

Dossier de Imprensa

# Sol sem Fronteiras

Juntos Fazemos o Sol Nascer  
para Todos



Rua de Santo Amaro,  
43, 4º andar, 1200-801  
Lisboa Portugal

+351 213 940 047 | +351 917 170 726

[www.solsef.org](http://www.solsef.org) | [info@solsef.org](mailto:info@solsef.org)

[www.prendasolidaria.org](http://www.prendasolidaria.org) | [prendasolidaria@solsef.org](mailto:prendasolidaria@solsef.org)

# O que é a Sol sem Fronteiras?

## Sol sem Fronteiras

Sol sem Fronteiras (Solsef) é uma ONGD (Organização Não Governamental para o Desenvolvimento) nascida em 1993. Desde essa data que trabalha para oferecer respostas inovadoras perante os desafios do acesso ao desenvolvimento humano sustentável, tornar projetos solidários em realidade e trabalhar junto da igreja missionária e outros parceiros locais em prol dos que mais precisam.

## A que se dedica?

O trabalho da Solsef desenrola-se em quatro áreas específicas: Cooperação para o Desenvolvimento, Educação para a Cidadania, Inclusão e Formação.

### Cooperação para o Desenvolvimento

#### Projetos que possibilitam o desenvolvimento e autonomia das comunidades

Os projetos de Cooperação para o Desenvolvimento são a principal área de atuação da Solsef. São ações concretas que promovem o desenvolvimento sustentado em comunidades com Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) baixo – em particular, comunidades localizadas nos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP). Para além de procurar responder às necessidades sentidas pela população, os projetos da Solsef têm como fator determinante a sustentabilidade dos mesmos. Assim, os projetos devem servir os beneficiários de forma continuada no tempo, e ajudar ao desenvolvimento pessoal e da região, não apenas no momento da intervenção, mas criando um efeito multiplicador duradouro.

### Educação para a Cidadania

#### Projetos de consciencialização da sociedade para os problemas do mundo global

A Educação a Cidadania Global é um processo dinâmico e participativo que procura sensibilizar a sociedade civil para os problemas do mundo global. A Solsef implementa diferentes atividades lúdicas, culturais e formativas com a finalidade de atingir uma mudança de mentalidades e comportamentos através de uma ação local. As ações de sensibilização são direcionadas a diferentes públicos alvo e implementadas em diversos locais, mas todas têm os mesmos objetivos: acabar com os prejuízos culturais e criar uma atitude crítica para o logro do direito ao desenvolvimento humano sustentável das populações.

### Inclusão

#### Projetos formulados sob as diretrizes do empreendedorismo social, prevenindo o desenvolvimento de ações capazes de gerar impacto sistémico e transformação na sociedade

Os projetos de Inclusão são a área de atuação mais recente da Solsef e consubstanciam-se em ações concretas que promovem a inclusão de populações desfavorecidas ou vulneráveis através do desenvolvimento de respostas inovadoras. Aposta-se na inclusão social como o ato de outorgar a todas as pessoas, independentemente das suas diferenças, os mesmos direitos e oportunidades. A inclusão social tem o objetivo de integrar na sociedade grupos sociais historicamente à margem do processo de socialização, não tendo o devido acesso a direitos sociais mais básicos como educação, emprego digno, habitação, saúde e alimentação adequada. Contudo, os novos desafios perante as sociedades atuais colocam à margem da sociedade outros grupos condicionados com outras variáveis como, por exemplo, a idade.

### Formação

#### Ações formativas que usufruem da educação enquanto ferramenta poderosa capaz de transformar o mundo

A Solsef tem como um dos seus objetivos participar ativamente na formação da sociedade civil, principalmente dos jovens enquanto Agentes de Educação para a Cidadania Global. A Solsef desenvolve ações de capacitação, no âmbito da educação formal e não formal, de forma transversal aos seus projetos de Cooperação Internacional, Educação para a Cidadania e Inclusão. Contudo, também desenvolve ações formativas concretas direcionadas à formação do voluntariado ou à capacitação de Recursos Humanos no âmbito do empoderamento do associativismo e da área do terceiro setor.



## Missão

---

Trabalhamos pela solidarização do mundo através da educação.

