



Sol sem Fronteiras  
2019/2020

# Boletim Solsef

**COOPERAÇÃO PARA  
O DESENVOLVIMENTO**

P. 4 e 5

**VOLUNTARIADO  
INTERNACIONAL**

P. 6 e 7

**EDUCAÇÃO PARA O  
DESENVOLVIMENTO E  
A CIDADANIA GLOBAL**

P. 8 e 9

**Inovação Educativa  
em Nampula**

**Vamos apoiar mais  
de 1500 alunos!**

## EDITORIAL

Crescimento é uma das palavras que tem marcado os últimos anos na vida da Solsef e 2019 foi reflexo disso. Nos projetos de Cooperação para o Desenvolvimento abrimos fronteiras além dos países lusófonos, chegando ao Paraguai. Formaram-se e partiram mais de 30 voluntários em projetos de Voluntariado Internacional. E continuamos a consciencializar centenas de pessoas para os desafios do desenvolvimento através da Educação para o Desenvolvimento e a Cidadania Global (EDCG).

E para nos ajudar a chegar cada vez mais longe, a nossa equipa executiva cresceu, e contamos hoje também com a dedicação da Diretora Executiva.

Mas o crescimento também nos traz novos desafios, alguns deles financeiros, que nos fazem olhar para 2020 com a certeza de que muito trabalho virá pela frente. No entanto, temos também a certeza da dedicação e compromisso de toda a equipa, porque todos continuamos a acreditar que a igualdade de oportunidades, com acesso à educação e saúde de qualidade para todos, é possível no mundo em que vivemos, não é apenas uma utopia.



— **SOFIA LEITE**  
PRESIDENTE DA DIREÇÃO SOCIAL

### BOLETIM SOLSEF

Ano: 2019/2020 | Capa: Aluna do Centro Educacional Irmã Valdelícia, Guiné-Bissau Fotografia de Lucía Rey | Redatores: Ana Sousa, Ana Sofia Tenreiro, Inês Souta, Jessica Sousa, Marta Silva, Mónica Ferreira, Pedro Gesteiro, Raquel Carreira, Raquel Graça, Sofia Leite, Tiago Gurgel | Edição: Raquel Graça | Design e Paginação: Lucía Rey

# Damos as boas vindas à mais recente Direção Social!

**SOFIA LEITE**



## Presidente

Quero continuar a trabalhar para que os projetos da Solsef continuem a quebrar o ciclo da pobreza através do acesso à educação de qualidade para todos.

## Vice-Presidente

Quero ajudar na execução dos projetos de Cooperação, pois são essenciais para muitas crianças e jovens realizarem os seus sonhos de estudar. Espero contribuir para a boa sustentabilidade da Solsef.

**MÓNICA FERREIRA**



**MARTA SILVA**



## Secretária

A aposta no desenvolvimento e formação a partir dos mais jovens é algo que me faz todo o sentido e me incentiva a fazer parte desta família. Fazer o Sol Nascer para Todos não é apenas um lema, é o modo de vida de todos os que dedicam o seu tempo à Solsef.

## Tesoureira

Saber que contribuímos para um mundo mais justo e igual em oportunidades, todos os dias, é a minha maior motivação e alegria.

**ANA SOUSA**



**PEDRO GESTEIRO**



## Vogal

A Solsef é um espaço onde ajudo a transformar a vida dos que mais necessitam. A maior motivação é saber que com o pouco que posso dar ajudo à concretização dos sonhos de outras comunidades no Mundo!

## Vogal

Sonho que a Sol sem Fronteiras possa envolver cada vez mais pessoas na concretização de sonhos por um Mundo mais justo, mais inclusivo e mais feliz!

**RAQUEL GRAÇA**



**TIAGO GURGEL**



## Vogal

A luz ajuda a caminhar e aquece-nos. Que o meu trabalho seja um pequeno lampejo de luz na vida de alguém foi o que me trouxe à Direção Social.

