



Relatório de atividades 2024

0 - MISSÃO, VISÃO E VALORES

A MAIS é uma Associação de Apoio e Intervenção Social criada em 2019 e que surgiu da vontade de fazer mais pelos outros, por nós, por todos. O projeto surgiu em Montemuro, uma localidade do Concelho de Mafra.

Missão: apoiar os mais necessitados; valorizar o espírito comunitário e de “aldeia”, as tradições e os costumes; e a proteção e educação ambiental.

Visão: Uma comunidade solidária, onde todos se apoiam, com base num espírito de partilha e de ajuda ao próximo

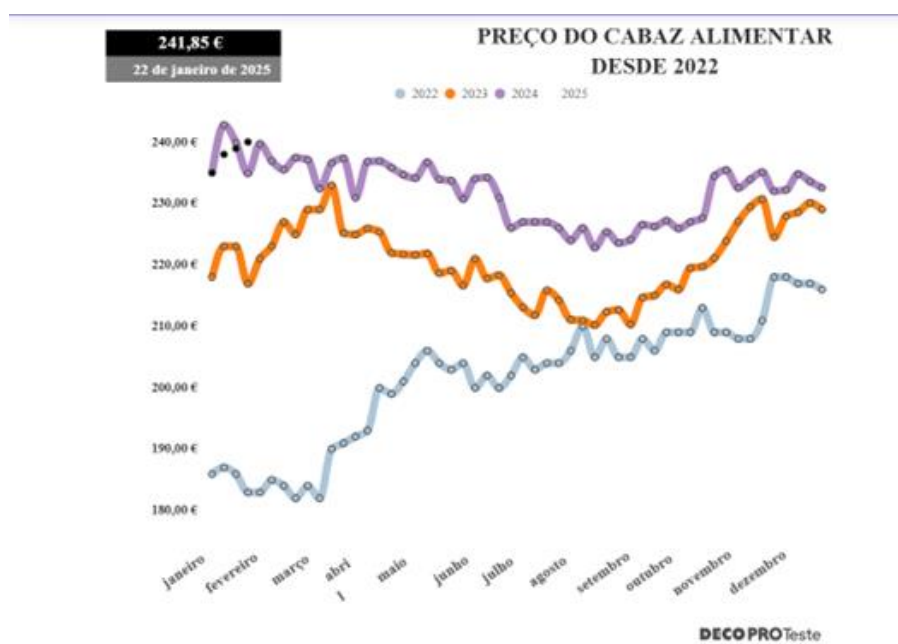
Valores: Solidariedade, Respeito, Humildade, Confiança, Dedicação, Colaboração

O símbolo da MAIS são as mãos que apoiam e acarinhos e que são simultaneamente pombas, representando o espírito de paz, amor e compreensão.

A citação da Madre Teresa de Calcutá “Eu sei que o meu trabalho é uma gota no oceano, mas sem ele o oceano seria menor” representa bem este projeto e o desafio a que a MAIS se propõe.

I - NOTA INTRODUTÓRIA

O ano de 2024 desenrolou-se num clima de enormes desafios para as famílias portuguesas. A descida das taxas de juro e da taxa de inflação verificada ao longo do ano trouxe algum (mas ainda reduzido) alívio às famílias mais endividadas. No entanto, para as famílias sem casa própria, o problema das rendas da habitação manteve-se inalterado, agravado ainda pela escassez de habitação disponível resultante do aumento da emigração. Adicionalmente, a subida do salário mínimo não permitiu compensar a subida de 25% verificada no preço do cabaz de produtos essenciais nos últimos 2 anos.



Neste contexto, o projeto MAIS SOLIDÁRIO manteve-se resiliente, dando a melhor resposta possível às carências das famílias acompanhadas mensalmente, contando como sempre com os donativos e produtos angariados nas várias iniciativas desenvolvidas, bem como com o apoio de diversas instituições.

II - ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM 2024

O projeto MAIS manteve a sua forte dinâmica ao longo do ano, tendo sido desenvolvidas diversas iniciativas nas várias vertentes a que se dedica esta Associação.

