ao longo do ano.

Do lado das empresas, em 2023 o número de sponsors Kukula passou para cinco a abertura de um novo centro no bairro de Menguelene. Podemos ainda contar com inúmeras empresas pontuais que apoiaram o trabalho do GASPORTO em Portugal e em Moçambique.

Relativamente às campanhas de captação de donativos junto de particulares, a consignação do IRS manteve-se como uma das mais importantes para a sustentabilidade do GASPORTO. Para além desta, foram realizadas a campanha de Padrinhos de Leite, do Giving Tuesday e de Um Postal, Uma Refeição. Ao longo de todo o ano, foram também trabalhadas outras formas de angariar fundos, nomeadamente: o Ser Solidário, o Facebook/Instagram e a Compra Solidária/Merchandising.



O grupo de voluntariado foi responsável pela realização de dois eventos de angariação de fundos. No dia 17 de abril realizou a Noite de Fados, como habitualmente no Palácio da Bolsa e a 17 de junho os nossos voluntários voltaram a conviver no nosso tradicional Churrasco. Além destes eventos, houve ainda vários fins de semana em que foram retomados os peditórios junto das igrejas.



FINANCIAMENTOS E PRÉMIOS

Em 2023 foram recebidos 2 952€, referentes ao remanescente do financiamento do projeto Abraço Amigo, no âmbito do Concurso Envelhecimento na Comunidade, da Fundação Calouste Gulbenkian. O Abraço Amigo durante este ano de 2023 foi financiado pelo Prémio Seniores da Fundação La Caixa-BPI no valor 32 370€.





3.

3. As contas

3.1 Demonstrações Financeiras Portugal

BALANÇO

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail	PostalCode	City	
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS	4200-465	PORTO	

Activo

Classe	Posição	Nomenclatura	2023-12-30	Ano N-1
Verificação				
	A18	Divergências	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €
Activo não corrente				
	A01	Activos fixos tangíveis	667,46 €	893,20 €
	A02	Propriedades de investimento	0,00 €	0,00 €
	A03	Activos intangíveis	0,00 €	0,00 €
	A04	Activos biológicos	0,00 €	0,00 €
	A05	Investimentos financeiros	0,00 €	0,00 €
	A06	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	A07	Outros activos financeiros	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	667,46 €	893,20 €
Activo corrente				
	A08	Inventarios	0,00 €	0,00 €
	A09	Activos biológicos	0,00 €	0,00 €
	A10	Clientes	3 900,00 €	150,00 €
	A11	Adiantamentos a fornecedores	22,36 €	1 587,63 €
	A12	Estado e outros entes publicos	1 703,33 €	2 002,25 €
	A13	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	A14	Outras contas a receber	6 562,90 €	3 106,91 €
	A15	Diferimentos	0,00 €	0,00 €
	A16	Outros activos financeiros	0,00 €	0,00 €
	A17	Caixa e depositos bancarios	146 343,01 €	116 568,46 €
		Sub-Total	158 531,60 €	123 415,25 €
		Total geral	159 199,06 €	124 308,45 €

Mis:ST At
C.C.# 65365
NF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Miguel Rui Branco

BALANÇO

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail	PostalCode	City	
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS	4200-465	PORTO	

Capital Próprio+Passivo

Classe	Posição	Nomenclatura	2023-12-30	Ano N-1
Capital Próprio				
	CP01	Capital realizado	0,00 €	0,00 €
	CP02	Accoes (quotas) proprias	0,00 €	0,00 €
	CP03	Prestações suplementares	0,00 €	0,00 €
	CP04	Prémios de emissão	0,00 €	0,00 €
	CP05	Reservas legais	0,00 €	0,00 €
	CP06	Outras reservas	0,00 €	0,00 €
	CP07	Excedentes de revalorização	0,00 €	0,00 €
	CP08	Outras variações no capital próprio	0,00 €	0,00 €
	CP09	Resultados transitados	81 159,13 €	96 588,75 €
	CP10	Resultado líquido do periodo	64 516,63 €	-15 429,62 €
		Sub-Total	145 675,76 €	81 159,13 €
P1- Passivo não corrente				
	P01	Provisões	0,00 €	0,00 €
	P02	Financiamentos obtidos	0,00 €	0,00 €
	P03	Outras contas a pagar	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €
Passivo corrente				
	P04	Fornecedores	0,16 €	2 524,74 €
	P05	Adiantamentos de clientes	0,00 €	0,00 €
	P06	Estado e outros entes publicos	1 687,59 €	3 263,36 €
	P07	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	P08	Financiamentos obtidos	0,00 €	0,00 €
	P09	Outras contas a pagar	365,91 €	17,94 €
	P10	Outros passivos financeiros	0,00 €	0,00 €
	P11	Diferimentos	11 469,64 €	37 343,28 €
		Sub-Total	13 523,30 €	43 149,32 €
Verificação				
	P12	Divergências	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €
		Total geral	159 199,06 €	124 308,45 €

