SOPRO

Relatório de Atividades

2025

Índice

1. SUMÁRIO EXECUTIVO I 01

2. PROJETOS 2025

2.1. PROJETOS NACIONAIS

2.1.1 Apoio Local I 02

2.1.2 Banco de Material Escolar I 04

2.1.3 Bem-Me-Quer I 05

2.1.4 Campanha de Natal I 09

2.1.5 Mãos para o Mundo I 11

2.1.6 Espaço Solidário I 14

2.1.7 Éden I 15

2.2. PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

2.2.1 Apadrinhamento na Escola João XXIII I 16

2.2.2 CEALS I 18

2.2.3 SOPRINHOS I 19

2.2.4 Voluntariado Moçambique I 20

2.3. PROJETOS INTERNACIONAIS

2.3.1 Sports for Equality I 22

2.3.2 Taskforce e Intercâmbio I 23

2.3.3 Voluntariado Internacional I 24

3. OUTRAS ATIVIDADES

3.1. "SOMOS AÇÃO" I 31

3.2. BAIRRO FELIZ I 33

3.3. PAIIAGV I 34

3.4. PRESENTES SOLIDÁRIOS I 36

4. EQUIPA SOPRO I 40

5. PARCEIROS I 43

6. CONTAS 2025 E ORÇAMENTO 2026 I 46

7. PLANO DE AÇÃO 2026 I 48

1. SUMÁRIO EXECUTIVO

Conselho diretivo

2025 fica marcado pelo último ano de trabalho deste Conselho Diretivo. Durante este período, colaboramos de forma estreita com a equipa técnica da instituição, verdadeira conhecedora do terreno e dos problemas que o afetam, num trabalho colegiado, por vezes demorado, graças às diferenças de pareceres, mas que o tornou mais consistente e maduro.

Trabalhamos cooperativamente, através das quatro Comissões que cuidam dos grandes objetivos da SOPRO: Apoio Local, PED (Países em Desenvolvimento), Erasmus e Comunicação. Sempre em ligação com a Tesouraria e Acompanhamento do Pessoal. Durante este período, fortalecemos a nossa ligação com as outras ONGDs La Salle, do nosso Distrito ARLEP e RELEM, fundamental para o estabelecimento da nossa identidade lassalista. A Consignação do IRS foi fundamental para a viabilização e concretização de vários projetos, mantendo o nosso compromisso junto dos PED.

Assim, agradecemos a cada pessoa da Direção pelo seu trabalho na SOPRO e pelo papel que assumiu dentro da instituição. De forma voluntária, conciliando a sua vida pessoal e profissional, cada um contribuiu com as suas competências, capacidades e disponibilidade, permitindo realizar novos projetos e ações. Sem essa entrega generosa, o Plano de Atividades seria, certamente, mais limitado. Agradecemos também a cada pessoa da equipa técnica que tem trabalhado ombro a ombro com a direção, com cada comissão, com muita disponibilidade e acolhimento, mesmo quando o trabalho retesava os braços e a mente.

Não foram anos fáceis, pois houve a necessidade de nos adaptarmos a novas realidades, de proceder a uma reestruturação na equipa técnica, de lidar com o cansaço e com a desilusão, mas também de manter o nosso ideário de sempre. Foi necessário sermos assertivos na manutenção dos projetos que refletem a vocação da SOPRO, mesmo que, por vezes, suscitassem dúvidas, quer de fora, quer de dentro. Mas chegamos até aqui, tentando fazer com que o lema "Pequenos Gestos mudam o Mundo" continue a ser verdade e abra caminhos sempre novos.

Por último, muito obrigado aos sócios, efetivos e não efetivos. A SOPRO vai aonde TODOS quisermos, de Barcelos até à Beira ou Magunde, desde que a vontade de Caminhar juntos prevaleça!

Obrigado e um abraço a todos!

O Conselho Diretivo da SOPRO

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Serviço de Apoio Local

O Serviço de Apoio Local continua a ser uma das respostas de maior proximidade da SOPRO, atuando na linha da frente do combate à pobreza e exclusão social no concelho de Barcelos. Através de um trabalho em rede, procuramos suprir necessidades imediatas de famílias em situação de vulnerabilidade, garantindo não só o acesso a bens essenciais, mas também um acompanhamento humano e digno.

IMPACTO SOCIAL

209
Beneficiários Totais apoiados diretamente

79
Agregados Familiares acompanhados

79
Crianças e Jovens abrangidos
(menores de idade)

O ano de 2025 foi marcado pela resiliência e pela capacidade de resposta da nossa equipa. Mesmo com os constrangimentos logísticos sentidos no final do ano, devido ao incidente no Espaço Solidário que afetou parte do armazenamento, a resposta às famílias manteve-se inalterada e prioritária. Esta continuidade foi possível graças à complementaridade com outros projetos da casa, nomeadamente o Projeto Bem-Me-Quer e o Mãos para o Mundo. Estas sinergias permitiram-nos manter o acompanhamento próximo e minimizar qualquer impacto, transformando dificuldades pontuais em força motriz para a solidariedade.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Serviço de Apoio Local

ABRANGÊNCIA GEOGRÁFICA

34 Localidades do concelho de Barcelos apoiadas, incluindo:

- Freguesias com maior incidência: Arcozelo, Barcelos, Barcelinhos, Gamil, Silveiros e Rio Covo Sta. Eugénia.

- Outras localidades: Aldreu, Alvelos, Areias (S. Vicente e Vilar), Carvalhas, Cristelo, Fornelos, Fão, Galegos (Sta. Maria), Gilmonde, Goios, Lijó, Macieira de Rates, Manhente, Minhotães, Negreiros, Nine, Oliveira, Palme, Pereira, Pousa, Remelhe, S. Miguel da Carreira, Tamel S. Veríssimo, Ucha e Viatodos.

RESPOSTA ALIMENTAR E BENS

83
Ações de Apoio Alimentar (Cabazes entregues)

20
Ações de Apoio em Vestuário e Calçado

68
Ações de Apoio em Outros Bens
(inclui Material Escolar, Mobiliário e bens diversos)

171
Total de Intervenções/Apoios realizados

ATIVIDADE TÉCNICA

34
Atendimentos Presenciais

119
Contactos de Acompanhamento (Telefone/Email)

54
Visitas Domiciliárias realizadas

A sinalização e o encaminhamento dos processos continuaram a ser feitos em estreita articulação com os parceiros da Rede Social de Barcelos, garantindo uma resposta integrada e evitando a duplicação de apoios. Destacamos a colaboração com o Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho, a APAC, o GASC, o Radar Social, a Segurança Social, a Santa Casa da Misericórdia de Barcelos (SCMB) e diversas Juntas de Freguesia.

TRABALHO EM REDE

12 Entidades Parceiras ativas na sinalização e encaminhamento de casos:

- Grupo de Ação Social Cristã (GASC)
- Santa Casa da Misericórdia de Barcelos (SCMB)
- Centro Comunitário Moinhos de Vento (CCMV)
- Médicos do Mundo
- Centro Social da Paróquia de Arcozelo (CSPA)
- Segurança Social
- Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho
- Câmara Municipal de Barcelos (CMB) e Radar Social
- Junta de Freguesia de Barcelinhos
- Assoc. de Pais e Amigos de Crianças (APAC)

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Banco de Material Escolar

Na SOPRO acreditamos que a educação é a chave para a igualdade de oportunidades. O Banco de Material Escolar (BME) da SOPRO regressou em 2025 com a missão clara de garantir que todas as crianças e jovens iniciem o ano letivo com dignidade e com os recursos necessários para o seu sucesso.

IMPACTO DIRETO

144
Kits Escolares entregues

84
Famílias apoiadas

144
Crianças e Jovens equipados para o sucesso escolar

Mais do que a entrega de bens, o BME distingue-se pelo cuidado na resposta: cada pedido dá origem a um "Kit de Material Escolar" personalizado. Graças ao trabalho minucioso dos voluntários na triagem e preparação, cada mochila é adaptada especificamente ao ano de escolaridade do aluno, garantindo que não falta o material essencial — desde os cadernos e dossiers, ao estojo completo e material de desgaste. Esta atenção ao detalhe transmite às famílias e às crianças uma mensagem de confiança e valorização pessoal, combatendo o estigma associado à carência económica.

O projeto promoveu também a sustentabilidade ambiental através da reutilização de materiais escolares em bom estado (como dossiers, capas, tesouras, etc.), dando-lhes uma "segunda vida". A comunidade barcelense respondeu prontamente aos apelos de doação, permitindo compor kits completos e de qualidade.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Banco de Material Escolar

DISTRIBUIÇÃO POR CICLO DE ENSINO

O apoio abrangeu todos os níveis de ensino, com maior incidência no 1.º Ciclo:

- **1º Ciclo:** 50 Alunos
- **2º Ciclo:** 20 Alunos
- **3º Ciclo:** 44 Alunos
- **Secundário e Superior:** 18 Alunos (14 no Secundário / 4 no Superior)
- **Outros/Pré-Escolar:** 12 Alunos

ABRANGÊNCIA GEOGRÁFICA

36

Localidades do concelho de Barcelos

A sinalização dos alunos foi realizada em estreita articulação com a Rede Social de Barcelos, assegurando que o apoio chegasse a quem efetivamente necessita. Entidades como o Radar Social, a Santa Casa da Misericórdia de Barcelos, o GASC e diversos agrupamentos escolares foram fundamentais na identificação das famílias, complementando os pedidos que chegaram diretamente à SOPRO.

PARCEIROS DE SINALIZAÇÃO

A rede de parceiros que encaminhou pedidos incluiu:

- Radar Social
- Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social (GASC, APAC, CSPA e CCMV)
- Santa Casa da Misericórdia de Barcelos (SCMB)
- Casa Abrigo (CAM)
- Agrupamentos de Escolas
- Juntas de Freguesia.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Bem-Me-Quer

O projeto "Bem-Me-Quer", promovido pela SOPRO durante o ano de 2025, assumiu-se como uma resposta social inovadora e de proximidade, desenhada para apoiar a população idosa do concelho de Barcelos que se encontrava em situação de isolamento social, solidão não desejada ou exclusão. Através de uma abordagem participativa e assente numa forte rede de voluntariado intergeracional, o projeto teve como missão promover o envelhecimento ativo e digno, reforçando o sentimento de pertença e os laços afetivos na comunidade.

IMPACTO DIRETO

34
Beneficiários

1242
Visitas domiciliárias

50
Atividades

A operacionalização do projeto estruturou-se em diferentes eixos de intervenção complementares. O "Espaço Intergeracional e Comunitário" funcionou como uma casa solidária, onde foram dinamizadas 50 oficinas temáticas. Estas atividades, que incluíram desde artes decorativas e jardinagem até passeios culturais, estimularam as dimensões cognitivas, motoras e sociais de 23 beneficiários diretos, sempre num ambiente de partilha e valorização mútua. Todas estas atividades foram realizadas em conjunto com voluntários.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Bem-Me-Quer

Paralelamente, as Visitas de Acompanhamento "Olha Quem Chegou" representaram o coração da intervenção de proximidade. Ao longo do ano, foram concretizadas 1.242 visitas domiciliárias regulares, traduzindo-se em 1.863 horas de acompanhamento, companhia e escuta ativa. Esta ação contínua permitiu chegar a 34 idosos, muitos deles a residir em freguesias periféricas e com fracas redes de suporte.

