

Relatório Anual de Actividades 2023



AMURT PORTUGAL

*Associação de Apoio Social e
Humanitário*

ÍNDICE

Sobre a AMURT.....	3
Visão.....	3
Missão.....	3
Objetivos.....	3
Princípios.....	3
História.....	4
Mensagem da Presidente.....	5
Política financeira da AMURT.....	7
Meios de Financiamento.....	7
Recursos Humanos.....	8
Projeto SOS Adoção à distância.....	8
Projeto de apoio às Escolas e Orfanatos Indianos	9
Erasmus+.....	10
Atividades nos núcleos.....	11
Núcleo do Algarve.....	11
Núcleo de Lisboa.....	12
Núcleo da Covilhã.....	13
Comunicação.....	14
Contactos.....	14

Sobre a AMURT

Visão

A AMURT (Ananda Marga Universal Relief Team) é uma organização internacional humanitária e de desenvolvimento que promove estratégias para erradicar a pobreza e ajudar a criar oportunidades para que todos possam realizar todo o seu potencial.

Missão

O nosso objetivo é ajudar a melhorar a qualidade de vida de todos, nomeadamente das pessoas pobres e desfavorecidas do mundo e ajudar as vítimas de catástrofes naturais e provocadas pelo homem. A missão da AMURT é consubstanciada na seguinte citação por P. R. Sarkar, fundador da AMURT: "Que todos sejam felizes; que todos fiquem livres de todas as enfermidades físicas ou psíquicas; que todos vejam o lado positivo de tudo; que ninguém seja forçado a submeter-se a qualquer problema sob pressão das circunstâncias".

Objetivos

Acreditamos que a melhor assistência é aquela que encoraja e permite que as pessoas se desenvolvam a si próprias.

- Empoderamento da comunidade
- Desenvolvimento integrado
- Sustentabilidade

Princípios

- O desenvolvimento deve respeitar os ecossistemas naturais da terra para que todos os seres vivos possam viver em saúde e harmonia.

AMURT - Associação de Apoio Social e Humanitário

- O desenvolvimento adequado começa dentro do quadro social e cultural de cada comunidade. Permite às comunidades menos favorecidas obter um maior grau de independência para determinar o seu próprio futuro.

- Só mostrando respeito pelas mulheres, e assegurando a sua integração e participação ativa no processo de desenvolvimento, é que um crescimento harmonioso da família, da comunidade e da sociedade como um todo pode ser alcançado.

- A liberdade de expressar todo o nosso potencial de realização física, intelectual e espiritual é um direito fundamental de todas as pessoas.

História

A AMURT (Ananda Marga Universal Relief Team) é uma associação de apoio social e humanitário sem fins lucrativos, reconhecida como ONGD, em Portugal, desde 2010. Desde essa altura, o foco principal do seu trabalho tem sido o projeto SOS Adoção à Distância que todos os anos apoia mais de 150 crianças em escolas e orfanatos da Índia, Bangladesh, Nepal, Gana e Moçambique. A partir de 2014, em resultado da situação socioeconómica sentida em Portugal, a AMURT direcionou também os seus esforços para o auxílio das comunidades locais, através do estabelecimento dos núcleos de Braga, Covilhã e Lisboa. A AMURT trabalha no sentido de criar bases para a erradicação da pobreza, através da ajuda humanitária e ao desenvolvimento. Fornecemos ferramentas para a construção do auto-desenvolvimento de comunidades locais, de forma a que estas consigam obter os seus próprios recursos seguindo o lema: “não dê o peixe, ensina antes a pescar”. Procuramos a auto-capacitação de grupos vulneráveis (em particular mulheres e crianças), em situação de emergência e/ou risco social, através de programas de consciencialização e do envolvimento das comunidades na obtenção dos seus próprios recursos (alimentação, habitação, cuidados médicos, roupa e educação), enquanto motores essenciais do desenvolvimento total e harmonioso do indivíduo."