# Aqui trabalhamos por um mundo melhor!

Trabalhar na Solsef é saber que cada tarefa - e cada pessoa - é essencial na engrenagem de um mundo melhor. Inês é agora a nossa Diretora Executiva, trocou a sua vida de consultora para se dedicar a tempo inteiro à Associação que, voluntariamente, ajudou a crescer nos últimos anos e é o principal ponto de ligação entre a Equipa Executiva e a Direção Social. A Libertad é a Técnica de Projetos e é responsável por traçar planos de desenvolvimento que permitem mudar a vida de tantas crianças, jovens e adultos; é apaixonada pela Associação e está sempre disponível para dinamizar angariação de fundos. Lucía é o nome da Técnica de Comunicação: desde o design de produtos e materiais de divulgação, comunicação digital e até trabalho de vídeo, o resultado da sua mestria é o que resulta na nossa imagem! A Olga está connosco por 5 meses num estágio da VivEuropa, e acompanhará a Lucía na comunicação e novas estratégias de marketing da Solsef. Eu dedico-me ao acompanhamento do voluntariado e às questões administrativas da Solsef: contabilidade, tesouraria, comunicação institucional, gestão de sócios e tudo quanto seja necessário, como aliás, todas aqui fazemos!

— RAQUEL CARREIRA



**Diretora Executiva**

Conseguir fazer do meu trabalho a minha missão: agora posso dedicar os meus dias a trabalhar por uma cooperação humanizada sem fronteiras.



**Técnica de Projetos**

Acredito no desenvolvimento através da Educação de todos sem exceção e é para isso que luto na Solsef!



**Administrativa**

Trabalhar na Solsef para um mundo sem fronteiras é, além de um privilégio, uma missão, pois procuramos garantir que todas as crianças e jovens têm a sua dignidade preservada no que diz respeito à Educação.



**Técnica de Comunicação**

Se uma imagem vale mais que mil palavras quero, através da comunicação da Solsef, mostrar que é possível olhar um mundo sem preconceitos, sem papéis sociais pré-determinados, onde todos e todas têm direito à Educação.



**Técnica de Comunicação**

Sou apaixonada pela comunicação orientada a construir um mundo melhor, e fico feliz de poder ajudar a elaborar mensagens que contribuam para Fazer o Sol Nascer para Todos.

# Inovação Educativa



**E**m 2020, a Solsef está em Moçambique a dar início ao projeto Inovação Educativa, em parceria com os Missionários do Espírito Santo, com o objetivo de apoiar o desenvolvimento de capacidades da Escola Comunitária São João de Deus, na cidade de Nampula. A escola tem capacidade para 1555 alunos e alunas da primária até à 10ª classe, provenientes principalmente do bairro de Mutauanha, e as aulas são asseguradas por 49 professores. O projeto prevê a criação de infraestruturas escolares (biblioteca, laboratório e sala de informática) para permitir a ampliação da oferta formativa até ao 12º ano. O projeto será financiado pelas campanhas de angariação de fundos promovidas pela Solsef, bem como pelas Campanhas de Solidariedade da Família Spiritana.

\_\_ANA SOFIA TENREIRO



## Aprendizagem Inclusiva



O projeto Aprendizagem Inclusiva, iniciado em outubro de 2018 e a decorrer até maio de 2020, é cofinanciado pelo Camões, I.P. e está a ser implementado em parceria com a Congregação de Santa Teresinha do Menino Jesus no Centro Educacional Irmã Valdelécia em Con-tubuel, (na Guiné-Bissau) que integra mais de 300 alunos e alunas. Na Fase II, a Solsef trabalha com o parceiro no sentido de dinamizar ações de formação na área das Necessidades Educativas Especiais para o corpo docente das escolas públicas do setor, desenvolver um Banco de Bolsas para crianças em situação de vulnerabilidade e ampliar os espaços recreativos e desportivos para permitir a organiza-ção de campeonatos desportivos ao nível do setor.