Para além do apoio emocional, estas visitas garantiram uma monitorização atenta de situações de vulnerabilidade económica, limitações físicas e problemas de saúde mental (como a depressão), permitindo respostas e encaminhamentos adequados.

A dimensão comunicativa e comunitária do projeto teve também um papel de grande relevo. Com o intuito de dar voz aos participantes e valorizar as suas histórias de vida, foram produzidas 4 edições da "Revista Bem-Me-Quer", que se revelaram um motivo de enorme orgulho para todos os envolvidos. O projeto promoveu ainda 6 eventos de sensibilização e apresentação na comunidade, envolvendo mais de 200 participantes e articulando com cerca de 80 entidades locais, o que atesta o forte trabalho em rede desenvolvido no seio da Rede Social de Barcelos e com as escolas da região.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Bem-Me-Quer

Em termos de impacto global, o ano encerrou com resultados extraordinários e uma taxa de satisfação enorme por parte dos beneficiários. Todo este sucesso estrutural e afetivo só foi possível graças à mobilização de perto de uma centena de voluntários, tanto locais como internacionais (integrados no Corpo Europeu de Solidariedade). Estes jovens e adultos demonstraram uma dedicação ímpar, resultando também numa taxa de satisfação do voluntariado na ordem dos 98%.

A execução desta resposta social vital foi integralmente viabilizada pelo financiamento da 11.ª Edição do Prémio Seniores, promovido pelo BPI e pela Fundação "la Caixa". A eficácia e a pertinência da intervenção foram de tal forma reconhecidas que o Município de Barcelos garantiu a sustentabilidade futura da iniciativa, integrando-a no Plano de Ação Intermunicipal para a Inclusão de Grupos Vulneráveis (financiamento Norte 2030). A SOPRO passou, ainda no ano de 2025, a dar continuidade a esta missão sob a nova designação de projeto "Barcelos Amigo", perpetuando o impacto positivo na vida da população sénior.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Campanha de Natal

A Campanha de Natal de 2025 revestiu-se de um simbolismo especial. Sob o lema "De que cor é o teu Natal? O nosso é sempre Azul", esta iniciativa reafirmou a missão da SOPRO como elo entre a generosidade da comunidade e as famílias em situação de vulnerabilidade do concelho de Barcelos.

IMPACTO DIRETO

132
Famílias apoiadas

371
Pessoas Abrangidas (incluindo 120 menores)

50
Freguesias/Localidades alcançadas
(Top: Barcelinhos, Barcelos, Arcozelo e Silveiros).

Esta edição constituiu uma verdadeira prova de superação. Após o incidente que afetou o "Espaço Solidário" (incêndio) poucas semanas antes do Natal, toda a estrutura logística teve de ser reorganizada em tempo recorde. Apesar destes constrangimentos, a resposta foi avassaladora, permitindo apoiar 132 famílias e alargar a rede de apoio a 50 freguesias, superando os números do ano anterior.

O sucesso da campanha assentou na energia de parceiros, escolas e voluntários, com recolhas estratégicas em três grandes frentes:

- Supermercados Miranda: Em Tamel Santa Leocádia, dinamizada pelos alunos do Colégio La Salle; e em Gilmonde, assegurada pelos alunos do Curso de Animação Social da Escola Secundária de Barcelos.

- Hipermercado E.Leclerc Barcelos: Uma ação que mobilizou dezenas de voluntários da comunidade civil e jovem.

- Colégio La Salle: A recolha interna organizada pela comunidade educativa bateu recordes de angariação, constituindo a base fundamental para o stock de alimentos.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Campanha de Natal

Focada na dignidade de quem recebe e na sustentabilidade, a SOPRO manteve a substituição dos sacos de plástico por caixas de cartão, transformando cada cabaz num verdadeiro "presente". Estas caixas foram decoradas com carinho por crianças e jovens das Catequeses de Santa Eugénia, Barcelinhos e Negreiros, bem como pelos alunos do Colégio Menino de Deus, Escola Secundária de Barcelos e Colégio La Salle. Um agradecimento especial é dirigido ao Curso de Animação Social da Escola Secundária de Barcelos, imprescindível desde a recolha e decoração até à entrega dos cabazes, assegurando que estes chegavam, muitas vezes em mão, às habitações das famílias com menos autonomia.

A campanha contou com o apoio vital de diversas entidades. Destaca-se o Auchan, que apoiou na aquisição do Bacalhau para todas as famílias. Registaram-se ainda importantes doações de empresas como a Motorline, Junius, Solutions30, Cartonagem Manuel Gomes Martins (oferta das caixas) e Joana Silva – Fisioterapia e Saúde. A nível escolar, contribuíram também ativamente a Escola Secundária de Barcelinhos, a EB de Remelhe, a EB de Carvalhal e a EB de Gamil.

A atribuição de apoio obedeceu a uma rigorosa articulação com a Rede Social de Barcelos para evitar a duplicação de ajudas. A sinalização dos casos proveio do Radar Social, GASC, CCMV, APAC, Santa Casa da Misericórdia de Barcelos, Centro Social e Paroquial de Arcozelo e Junta de Freguesia de Vila Seca.

4.814 UNIDADES DE BENS DISTRIBUÍDOS

Entidades parceiras	Presentes para crianças	Produtos de higiene
18 entidades	**48 presentes**	**371 produtos**

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Mãos para o Mundo

O Mãos para o Mundo é um projeto de inclusão social dirigido a pessoas migrantes no concelho de Barcelos. Nasce do encontro entre pessoas, culturas e histórias de vida que se cruzam diariamente num território marcado por uma diversidade cultural crescente, afirmando-se como um espaço de acolhimento, proximidade e construção coletiva, onde cada pessoa migrante é reconhecida não apenas como alguém que chega, mas como alguém que pertence, contribui e transforma a comunidade.

Um dos pilares desta iniciativa é a construção de percursos de integração baseados no Voluntariado Apoiado, promovendo o encontro entre pessoas migrantes e membros da comunidade local. Acreditamos que a verdadeira integração se constrói através do contacto humano, da partilha de experiências e da criação de laços de confiança que fortalecem toda a comunidade.

A apresentação oficial do Mãos para o Mundo teve lugar no dia 9 de setembro de 2025, no Colégio La Salle, espaço escolhido pela sua forte ligação emocional e histórica à SOPRO.

Posteriormente, o projeto foi apresentado nas Comissões Sociais Interfreguesias (CSIF's), nomeadamente na CSIF de Moinhos de Neiva, na CSIF Sul da Franqueira e na CSIF Poente da Franqueira. Estas estruturas de proximidade às famílias e às suas necessidades assumem-se como parceiras fundamentais na identificação de situações de vulnerabilidade e na construção de respostas conjuntas. Através destas apresentações, não só se fortaleceu a articulação institucional, como também se consolidou uma rede de cuidado, colaboração e confiança em torno das pessoas migrantes.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Mãos para o Mundo

De igual modo, o projeto chegou aos SAAS (Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social — GASC, APAC, CSPA e CCMV), serviços que, por acompanharem de perto realidades marcadas por fragilidades sociais e económicas, se revelam parceiros estratégicos na sinalização de famílias migrantes com necessidades específicas e na construção de respostas conjuntas.

Por fim, a Câmara Municipal de Barcelos afirmou-se como um parceiro estratégico, tanto no desenvolvimento do projeto como na sinalização de famílias e das suas necessidades, maioritariamente através do projeto Radar Social.

Ao longo de 2025, concretizámos a abertura do Gabinete de Apoio à Integração de Imigrantes, um espaço dedicado a atendimentos presenciais e de proximidade, garantindo escuta ativa e apoio nas diversas situações que levam estas pessoas a recorrer aos nossos serviços.

IMPACTO DIRETO DO GABINETE DE APOIO À INTEGRAÇÃO

21 pessoas apoiadas

Nas áreas:

Burocrática

tradução e explicação de documentos, auxílio no preenchimento de formulários, informação sobre direitos e deveres e encaminhamento institucional

Bens materiais

fornecimento de alimentos, vestuário e material escolar

Das nacionalidades:

Brasileira – 8
Angolana – 2
Indiana – 2
São-tomense – 2
Chinesa – 1
Cubana – 1
Guineense – 1
Moçambicana – 1
Peruana – 1
Sudanesa – 1
Venezuelana – 1

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Mãos para o Mundo

Mais do que um conjunto de atividades, o projeto Mãos para o Mundo é um movimento de partilha - de tempo, saberes, língua, afetos e oportunidades — que une pessoas e culturas. Trabalhamos para que a integração seja mais do que um processo burocrático, sendo uma experiência humana digna, respeitosa e cheia de significado. Ao lado das famílias migrantes, caminhamos passo a passo, promovendo autonomia, inclusão social e participação ativa na vida da comunidade local.

Este relatório reúne as principais ações, mas é também um testemunho vivo do poder da colaboração entre instituições, voluntários, comunidade local e pessoas migrantes – mãos diferentes que se unem para construir um mundo mais justo, solidário e humano.

O projeto Mãos para o Mundo é cofinanciado por: Portugal Inovação Social, Norte 2030, Portugal 2030 e União Europeia.

Conta ainda com os seguintes investidores sociais, todos entidades privadas: ACC Materiais de Construção, Barceltécnica, Becri, Confecções Guadalupe, Cortêxtil, Eurossintel Industry, G-Quattro, Joracarsil, Libargel, Mundiperfil e Sanigalos.

Vídeo reportagem Diário do Minho

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Espaço Solidário

O Espaço Solidário tem-se vindo a afirmar, cada vez mais, como uma resposta social de referência no concelho de Barcelos, sendo cada vez mais reconhecido pela comunidade como um ponto de encontro entre quem quer ajudar e quem precisa de apoio. Localizado em Tamel (São Veríssimo), este armazém logístico é o "coração" operacional da SOPRO, onde a solidariedade ganha forma através da receção, triagem e distribuição de bens.

O Espaço Solidário é ainda um exemplo prático de responsabilidade ambiental, potenciado por parcerias estratégicas que transformam resíduos em recursos:

- Ultriplo (Têxteis): A colaboração com a Ultriplo continua a ser fundamental na gestão do vestuário. Esta parceria assegura que a roupa doada tem o encaminhamento correto: o que está em bom estado é entregue às famílias apoiadas; o que não tem condições de uso é encaminhado para reciclagem, gerando valor e evitando o desperdício.

- Resulima (Papel e Cartão): O compromisso com o ambiente traduziu-se também numa mais-valia financeira. Através da campanha de reciclagem de papel e cartão em parceria com a Resulima, a SOPRO consegue angariar verbas que são reinvestidas diretamente na missão social da organização.

O espaço manteve o seu funcionamento habitual - às terças e quintas-feiras (14h30 - 17h30), acolhendo os mais diversos voluntários para ações de triagem, preparação de cabazes alimentares e organização de material escolar.

O final de 2025 trouxe um desafio inesperado com um incêndio que atingiu as nossas instalações. No entanto, este momento difícil serviu para revelar a imensa generosidade da população barcelense. A onda de solidariedade que se gerou — com doações imediatas e disponibilidade para ajudar na limpeza e recuperação — provou que o Espaço Solidário não é apenas um armazém, mas uma causa acarinhada por todos. A SOPRO agradece profundamente a cada pessoa e entidade que nos ajudou a reerguer esta casa.