Ao longo do ano foram distribuídos cabazes mensais de produtos alimentares básicos, bem como fruta, legumes e laticínios. Durante o ano de 2024 e graças aos fundos angariados, foi possível à Associação complementar este cabaz com carne e ovos, tornando-o assim mais completo. Como é habitual, reforçámos os cabazes da Páscoa e do Natal com alimentos alusivos à data festiva, contando sempre com a generosidade de diversas empresas que doaram os produtos necessários, dos quais destacamos o delicioso Bolo Rei oferecido pela Padaria de Montachique e as couves cultivadas pelos alunos da EB1 da Venda do Pinheiro, num trabalho meritório coordenado pela Profª Anabela Tibério.

Ainda no que respeita à alimentação, manteve-se o envio mensal de uma receita e dos respectivos ingredientes necessários à sua confeção, fomentando o máximo aproveitamento dos ingredientes e o aumento de consumo de vegetais na alimentação, no âmbito do **Programa MAIS ALIMENTO**.





Toda a ajuda que é prestada às famílias resulta dos donativos de particulares e empresas, bem como das diversas iniciativas desenvolvidas pela Associação para angariar fundos e alimentos que permitam manter as distribuições mensais. No entanto, são as recolhas de alimentos no Pingo Doce da Malveira que mais ajudam a MAIS neste seu projeto, dada a quantidade de alimentos recolhidos. Durante o ano de 2024 foram efetuadas 2 ações de recolha de alimentos no Pingo Doce da Malveira (fevereiro e agosto) que nos permitiram manter esta vertente tão importante do nosso trabalho.

Este ano contamos também com a ajuda da Cáritas e da paróquia de Santo Estevão das Galés que promoveu a recolha de donativos na igreja, por ocasião da Semana Nacional Cáritas, que decorreu na

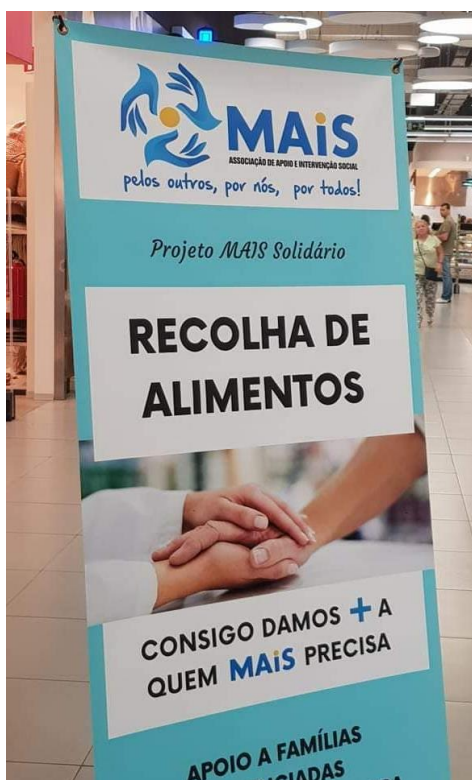
MAIS pelos outros, por nós, por todos – Associação de Apoio e Intervenção Social

vigararia de Mafra, de 25 fevereiro a 3 de Março de 2024. Nesta ocasião, participamos na sessão “Conhecer o hoje e perspectivar o futuro”, juntamente com IPSS, Santas Casas da Misericórdia e outros agentes sociais locais, para debater e refletir sobre o papel que as instituições têm na redução da pobreza e no apoio às populações.

Não podemos deixar de realçar o apoio recorrente de diversas empresas e alguns particulares, das quais recebemos a generosa oferta de leite (Montiqueijo) e queijos (Queijos Tété), pão (Avó Padeira de Montachique), legumes frescos (Minimercado da Teresa) e outros bens de primeira necessidade (Ekovivendi - produtos biológicos, entre outros).

Contamos igualmente com a colaboração de escolas, empresas e outras entidades, cuja ajuda na recolha de alimentos é sempre muito bem vinda, entre as quais destacamos o Agrupamento de Escolas da Venda do Pinheiro, nomeadamente a EB1/JI de Santo Estevão das Galés, a EB1 da Venda do Pinheiro, a EB2 da Venda Pinheiro, e o Jardim Infantil Beatriz Costa da Charneca.