Mensagem da Presidente

Saudações calorosas,

Este ano, após os desafios colocados pelo confinamento, o vento da mudança está a soprar na AMURT. Novos desenvolvimentos ocorreram e novos membros da equipa foram recrutados para nos ajudar a expandir os nossos programas. A partir de Setembro, Carla Costa juntou-se à nossa equipa para ajudar nas actividades de angariação de fundos e na administração, Rita Lucas substituiu a Andreia Alves como coordenadora das actividades locais na Cova da Beira e Teresa Leite assumiu a coordenação das redes sociais e da comunicação a partir de Novembro. Damos as nossas mais cordiais boas-vindas a todas elas. Sob a sua orientação, estão a ser planeadas novas iniciativas, o nosso trabalho deu um grande salto em frente, a publicidade dos nossos programas está a melhorar muito e esperamos expandir ainda mais o nosso alcance no próximo ano.

O programa de apadrinhamento (Adopção à Distância) de crianças continua a prestar apoio a um certo número de crianças carenciadas e esperamos continuar a desenvolver este programa no futuro. Também fornecemos infraestruturas a várias escolas de aldeias na Índia, reparando telhados e casas de banho, fornecendo ligações eléctricas, etc. O nosso programa de apoio às escolas rurais indianas também continuou a prestar ajuda a quase 20 escolas através de pequenos donativos regulares, devido às dificuldades que enfrentaram para as revitalizar após 18 meses de encerramento durante o confinamento.

Os nossos programas nacionais também se desenvolveram a passos largos. O nosso programa apoiado pelo Erasmus + para criar um guia internacional para acolhimento e integração de refugiados começou em Setembro, em parceria com o Centro para as Migração do Fundão e o projeto Ananda Putta Bhumi na Polónia, e já estamos a planear outros projectos para o próximo ano.

Este ano tivemos o prazer de receber a nossa primeira família de refugiados que temos vindo a ajudar a integrar em Portugal; o nosso projeto Cozinha Solidária em Lisboa expandiu-se, passando a cozinhar refeições quentes para 50 pessoas em vez de duas, agora três vezes por semana, Gradualmente, à medida que nos tornámos conhecidos em toda a zona, um grande número de voluntários apareceu para ajudar e um bom número de donativos foi recebido, incluindo de supermercados locais e da Câmara Municipal de Cascais. Inspirados pelo nosso sucesso, iniciámos também um segundo programa Cozinha Solidária para servir os necessitados na Covilhã com 50 refeições cozinhadas por semana. Para além disso, continuámos as nossas visitas regulares aos dois lares de idosos da aldeia do Paul, bem como a nossa participação nas reuniões mensais da Cova da Beira Converge, centradas em diferentes aspectos do planeamento regional. No Algarve, iniciámos aulas de yoga e sessões de life coaching para crianças e jovens, para as ajudar a lidar com o stress da vida moderna.

AMURT - Associação de Apoio Social e Humanitário

À medida que o nosso trabalho cresce, estamos a planear aventurar-nos em novos territórios no Ano Novo, com aulas de yoga para os reclusos da prisão local da Covilhã, para os ajudar a relaxar e a lidar com o stress das suas vidas.

Esperamos também desenvolver ainda mais os nossos outros programas, para podermos prestar um serviço cada vez maior às comunidades onde vivemos.

Com votos de um Feliz Ano Novo para todos,

Suzanne Gelsthorpe

Presidente da AMURT

Política financeira da AMURT

A AMURT tem como princípio manter os custos de operação baixos, para que todos os fundos recolhidos possam ser canalizados para os projetos que apoia. Em Portugal e internacionalmente, tem garantido que um mínimo de 90% das receitas seja aplicado em projetos e ajuda humanitária.



Meios de Financiamento

Constituem receitas da AMURT:

- Doações, legados ou outros donativos de pessoas singulares ou coletivas;
- 10% das receitas obtidas com donativos;
- Receitas de atividades e venda de merchandising, com o objetivo de angariar fundos para a associação.

Com a expansão dos programas já em curso, bem como dos projetos desenvolvidos com novas parcerias, a AMURT irá também explorar os seguintes meios de financiamento:

- Receitas obtidas pela realização de workshops e cursos;

- Apoios financeiros provenientes de instituições públicas e privadas;
- Fundos comunitários provenientes de candidaturas e projetos apresentados no âmbito da U.E. (tais como intercâmbio de jovens e programas de educação de adultos), prémios e outros incentivos.