## Capacitando Futuro

O projeto Capacitando Futuro arrancou em janeiro de 2018 e termi-nou em junho de 2019, foi cofinanciado pelo Camões I.P., e imple-mentado em parceria com a ADPP Guiné-Bissau, na ADPP Escola Vo-cacional – Bissorã. O projeto na Fase I esteve centrado na construção de um pavilhão dormitório e no equipamento de novas salas de aulas. Na Fase II, foram implementados três novos cursos (“Corte e Cos-tura”, “Mecânica de Bicicleta e Motorizada”, e “Informática Básica, Manutenção e Reparação de Computadores”), que foram devida-mente reconhecidos pelo Ministério da Educação da Guiné-Bissau, e foi ainda criado um Banco de Bolsas para apoiar jovens em situação de vulnerabilidade socioeconómica.



## Centro Social “Jakakuaa Oñondive – Crescemos Juntos”



O projeto Crescemos Juntos, iniciado em janeiro de 2019 e a decorrer em parceria com os Missionários do Espírito Santo até dezembro de 2020, está a ser implementado, e pretende apoiar a criação e desen-volvimento de um Centro Social na Paróquia “Virgen del Rosario”, no Bairro do “Reducto”, em San Lorenzo (no Paraguai). Pretende-se criar um centro formativo e em 2019 já foram construídas 3 salas de formação e casas-de-banho. Durante 2020, prevê-se equipar as salas e construir um alpendre polivalente. O projeto é financiado pelas Campanhas de Solidariedade da Família Espiritana.

## Aprender Vivendo

O projeto Aprender Vivendo une alguns centros educativos de Peniche (o Agrupamento de Escolas de Atouguia da Baleia, o Agrupamento de Escolas de Peniche e a Escola Secundária de Peniche) e a Solsef para proporcionar a alunos e professores uma experiência de voluntariado internacional. Tal aconteceu em agosto de 2019, em que 4 alunos, 2 professores e 2 representantes da associação voaram até Contuboeil, (Guiné-Bissau).

—JESSICA SOUSA



“Foi um mês inexplicável, cheio de emoções, alegrias, aprendizagens e de crescimento. Acolheram-nos tão bem, a verdade é que me senti parte da comunidade de Contuboeil. Naquele lugar só encontrei simplicidade e humildade. A cada sorriso ou gesto, sem saberem, aquele povo já tinha um lugar no meu coração.”

—ANDRESA NOBRE



## Ponte 2019

O projeto Ponte liga a Solsef com os Jovens Sem Fronteiras no campo do voluntariado internacional. “Ir em Ponte” significa partir em missão durante um mês para um dos países de língua oficial portuguesa. Tal como aconteceu em agosto de 2019, em que 7 jovens e 1 padre espiritano foram até Ribeira Afonso (São Tomé e Príncipe).

—JESSICA SOUSA

## Ponte 2020

Em parceria com os Jovens Sem Fronteiras desde 1993, o Projeto Ponte ocupa um lugar especial nos nossos corações. Em 2020, vamos juntos “construir pontes” até Tefé, (na Amazônia, Brasil). Durante todo o mês de agosto, 8 voluntários e 1 padre espiritano vão trabalhar com esta comunidade, desenvolvendo um projeto que vá ao encontro das suas necessidades, com o apoio e o acompanhamento da Solsef.

—MARTA SILVA



“Em São Tomé, descobrimos novos significados daquilo que verdadeiramente importa, compreendemos sentimentos e reencontramos infundamente a nossa Fé. Unimo-nos para testemunhar, servir, aprender a ser e a estar, para realmente não ter fronteiras e, terminada a aventura, estamos gratos todos os dias a Deus por esta oportunidade.”

\_\_ANA CUNHA



## Missão Nakumi

Em julho de 2019 o Pe. Cláudio Belo e 11 paroquianos de Vitorino dos Piães, Poiares e Navió partiram para Itoculo (Moçambique). Durante três semanas conviveram e compartilharam experiências com a comunidade que os acolheu. Como nos conta a voluntária Sofia Barbosa “Quando pisamos a terra laranja de Itoculo, os sorrisos não faltaram, neles e em nós! É contagiante...”