No final de 2024, a MAIS recebeu uma excelente prenda de Natal por parte da Caixa de Crédito Agrícola Mútuo da Malveira, que doou à nossa Associação 1.000 euros em dinheiro. Para além do valor monetário - que muito agradecemos - este donativo mostra que a comunidade valoriza o trabalho da MAIS em prol das famílias carenciadas, o que incentiva a continuar o nosso trabalho! Um grande Bem Haja!!!



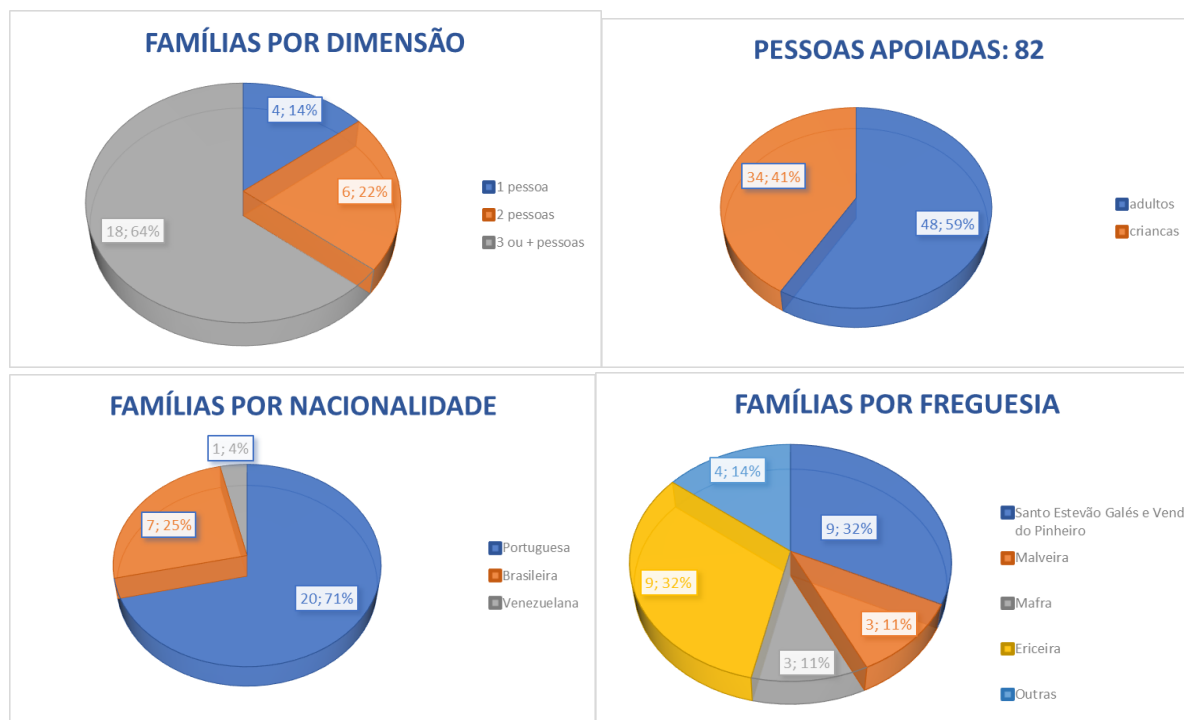
Caracterização das Famílias

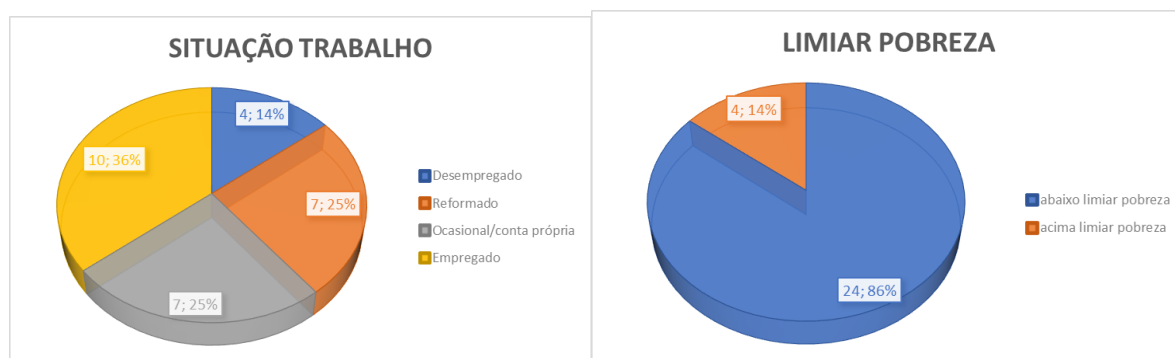
No final de 2024, a MAIS estava a apoiar 28 famílias. Destas, 18 são famílias com 3 ou mais elementos, 6 são famílias de 2 pessoas e apoiamos 4 pessoas sozinhas (famílias unipessoais), perfazendo um total de 82 pessoas, das quais 34 crianças.

Das famílias, 20 são de nacionalidade portuguesa, 7 brasileiras e 1 venezuelana. Em termos de distribuição geográfica, 9 famílias pertencem à União de Freguesias da Venda do Pinheiro e Santo Estevão das Galés, 9 à freguesia da Ericeira, 3 à Malveira, 3 a Mafra e 4 dispersas por outras freguesias.

Em relação à situação no trabalho do representante da família, apenas 4 estão desempregados; mais de 60% estão empregados por conta de outrem ou em empregos ocasionais e 7 são reformados. A maior parte das famílias (24 famílias que representam 86% do total) estão abaixo do limiar de pobreza (rendimentos por adulto equivalente inferior a 519 euros/mês).

É de realçar que cerca de metade (13) das famílias apoiadas pela MAIS são monoparentais (compostas por um adulto e pelo menos uma criança dependente), um dos perfis sociais de vulnerabilidade acrescida ao risco de pobreza ou exclusão social em Portugal, de acordo com o relatório *Pobreza e Exclusão Social em Portugal - 2024* publicado pelo Observatório Nacional Luta Contra a Pobreza (20,1% da População nacional em risco de pobreza, valor que sobe para 35,5% de risco de pobreza nas famílias monoparentais).





Formação