2.1 PROJETOS NACIONAIS

Éden

O ÉDEN é um mais do que um terreno, é um projeto que nos é muito querido. Sendo o ÉDEN um jardim "De Todos Para Todos", queremos que este espaço seja utilizado e cuidado pela Comunidade Local.

É um projeto que procura envolver todos os que por cá passam através do voluntariado, espírito solidário e sensibilização para a sustentabilidade, de forma a fortalecer sentimentos de proteção do que é comum e respeito pelo meio ambiente.

Assim, em 2025, contamos com a participação de voluntários internacionais de ERASMUS+, da Task Force e dos caloiros do IPCA inseridos na praxe solidária para a manutenção e desenvolvimento deste nosso jardim. Contamos também com a ajuda dos alunos do Clube da Natureza (do colégio La Salle) para tornar este espaço mais apelativo para as crianças e jovens que o visitam.

Somos muito gratos a todas as mãos que contribuíram para fazer deste espaço um "pequeno paraíso" onde podemos estar, conhecer e construir.

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

Apadrinhamento

Em 2025, através de parceria com a Escola João XXIII, na cidade da Beira, a SOPRO conseguiu apoiar 1 criança do pré-escolar, 49 crianças do 1º ciclo, 43 crianças do 2º ciclo, 52 crianças e jovens do 3º ciclo e 36 jovens do ensino secundário. Com a ajuda de 171 padrinhos, garantimos o pagamento do valor da matrícula, do valor das mensalidades, um kit escolar e um lanche diário de 181 crianças e jovens cujas famílias se encontram em situação de maior fragilidade.

À primeira vista, no contexto atual, 181 bolsas que cobrem as despesas da escolaridade podem parecer insignificantes. Contudo para a Assyma, a Benilde, a Berta, o Carlos, o Chelton, a Cleneid, o Edmilssone, o Fredson, o Hermínio, o José e o Leandro esta bolsa permitiu que concluíssem o ensino secundário e deu-lhes oportunidades que não teriam de outra forma.

A preocupação com uma educação de qualidade para estas crianças e jovens tem sido muito presente ao longo da história da SOPRO.

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

Apadrinhamento

TOTAL DE 181 CRIANÇAS APADRINHADAS E 171 PADRINHOS E MADRINHAS

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

CEALS

IMPACTO DIRETO

19
Bolsas para monitores

360
Crianças e jovens

60 000
Refeições entregues

O Centro Educacional Assistencial La Salle (CEALS) é um centro de educação não formal que presta um apoio fundamental a mais de 360 educandos, provenientes de diversas escolas públicas da área da Manga e da Chamba, na periferia da cidade da Beira.

No CEALS é dado pelos monitores um reforço escolar em várias matérias, o acesso a uma biblioteca e um laboratório de informática e um muito importante apoio alimentar. Nas escolas que estes alunos frequentam falta mesmo tudo (algumas ainda não foram totalmente reconstruídas depois do furacão Idai em 2019) e o CEALS é por isso um local de grande importância onde as crianças e jovens podem brincar, conviver e crescer em segurança total.

A SOPRO apoia o CEALS com 19 bolsas de monitores que acompanham e executam um plano de atividades ambicioso que inclui explicações, aulas de cidadania e educação formal e informal.

Para além dos monitores, o CEALS conta também com a ajuda de voluntários, a maioria jovens universitários que por lá passaram e sentiram a importância deste apoio e que hoje conjugam os seus próprios estudos com a dinamização e acompanhamento das crianças e jovens.

Através do projeto "Alimente Futuros" conseguimos angariar o equivalente a 60 000 refeições para 360 crianças e jovens.

O CEALS constitui um espaço seguro e acolhedor para crianças e jovens locais.

Conjuntamente com a SOPRO, o CEALS tem sido uma ajuda fundamental para que estes jovens sonhem e alcancem o seu pleno potencial e criar um futuro melhor para eles, as suas famílias e comunidades.

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

SOPRINHOS

IMPACTO DIRETO

218
Crianças apoiadas

8
Profissionais financiados

13 500€
Investidos

No ano letivo de 2025, a SOPRO continuou a apoiar e acompanhar o projeto SOPRINHOS. Este projeto, protocolado com a Associação ESMABAMA, apoia 4 salas de pré-escolar nas missões de Estaquinha, Mangunde, Barada e Machanga.

A SOPRO apoiou na formação e alimentação de 218 crianças, estando estas divididas pelas 4 missões: 61 crianças em Estaquinha, 37 crianças em Mangunde, 41 crianças em Barada e 79 crianças em Machanga. Estas crianças têm idades compreendidas entre os 3 e os 5 anos. O projeto SOPRINHOS conta ainda com o financiamento de 8 profissionais - 4 professoras e 4 auxiliares - que se dividem de forma igualitária pelas salas das missões.

É de notar que a sensibilização realizada nas comunidades locais sobre a importância da educação pré-primária está a ter um retorno muito positivo. Segundo relatório anual, 43,6% das crianças são meninas, resultado do trabalho de promoção da equidade de género. Nota-se também um envolvimento maior por parte da comunidade local na valorização da escolaridade pré-primária, auferindo sustentabilidade e fortalecimento local do projeto.

Constata-se que as dificuldades são persistentes, e continuaremos atentos e dedicados a trabalhar em conjunto para melhor colmatar as necessidades.

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

Voluntariado em Moçambique

No ano de 2025, a SOPRO enviou 3 voluntários em 2 missões para Moçambique. O João, que esteve 6 semanas no Bairro de Chingussura, na periferia da cidade da Beira; e a Beatriz e a Rita que dividiram o seu tempo entre Mangunde e Beira.

O João, que é professor na Covilhã e já tinha lecionado numa escola em Maputo nos anos de 2004/2005 voltou a Moçambique, desta vez para a Beira onde trabalhou de perto com a escola João XXIII e o Centro Educativo Assistencial de La Salle (CEALS). Muito do seu trabalho passou pela capacitação de professores sobre metodologias ativas no ensino e partilha de conhecimento pedagógico e científico com os monitores do CEALS.

Quando fala da sua experiência em Moçambique, a primeira palavra que surge ao João é o "sorriso" e reflete sobre como "Sozinhos não temos o poder nem a capacidade de mudar tudo ou corrigir e resolver tudo, mas se cada um de nós fizer um pequeno esforço para com o outro, material e emocional (às vezes o tal pequeno gesto pode ser um simples sorriso ou elogio), maior ou menor, garantidamente que inicia uma corrente que vai influenciar positivamente a pessoa que o recebeu. No caso concreto do apoio à educação nestas obras em Moçambique, nem estamos a falar de grandes quantias, a diferença da realidade portuguesa e moçambicana é tal, que o nosso gesto, mesmo pequeno, faz toda a diferença."

2.2 PROJETOS PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

Voluntariado em Moçambique

Para a Rita e a Beatriz, a experiência também foi muito gratificante. Estudantes da área da saúde, as voluntárias passaram grande parte do seu tempo em Mangunde no hospital da localidade a apoiar os profissionais de saúde da mesma. Apesar das diferenças culturais e da escassez de recursos, ambas recontam histórias da sua estadia em Moçambique com muito carinho e felicidade. Rita guarda Mangunde como "o lugar que me ensinou a ser mais humilde, a valorizar cada gesto simples e, a descobrir que quando me entrego volto sempre cheia, porque o bem transforma".

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Sports for Equality 2.0

No âmbito do projeto Sports for Equality 2.0, cofinanciado pela União Europeia, foi realizada uma semana de atividades inclusivas desenvolvidas em Barcelos, durante a Semana Europeia do Desporto. Sob o lema "Pequenos Gestos Movem o Mundo", a iniciativa integrou duas dimensões complementares: ações de sensibilização em três escolas e dois dias de desporto inclusivo abertos à comunidade.

As sessões nas escolas envolveram 211 alunos, desde o 1.º ciclo até ao ensino secundário, promovendo a reflexão sobre a importância do desporto na inclusão. A parceria com a Associação de Paralisia e Deficientes de Braga (APD Braga) proporcionou momentos marcantes, permitindo aos alunos conhecer de perto o impacto do basquetebol em cadeira de rodas na vida dos atletas e reforçando valores como o respeito, a solidariedade e a igualdade.

Paralelamente, realizaram-se duas atividades comunitárias: "Pequenos Gestos Movem o Mundo", a 24 de setembro, em colaboração com a APD Braga, e "Jogos sem Barreiras", a 27 de setembro, que encerrou a semana com jogos tradicionais e atividades de ginástica. Estas duas ações reuniram 89 participantes, incluindo crianças e jovens de casas de acolhimento, migrantes e famílias acompanhadas pela SOPRO, proporcionando momentos de convívio, partilha e prática desportiva acessível a tod@s.

Podem ser vistos os vídeos das atividades na página de Youtube da SOPRO.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

TaskForce

Do dia 22 de Abril a 6 de maio, a SOPRO recebeu 19 voluntários de Portugal, Espanha, Brasil, Itália, Hungria, Lituânia, Turquia, Alemanha e Gâmbia. Para além da experiência multicultural inerente à reunião de pessoas de vários contextos e países, estes tiveram a oportunidade de preparar o espaço do Éden para realização de atividades da SOPRO com a comunidade e os idosos de Barcelos. Ficaram também a conhecer várias destas pessoas através de visitas domiciliárias regulares ao longo deste período de tempo, dando do seu tempo, atenção e energia para melhorar o dia de quem os recebia, mesmo com as barreiras linguísticas.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

No primeiro semestre de 2025 chegou ao fim o projeto Volunteering Footprint 2023–2025, iniciado em 2023 com o objetivo de mobilizar jovens para a solidariedade europeia e para experiências de aprendizagem transformadora. O projeto teve como foco principal jovens com menos oportunidades, promovendo valores como a solidariedade, a cidadania ativa, a inclusão social e a sustentabilidade.

Assente numa forte abordagem de trabalho em rede com entidades locais, o projeto desenvolveu-se, maioritariamente, no concelho de Barcelos e em municípios vizinhos, envolvendo voluntários em ações concretas, realizadas tanto em contexto de voluntariado individual como em equipas de voluntariado, junto de comunidades em situação de vulnerabilidade.

Ao longo da sua implementação, o projeto envolveu um total de 57 voluntários, com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos, sendo que 46 participantes foram considerados jovens com menos oportunidades, devido a barreiras geográficas, sociais, educativas, económicas ou associadas à discriminação. Os participantes eram provenientes de diversos países, nomeadamente Turquia, Itália, Lituânia, Espanha, França, Bélgica, Áustria, Alemanha, Senegal, Hungria, República Checa, Portugal continental e ilhas, Noruega, Polónia, Letónia, Bulgária, Finlândia, Malta e Grécia. Do total de voluntários, 39 participaram em ações de voluntariado em equipa (setembro de 2024 e abril 2025), com a duração concentrada de 15 dias, e 18 desenvolveram projetos de voluntariado individual, com durações entre 2 e 5 meses.

As atividades implementadas no âmbito do projeto abrangeram áreas sociais, educativas e ambientais, com um enfoque claro no desenvolvimento pessoal dos voluntários e no impacto positivo na comunidade local. No voluntariado individual, os participantes colaboraram em atividades de apoio a idosos, através de visitas e workshops, integrados no projeto Bem-Me-Quer e na Associação Humanitária de Rio Covo Santa Eugénia, apoiaram crianças em campos de férias e participaram em campanhas de recolha e distribuição de bens essenciais no âmbito dos projetos de Apoio Local da SOPRO. Foram igualmente dinamizadas sessões educativas em escolas sobre direitos humanos, solidariedade e voluntariado local e internacional, bem como ações de recolha e entrega de material escolar e cabazes de Natal.