\_\_INÊS SOUTA



## VME - 1 ano (ou mais!) de entrega, dedicação e missão



### Juliana Castro e André Matias

Ilha de Santiago-CABO VERDE

“S. Lourenço dos Órgãos é a nossa casa até outubro de 2020. Projeto comum, idealizado lá atrás, torna-se aqui realidade. Dia-a-dia sorrimos com as crianças no Jardim Marilucia, ensinamos inglês na comunidade e caminhamos com 200 jovens para o crisma. Um ano a fazer o sol nascer para todos ao ritmo da morabeza.”



### Cristina Fontes

Itoculo-MOÇAMBIQUE

“Caminhar mais um ano ao ritmo da missão de Itoculo foi uma graça que marcará sempre o ritmo do meu coração. Foi um caminho partilhado com as crianças, os jovens, as mamãs e os papás que todos os dias me mostraram que o mais importante são as pessoas. O caminho continua e o desafio é cada vez maior: ser uma missão nesta terra, onde quer que Deus me leve!”



### Gabriela Rodrigues

Itoculo-MOÇAMBIQUE

“Um ano de Itoculo, um ano cheio de vida, de sorrisos, de alegria, de amor. Foi um ano sem igual, com os jovens, as crianças, as mamãs e os papás. Itoculo é uma casa que acolhe de coração aberto. Muitos são aqueles que me perguntam se vale a pena sair...vale, vale muito mesmo! Vale a pena fazermos felizes os outros e sermos felizes!”

## Exposição “Olhares sobre África’s III”

Em 2019 a Solsef tornou a organizar uma exposição sobre a multiplicidade de culturas africanas – neste caso, sobre o Diálogo Intercultural em Contuboeil, Guiné-Bissau. Através da lente de David Cardoso, fotógrafo e participante no projeto de voluntariado internacional Aprender Vivendo. As fotografias retratavam a vida quotidiana, religiosa, social e cultural das crianças, das mulheres e dos homens desta região. A exposição foi acolhida pelo Palácio Baldaya, em Benfica, e teve o apoio do programa Geração Z, do IPDJ – Instituto Português do Desporto e da Juventude, I.P., que possibilitou a participação de diversos jovens voluntários na organização, planificação e decoração deste evento.



Para que o projeto chegasse também ao público de palmo e meio, dinamizamos um ciclo de conta-contos infantis, durante duas tardes de domingo. Raquel Silva, voluntária que se entregou à construção e dinamização destas atividades, partilha: “considero que iniciativas como esta são muito importantes para a formação pessoal e social dos pequeninos, uma vez que permitem um olhar mais amplo sobre o mundo. Acredito que valores como tolerância, respeito pela diversidade e justiça social devem fazer parte da formação pessoal de qualquer um, inclusive das crianças que serão os adultos de amanhã.”





## Sorrisos de Papel

Para unir fronteiras não só entre países mas também entre gerações, o projeto Sorrisos de Papel contou em 2019 com a participação de 17 escolas, 2 turmas de catequese e mais de 2000 crianças que adquiriram postais da Loja Solidária Solsef com o objetivo de levar palavras de luz ao Natal dos utentes de instituições de solidariedade social. O valor angariado com esta iniciativa reverteu a favor do projeto de cooperação Inovação Educativa, em Nampula (Moçambique).

## Foto da semana



Com as rubricas “Histórias de Vida”, “Curiosidades” e “Missões Católicas” damos a conhecer nas nossas redes sociais pequenas histórias que nos chegam através dos parceiros e dos voluntários no terreno. Através destes momentos, damos a conhecer quotidianos de culturas diferentes que são, afinal, tão próximas de nós.

## My Migration



Em 2020 é realizado um documentário em parceria com o CEPAC – Centro Padre Alves Correia (em Portugal) e com a Academia Ubuntu (na Guiné-Bissau). A peça incidirá sobre a migração dos jovens guineenses para a Europa e a comparação entre as expectativas e a realidade destes processos, nem sempre tão ideais como se imagina. Com entrevistas no país de origem e no país de destino, o documentário será posteriormente exibido em Lisboa e em Bissau.