De forma a melhor projetarmos a nossa atividade, alguns dos membros da Direção e Voluntários têm vindo a participar em diversas ações de Formação em Associativismo e Voluntariado promovidas pela Câmara Municipal de Mafra. É sempre com entusiasmo e espírito de partilha que participamos nestes encontros, nos quais também temos a oportunidade de trocar experiências com outras instituições do nosso Concelho.

Processo Entidade Utilidade Pública

É de salientar que temos em curso o processo de transformação da MAIS em Entidade de Utilidade Pública. Para tal, foi solicitado à Câmara Municipal de Mafra o parecer necessário, tendo sido solicitado pela Câmara a obtenção de cartas de recomendação dos nossos parceiros. Ficamos muito felizes com as palavras dos nossos voluntários, empresas, parceiros e diferentes entidades do concelho, das quais destacamos algumas:

“Para mim ser voluntária da MAIS é um privilégio e uma oportunidade de me tornar melhor pessoa. A MAIS faz a diferença nas vidas das famílias mais carenciadas e ajuda-as nos momentos mais difíceis. É um orgulho fazer parte desta associação” - Sofia, 20 anos, voluntária

“A MAIS é a representação do altruísmo e do ajudar o próximo. Para mim ser voluntária da MAIS é ser parte dessa representação, é sentir que fazemos um impacto na vida de quem mais precisa.” - Margarida, 17 anos, voluntária

“Ser voluntário da MAIS é um bom uso do meu tempo, é uma altura em que me sinto bem porque sei que através de pessoas honestas, estou a ajudar muitas famílias a terem oportunidades que não conseguem ter sozinhas.” - Tiago, 17 anos, Voluntário

“Sou uma das pioneiras na MAIS. Trabalhamos para ajudar quem mais precisa, somos muito pequenos mas com muito amor para dar e com muita vontade de ajudar. Quando uma família nos diz que já tem trabalho, que a vida mudou para melhor e que já não precisa de ajuda, é muito gratificante para nós. Conseguimos ajudar mais alguém a reerguer-se e a caminhar pelo seu próprio pé! - Lena, 66 anos, voluntária