Na vertente ambiental, os voluntários estiveram envolvidos em ações de compostagem, plantação de árvores, manutenção de espaços verdes e promoção de práticas sustentáveis no Éden. Algumas atividades foram ajustadas ou especificamente criadas de acordo com os perfis e interesses dos voluntários, contribuindo para maiores níveis de motivação e eficácia.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

No segundo semestre de 2025 iniciou-se o projeto Volunteering Footprint 2024–2026, com a participação de 11 voluntários da Turquia, Alemanha, Hungria, França e Espanha, incluindo 8 jovens com menos oportunidades.

Paralelamente, foram realizadas duas ações de voluntariado em equipa (Task Force), centradas na Campanha de material escolar e na revitalização do Jardim Éden, com o objetivo de o tornar um espaço mais acessível, funcional e acolhedor para a comunidade. A estreita articulação com entidades locais foi determinante para garantir a relevância das atividades desenvolvidas e reforçar o sentimento de pertença dos voluntários ao projeto e à comunidade envolvente.

Associação Humanitária de Santa Eugénia

A Associação Humanitária de Santa Eugénia é uma parceira da SOPRO há muitos anos, dedicada ao apoio a idosos, oferecendo acompanhamento diário. Os voluntários ajudam com o transporte (buscar e levar os idosos a suas casas), apoiam no desenvolvimento das atividades e logística. Muitos idosos chegam a considerar os voluntários como netos, criando um vínculo afetivo especial e momentos de carinho que fazem toda a diferença no seu dia a dia. É também neste ambiente informal, jogando com os idosos ao bingo, dominó ou uno, por exemplo, que os voluntários vão aprendendo os números e cores em português.

Coudelaria da Casa de S. Sebastião

No último trimestre deste ano, os voluntários internacionais da SOPRO tiveram a oportunidade de conhecer de perto o trabalho desenvolvido com cavalos de competição e equitação de trabalho na Coudelaria da Casa de São Sebastião, espaço que integra também um albergue de peregrinos. Para além de acompanharem as atividades diárias, puderam contactar diretamente com os animais e participar nos seus cuidados, vivenciando de forma prática a importância do bem-estar animal.

Foram sempre muito bem recebidos e colaboraram na limpeza das instalações, no tratamento dos cavalos e dos restantes animais, demonstrando empenho, responsabilidade e espírito de entreajuda.

A dedicação e o profissionalismo da família Silva foram amplamente reconhecidos pelos nossos voluntários, que destacaram o ambiente de partilha, hospitalidade e acolhimento que sentiram ao longo de toda a experiência.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

Sensibilizações nas Escolas

Campanhas

Campanhas

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

Bem-Me-Quer

"Gosto muito do Bem-Me-Quer, porque sinto que nos dá mais oportunidades de aprender sobre os idosos. Ir na visita com eles ao Santuário do Bom Jesus e ao Sameiro foi um dia maravilhoso. Fizemos um piquenique no parque e aproveitámos o sol. É também muito bonito ver a boa relação que têm entre si, de mãos dadas, com beijos, abraços e sorrisos… é pacífico e dá-me um sentimento de esperança ver isso."

Noéline, 19 anos, voluntariado de 4 meses

Mãos Para o Mundo

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

Bem-Me-Quer

"Algumas quintas-feiras de manhã costumamos ir visitar alguns dos idosos. Eles mostraram-nos tanto carinho, convidando-nos para as suas casas, mostrando-nos os seus animais e oferecendo-nos sempre chá ou café. Neste mês visitámos a Dona Adelaide, o Sr. José e a Dona Albina. Durante ambas as visitas, tivemos a sorte de passar momentos muito agradáveis a conversar e também a jogar um pouco de Bingo. A Dona Albina mostrou-nos os pintainhos e toda a horta.

Estas visitas enchem-me de amor, e gosto muito de passar tempo com eles. Espero ter conseguido demonstrar-lhes a mesma bondade e afeto, embora seja difícil dar mais do que eles dão. Eles recebem-nos sempre de braços abertos."

Ada, 21 anos, voluntariado de 5 meses

Apoio ao Albergue Senhor do Galo, Barcelinhos

Barcelos é uma paragem importante no Caminho Português de Santiago. No Albergue Senhor do Galo, os voluntários estiveram disponíveis para colaborar no acolhimento de peregrinos de todo o mundo, ajudando com informações e apoio de forma tornar a sua experiência em Barcelos mais acolhedora, simples e memorável. Destacamos o cuidado e carinho da Gabriela Longras.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

4 meses em Portugal: uma experiência que muda a vida!

"A minha experiência de voluntariado em Portugal com o Corpo Europeu de Solidariedade acabou de chegar ao fim e não poderia sentir-me mais realizada.

Olhando para trás, para a pessoa que eu era há quatro meses, quando pisei em Portugal pela primeira vez, tudo parece distante e incrivelmente próximo ao mesmo tempo, como se eu não conseguisse entender como consegui viver tantas experiências em tão pouco tempo.

Insatisfeita com o que estava a fazer em Itália, cheguei a Barcelos com uma mala cheia de medos e incertezas, mas também com grandes expectativas, curiosidade e um desejo incontrolável de abraçar o novo e abrir-me a uma realidade diferente, oferecendo-me totalmente aos outros.

O impacto com este novo contexto foi uma avalanche de emoções que, para ser sincera, por vezes — ainda que breves — me desafiaram verdadeiramente, fazendo-me questionar se seria capaz de concluir o que tinha começado. Na verdade, embora não fosse a minha primeira experiência no estrangeiro, foi a primeira vez que me mudei para um país onde não falava a língua, e a dificuldade inicial em comunicar com os locais parecia enorme. Como realizava a maioria das atividades na Associação Humanitária de Santa Eugénia com os idosos (que falavam apenas português), sentia-me perdida, incapaz de me expressar plenamente.

No entanto, após a desorientação inicial, algo mudou e levei para casa a primeira lição desta experiência: não existem barreiras intransponíveis. Quando existe uma vontade real de demonstrar afeto, de estar presente, encontra-se sempre uma maneira. Apesar da barreira da língua, consegui construir uma bela relação com os idosos, que rapidamente conquistaram um lugar no meu coração, fazendo-me sentir como uma neta adotiva.

Sempre levarei comigo as memórias das tardes passadas a jogar dominó, a cantar ou simplesmente a ouvir as suas histórias — que, após um mês, finalmente consegui compreender! O carinho deles foi crucial, especialmente nos momentos em que senti que a minha presença ali não era necessária. No entanto, um sorriso, um abraço ou um simples «obrigada» eram suficientes para me lembrar que apenas estar ali fazia a diferença no dia deles.

Entre as atividades mais gratificantes em que participei estavam, sem dúvida, as doações de alimentos, roupas e livros escolares para os necessitados. Ver a gratidão nos olhos daqueles que os recebiam deu-me uma sensação de realização que não consigo explicar.

Graças à SOPRO, também participei na organização de campanhas de angariação de fundos, campanhas de sensibilização sobre direitos humanos nas escolas e vários outros projetos que me permitiram ver em primeira mão como o trabalho dos voluntários é vital e quanto ele pode impactar toda a comunidade.

2.3 PROJETOS INTERNACIONAIS

Voluntariado Internacional

Esta foi uma das experiências de vida mais transformadoras que já tive. Desenvolvi competências sociais e profissionais. Melhorei as minhas capacidades de comunicação, adaptando-as a diferentes grupos e indo além da interação verbal. Desenvolvi adaptabilidade e flexibilidade, trabalhando num ambiente dinâmico, onde os recursos eram frequentemente limitados e os planos mudavam com frequência.

Durante quase quatro meses, vivi com outros voluntários de cinco países diferentes que, apesar da diferença de idade de oito anos, se tornaram a minha família, partilhando momentos inesquecíveis comigo. Através dos olhos e das palavras uns dos outros, viajámos e descobrimos as nossas culturas — foi lindo.

Graças a este projeto, aprendi que ser voluntário não é apenas ajudar os outros, mas formar uma conexão profunda que vai além do material — é crescer, descobrir algo novo todos os dias e redescobrir-se a si mesmo.

Aprendi que, embora possa ser assustador, às vezes é essencial deixar a certeza para trás e entrar no desconhecido para ver o que ele nos reserva — porque é aí que a vida se revela em toda a sua imprevisibilidade e beleza, quebrando estatísticas, barreiras e fronteiras.

O Corpo Europeu de Solidariedade é uma excelente oportunidade para se desafiar, descobrir um novo país, uma nova cultura, uma nova língua e adquirir competências que são importantes até mesmo profissionalmente. É uma forma de conhecer pessoas de toda a Europa e sentir-se parte de uma comunidade.

É uma experiência que eu recomendaria a todos os jovens: quer tenha acabado de terminar o secundário ou a universidade, quer se sinta insatisfeito com o seu emprego ou simplesmente queira experimentar algo novo, o voluntariado pode ser a escolha certa.

Quer tenha 18 ou 30 anos, nunca é demasiado cedo ou demasiado tarde... é sempre a altura certa!"

Voluntariado individual na perspectiva de Alessia Moro, voluntária italiana de 26 anos.

3. OUTRAS ATIVIDADES

Somos Ação

Nos anos letivos de 2025, o Colégio La Salle e a SOPRO dão continuidade ao projeto de voluntariado "Somos Ação".

Com o intuito de promover a educação e dinamismo das crianças para a solidariedade e sustentabilidade, são criadas oportunidades de interação com a comunidade.

Desta forma, os 40 voluntários do 5º, 6º e 7º ano, juntamente com as professoras Ana Rita Longras, Daniela Peixoto e o Irmão Figueiredo, reúnem-se semanalmente às terças-feiras para dinamizarem ações de voluntariado.

Destacam-se, entre as atividades realizadas, a limpeza dos recreios/espaços Colégio; visita à sede SOPRO; preparação de materiais para a visita aos idosos; decoração dos cabazes para a Campanha de Natal; Recolha de Alimentos nos hipermercados; encontro e partilha de experiências em Moçambique com as voluntárias Rita e Beatriz da SOPRO.

Através das suas ações, estes pequenos voluntários fazem uma grande diferença!

3. OUTRAS ATIVIDADES

Somos Ação

Testemunhos dos nossos voluntários

"Ser voluntária é dar sem pensar em receber, é levar esperança onde é mais necessária, é amar quem não conhecemos. Porque, no fim, isso torna-nos cada vez mais humanos e amados"

Sophia 7º ano

"Eu gosto muito de ajudar as pessoas e acho que o voluntariado é uma forma de o mostrar."

Mafalda 5º ano

"Gosto de todas as atividades que fazemos, mas aquela de que mais gostei foi apanhar o lixo nos espaços do Colégio. Para mim, a palavra "voluntariado" é ajudar o próximo sem esperar nada em troca."