## Missas solidárias



Ao longo dos últimos anos a Solsef visita várias paróquias amigas que nos recebem com vontade de fazer parte dos nossos projetos. Damos a conhecer às comunidades o trabalho feito no terreno e levamos a oportunidade de contribuírem através de artigos da nossa Loja Solidária. Em 2019, a generosidade de 23 comunidades paroquiais permitiu dar a conhecer a nossa missão a centenas de pessoas, bem como apoiar os projetos Aprendizagem Inclusiva (em Contuboel, na Guiné-Bissau) e Inovação Educativa (em Nampula, Moçambique).



## Missão Construir

Numa construção cada tijolo conta, por isso a campanha Missão Construir relembra-nos que com a pequena ajuda de todos conseguimos construir grandes coisas. Têm sido distribuídos mealheiros por parceiros como cafés, diversos tipos de lojas, farmácias ou grupos paroquiais de norte a sul do país, onde todas as pessoas podem deixar o seu donativo. Nesta campanha já participaram cerca de 100 parceiros recebendo mealheiros. Todo o valor angariado reverte para melhorar a Escola Comunitária São João de Deus, em Nampula (Moçambique) apoiada pelo projeto Inovação Educativa.

## Eu participo!



**Mariana Rodrigues**  
Sócia e Voluntária nas Missas Solidárias

« Como antiga JSF, sempre me fez sentido desenvolver ações de voluntariado, pastoral e partilha. Poder estar presente nas paróquias, explicar os projetos da Solsef, e poder dar testemunho durante a celebração eucarística foi a oportunidade de não deixar morrer a chama missionária e a vontade de manter a ponte entre “os que estão perto” e “os que estão longe”.»

## Eventos Solidários

Os eventos solidários continuam a ser excelentes momentos de convívio e partilha entre os sócios e amigos da Solsef, aliados à angariação de fundos para os nossos projetos. Em 2019 houve oportunidade de partilhar três refeições bem animadas: o Jantar de Primavera, com o apoio do Classe - Restaurante Africano, o Almoço de Outono, em parceria com a Cantina do Templo Hindu e o Jantar de Natal em que contámos com a Casa de Chá de Santa Isabel como parceira. Para dançar e viver o espírito dos Santos Populares voltamos também a estar no Arraial de Santa Catarina.



**JANEIRO**

19 e 20 | Missas Solidárias - *Tíres*

**MAIO**

19 | Banquinha Solidária - *Lx Market*  
23 | Jantar de Primavera - *Restaurante Clase, São Domingos de Rana*  
25 e 26 | Missas Solidárias - *S. Mamede*  
29 | Participação no curso do CESH "Mais formação, melhor missão" - *Barcelos*

**SETEMBRO**

8 | Dia Espiritano - *Barcelos*  
15 | Assembleia da LIAM - *Alfena*  
22 | Assembleias da LIAM - *Paredes, Douro Sul e Póvoa*  
21 e 22 | Missas Solidárias - *Afonsoeiro (Montijo)*

**FEVEREIRO**

16 | Tour JSF Sul - *Lisboa*  
16 e 17 | Missas Solidárias - *Murtal*  
23 | Tour JSF Minho - *Ponte de Lima*  
23 e 24 | Missas Solidárias - *Parede*

**JUNHO**

1 e 2 | Formação Certificada "Primeiros Socorros em Contexto de Voluntariado Internacional" - *Lisboa*  
15 e 16 | Missas Solidárias - *Paço de Arcos*  
22 e 23 | Missas Solidárias - *Nova Oeiras e São Julião*  
18 | Santos Populares Solidários - *Arraial de Santa Catarina - Lisboa*

**OUTUBRO**

5 | Almoço Solidário - *Cantina Hindu, Lisboa*  
6 | Banquinha Solidária - *Mercado do CCB, Lisboa*  
11 a 13 | XXXI Encontro Nacional JSF - *Vila da Ponte*  
19 | Caminhada sem Fronteiras - *Alvite*  
19 | Catequese e Missa Solidária - *Barreiro*  
19 e 20 | Roadshow JSF - *Algarve*  
26 | Serão Missionário - *Benfica*  
26 e 27 | Missas Solidárias - *Benfica*  
26 e 27 | Roadshow JSF - *Minho*  
27 | Assembleia LIAM - *Minho e Mirandela*