“Para mim ser voluntária na MAIS é fazer parte de uma comunidade empenhada e solidária com os mais desfavorecidos. É sentir que o nosso trabalho enquanto voluntários e associação tem realmente um impacto positivo na vida de tantas pessoas. É testemunhar diariamente a solidariedade apoio de particulares, instituições e empresas” - Sofia, 50 anos, voluntária

“Acreditamos que o trabalho desta associação, apesar dos seus recursos limitados, tem um impacto bastante significativo no apoio às famílias carenciadas do Concelho. Estamos confiantes de que a atribuição do estatuto de entidade de utilidade pública à Associação “MAIS, pelos outros, por nós, por todos” será um reconhecimento justo do seu papel crucial na promoção do bem-estar social neste Concelho” - Montiqueijo, empresa parceira

“No nosso caso em particular, este último ODS (Produção e Consumo Sustentável - Reduzir o desperdício de alimentos) tem especial relevância na relação que estabelecemos com a MAIS, pois em alguns momentos recorremos à associação para escoar produtos que, se não fossem doados, acabariam por se tornar desperdício alimentar” - Queijos Tété, empresa parceira

“Mesmo com poucos recursos, esta Associação tem feito a diferença na vida de algumas famílias carenciadas do Concelho. É um gosto podermos contribuir e apoiar a MAIS”. - Transportes Morgadinha, empresa parceira

“O Agrupamento de Escolas de Venda do Pinheiro, de forma mais próxima, a Escola Básica de Santo Estêvão da Galés, tem um trabalho de proximidade com a organização, através da recolha de diferentes tipos de bens, divulgando as suas valências e encaminhando situações detetadas. Pelos motivos apresentados, acreditamos que a contribuição desta Associação, apesar da sua reduzida dimensão, faz e poderá continuar a fazer a diferença no apoio a famílias carenciadas da nossa comunidade.” - Agrupamento Escolas Venda do Pinheiro, instituição parceira

“O que representa para nós ser parceiro desta Associação e o que destacamos na sua atividade: - as crianças têm a oportunidade de pôr em prática os valores da solidariedade e da partilha; - sensibilizar para o desperdício, para a importância da preservação dos recursos e da reutilização; - promover uma alimentação sustentável e saudável, evitando assim alimentos processados, assim como privilegiar os alimentos sazonais e locais.” - JI Beatriz Costa Charneca, instituição parceira

“Vejo como muito meritório o trabalho desta associação” - Padre Paulo Gerardo, paróquia de Santo Estêvão das Galés

“O que representa para a Santa Casa da Venda do Pinheiro ser parceiro desta Associação e o que destacamos na sua atividade é a capacidade colaborativa e a facilidade na articulação de situações promovendo o bem-estar das pessoas em situação de vulnerabilidade e criando pontes que potenciam os apoios prestados” - Santa Casa da Misericórdia da Venda do Pinheiro, instituição parceira

A todos (os agora citados e todos os outros que não conseguimos incluir), o nosso MUITO OBRIGADA pelas palavras de encorajamento e reconhecimento!

Comunidade e parcerias

A MAIS privilegia o espírito de partilha e comunidade em todas as suas ações. O objetivo é que cada um se sinta parte da comunidade e perceba que a um nível fundamental o bem-estar de cada um de nós e da comunidade, são interdependentes e estão enraizados em valores como respeito, tolerância, confiança, generosidade e cuidado.

O “local”, neste caso o Concelho de Mafra, é a esfera onde todos podemos participar e é nessa relação com o território que cada um de nós experiencia uma verdadeira conexão e um sentido de responsabilidade para com o mundo, descobrindo uma identidade e um papel significativo para nós próprios, mudando assim a nossa atitude e comportamento, e contribuindo para um mundo mais sustentável, justo e harmonioso.