Mariana 6º ano

"Gosto muito de fazer parte deste grupo. Quero ajudar nas diversas atividades. Sinto que a minha ajuda conta "

Dinis 5º ano

3. OUTRAS ATIVIDADES

Bairro Feliz

A SOPRO foi a grande vencedora da edição de 2025 do programa Bairro Feliz, promovido pelo Pingo Doce (Loja Barcelos - Alcaides de Faria). Esta iniciativa de responsabilidade social tem como objetivo apoiar causas locais que melhorem a qualidade de vida e o bem-estar da vizinhança, dando aos próprios clientes o poder de decisão através do seu voto.

A causa apresentada pela SOPRO conquistou a preferência dos barcelenses, que depositaram massivamente as suas "moedas" de voto na nossa caixa. Este gesto coletivo transformou-se num apoio financeiro fundamental para reforçar a nossa missão educativa.

O prémio recebido será integralmente canalizado para o Banco de Material Escolar, permitindo-nos antecipar e preparar com maior robustez o próximo ano letivo. Este investimento servirá para adquirir bens essenciais que garantam que, em 2026, mais crianças e jovens do nosso concelho possam regressar à escola com dignidade, igualdade de oportunidades e as ferramentas necessárias para aprender.

3. OUTRAS ATIVIDADES
PAIIAGV

IMPACTO DIRETO

+540
Visitas Domiciliárias garantindo uma presença regular e previsível na vida dos beneficiários

35
beneficiários no total das duas respostas (Idosos em isolamento Cuidadores Informais/Pessoas Cuidadas)

15
Idosos acompanhados semanalmente

5
Famílias/Cuidadores apoiados regularmente pela Equipa CuidIn

A intervenção da SOPRO junto da população sénior não é de agora; é uma marca que cada vez se torna mais identitária da nossa instituição. O ano de 2025 consolidou este legado, trazendo uma nova robustez ao trabalho que temos vindo a desenvolver, ao longo dos últimos anos, com os projetos "Amor Não Tem Idade" e, mais recentemente, "Bem-Me-Quer".

É no seguimento deste conhecimento acumulado e da proximidade criada com a comunidade que surge a nossa participação no PAIIAGV (Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis). Esta operação, integrada na estratégia alargada da Câmara Municipal de Barcelos para a coesão social, garante a continuidade e o aprofundamento da nossa resposta para os próximos 3 anos. Cofinanciado pelo Norte 2030 e União Europeia, este programa permitiu-nos estruturar duas respostas complementares que iniciaram atividade em maio de 2025: o Barcelos Amigo (combate ao isolamento) e a Equipa CuidIn (apoio a cuidadores).

O Barcelos Amigo afirmou-se rapidamente como um pilar de afeto na comunidade. Mais do que "visitas técnicas", os nossos voluntários levaram amizade e escuta ativa a idosos que, muitas vezes, não tinham com quem partilhar o dia-a-dia. A regularidade semanal das visitas criou laços profundos de confiança, transformando a solidão em momentos de partilha. Para além do acompanhamento domiciliário, o projeto promoveu a reintegração social através de iniciativas marcantes, como a ida a Fátima, sessões de Yoga e de interioridade, visita a Quinta Pedagógica de Braga, entre outras.

3. OUTRAS ATIVIDADES

PAIIAGV

Paralelamente, a Equipa CuidIn iniciou a sua missão pioneira de "cuidar de quem cuida". Sendo uma resposta de implementação progressiva, focou-se na capacitação e no alívio do Cuidador Informal. Através de uma bolsa de voluntários especializada, será possível proporcionar descanso a cuidadores, permitindo-lhes tempo para si próprios enquanto os seus familiares eram acompanhados com segurança e carinho. Ações como a decoração de Natal nas casas das famílias acompanhadas demonstraram que este projeto vai muito além do suporte funcional: é um suporte emocional.

A intervenção pautou-se por um rigoroso trabalho em rede, articulando sinalizações com o ProCuidador, a Rede Social de Barcelos e as Juntas de Freguesia, garantindo que o apoio chegava a quem efetivamente necessitava, sem duplicação de respostas.

DINÂMICA DE VOLUNTARIADO

30

Voluntários envolvidos

Intergeracional

Forte envolvimento da comunidade escolar (alunos do 5.º ao 12.º ano) em ações de animação

ATIVIDADES E PARCERIAS

6

Grandes Atividades (incluindo visitas a Santuários, atividades Intergeracionais e eventos escolares)

Articulação Estratégica

Parceria estreita com o Município de Barcelos, Juntas de Freguesia e IPSS locais

3. OUTRAS ATIVIDADES

Presentes Solidários

Sob o lema "Jogar para Transformar Vidas – Jogos que aproximam pessoas e apoiam a educação em Moçambique", a SOPRO lançou em dezembro de 2025 dois novos presentes solidários: o Jogo da Memória – Edição Moçambique e o Baralho de Cartas Solidário.

O objetivo é claro - apoiar os projetos educativos da SOPRO na cidade da Beira, em Moçambique, contribuindo para que mais crianças e jovens tenham acesso a educação, alimentação e materiais escolares essenciais. Esta iniciativa reforça o compromisso da SOPRO em transformar pequenos gestos em impacto real na vida de muitas crianças, jovens e famílias.

O lançamento foi divulgado através de newsletters enviadas a parceiros e investidores sociais, fornecedores, voluntários, sócios e amigos da SOPRO. Teve ainda divulgação na imprensa local, nas redes sociais da SOPRO e no website da organização, incentivando a comunidade a envolver-se ativamente na missão e reforçando que, no período festivo, os presentes podem também ser gestos de solidariedade.

Os presentes solidários foram concebidos para todas as idades, combinando diversão, aprendizagem, consciência social e inspiração cultural. O design de ambos os produtos foi inspirado nos padrões, texturas e cores de Moçambique, refletindo a riqueza visual e cultural do país.

3. OUTRAS ATIVIDADES

Presentes Solidários

Jogo da Memória - Edição Moçambique

Um jogo educativo que apresenta imagens reais dos projetos da SOPRO em Moçambique, permitindo que crianças, jovens e adultos descubram a cultura, as paisagens, as cores e os sorrisos moçambicanos. Cada partida torna-se um momento de descoberta, empatia e conhecimento.

Baralho de Cartas Solidário

Um baralho de cartas tradicional, pensado para reunir famílias e amigos em torno de jogos que todos conhecem. Cada partida promove convívio e solidariedade, mostrando que o simples ato de jogar pode contribuir para transformar vidas.

100% da receita obtida com a venda destes presentes reverte diretamente para os projetos educativos da SOPRO em Moçambique, garantindo que mais crianças e jovens tenham acesso a educação, a alimentação e a materiais essenciais.

Os presentes solidários têm o valor de 5€ cada e estão disponíveis para aquisição **na loja online da SOPRO, por email geral da organização ou pelo telefone geral**, podendo ser adquiridos ao longo de todo o ano.

Com esta iniciativa, a SOPRO demonstra que presentes podem ser muito mais do que objetos - podem ser agentes de mudança. Ao adquirir um jogo ou um baralho solidário, cada pessoa passa a fazer parte de uma rede de solidariedade que leva educação, esperança e oportunidades a crianças que mais precisam, transformando momentos de diversão em oportunidades de vida.

PRENDAS S

PRESENTES QU

100% DA REC
COM A VENDA DE
REVERTE DIRETA
PROJETOS EDUCA
EM MOÇA

5€

Pode pedir os seus presentes
através dos contactos:
+351 253 837 259
+351 965 659 916
geral@sopro.org.pt
ou...

SOLIDÁRIAS

E MUDAM VIDAS

CEITA OBTIDA
STES PRESENTES
AMENTE PARA OS
ATIVOS DA SOPRO
AMBIQUE

5€

...diretamente aqui!

4. EQUIPA SOPRO

Equipa Técnica

Carolina Gomes

Francisca Ribeiro

Joana Reis

João Silva

Marisa Queirós

Rafaela Barbosa

4. EQUIPA SOPRO

Voluntários

António Campos

Bruno Gonçalves

Diogo Campinho

José Novais

Libânia Gomes

Marta Ribeiro

Ricardo Carneiro

Telma Abreu

4. EQUIPA SOPRO

Voluntários

António Oliveira

Beatriz Gonçalves

Eva Rosmaninho

Gabriela Silva

Maria Rui

Leonor Simões

Luana Brito

Inês Maio

Miguel Domingues

Mónica Mendes

Rita Carvalho

5. PARCEIROS

INSTITUCIONAIS

5. PARCEIROS

INSTITUCIONAIS

MEDIA

5. PARCEIROS

PATROCINADORES

Libargel

CORTÊXTIL

EUROSSINTEL INDUSTRY

eraz

KATOA

barceltécnica
27 anos

P&R
P&R - Têxteis, S.A.

Guadalupe

TRAÇO ALTERNATIVO
arquitectos associados

paeco

BECRI GROUP

ALCAIDE papelaria
alcaid OFFICE

CHUVITEX

MUNDIPERFIL

IDEAL PNEUS

JORACARSIL

barcelgráfica
PRINTING SOLUTIONS

JOSAR
Etiquetas, Lda.

IRMÃOS RODRIGUES

CA
Armazenista e Distribuição de Frutas e Produtos Hortícolas

Caixas de Cartão Canelado
Manuel Gomes Martins Lda.

G-Quattro

FARMÁCIA OLIVEIRA
BARCELOS
DESDE 1933

ACC
Materiais de Construção

FAMA
MÁRMORES E GRANITOS

AUTO
MECÂNICA GERAL

SANICALOS

CARTONAGEM S.BRAZ, LDA.
Embalagens

A. QUINTA
& Filhos

brand store

ICON
PUBLICIDADE

6. CONTAS 2025 E ORÇAMENTO 2026

Contas 2025

Designação		Receitas Orçamento	Receitas Real	Receitas Desvio	Gastos Orçamento	Gastos Real	Gastos Desvio	Saldos por grupo
Quotas Sócios		3 000 €	2 330 €	-670 €	0 €	0 €	0 €	2 330 €
Donativos	Subsídios Municipais	15 000 €	15 000 €	0 €	0 €	0 €	0 €	26 548 €
	Donativos	14 000 €	11 547,99 €	-2 452 €	0 €	0 €	0 €	
	Donativos em Espécie	3 000 €	5 162,39 €	2 162 €	3 000 €	5 162,39 €	2 162 €	
Projetos em Moçambique e outros PED	Apadrinhamento / ESMABAMA/ CEALS	36 000 €	24 210 €	-11 790 €	39 500 €	31 272,53 €	-8 227 €	-9 083 €
	Voluntariado Internacional	6 600 €	5 936 €	-664 €	6 600 €	7 956,10 €	1 356 €	
	Fundo de emergência	0 €	0 €	0 €	1 000 €	0 €	-1 000 €	
Projetos Europeus	Erasmus+ / CES	84 355 €	73 901,12 €	-10 454 €	66 000 €	67 187,66 €	1 188 €	6 713 €
Projetos Locais	CUIDIN + Barcelos Amigo	25 800 €	0 €	-25 800 €	22 000 €	14 668,57 €	-7 331 €	-14 669 €
	Bem-Me-Quer (BPI)	7 206 €	7 118,42 €	-88 €	30 270 €	21 940,99 €	-8 329 €	-15 579 €
	Apoio Local (BME, CN,…)	3 000 €	7 172,40 €	4 172 €	4 500 €	7 929 €	3 429 €	
	Mãos para o Mundo	0 €	32 000 €	32 000 €	0 €	25 955,73 €	25 956 €	6 044 €
Amortizações (Sede, Veículos, …)		0 €	0 €	0 €	3 200 €	949,01 €	-2 251 €	-949 €
Consignação IRS		15 000 €	25 900,89 €	10 901 €	0 €	0 €	0 €	25 901 €
Serviços Especializados (Contabilidade,…)		0 €	0 €	0 €	2 000 €	7 849,95 €	5 850 €	-7 850 €
Investimentos/Equipamentos (material escritório,...)		0 €	0 €	0 €	1 000 €	420,54 €	-579 €	-421 €
Conservação / Reparação (Veículos, Jardim,...)		0 €	0 €	0 €	1 000 €	2 071,33 €	1 071 €	-2 071 €
Pessoal	Estágios profissionais	6 000 €	3 836 €	-2 164 €	6 000 €	3 836 €	-2 164 €	- 26 800 €
	Gasto (excluindo projetos)	0 €	0 €	0 €	24 000 €	26 799,76 €	2 800 €	
Seguros (Pessoal,Veículos,…)		0 €	0 €	0 €	1 450 €	950,05 €	- 500 €	-950 €
Rendas (Armazém,…)		0 €	0 €	0 €	11 141 €	10 214,82 €	- 926 €	- 10 215 €
Energia (Armazém, Sede)		0 €	0 €	0 €	1 500 €	1 258,50 €	- 242 €	-1 259 €
Comunicações		0 €	0 €	0 €	1 000 €	1 926,80 €	927 €	- 1 927 €
Material reciclável		6 000 €	9 090 €	3 090 €	0 €	0 €	0 €	9 090 €
Outros (quota de plataforma, economato, CTT…)		1 000 €	1 435,87 €	436 €	800 €	576,32 €	- 224 €	860 €
TOTAL		**225 961 €**	**224 641,08 €**		**225 961 €**	**238 926 €**		**- 14 284,97 €**