**MARÇO**

2 | CAME - *Coimbra*  
9 | Tour JSF Centro - *Caneiro*  
9 | Tour JSF Douro - *Vila Nova de Gaia*  
18 | Participação no programa "Manual de Instruções" - *RTP África*  
24 | 52ª Assembleia Geral Ordinária - *Palácio Baldaya, Lisboa*

**JULHO**

21 | 2ª Assembleia Geral Extraordinária - *Lisboa*  
27 e 28 | Missas Solidárias - *Sobreda e Vila Nova de Caparica*

**NOVEMBRO**

1-30 | Exposição "Olhares sobre África's III" - *Lisboa*  
2 e 3 | Missas Solidárias - *Amadora*  
3 | Magusto Missionário - *Torre d'Aguilha, Lisboa*  
9 e 10 | Missas Solidárias - *Chelas*  
9 e 10 | Roadshow JSF - *Margem Sul do Tejo*  
10 | Magusto Missionário - *Pinheiro Manso, Porto*  
10 | Magusto Missionário - *CESH, Barcelos*  
10 | 53ª Assembleia Geral Ordinária - *Lisboa*  
13 e 15 | Sorrisos de Papel no Colégio Minerva - *Barreiro*  
15 | JSF Summit - *Lisboa*  
17 | Magusto Missionário da LIAM - *Pousos, Leiria*  
17 e 24 | "Olhares Pequenos sobre África's" - *Lisboa*  
23 e 24 | Roadshow JSF - *Centro*  
24 | Magusto Missionário da LIAM - *Atalaia, Leiria*  
26 | Banquinha Solidária - *Agrupamento de Escolas de Santo-André - Barreiro*  
28 e 29 | Banquinha Solidária - *Siemens, Lisboa*  
30 e 01/12 | Missas Solidárias - *Telheiras*  
30-01/02 | Roadshow JSF - *Douro*

**ABRIL**

6 e 7 | Missas Solidárias - *Basílica da Estrela e Igreja da Lapa*  
27 e 28 | Formação Certificada "Educação e Cooperação para o Desenvolvimento no Voluntariado" - *Lisboa*  
27 e 28 | Missas Solidárias - *S. Pedro e S. João do Estoril*  
28 | "XIV Encontro de Padrinhos", da Associação Padrinhos de África - *Fátima*

**AGOSTO**

30/7 a 25/8 - Voluntariado Internacional - Projeto "Aprender Vivendo" - *Guiné Bissau*  
31/7 a 01/9 - Voluntariado Internacional - Projeto "Ponte 2019" - *São Tomé e Príncipe*  
31 e 01/09 | Missas Solidárias - *Trajouce, Talaíde e Abóboda*

**DEZEMBRO**

3 | Missa Solidária do Movimento Renovamento Carismático - *Capela do Rato, Lisboa*  
5 | Banquinha Solidária - *Mercadinho de Natal do BNP Paribas*  
5 | Sorrisos de Papel - *Líceu Passos Manuel, Lisboa*  
7 e 8 | Banquinha Solidária - *UBBO, Lisboa*  
7 e 8 | Missas Solidárias - *Aqualva*  
9 | Banquinha Solidária - *Cantina Velha dos Serviços de Ação Social, Lisboa*  
14 e 15 | Missas Solidárias - *Sintra / Soito, Sabugal, Malcata e Quadrazais, Guarda*  
21 e 22 | Missas Solidárias - *Benedita*  
22 | Missa Solidária - *Aqualva | Colégio São João de Brito*

# OBRIGADO AOS QUE FAZEM O SOL NASCER PARA TODOS



[www.solsef.org](http://www.solsef.org) | 
 [info@solsef.org](mailto:info@solsef.org) | 
 +351 213 940 047 | +351 960 225 472 | +351 917 170 726 | 
 [Facebook](https://www.facebook.com/solsef) | 
 [Instagram](https://www.instagram.com/solsef)

Rua de Santo Amaro 43, 4º andar 1200-801 Lisboa | 
 IBAN: PT50 0035 0325 0000 0733 7303 5 | 
 NIF: 503 070 092