Mis:ST At
C.C.# 65365
NF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Miguel Rui Branco

Demonstração Resultados

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail	PostalCode	City	
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS	4200-465	PORTO	

Classes	Posição	Nomenclatura	Ano N	Ano N-1
A- Result antes depreciação/gasto				
	R01	Vendas e serviços prestados	9 243,19 €	11 537,10 €
	R02	Subsídios à exploração	31 218,13 €	34 903,89 €
	R03	Varição nos investimentos da produção		
	R04	Trabalhos para a própria entidade		
	R05	Casos mercadorias vendidas e materia		-135,60 €
	R06	Fornecimentos e serviços externos	-54 426,53 €	-130 142,19 €
	R07	Gastos com o pessoal	-81 697,47 €	-145 331,12 €
	R08	Ajustamentos de inventários		
	R09	Inparidade de dívidas a receber		
	R10	Provisões		
	R11	Outras imparidades		
	R12	Aumentos/reduções de justo valor		
	R13	Outros rendimentos e ganhos	161 178,10 €	218 461,40 €
	R14	Outros gastos e perdas	-773,05 €	-4 560,10 €
		Sub-Total	64 742,37 €	-15 176,62 €
B- Resultado operacional				
	R15	Gastos/reversões depreciação e amorti	-225,74 €	-225,13 €
		Sub-Total	-225,74 €	-225,13 €
C- Resultados antes de imposto				
	R16	Juros e rendimentos similares obtidos		4,07 €
	R17	Juros e gastos similares suportados		-1 229,89 €
		Sub-Total		-1 225,82 €
D- Imposto				
	R18	Imposto sobre o rendimento do period		
		Sub-Total		
E- Verificação				
	R19	R.L.E.p contas balanço		
		Sub-Total		
		Resultado líquido do exercicio	64 516,63 €	-16 627,57 €

Mis:ST At
C.C.# 65365
NF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Miguel Rui Branco

3.2 Demonstrações Financeiras Consolidadas

BALANÇO

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail		PostalCode	City
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS		4200-465	PORTO

Activo

Classe	Posição	Nomenclatura	2023-12-31	Ano N-1
Verificação				
	A18	Divergências	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €
Activo não corrente				
	A01	Activos fixos tangíveis	667,46 €	893,20 €
	A02	Propriedades de investimento	0,00 €	0,00 €
	A03	Activos intangíveis	0,00 €	0,00 €
	A04	Activos biológicos	0,00 €	0,00 €
	A05	Investimentos financeiros	0,00 €	0,00 €
	A06	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	A07	Outros activos financeiros	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	667,46 €	893,20 €
Activo corrente				
	A08	Inventarios	0,00 €	0,00 €
	A09	Activos biológicos	0,00 €	0,00 €
	A10	Clientes	3 900,00 €	150,00 €
	A11	Adiantamentos a fornecedores	22,36 €	1 587,63 €
	A12	Estado e outros entes publicos	1 703,33 €	2 002,25 €
	A13	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	A14	Outras contas a receber	6 474,00 €	3 106,91 €
	A15	Diferimentos	0,00 €	0,00 €
	A16	Outros activos financeiros	0,00 €	0,00 €
	A17	Caixa e depositos bancarios	84 765,69 €	116 568,46 €
		Sub-Total	96 865,38 €	123 415,25 €

Total geral 97 532,84 € 124 308,45 €

Mis:ET
C.C.n.º 65365
NIF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Mário Brandão Sara Estima

BALANÇO

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail		PostalCode	City
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS		4200-465	PORTO