## Visão

---

Projetamos um mundo com igualdade de oportunidades rumo ao desenvolvimento humano sustentável.

## Valores

---

**Solidariedade** | Com o intuito de traçar horizontes de proximidade com quem é mais desprotegido, procurar a justiça social de forma transversal e sentir a verdadeira caridade como uma missão permanente ao serviço do desenvolvimento humano sustentável.

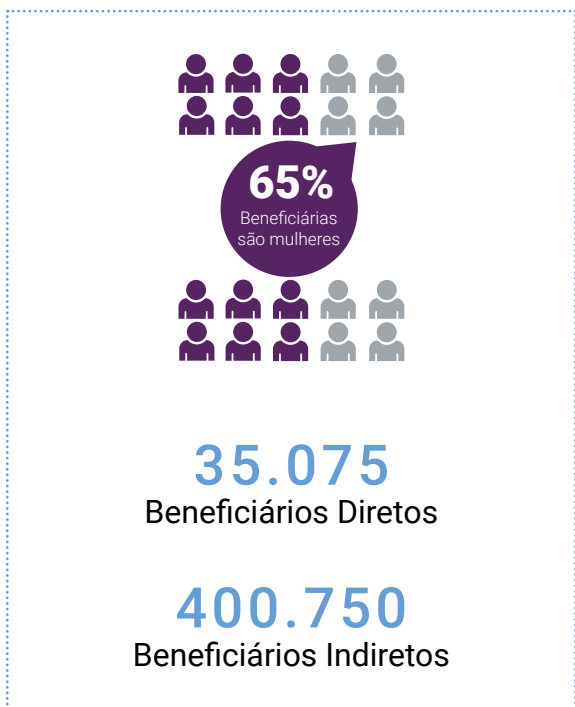
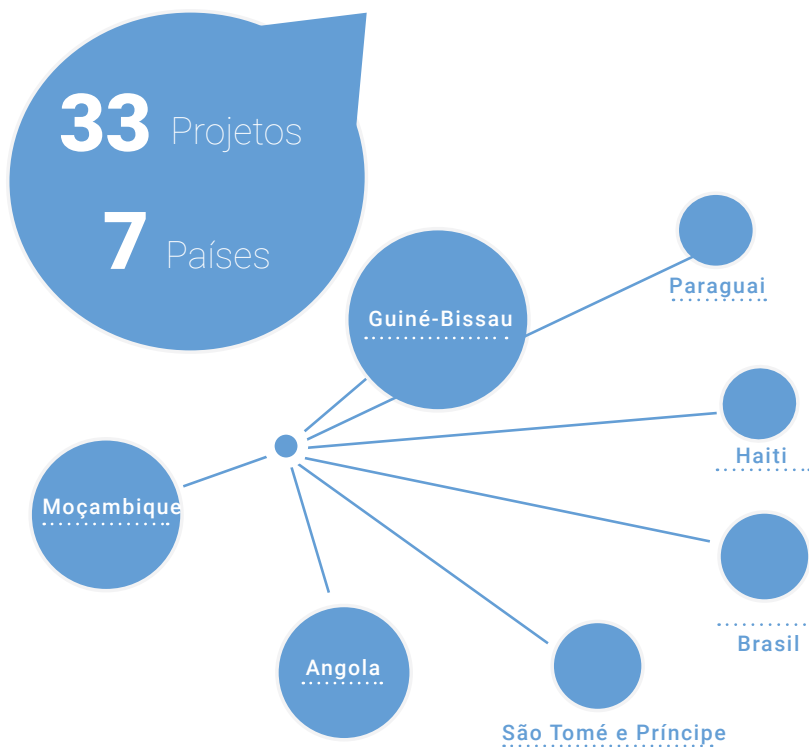
**Juventude** | Com a convicção de apostar na juventude como motor do câmbio para conseguir um mundo melhor e mais humanizado.

**Credibilidade** | O rigor, a transparência, a idoneidade e a independência são as marcas do crédito necessário para desenvolver projetos sociais com impacto positivo nas comunidades.