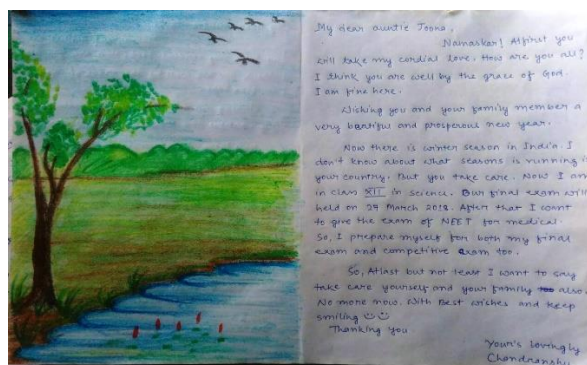
Recursos Humanos

A grande força da AMURT reside no comprometimento das pessoas que nela trabalham voluntariamente, empreendendo esforços para ajudar cada vez mais pessoas.



Projecto SOS Adopção à Distância

Em 2023, através do projecto SOS Adopção à Distância foram apoiadas 27 crianças da Índia, 3 crianças do Gana, 4 crianças de Moçambique e 3 crianças do Bangladesh. À semelhança do que tem acontecido, nos anos anteriores, foi mantida uma comunicação periódica com os pais adoptivos, através do envio de cartas e desenhos das crianças, de forma a reforçar o vínculo emocional que pretende ser um dos pontos fortes deste projecto, para além de procurar aumentar o fluxo de informação.



Projecto de apoio às Escolas e Orfanatos Indianos

Também demos continuidade ao nosso programa de apoio a várias escolas e orfanatos na Índia com doações mensais regulares, contribuindo dessa forma para a sua sobrevivência, assegurando a alimentação e outras necessidades básicas às crianças ao seu cuidado.



Alguns apoios que a AMURT conseguiu assegurar:

- Apoio médico a 6 voluntários;
- Apoio a 16 escolas carenciadas, nomeadamente: reparação de telhados e teto de cozinha; reparação de casa de banho e muro de vedação; construção de ligação de água; interruptor eléctrico num hospital, pintura do edifício da escola; substituição de cabo eléctrico que tinha sido furtado.

Erasmus +



Em 2023 recebemos a aprovação do *projecto PAAIR* pelo programa Erasmus + e demos início à sua implementação. Este projecto consiste em duas etapas de estudo de campo, numa fase inicial, e a posterior criação de um Guia Prático para Acolhimento e Integração de Pessoas Refugiadas com aplicabilidade internacional. Este projecto está a ser desenvolvido em parceria com a organização Ananda Marga da Polónia e com o Centro para as Migrações da Câmara Municipal do Fundão.

Foi também elaborada uma candidatura ao programa Erasmus+ para um projecto de visitas semanais ao Estabelecimento Prisional da Covilhã, com o propósito de levar suporte e conforto emocional aos reclusos através de práticas como a Yoga e a meditação. Para além destas sessões, está também prevista a realização de actividades que ajudem os reclusos a lidar com questões relacionadas com vivências traumáticas, com situações relacionadas com o stress da vida na prisão e que os auxiliem a perspectivarem um recomeço de vida longe da criminalidade. Este projecto foi aprovado em Dezembro de 2023 e será implementado em 2024.



Actividades nos Núcleos

Tal como tem vindo a acontecer, nos anos anteriores, diferentes grupos de voluntários têm desenvolvido esforços para a implementação de acções no terreno que visam a supressão de necessidades e a melhoria da qualidade de vida das populações locais.

Núcleo do Algarve

Na região do Algarve, foram desenvolvidas aulas de yoga e meditação para crianças dos 6 aos 12 anos, em escolas e espaços públicos, como as bibliotecas municipais, com conto de histórias e facilitação de jogos cooperativos. Foram também realizadas 6 sessões de grupo de *life coaching* para jovens no Lar da Juventude da Associação CASLAS, em Lagos. Estas sessões de grupo integram ferramentas de questionamento, descoberta de objetivos e estratégias para os realizar. Os recursos utilizados variam entre sessões de discussão e reflexão aberta com base em casos e histórias verídicos, visionamento de filmes e documentários com a respetiva reflexão, uma aula de yoga ou uma sessão de jogos de grupo. Desenvolvem-se habilidades de comunicação intrapessoal e interpessoal. Também aconteceram algumas sessões de *coaching* individual com alguns jovens.