Capital Próprio+Passivo

Classe	Posição	Nomenclatura	2023-12-31	Ano N-1
Capital Próprio				
	CP01	Capital realizado	0,00 €	0,00 €
	CP02	Accoes (quotas) proprias	0,00 €	0,00 €
	CP03	Prestações suplementares	0,00 €	0,00 €
	CP04	Premios de emissão	0,00 €	0,00 €
	CP05	Reservas legais	0,00 €	0,00 €
	CP06	Outras reservas	0,00 €	0,00 €
	CP07	Excedentes de revalorização	0,00 €	0,00 €
	CP08	Outras variações no capital próprio	0,00 €	0,00 €
	CP09	Resultados transiados	81 159,13 €	96 588,75 €
	CP10	Resultado liquido do periodo	2 887,74 €	-15 429,62 €
		Sub-Total	84 046,87 €	81 159,13 €
P1- Passivo não corrente				
	P01	Provisões	0,00 €	0,00 €
	P02	Financiamentos obtidos	0,00 €	0,00 €
	P03	Outras contas a pagar	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €
Passivo corrente				
	P04	Fornecedores	0,16 €	2 524,74 €
	P05	Adiantamentos de clientes	0,00 €	0,00 €
	P06	Estado e outros entes publicos	1 650,26 €	3 263,36 €
	P07	Accionistas/socios	0,00 €	0,00 €
	P08	Financiamentos obtidos	0,00 €	0,00 €
	P09	Outras contas a pagar	365,91 €	17,94 €
	P10	Outros passivos financeiros	0,00 €	0,00 €
	P11	Diferimentos	11 469,64 €	37 343,28 €
		Sub-Total	13 485,97 €	43 149,32 €
Verificação				
	P12	Divergências	0,00 €	0,00 €
		Sub-Total	0,00 €	0,00 €

Total geral 97 532,84 € 124 308,45 €

Mis:ET
C.C.n.º 65365
NIF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Mário Brandão Sara Estima

Demonstração Resultados

NIPC	NISS	CompanyName	FiscalYear
506943119	20017823022	Grupo de Acção Social do Porto - GAS PORTO	2023
AddressDetail		PostalCode	City
R DR ROBERTO FRIAS-FAC DE ENGENHARIA DA UNIVERS		4200-465	PORTO

Classes	Posição	Nomenclatura	Ano N	Ano N-1
A- Result antes depreciação.gasto				
	R01	Vendas e servicos prestados	9 243,19 €	11 537,10 €
	R02	Subsidios à exploração	31 218,13 €	34 993,89 €
	R03	Variação nos inventários da produção		
	R04	Trabalhos para a própria entidade		
	R05	Custo mercadorias vendidas e materia		-135,60 €
	R06	Fornecimentos e servicos externos	-105 045,38 €	-130 142,19 €
	R07	Gastos com o pessoal	-93 759,39 €	-145 331,12 €
	R08	Ajustamentos de inventários		
	R09	Imparidade de dívidas a receber		
	R10	Provisões		
	R11	Outras imparidades		
	R12	Aumentos/reduções de justo valor		
	R13	Outros rendimentos e ganhos	162 682,29 €	218 461,40 €
	R14	Outros gastos e perdas	-1 220,30 €	-4 560,10 €
		Sub-Total	3 118,54 €	-15 176,62 €
B- Resultado operacional				
	R15	Gastos/reversões depreciação e amorti	-225,74 €	-225,13 €
		Sub-Total	-225,74 €	-225,13 €
C- Resultados antes de imposto				
	R16	Juros e rendimentos similares obtidos		4,07 €
	R17	Juros e gastos similares suportados	-5,06 €	-1 229,89 €
		Sub-Total	-5,06 €	-1 225,82 €
D- Imposto				
	R18	Imposto sobre o rendimento do periodo		
		Sub-Total		
E- Verificação				
	R19	RLE p contas balanço		
		Sub-Total		
		Resultado liquido do exercicio	2 887,74 €	-16 627,57 €

Mis:ET
C.C.n.º 65365
NIF: 206689322

André Rodrigues Antunes
Mário Brandão Sara Estima



Como apoiar o GASPORTO



DONATIVO PONTUAL

Poderá fazer um donativo pontual com benefícios fiscais, através do MBWay (ou pela opção Ser Solidário), transferência bancária, cheque ou em numerário.



SER SOLIDÁRIO

Faça donativos a instituições de solidariedade, de forma simples e rápida, através do Ser Solidário na app MB WAY. Para isso basta escolher uma das instituições disponíveis e introduzir o montante a doar e já está!