**Sustentabilidade** | Apostar na continuidade local é, por um lado, estar ao lado de quem precisa, quando precisa, mas proporcionar, em simultâneo, as condições e ferramentas para que não volte a precisar. Por outro lado, é uma intervenção orientada pela promoção, capacitação e desenvolvimento da autonomia das pessoas, comunidades e estruturas locais.

**Sem Fronteiras** | Somos cidadãos de uma “aldeia global”, sem fronteiras, que se rege pelo princípio da ajuda mútua e da partilha de recursos naturais comuns como a água ou o sol.

# Cooperação Internacional



## Guiné-Bissau | 17 projetos

- 2023 - 2024 | Qualificação Pedagógica
- 2022 | Nutrição e Higiene
- 2021 - 2022 | Missão em Kajegut
- 2020 - 2021 | Capacitação Pedagógica
- 2019 | Jardim-Escola São Pedro Apóstolo
- 2018 - 2019 | Capacitação Materno-Infantil
- 2018 - 2020 | Aprendizagem Inclusiva
- 2018 - 2019 | Capacitando Futuro
- 2017 - 2018 | Edificando a Educação
- 2016 | Nutrir a Aprendizagem
- 2016 - 2017 | Manuais para Bafatá
- 2014 | Escolinhas na Guiné
- 2003 - 2004 | Liceu Daniel Brottier
- 2000 - 2003 | Escola-ciclo Libermann
- 2000 - 2002 | Escola São Jose de Bajob
- 2000 - 2001 | Uma Escola pela Liberdade
- 1995 - 1999 | Escola sem Fronteiras de Tubebe

## Moçambique | 7 projetos

- 2020 - 2021 | Inovação Educativa
- 2014 - 2016 | Juntos na Aprendizagem
- 2013 - 2014 | Aprender para Desenvolver
- 2010 - 2011 | Lar Educação na Esperança
- 2008 | Biblioteca de Mutauanha
- 2000 - 2001 | Escolinhas Comunitárias em Nampula
- 1997 | Escolas da Paróquia Nossa Sra. Fátima da Beira

## Angola | 4 projetos

- 2005 - 2006 | Centro Mwenho - Ukola
- 2003 - 2004 | Maternidade Libermann
- 2002 - 2003 | Centro de promoção feminina Irmã Raquel Celeste
- 1996 | Escola Arquidiocesana do Lubango

## Brasil | 2 projetos

- 2022-2023 | Rádios Educativas
- 2021 | Crescer e Florir em Comunidade

## São Tomé e Príncipe | 1 projeto

- 1994 - 2001 | Centro Social de Apoio à Infância (CSAI)

## Paraguai | 1 projeto

- 2019 - 2020 | Centro Social Jakakuaa Oñondive - Crescemos Juntos

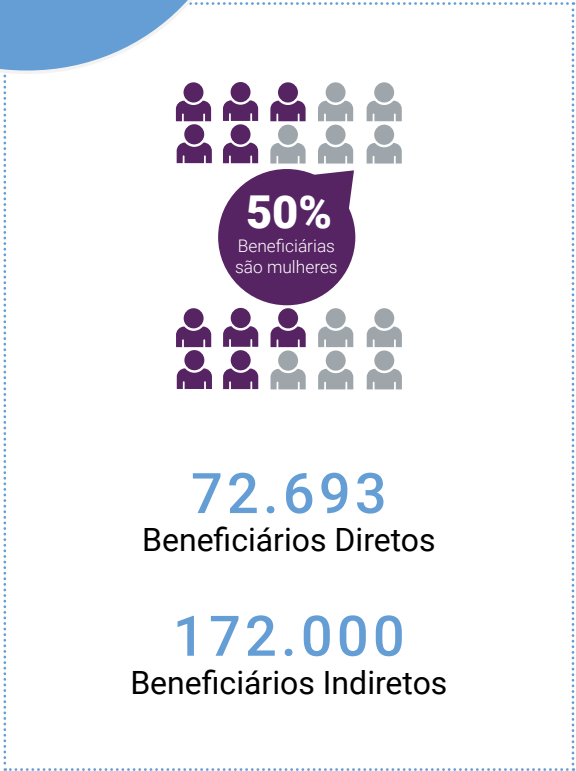
## Haiti | 1 projeto

- 2021 | Escola Primária Notre Dame



# Educação para a Cidadania

- Literacia Financeira
- Sons de bem-estar
- Todos Contam!
- Emo(can)ção
- Arte-fato
- A nova (A)normalidade
- Cidadania no Associativismo Jovem
- Janela aos ODS
- Olhares sobre África's I, II e III
- Escolinhas Solidárias



# Inclusão

.....