O mote da Associação MAIS nas ações que desenvolve reflete sempre um espírito positivo, promovendo escolhas que beneficiem o planeta e que se reflitam no aumento do nosso bem-estar, individual e coletivo. A mensagem que passamos tem por base valores de cuidado com o outro, connosco e com a comunidade

Todos juntos fazemos MAIS!



Mantivemos também, com enorme satisfação, a colaboração com outras associações da zona, com partilha de bens e troca de experiências e apoio, nomeadamente a GMASA do Milharado e a Associação Fraterna Mensageiros do Bem da Malveira. Também participamos na edição de maio da Feira do Aproveita dinamizada pela GMASA.

De todas as atividades desenvolvidas ao longo do ano, destacamos as seguintes, quer pela sua relevância em termos de angariação de fundos, quer pela motivação e empenho do grupo de voluntários da MAIS:

AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO NAS ESCOLAS

MAIS pelos outros, por nós, por todos – Associação de Apoio e Intervenção Social

A sustentabilidade continuou a ser um tema de grande atenção desta Associação, sobretudo na sua vertente de proteção e educação ambiental. Consideramos que as nossas crianças deverão ser consciencializadas para estas temáticas desde muito cedo, com o objetivo de promover uma mudança de paradigma: o Homem como um elemento integrante e interdependente da Natureza.

Neste sentido, a MAIS tem visitado algumas escolas e jardins de infância do Concelho de Mafra, fazendo apresentações direcionadas sobretudo para os temas da Fome, Pobreza, Consumo Sustentável, Desperdício Alimentar e Poluição (enquadrados nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável).

Estas visitas são sempre uma enorme alegria: para as crianças, que participam com enorme entusiasmo; e para nós, que saímos com a esperança de ter “semeado” algo de bom e que poderá dar os seus frutos no futuro! E, claro, voltamos sempre com os donativos oferecidos pelas crianças, uma forma de também eles colaborarem na partilha com as nossas famílias!





CAMINHADAS SOLIDÁRIAS

As Caminhadas Solidária foram uma das iniciativas promovidas pela nossa Associação durante o ano de 2024 na vertente de promoção da sustentabilidade e da inovação social.

Estas caminhadas, que incluem a recolha de lixo ao longo do percurso, têm como principais objetivos:

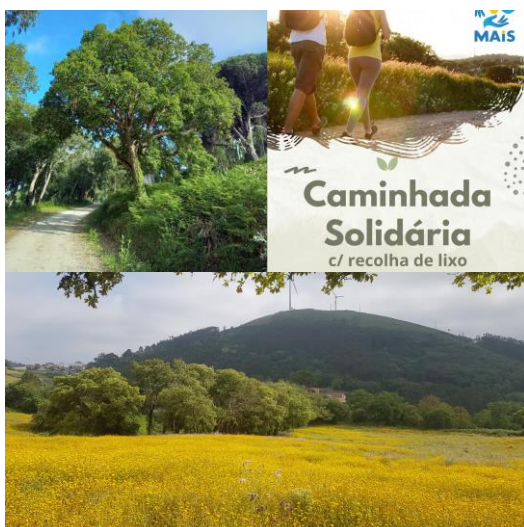
- a recolha e correta separação do lixo abandonado nas bermas dos caminhos, reintegrando-os no sistema circular de reciclagem;
- a educação ambiental, alertando para o problema do lixo, em particular do plástico;
- o apoio social a famílias carenciadas, através de donativos dos participantes;
- a consciencialização e empoderamento dos participantes, levando-os a ter um papel mais ativo na comunidade.

As caminhadas são organizadas em dois momentos distintos: uma primeira parte do percurso onde é recolhido lixo ao longo de uma estrada municipal e um segundo momento em que o percurso através de caminhos pedestres leva a uma conexão com a natureza e com a beleza que nos rodeia, através de momentos de imaginação, meditação, partilha e apreciação da natureza.

No final do percurso são criadas “instalações” com o lixo recolhido e colocadas em locais estratégicos para criar impacto na comunidade. Posteriormente o lixo recolhido é colocado nos respetivos contentores de reciclagem, tornando-se matérias primas do processo produtivo e diminuindo a necessidade de novas matérias através do aumento da circularidade.