6. CONTAS 2025 E ORÇAMENTO 2026

Orçamento 2026

		2025		2026			
Designação		Receitas	Gastos	Receitas	Var. %	Gastos	Var. %
Quotas Sócios		3 000 €	0 €	2 500 €	-17 %	0 €	0 %
Donativos	Subsídios Municipais	15 000 €	0 €	15 000 €	0 %	0 €	0 %
	Donativos	14 000 €	0 €	12 000 €	-14 %	0 €	0 %
	Donativos em Espécie	3 000 €	3 000 €	70 000 €	2 233 %	70 000 €	2 233 %
Projetos em Moçambique e outros PED	Apadrinhamento/ ESMABAMA/ CEALS	36 000 €	39 500 €	26 000 €	-28 %	39 000 €	-1 %
	Voluntariado Internacional	6 600 €	6 600 €	5 000 €	-24 %	5 000 €	-24 %
	Fundo de emergência	0 €	1 000 €	0 €	0 %	1 000 €	0 %
Projetos Europeus	Erasmus+ / CES	84 355 €	66 000 €	150 266 €	78 %	148 266 €	125 %
Projetos Locais	CUIDIN + Barcelos Amigo	25 800 €	22 000 €	51 575 €	100 %	30 945 €	41 %
	Bem-Me-Quer (BPI)	7 206 €	30 270 €	0 €	-7 %	4 200 €	-7 %
	Apoio Local (BME, CN,…)	3 000 €	4 500 €	2 800 €	-100 %	0 €	-100 %
	Mãos para o Mundo	0 €	0 €	82 226 €	0 %	69 328 €	0 %
Amortizações (Sede, Veículos,…)		0 €	3 200 €	0 €	0 %	950 €	-70 %
Consignação IRS		15 000 €	0 €	24 167 €	61 %	0 €	0 %
Serviços Especializados (Contabilidade,…)		0 €	2 000 €	0 €	0 %	3 000 €	50 %
Investimentos/Equipamentos (material escritório,...)		0 €	1 000 €	0 €	0 %	1 000 €	0 %
Conservação / Reparação (Veículos, Jardim,...)		0 €	1 000 €	0 €	0 %	2 000 €	100 %
Pessoal	Estágios profissionais	6 000 €	6 000 €	4 000 €	-33 %	4 000 €	-33 %
	Gasto (excluindo projetos)	0 €	24 000 €	0 €	0 %	25 000 €	4 %
Seguros (Pessoal,Veículos,…)		0 €	1 450 €	0 €	0 %	1 000 €	-31 %
Rendas (Armazém,…)		0 €	11 141 €	0 €	0 %	11 393 €	2 %
Energia (Armazém, Sede)		0 €	1 500 €	0 €	0 %	1 400 €	-7 %
Comunicações		0 €	1 000 €	0 €	0 %	2 000 €	100 %
Material reciclável		6 000 €	0 €	6 000 €	0 %	0 €	0 %
Outros (quota de plataforma, economato, CTT…)		1 000 €	800 €	1 000 €	0 %	1 000 €	25 %
TOTAL		**225 961 €**	**225 961 €**	**452 534 €**	**100 %**	**420 482 €**	**86 %**

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
Mãos para o Mundo				
Gabinete de Apoio à Integração	Esclarecimentos sobre políticas de integração; apoio no acesso a serviços públicos e utilização de plataformas digitais; apoio na resolução de questões do quotidiano	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto	Diário	
Atividades de Capacitação	Apoio na integração e capacitação das pessoas migrantes: Língua e cultura portuguesa; Capacitação para Voluntariado; Direitos e deveres; Questões laborais; Habitação; Plano de vida.	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto	Mensal	
Laços do Mundo - grupos de partilha interculturais	Partilha de histórias de vida; criação de laços entre os beneficiários; interajuda	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto	Mensal	
Laços do Mundo - encontros interculturais	Criação de laços entre os beneficiários e pessoas da comunidade local	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	Maio a novembro	
Sessões de interioridade e bem-estar	Promover bem-estar mental	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	Abril, junho, setembro e novembro	
Mundo em Movimento - Sessões de Yoga e Relaxamento	Promover bem-estar físico e mental	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	Fevereiro, maio, julho, outubro e dezembro	
Mundo em Movimento - Caminhada e Corrida	Promover bem-estar físico; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	12 de setembro	
Mundo em Movimento - Torneios Interculturais	Promover bem-estar físico; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	11 de abril	
Mundo em Movimento - Jogos Cooperativos e Desportos Alternativos	Promover bem-estar físico; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	Abril ou maio	
Arte do Mundo - festival de música	Partilha de culturas e tradições; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto	2 de outubro	
Arte do mundo - festival de dança	Partilha de culturas e tradições; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	4 de junho	

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
Mãos para o Mundo				
Mundo em Movimento - Jogos Cooperativos e Desportos Alternativos	Promover bem-estar físico; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	Abril ou maio	
Arte do Mundo - festival de música	Partilha de culturas e tradições; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto	2 de outubro	
Arte do mundo - workshops artísticos	Partilha de culturas e tradições; capacitação em empoderamento; promover laços interculturais	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	13 de junho	
Padrinhos da Integração	Promover laços interculturais; apoio na integração de migrantes.	Comunidade local e pessoas migrantes já bem estabelecidas/ integradas em Barcelos	Abril, junho, setembro e novembro	
Sensibilização em escolas - temas: Interculturalidade/ Pluralismo	Promover consciência cultural; respeito pelas diferenças	Pessoas migrantes beneficiárias do projeto e pessoas da comunidade local	março e novembro ou/e quando formos solicitados.	
Reuniões de Análise com Equipa Técnica e Parceiros	Partilha de boas práticas; repensar medidas de integração e trabalho em rede	Entidades sociais parceiras do projeto (Câmara, Cruz Vermelha, Radar Social, GASC, IPCA, etc)	2x por ano - maio e outubro	
Relatório de Projeto			Dezembro	
MÃOS PARA O MUNDO - Parcerias Para a Inovação Social				
Projeto de promoção do inclusão social de migrantes no concelho de Barcelos através da participação em programas de voluntariado apoiado	Promover a inclusão social	Pessoas Imigrantes recém-chegadas e/ou estabelecidas que residam, estudem ou trabalhem no concelho de Barcelos	2026	Acompanhamento e apoio na integração de 40 pessoas migrantes no ano de 2026

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
PAIIAGV – Envelhecimento Ativo e Saudável em Barcelos				
CuidIn	Apoiar e proporcionar momentos de descanso aos cuidadores informais, combatendo a sua exaustão através de uma bolsa de voluntariado.	Cuidadores, pessoas cuidadas e voluntários do concelho de Barcelos	2025-2028	Acompanhamento de 20 cuidadores no concelho de Barcelos, através do apoio frequente de cerca de 20 voluntários
Barcelos Amigo	Combater o isolamento e melhorar as condições de vida da população sénior, através de ações de voluntariado e intervenção social de proximidade.	Pessoas mais velhas que vivem sozinhas e voluntários do concelho de Barcelos	2025-2028	Acompanhamento de 30 pessoas mais velhas em situação de isolamento e/ou solidão; Dinamização de 30 atividades de ocupação de tempos livres com este grupo de pessoas mais velhas; 30 voluntários envolvidos no projeto; 1000 visitas a casa dos beneficiários;
Banco de Material Escolar				
Gabinete de Atendimento	Atendimento às Famílias	Comunidade local	2026	Atendimentos a 100 agregados familiares
Campanha de Recolha de Material Escolar	Recolha de material escolar	Comunidade local	Setembro 2026	Recolher material escolar suficiente para a preparação dos kits de material escolar
Atribuição de kits de Material Escolar	Preparação e atribuição de material escolar a famílias carenciadas	Comunidade local	Setembro 2026	Entrega de 150 kits de material escolar
Campanha de Natal				
Campanha de Recolha de Bens Alimentares	Realizar duas recolhas de bens alimentares	Comunidade local	Novembro/ Dezembro 2026	Realizar 2 recolhas de bens alimentares em supermercado para elaboração dos cabazes alimentares
Elaboração dos cabazes / Sinalização das famílias	Preparação e atribuição dos cabazes de natal e dos brinquedos	Comunidade local	Dezembro 2026	Elaboração e entrega de 130 cabazes de Natal; Elaboração e entrega de 50 brinquedos a crianças;

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Equipa CuidIn

A iniciativa "Equipa CuidIn", promovida pela SOPRO para o quadriénio 2025-2028, tem como missão central apoiar e proporcionar momentos de descanso aos cuidadores informais do concelho de Barcelos. Através da dinamização de uma bolsa de voluntariado, a iniciativa procura combater o isolamento e a exaustão física e mental de quem presta cuidados diários a familiares dependentes, promovendo simultaneamente o bem-estar das pessoas cuidadas.

Durante o ano de 2026, as atividades focar-se-ão no recrutamento e acompanhamento da rede de voluntários, bem como na sinalização e diagnóstico das necessidades das famílias. A meta traçada para este ano é assegurar o acompanhamento regular e de proximidade a 20 cuidadores informais, mobilizando para o efeito o apoio frequente de cerca de 20 voluntários.

A operacionalização diária, articulação com a comunidade e avaliação do projeto estarão a cargo do técnico João Silva, com o apoio de Rafaela Barbosa. A execução e sustentabilidade de todas estas ações previstas para 2026 são possíveis graças à integração no projeto "Envelhecimento Ativo e Saudável em Barcelos", promovido pelo Município de Barcelos e enquadrado no financiamento "Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI) – PAIIA [NORTE2030-2024-6]", garantindo assim os recursos técnicos necessários para manter esta resposta social vital e gratuita para as famílias.