- Jovens e Inclusão
- Empreendedorismo Social
- Impulso Criativo
- Atelier EmpoderArte

4 Projetos



50%

Beneficiárias são mulheres



26

Beneficiários Diretos

35.000

Beneficiários Indiretos



# Formações

---



- Primeiros Socorros e Cuidados para a Saúde no Voluntariado Internacional
- Educação para a Cidadania no Voluntariado Internacional
- Identificação e Gestão de Projetos Sociais
- Gestão de Tesouraria
- Comunicação Interpessoal e Assertividade
- Gestão de Organizações do Terceiro Setor

**228** Voluntários

**13** Ações formativas

# Voluntariado

## Voluntariado Nacional

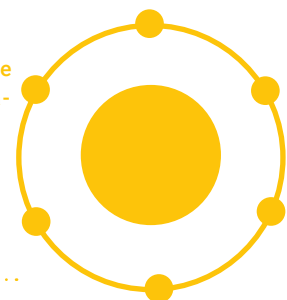
A Solfef assenta numa vasta rede de voluntariado nacional. Dezenas de voluntários de norte a sul do país e até de Espanha colocam a sua experiência nas mais variadas áreas ao serviço da missão da Sol sem Fronteiras e permitem-nos alcançar muitos objetivos que, sem essa preciosa ajuda, seriam muito difíceis de alcançar.

### Áreas de Voluntariado Nacional

Voluntariado no âmbito da Costura, da Pintura, do Design ou de outras formas de manifestação das artes aplicadas

Dinamização da nossa Loja Solidária e Participação na Organização de Eventos

Coro Solidário



Agentes de Educação para a Cidadania

Voluntariado Empresarial no âmbito da Responsabilidade Social Corporativa

Voluntariado na Comunidade Escolar ou na Comunidade Universitária

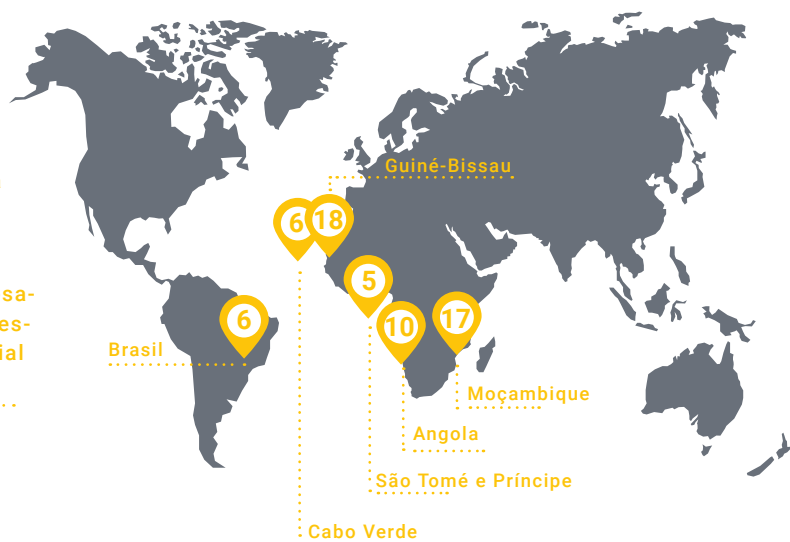
**+ de 170**  
Voluntários

**+ de 90 %**  
Dos Voluntários são jovens (-25 anos) ou idosos (+ de 65 anos)

## Voluntariado Internacional

A Solfef desenvolve projetos de voluntariado internacional de curta e longa duração. Através deles é pretendido facilitar aos voluntários a realização de uma experiência de cooperação em países em desenvolvimento, em particular nos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa - PALOP. Os voluntários que integram os projetos da Solfef passam obrigatoriamente por uma formação e preparação adequadas, pois um bom conhecimento do projeto implementado, dos seus objetivos e da comunidade onde este se integra é crucial para o sucesso da experiência de voluntariado.