Ao fazerem a sua inscrição, os participantes fazem um donativo de bens para as famílias carenciadas do concelho que a associação apoia. As caminhadas são abertas ao público em geral.

O nosso objetivo é alargar esta iniciativa a um maior número de participantes, sob o slogan “Por uma terra MAIS Limpa!”.



Caminhada Solidária c/ recolha de lixo

IMPACTOS

Ambientais

A recolha de lixo, na sua maior parte plásticos, previne que cheguem aos cursos de água. A poluição pelos plásticos é um dos problemas ambientais mais urgentes da humanidade, tendo o limite planetário "novas entidades", que inclui os plásticos, já sido ultrapassado. Em 2050 prevê-se que haja mais plástico nos oceanos que peixes.

Sociais

Promover a partilha de experiências e a criação de espírito comunitário. Ao doar bens para as famílias carenciadas da região, os participantes contribuem para a diminuição das desigualdades sociais e promovem a redução da pobreza e da fome.

Económicos

A reintrodução dos plásticos no sistema de reciclagem, permite que integrem a economia circular, reduzindo a necessidade de matérias primas e o desperdício de recursos. Aumento da motivação dos participantes em reciclar e reduzir uso de embalagens.



O QUE QUEREMOS EVITAR



O QUE QUEREMOS PROMOVER

Por uma Terra **MAIS Limpa!**

Todos podemos fazer um pouco MAIS, sair do piloto automático, refletir, dizer **NÃO** ao desperdício e ao lixo e **SIM** à natureza e a mundo mais limpo!

REPENSAR as nossas escolhas diárias e os pequenos hábitos (usar saco pano em vez de saco plástico quando vamos às compras, usar palhinhas não descartáveis, usar garrafa água reutilizável e não de plástico... e tantas mais...)

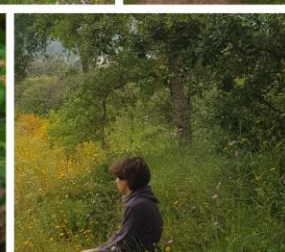
RECUSAR tudo aquilo que não precisamos

REDUZIR aquilo que precisamos mesmo

REUTILIZAR prolongar a vida útil dos objetos, dar-lhes outros usos

RECICLAR tudo o que não conseguimos recusar, reduzir e reutilizar

COMPOSTAR o que sobra (restos de comida, cascas frutos e vegetais...)

FEIRA DE SÃO MARTINHO NA VENDA DO PINHEIRO - 2024

MAIS pelos outros, por nós, por todos – Associação de Apoio e Intervenção Social

Um dos principais eventos participados pela MAIS é sem dúvida a Feira de São Martinho. Em 2024, esta feira decorreu nos dias 9, 10 e 11 de Novembro, no Parque Ecológico da Venda do Pinheiro. Foi muito bom ver a alegria das crianças com os prémios recebidos na nossa quermesse e os adultos ansiosos para saberem quem seriam os laureados com os prémios do Cabaz de São Martinho que sorteamos na feira! Os doces, os sacos de pão, as broas, os livros, a ginja em copo de chocolate, a jeropiga... muitas foram as formas escolhidas pelas pessoas para contribuírem para esta Associação! Muito obrigada e parabéns à União de Freguesias da Venda do Pinheiro e Santo Estevão das Galés pela organização exemplar deste evento e por todo o apoio que sempre nos têm prestado!

Cabaz de São Martinho sorteado na feira



1º prémio



2º prémio



3º prémio



Contamos com a participação de voluntárias que coseram, fizeram crochet e costuraram os sacos de pão, recuperando as tradições saloias e incentivando ao uso destes sacos reduzindo a utilização de sacos de plástico ou papel de utilização única, reduzindo assim, os recursos necessários e o lixo.



NATAL SOLIDÁRIO

Este ano e pela segunda vez, a MAIS desafiou a comunidade a tornar o Natal num verdadeiro momento de partilha, através da oferta dos nossos PACKS “ESTRELA”, “REIS MAGOS” E “PRESÉPIO”. A adesão a esta iniciativa foi muito positiva e permitiu reforçar o Cabaz para a ceia de Natal com Bacalhau ou o Peru de Natal, azeite e chocolates, para além do habitual cabaz mensal.