SER VOLUNTÁRIO

Todos os anos dezenas de pessoas juntam-se ao GASPORTO, dizendo “sim” ao serviço. Será que este ano é a tua vez? Podes fazer a tua inscrição no seguinte formulário: <https://forms.gle/VN8aeUk2maCxKDpYA>



AMIGO GASPORTO

Os nossos Amigos asseguram através de um donativo mínimo de 25€ anuais a criação de um mundo com menos desigualdades e mais justo, recebendo a nossa newsletter trimestral e usufruindo de descontos.



SER PADRINHO DO CRESCER DE MÃOS DADAS (CMD)

Os padrinhos do CMD apadrinham uma criança ou jovem em Moçambique assegurando que os mesmos tenham acesso a bens de primeira necessidade, educação e saúde.



SER PADRINHO DE LEITE

Os Padrinhos de Leite contribuem ativamente para garantir a recuperação nutricional e higiene diária dos bebés do Centro Reabilitação Nutricional Pfuka U Famba, na vila da Macia: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfwRkqpFwBiHh-Wnn16ADS9CaHGwAxpqpmEuT4UDM1xdiQDnsA/viewform>



LEMBRANÇA SOLIDÁRIA

No dia do seu casamento, ou outra ocasião especial, pode escolher ser mais solidário e oferecer aos seus convidados lembranças solidárias. Consulte o nosso catálogo: https://gasporto.org/wp-content/uploads/2022/02/GP_LembrancaSolidaria_Catalogo.pdf



CONSIGNAÇÃO IRS - NIF 506 943 119

Pode destinar 0,5% dos seus impostos para o GASPORTO, sem qualquer custo para si e sem afetar o seu reembolso.



ANIVERSÁRIO FACEBOOK/INSTAGRAM

Podes criar uma angariação de fundos pelo teu aniversário, para apoiar a nossa missão.



COMPRA SOLIDÁRIA

Ao optar pelos presentes solidários do GASPORTO, está a contribuir para os nossos projetos de intervenção social em Portugal e em Moçambique. Pode encontrar todos os artigos www.comprasolidaria.pt/gasporto



INJUÇÕES (MULTAS)

Se for lesado com alguma injunção pode destinar o pagamento da mesma ao GASPORTO, apenas terá de indicar essa intenção junto do juiz ou através do seu advogado (Artigo 261.º – Código de Processo Penal).

Agradecimentos

O GASPORTO ao longo de 2023 procurou reforçar o seu compromisso estratégico de, através de exemplos de entrega e serviço, as pessoas possam ajudar de forma voluntária, contínua e integrada na sociedade. Focamo-nos no estar e no fortalecimento das relações de proximidade e nesse contacto privilegiado de proximidade, na casa das pessoas, nas conversas de mãos dadas, procuramos contribuir para a reestruturação de trajetórias de vida marcadas por dinâmicas produtoras e reprodutoras de pobreza, desigualdade e exclusão social, levando esperança, respeito, caridade, alegria e muito amor.

Nesta trajetória procuramos crescer e melhorar em comunidade, acumulando saber ao longo das gerações que constituem o grupo, acompanhado de abertura e diálogo às novas gerações. Mantemos a aposta contínua na melhoria da qualidade e profissionalismo da intervenção social e do serviço que cumprimos diariamente. A nossa intervenção é multidisciplinar e é desenvolvida de forma profissional, sustentável e com espírito de equipa. Em Moçambique continuamos focados em desenvolver um modelo de gestão capaz de responder de forma mais eficiente e rápida aos diversos desafios que os projetos enfrentam diariamente.

O ano de 2023 foi um ano em que o GASPORTO reforçou a sua sustentabilidade enquanto organização. Para isso, apostou na diversificação das fontes de receitas e no desenvolvimento de processos e mecanismos que permitam uma gestão mais eficiente de recursos, sem descuidar o cuidado na relação com todos os doadores, apostando na sua fidelização. Ao longo do ano o GASPORTO foi acompanhado por parceiros, mecenas públicos e privados, doadores e voluntários que nos patrocinaram financeiramente e nos apoiaram nesta caminhada. Por todo este apoio e carinho estamos agradecidos, pois sem este não seria possível trabalhar diariamente na procura da felicidade dos nossos bebés, crianças, jovens e idosos. À Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto e à PROEF, um especial agradecimento pelo incondicional apoio ao GASPORTO.

Obrigado
Estamos Juntos.





GRUPO DE AÇÃO SOCIAL DO PORTO · ONGD

E-mail secretariado@gasporto.org

Contactos 222 445 369 · 938 973 026

www.gasporto.org  