### Número de Projetos de Voluntariado Internacional



**+ de 415**  
Voluntários

**52.000**  
Beneficiários Diretos

**616.000**  
Beneficiários Indiretos



# Pessoas que divulgam o trabalho da Sol sem Fronteiras



## Mariana Rodrigues | Vice-Presidente da Direção Social

A Mariana Rodrigues tem um espírito de serviço desde muito jovem. Professora de profissão, é através do ensino que encontra a sua forma de entrega ao próximo. Faz parte da Direção Social da Sol sem Fronteiras desde 2021, dedicando o seu tempo ao terceiro setor no cargo de vice-presidente. No âmbito do voluntariado internacional de curta duração, participou num projeto na Guiné-Bissau.



## Inês Souta | Diretora Executiva

Desde muito jovem que a Inês, atual diretora executiva da Solsef, participa em ações de voluntariado em diferentes âmbitos, dando o seu contributo com um compromisso sincero e sem medir o tempo. Estas experiências têm decorrido tanto em Portugal, da mão de instituições como a Cruz Vermelha e a própria Sol sem Fronteiras, como no exterior. Os projetos de voluntariado de curta duração têm-na levado a participar em missões de cooperação em Brasil, Angola e Guiné-Bissau. Recentemente 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.



## Raquel Carreira | Administrativa

Dedicada à área administrativa da Solsef, são mais do que assuntos administrativos que lhe passam pelas mãos. A Raquel ingressou a área de Ciência Política com o intuito de trabalhar no terceiro setor, e chegou à Solsef com vontade de contribuir para a construção de um mundo melhor. Desde jovem que dedicou tempo a atividades ligadas ao serviço ao próximo. Com experiências de voluntariado internacional na Guiné-Bissau e em Cabo Verde, considera que estas missões contribuíram para o seu crescimento pessoal, social e profissional, tenho ganho uma maior compreensão do mundo e uma maior identificação com as circunstâncias do outro.

# A Solsef nos Média

26/10/2022

## Alô Portugal - SIC (Portugal)

O Miguel Costa visitou a nossa sede para conhecer mais de perto o nosso trabalho e o nosso negócio social, a Prenda Solidária.



15/10/2022

## Rádio Ecclesia (Portugal)

A Raquel Carreira e o P. Hugo Ventura apresentaram o projeto "Rádio Educativas", que decorre no Brasil.



08/08/2022

## Programa Ecclesia (Portugal)

A Raquel Carreira participou no Programa Ecclesia para dar a conhecer os nossos projetos, com o foco posto no voluntariado internacional.



04/07/2022

## Bem-vindos - RTP África (Portugal)

A Mariana Rodrigues e a Raquel Carreira falaram sobre os nossos projetos, a importância do voluntariado e a nossa loja, a Prenda Solidária.



04/07/2022

## Manual de Instruções - RDP África (Portugal)

A Inês Souta centrou-se nos mais recentes projetos de Cooperação Internacional, na importância do Voluntariado para a Solsef e nos projetos que estamos a desenvolver em Portugal, sobretudo na Educação para a Cidadania.



14/06/2022

## P3 - Público (Portugal)

O jornal Público partilhou uma notícia sobre como apareceu a Prenda Solidária, o nosso negócio social que reverte para os projetos da associação.



# Saber mais

Site  <https://www.solsef.org/>

---

Boletim  <http://bitly.ws/CUbm>

---

Youtube  <https://www.youtube.com/user/SolsemFronteiras>

---

Facebook  <https://www.facebook.com/SolSemFronteiras/>

---

Instagram  <https://www.instagram.com/solsemfronteiras/>

---

# Obrigado

Sol sem Fronteiras

Rua de Santo Amaro,  
43, 4º andar, 1200-801  
Lisboa Portugal

+351 213 940 047

+351 917 170 726

[www.solsef.org/](http://www.solsef.org/)

[info@solsef.org](mailto:info@solsef.org)

[www.prendasolidaria.org](http://www.prendasolidaria.org)

[prendasolidaria@solsef.org](mailto:prendasolidaria@solsef.org)