Como já é hábito, todas as crianças e adolescentes receberam um presente e sempre que possível algumas roupas ou calçado.

Não podemos deixar de agradecer também à Avó Padeira - Padaria de Montachique, que generosamente ofereceu um Bolo Rei a cada família que incluímos nos cabazes distribuídos!



As nossas famílias tiveram ainda direito a uma oferta muito especial! Com a colaboração da Profª Anabela Tibério, da EB1 da Venda do Pinheiro, as nossas famílias receberam couves fresquinhas, biológicas, diretamente da horta cultivada pelos alunos desta escola! Tão bom!



Estamos certos que conseguimos muitos sorrisos nesta distribuição tão especial!

Esta foi a mensagem de Natal da MAIS para as famílias e para toda a comunidade:



III – RESUMO FINANCEIRO

O movimento financeiro de 2024 da MAIS iniciou-se com um saldo de 1.825,10 euros. Durante o ano de 2024 foram apuradas receitas no montante de 4.547,06 euros, dos quais 3.867,06 euros provenientes de donativos e 680 euros relativos a quotas. As despesas totalizaram 2.816,13 euros, dos quais 2.352,75 euros relativos a compras de bens para distribuição às famílias e 463,38 euros respeitantes a despesas gerais. O saldo final é assim de 3.556,03 euros.

III – ODS - OBJETIVOS DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

A MAIS tem vindo a desenvolver o seu trabalho em prol da comunidade, enquadrando-se a sua atividade nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), no âmbito da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, em especial:

ODS 1 – Erradicar a Pobreza - Objetivo 1.2 - Até 2030, reduzir pelo menos para metade a proporção de homens, mulheres e crianças, de todas as idades, que vivem na pobreza, em todas as suas dimensões

ODS 2 – Erradicar a Fome - Objetivo 2.1 - Até 2030, acabar com a fome e garantir o acesso de todas as pessoas, em particular os mais pobres e pessoas em situações vulneráveis, incluindo crianças, a uma alimentação de qualidade, nutritiva e suficiente durante todo o ano

ODS 12 – Produção e Consumo Sustentável - Objetivo 12.2 Até 2030, alcançar a gestão sustentável e o uso eficiente dos recursos naturais; Objetivo 12.3 - Até 2030, reduzir para metade o desperdício de alimentos; Objetivo 12.5 - Até 2030, reduzir substancialmente a produção de resíduos através da prevenção, redução, reciclagem e reutilização; Objetivo 12.8 - Até 2030, garantir que as pessoas, em todos os lugares, tenham informação relevante e consciencialização para o desenvolvimento sustentável e estilos de vida em harmonia com a natureza.

IV – AGRADECIMENTOS

A MAIS agradece a todos os que ao longo deste ano apoiaram as atividades realizadas, aos que contribuíram com o seu tempo e ajuda, aos que contribuíram com donativos, à Junta de Freguesia da Venda do Pinheiro e Santo Estevão das Galés, à Câmara Municipal de Mafra, à GMASA, à Associação Fraterna Mensageiros do Bem, ao JI Beatriz Costa da Charneca, à EB1/JI de Santo Estevão das Galés, à EB2 Venda do Pinheiro, à EB1 da Venda do Pinheiro, ao Agrupamento de Escolas da Venda do Pinheiro, ao JI da Póvoa da Galega, ao Pingo Doce da Malveira, às empresas e instituições, que têm apoiado as nossas atividades em especial aos Queijos Tété, à Montiqueijo, à Avó Padeira-Padaria de Montachique, ao Minimercado da Teresa, à Ekovivendi, à Caixa de Crédito Agrícola de Mafra, ao Centro de Yoga da Malveira, e de forma muito especial aos associados, membros dos órgãos sociais e voluntários desta associação que com o seu empenho e dedicação continuam a dar vida a este projeto e a espalhar o Bem!

Na MAIS todos são bem-vindos, todos contam!

O desafio para cada um de nós é “Sê MAIS, pelos outros, por nós, por todos!”