Barcelos Amigo

O projeto "Barcelos Amigo", promovido pela SOPRO para o quadriénio 2025-2028, tem como missão central combater o isolamento e melhorar as condições de vida da população sénior do concelho de Barcelos. Através de ações de voluntariado e de uma intervenção social de proximidade, a iniciativa foca-se em apoiar pessoas mais velhas que vivem sozinhas, procurando devolver-lhes o sentido de pertença à comunidade e promover um envelhecimento mais digno, seguro e acompanhado.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Durante o ano de 2026, as atividades focar-se-ão na redução do isolamento e na promoção do convívio. A meta traçada para este ano é assegurar o acompanhamento regular de 30 pessoas mais velhas em situação de vulnerabilidade e/ou solidão, envolvendo ativamente 30 voluntários no projeto. Para garantir uma rede de suporte sólida, estão previstas 1000 visitas domiciliárias ao longo do ano, além da dinamização de 30 atividades de ocupação de tempos livres pensadas especificamente para promover a socialização e o bem-estar físico e emocional deste grupo.

A operacionalização diária, articulação com a comunidade e avaliação do projeto estarão a cargo do técnico João Silva, com o apoio de Rafaela Barbosa. A execução e sustentabilidade de todas estas ações previstas para 2026 são possíveis graças à integração no projeto "Envelhecimento Ativo e Saudável em Barcelos", promovido pelo Município de Barcelos e enquadrado no financiamento "Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI) – PAIIA [NORTE2030-2024-6]", garantindo assim os recursos técnicos necessários para manter esta resposta social vital e gratuita para a comunidade.

Banco de Material Escolar

O projeto "Banco de Material Escolar", dinamizado pela SOPRO desde 2012, tem como missão central promover a igualdade de oportunidades no acesso à educação e atenuar o encargo financeiro das famílias mais carenciadas do concelho de Barcelos. Através de uma forte rede de solidariedade comunitária, a iniciativa foca-se em garantir que crianças e jovens em situação de vulnerabilidade iniciam o ano letivo com a dignidade e os recursos pedagógicos necessários para o seu sucesso escolar.

Durante o ano de 2026, a operacionalização do projeto dividir-se-á em três eixos fundamentais. O primeiro eixo baseia-se no funcionamento do Gabinete de Atendimento, que fará o acompanhamento, sinalização e diagnóstico socioeconómico contínuo, com a meta de atender 100 agregados familiares ao longo do ano. O segundo eixo consistirá na dinamização de uma grande Campanha de Recolha de Material Escolar, a decorrer nos meses de agosto e setembro, com o objetivo de envolver a comunidade local e angariar bens suficientes para dar resposta a todas as necessidades identificadas.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Por fim, o terceiro eixo culminará, também em setembro de 2026, com a preparação e atribuição dos donativos às famílias. A meta traçada para este período é a entrega efetiva de 150 kits de material escolar, devidamente adaptados ao nível de ensino de cada beneficiário. A operacionalização de todo o projeto, desde o atendimento de proximidade até à gestão das campanhas de recolha e entrega, estará a cargo do técnico João Silva, com o apoio de Francisca Ribeiro, contando sempre com a ajuda indispensável dos voluntários e a generosidade da comunidade local.

Campanha de Natal

A "Campanha de Natal", dinamizada anualmente pela SOPRO, tem como missão central promover a solidariedade e atenuar as carências alimentares das famílias mais vulneráveis do concelho de Barcelos durante a época festiva do Natal. Através da forte mobilização da comunidade local, a iniciativa procura garantir que todos possam celebrar a quadra natalícia com dignidade, conforto e esperança, levando também a magia e a alegria do Natal às crianças destes agregados familiares.

Durante os meses de novembro e dezembro de 2026, as atividades centrar-se-ão numa intensa logística solidária. Numa primeira fase, serão realizadas duas grandes campanhas de recolha de bens alimentares em supermercados locais, com o intuito de angariar os produtos essenciais para a constituição dos donativos, assim como diversas campanhas em outras instituições e empresas parceiras, destacando-se aqui a grande Campanha no Colégio La Salle (à semelhança de outros anos). Em simultâneo, a equipa técnica fará a sinalização rigorosa e o diagnóstico das famílias a apoiar. No mês de dezembro, o projeto culminará com a preparação e a entrega efetiva de 130 cabazes de Natal, bem como a atribuição de 50 brinquedos a crianças carenciadas.

A operacionalização de toda esta dinâmica, que vai desde a coordenação das recolhas nos estabelecimentos comerciais até à triagem, gestão e distribuição dos cabazes e brinquedos, estará a cargo do técnico João Silva, com o apoio de Francisca Ribeiro. O sucesso desta resposta social continuará a depender do espírito altruísta da rede de voluntários da Associação e da generosidade ímpar da comunidade local, que todos os anos se une à SOPRO para fazer a diferença.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
Serviço de Apoio Local				
Gabinete de Atendimento	Promover informação e acessibilidade a programas e serviços	Comunidade local	2026	Atendimentos a 80 agregados familiares
Banco de Alimentos	Recolher e entregar cabazes alimentares a famílias	Comunidade local	2026	Fazer 1 campanha de recolha de alimentos em supermercado; Distribuição de 80 cabazes alimentares
Banco de Roupas e Brinquedos	Entregar kits de roupa a famílias	Comunidade local	2026	Entrega de 20 kits de roupa/brinquedos
Banco de Equipamentos Domésticos e Mobiliário	Recolha e entregar de equipamentos domésticos e mobiliário a famílias	Comunidade local	2026	Entrega de 15 equipamentos domésticos e mobiliário
Éden				
ÉDEN	Criar e dinamizar um espaço comunitário promotor de responsabilidade social e ambiental, incentivando o envolvimento da população local em práticas sustentáveis e participativas.	Comunidade local	2026 - 2028	Candidatura Submetida
Celebração dos 30 anos SOPRO				
30 anos da SOPRO	Celebrar o aniversário da SOPRO	Comunidade Local, Não Local, Público das Redes Sociais, Empresas e Pessoas Individuais	Março a Outubro	Aumento de seguidores e interação nas redes sociais; Criação de parcerias; Adesão às atividades das celebrações

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

Serviço de Apoio Local

O "Serviço de Apoio Local", dinamizado de forma contínua pela SOPRO, tem como missão central promover a inclusão social e responder de forma integrada às necessidades mais urgentes das famílias vulneráveis da comunidade. Através de um atendimento de proximidade e de uma forte rede de solidariedade, a iniciativa procura informar, orientar e capacitar os agregados familiares, garantindo-lhes o acesso a bens essenciais e a serviços que promovam a sua dignidade, bem-estar e melhoria da qualidade de vida.

Durante o ano de 2026, a operacionalização deste serviço dividir-se-á em quatro respostas articuladas entre si. O primeiro eixo foca-se no Gabinete de Atendimento, que visa promover a acessibilidade a programas sociais, com a meta de acompanhar e orientar 80 agregados familiares. Para suprir as carências mais básicas, o Banco de Alimentos garantirá a distribuição de 80 cabazes alimentares ao longo do ano, suportado pela realização de uma campanha de recolha em supermercados. Adicionalmente, o serviço dará resposta a outras necessidades materiais através do Banco de Roupas e Brinquedos, com a previsão de entrega de 20 kits, e do Banco de Equipamentos Domésticos e Mobiliário, que assegurará a doação de 15 artigos essenciais para a habitação destas famílias.

A coordenação diária do atendimento de proximidade, bem como a gestão de toda a logística de recolha, triagem e distribuição de bens, estará a cargo do técnico João Silva, com o apoio de Francisca Ribeiro. A sustentabilidade e a eficácia desta rede de emergência social continuarão a depender fortemente da dedicação dos voluntários da Associação e da imprescindível generosidade da comunidade local e parceiros, que tornam possível esta resposta solidária contínua.

Éden

Sendo o ÉDEN um jardim "De Todos Para Todos", o projeto ÉDEN 4.0 procura envolver a comunidade local através do voluntariado, espírito solidário e sensibilização para a sustentabilidade, de forma a fortalecer sentimentos de proteção do que é comum e respeito pelo meio ambiente.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

No projeto, estão previstas: ações quinzenais de manutenção do espaço com o envolvimento de voluntários; a criação de uma horta pedagógica; a implementação de convívios e momentos de partilha de experiências entre voluntários; instalação de um compostor; e criação de parcerias com organizações, escolas, instituições da comunidade.

Celebração dos 30 anos - SOPRO

Neste ano de 2026, a SOPRO completa 30 anos desde a sua fundação em 1996. Posto isto, um grupo de voluntários propôs a realização de algumas atividades para dinamizar a comunidade local e envolver os demais no espírito de solidariedade promovido pela SOPRO

Destas celebrações constam as seguintes atividades:

1. Mesa Redonda para proporcionar um momento de partilha e reflexão sobre o percurso da SOPRO e os desafios e perspetivas da solidariedade e do voluntariado. Será voltada para a comunidade local, realizada em abril e é esperada a participação de quarenta pessoas;

2. Exposição 30 anos 30 histórias, uma exposição que contará a história da SOPRO de forma visual e interativa, cujo alcance espera-se ser a comunidade local e não local podendo ficar exposta em 2 locais distintos de abril a outubro do ano de 2026. Terá um livro de visitas onde se estima contar 30 assinaturas;

3. Torneio desportivo que será uma oportunidade para a interação da comunidade - local e não local - através da prática desportiva e de angariação de fundos. Prevê-se a sua realização em maio com a participação de 80 pessoas;

4. Caminhada e Corrida Solidária, uma atividade recorrente da SOPRO que procura promover a interação da comunidade e a sensibilização para a importância da colaboração da SOPRO nos projetos de Moçambique. A atividade contará também com prova BTT. Pretende-se realizar a mesma no mês de junho e espera-se uma adesão de 100 participantes;

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Nacionais

5. Realização e apresentação de um livro infantil que possa servir como um meio de apresentação da história da SOPRO e de sensibilização para o desenvolvimento sustentável do ser humano no mundo, para um público mais jovem. Planeia-se que a apresentação seja realizada no mês de julho e que possa contemplar 50 participantes e venda de 50 livros;

6. Desafio Digital que inspire, através das redes sociais, o público a fazer Pequenos Gestos para Mudar o Mundo, nos 30 dias antes da celebração do aniversário;

7. Gala dos 30 anos, para assinalar o dia de aniversário com as pessoas que estão ou estiveram envolvidas na história da SOPRO

8. Fecho das celebrações, com um vídeo de retrospectiva das celebrações

9. Angariação de fundos, para que as celebrações possam ser autossuficientes. Estão contemplados como objetivos estabelecer parcerias, impulsionar donativos, disseminar o contributo financeiro que empresas e pessoas podem fazer as atividades e projetos da SOPRO.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
ERASMUS				
VOLUNTEERING FOOTPRINT 2024	Destina-se à promoção do voluntariado individual internacional e tem como objetivo deixar marca positiva e duradoura na comunidade e jovens, principalmente a jovens com menos oportunidades	Jovens europeus ou países associados	2024-2026	10 jovens europeus ou países associados
VOLUNTEERING FOOTPRINT 2025	Destina-se à promoção do voluntariado individual internacional e tem como objetivo deixar marca positiva e duradoura na comunidade e jovens, principalmente a jovens com menos oportunidades	Jovens europeus ou países associados	2025-2027	+/-32 jovens europeus ou países associados (inclui 1 equipa de voluntariado)
VOLUNTEERING FOOTPRINT 2026	Destina-se à promoção do voluntariado individual internacional e tem como objetivo deixar marca positiva e duradoura na comunidade e jovens, principalmente a jovens com menos oportunidades	Jovens europeus ou países associados	2026-2028	Realização do intercâmbio de 8 dias com 10 participantes turcos
XADREZ	promoção da prática do xadrez e partilha de boas práticas	Participantes turcos	abril 2026	Realização do intercâmbio de 8 dias com 10 participantes turcos
VAN	Parceria com Organização de Envio Turca	Jovens turcas com poucas oportunidades	2026-2027	2 jovens poucas oportunidades
Parceria Moçambique YOUTH VOICE	Reforçar capacidades organizacionais e de participação de organizações juvenis na África Subsaariana	Jovens da Beira	2025-2027	30 jovens entre os 18 e 30 anos do CEALS, Beira
Parceria EU- Youth Connect	Aumentar a participação democrática e inclusão social através de uma rede transnacional	Jovens portugueses	2025-2027	Pelo menos, 240 jovens de 6 países diferentes

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Volunteering Footprint 2024, 2025, 2026 (candidatura submetida)

A SOPRO acolhe voluntários internacionais através do programa do Corpo Europeu de Solidariedade, promovendo experiências de voluntariado individual e em equipa.

No seguimento dos últimos anos, o projeto Volunteering Footprint, integrado no programa do Corpo Europeu de Solidariedade, consolida a SOPRO como uma entidade de referência no acolhimento de voluntários internacionais em Barcelos. Com uma duração média de 120 dias no voluntariado individual e 12 dias no voluntariado em equipas, o projeto foca-se em criar uma experiência de educação não formal que seja simultaneamente enriquecedora, segura e inclusiva.

Em 2026, a SOPRO pretende reforçar o seu compromisso com a justiça social ao priorizar a seleção de jovens com menos oportunidades que enfrentem barreiras económicas, sociais e/ou geográficas, garantindo que a mobilidade internacional contribui para o seu desenvolvimento pessoal, desenvolvimento ou reforço de competências em diferentes áreas e cidadania ativa.

Para assegurar que o domínio da língua portuguesa não condicione muito a integração no projeto, a SOPRO providencia um acompanhamento linguístico de aulas semanais de português. Adicionalmente, este ano, principalmente para aqueles que têm um nível básico de inglês ou grandes diferenças culturais, o projeto prevê o envolvimento de antigos voluntários no apoio à integração dos novos participantes. Através de momentos de aprendizagem informal, online, como o apoio ao ensino de inglês ou a partilha de conhecimentos sobre a cultura portuguesa por parte de ex-voluntários residentes no mesmo país, pretende-se facilitar a adaptação ao contexto local, reforçar a rede de apoio e também dar continuidade ao envolvimento de antigos participantes em iniciativas de solidariedade vinculadas à nossa ONGD.

Ao longo da mobilidade, os voluntários apoiam o desenvolvimento das atividades sociais da SOPRO e entidades parceiras, contribuindo para o reforço das respostas comunitárias, a promoção do intercâmbio cultural e o desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Concretamente, os participantes colaboram ativamente no Espaço Solidário, na triagem e distribuição de donativos; no apoio ao envelhecimento ativo através do projeto Barcelos Amigo, realizando visitas semanais e dinamizando atividades de convívio, bem como na Associação Humanitária de Santa Eugénia. Participam também em sessões sobre direitos humanos, voluntariado e interculturalidade em escolas do concelho; realizam a recolha de livros, material escolar e mobiliário para famílias carenciadas; e colaboram nas diversas campanhas de Apoio Local e do projeto Mãos para o Mundo. A intervenção estende-se ainda à manutenção de espaços verdes, à revitalização do Jardim Éden e ao apoio na Coudelaria de São Sebastião, onde auxiliam nos cuidados dos cavalos e limpeza do espaço. Conforme o perfil do grupo, as atividades podem ser ajustadas às áreas de interesse individual, incluindo a gestão de redes sociais e trabalho de escritório relacionado com o Projeto de Apadrinhamento, em Moçambique.

Para assegurar o sucesso da experiência, o projeto mantém uma estrutura de apoio robusta que, além da Coordenação de Projeto, integra a figura dos mentores para o acompanhamento individual e integração de cada voluntário. A reunião semanal para o planeamento e avaliação das tarefas é complementada por uma sessão de reflexão mensal destinada a monitorizar expectativas, competências reforçadas e eventuais dificuldades. Adicionalmente, de forma a fortalecer a coesão da equipa e a integração social, são assegurados, no mínimo, dois encontros de convívio por mês entre voluntários e colaboradores da SOPRO.

Todo este percurso de aprendizagem culmina na emissão do certificado Youthpass, que valida formalmente as competências adquiridas, potenciando a futura integração social e profissional dos participantes."

Xadrez

No âmbito do Programa Erasmus+ e Desporto, a SOPRO irá realizar, em abril de 2026, um intercâmbio internacional de 9 dias em parceria com a organização Cedid Dernegi, sediada em Siirt, na Turquia. Esta mobilidade contará com 10 participantes e tem como objetivo principal promover o xadrez como uma ferramenta educativa, social e intercultural.

Ao longo do projeto, os participantes terão a oportunidade de observar e partilhar metodologias inovadoras com escolas, organizações distritais e a comunidade local, explorando o potencial do xadrez para estimular o raciocínio e a inclusão social. O programa combina atividades práticas com momentos de convívio, permitindo a troca de boas práticas e o reforço de competências técnicas e pedagógicas entre os participantes de ambos os países.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Ao longo do projeto, os participantes terão a oportunidade de observar e partilhar metodologias inovadoras com escolas, organizações distritais e a comunidade local, explorando o potencial do xadrez para estimular o raciocínio e a inclusão social. O programa combina atividades práticas com momentos de convívio, permitindo a troca de boas práticas e o reforço de competências técnicas e pedagógicas entre os participantes de ambos os países.

Parceria Moçambique YOUTH VOICE (candidatura submetida)

O projeto YOUTH-VOICE – Building Youth Organisations' Capacity for Participation and Dialogue é uma iniciativa de cooperação internacional liderada pela OPZZ (Polónia) , no âmbito do programa Erasmus+, que em 2026 será implementada pela SOPRO na cidade da Beira, Moçambique, trabalhando diretamente com os jovens do CEALS (Centro Educacional La Salle). O objetivo central é fortalecer as capacidades de governação, salvaguarda e advocacia das organizações de juventude, capacitando-as para combater a discriminação de género e promover uma participação cívica ativa e sustentável. A implementação baseia-se num ciclo que começa com diagnósticos organizacionais, seguidos de um programa de "Formação de Formadores" focado em análise de políticas, investigação de evidências e estratégias de comunicação para enfrentar a desinformação. Na prática, os jovens do CEALS serão mentores na elaboração de documentos de posição política sobre desafios locais, participando em diálogos diretos com decisores públicos. O plano operacional para 2026 destaca a realização de um Intercâmbio na Europa e a criação de Laboratórios de Participação Juvenil na Beira, que culminarão em reuniões de estilo Town Hall para apresentar as prioridades da juventude às autoridades regionais. Para garantir a continuidade do impacto, todos os materiais serão convertidos em Recursos Educativos Abertos (OER), assegurando que estas metodologias permaneçam disponíveis para a comunidade.

A importância deste projeto para a comunidade local na Beira reside na sua capacidade de transformar os jovens do CEALS de espetadores em protagonistas do desenvolvimento de Moçambique. Ao substituir a participação simbólica por competências reais de investigação e diálogo político, o YOUTH-VOICE garante que as preocupações da juventude sobre igualdade de género e exclusão social cheguem diretamente aos decisores através de propostas concretas e fundamentadas. Este investimento não só fortalece o tecido associativo local, como cria um modelo de cidadania ativa e liderança que perdurará na comunidade muito para além da duração do projeto.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Parceria La Salle EU- Youth Connect (candidatura submetida)

No corrente ano a SOPRO candidatou-se ao projeto EU-YOUTH CONNECT – Designing for Change. É uma iniciativa europeia que reúne organizações da Polónia, Espanha, Portugal, Grécia, Chipre e Suécia, com o objetivo de promover a participação democrática, a inclusão social e o desenvolvimento de competências de liderança entre jovens dos 18 aos 30 anos.

Ao longo de 24 meses, o projeto pretende envolver diretamente pelo menos 240 jovens, criando oportunidades de formação, diálogo intercultural e participação cívica. Através de formações nacionais, workshops internacionais e atividades locais, os participantes serão incentivados a refletir sobre desafios sociais, ambientais e democráticos das suas comunidades e a desenvolver soluções colaborativas.

A metodologia Design for Change será utilizada como base do projeto, promovendo um processo participativo estruturado nas fases Feel, Imagine, Do e Share, que estimula os jovens a identificar problemas, imaginar soluções, agir e partilhar os resultados.

Um dos resultados centrais será a criação de uma rede transnacional sustentável de organizações juvenis, que continuará a cooperar após o término do projeto, bem como o desenvolvimento de uma plataforma digital e de um toolkit europeu multilingue, com ferramentas práticas para apoiar a participação democrática dos jovens e a inclusão de jovens com menos oportunidades.

O projeto inclui ainda um mecanismo de financiamento em cascata, que permitirá apoiar 12 organizações juvenis europeias na implementação de pequenas iniciativas locais de participação e liderança juvenil.

A participação da SOPRO neste projeto reforça o seu compromisso em promover a cidadania ativa, a cooperação internacional e o envolvimento dos jovens na construção de comunidades mais inclusivas e participativas.

7. PLANOS DE AÇÃO 2026

Projetos Internacionais

Atividade	Objetivo	Público Alvo	Data Prevista	Indicadores e Metas
PED - Países em Desenvolvimento				
Voluntariado Internacional	Acompanhar a implementação dos projetos apoiados pela SOPRO, reforçar a articulação com os parceiros locais, colaborar na capacitação das equipas educativas e técnicas e desenvolvendo simultaneamente atividades educativas e lúdico-pedagógicas com as crianças e jovens beneficiários.	Voluntários	2026	Envio de 2 voluntários
ESMABAMA	Promover o acesso à educação na primeira infância e reforçar a capacitação de recursos humanos locais.	Crianças em idade pré-escolar nas Missões	2026	Pelo menos 130 crianças, financiamento de 4 educadores, 4 auxiliares e um coordenador de projeto.
Apadrinhamento	crianças/jovens da Escola João XXIII	Crianças/jovens da Escola João XXIII	2026	181 bolsas
CEALS/Alimento Futuros	Contribuir para apoio educativo e alimentar a crianças e jovens, promovendo a permanência e o sucesso escolar, e apoio aos seus recursos humanos e logísticos	Monitores e alunos	2026	Apoio à bolsa de 19 monitores, contribuindo para a sua alimentação e transporte; Financiamento da componente alimentar para 120 alunos (Alimente Futuros);

Casa Irmão Manuel
Travessa de Santo António, nº 236
Barcelinhos, 4755-054
Barcelos, Portugal

+351 253 837 259
+351 965 659 916

www.sopro.org.pt
geral@sopro.org.pt