Foram também ministradas aulas de Filosofia para crianças em escolas privadas (regular) e escolas públicas (duas vezes por ano para 6 turmas) e aulas de respiração e postura para idosos com poesia (regular).



Núcleo de Lisboa

O núcleo de Lisboa viu crescer o projecto **Cozinha Solidária** com a abertura no segundo semestre de 2023 de uma terceira Cozinha no centro de Lisboa. Deste modo, foram 3 as Cozinhas Solidárias em funcionamento: em Algueirão, Carcavelos e Lisboa. Cada uma destas cozinhas prepara cerca de 45 refeições vegetarianas quentes, um dia por semana. Com a parceria dos núcleos locais da ReFood, respectivamente, ReFood de Rio de Mouro, ReFood Cascais – CPR e ReFood de Arroios, é feita a distribuição das refeições por famílias em situação de vulnerabilidade social. O projecto apoia-se num programa de donativos mensais que ajuda a cobrir as necessidades financeiras da compra de alimentos, gás e aluguer dos espaços onde funcionam as cozinhas, que é mantido incansavelmente pelos voluntários e amigos do projecto. Foi também possível contar com a doação em géneros de alguns supermercados, produtores e revendedores, como: Auchan, Próvida, Fruta Feia. Após a premiação em 2022 da Cozinha de Carcavelos, em 2023 foi a Cozinha de Algueirão a receber o prémio “Bairro Feliz” da cadeia de supermercados Pingo Doce, no valor de 959€. Foi também conseguido um importante apoio financeiro anual da Câmara Municipal de Cascais à Cozinha de Carcavelos.



Núcleo da Covilhã



Na Covilhã, foram retomados vários contactos e iniciaram-se novos no sentido de alargar a rede de parcerias e campo de acção da AMURT, tanto na vila do Paul, quanto nas cidades da Covilhã e do Fundão. Em Março de 2023 foi criada a Cozinha Solidária da Covilhã, onde foram confeccionadas cerca de 50 refeições vegetarianas semanalmente. À semelhança das outras Cozinhas Solidárias, a distribuição das refeições pelas famílias carenciadas é realizada através de uma parceria com o núcleo local da ReFood (Covilhã).

Neste ano iniciámos também um projecto de acolhimento de uma família da Síria, constituída por sete pessoas (casal e cinco filhos). O apoio prestado a esta família consistiu no seu acolhimento e integração ao nível social, escolar, emocional, de saúde e profissional na vila do Paul (Covilhã), com o apoio do Alto Comissariado para as Migrações e da Organização Internacional para as Migrações, e recurso a fundos da Organização das Nações Unidas.

Foi dada também continuidade ao trabalho desenvolvido no *Grupo de Justiça e Bem-Estar Social*, no âmbito da plataforma *Cova da Beira Converte*, que procura criar sinergias entre actores locais por área temática, identificar as forças e fraquezas locais e potencializar esforços para definir estratégias e alcançar os objetivos delineados em termos de desenvolvimento social local.

Finalmente, no âmbito do apoio à população idosa da vila do Paul (Covilhã), num projecto que teve início em 2019, realizámos visitas regulares às duas casas de repouso locais (Centro Paroquial de Assistência de Nossa Senhora das Dores e Lar das Oliveirinhas) com o objectivo de trazer algum conforto emocional, escuta e partilha activas e actividades de entretenimento com canto, dança e estórias.



Comunicação

Website

O website (www.amurt.pt) continua a ser o principal cartão de visita da AMURT Portugal, dando a conhecer os principais projetos e ações desenvolvidas no nosso país.

Redes Sociais

A página de Facebook da AMURT Portugal constitui a forma mais rápida e interativa de comunicar com o público em geral. Para além de notícias sobre os projetos nacionais e internacionais e eventos, é através da página do Facebook que nos chegam muitos pedidos de informação sobre o projeto SOS Adopção à Distância, donativos e oportunidades de voluntariado.

TV

Em Abril de 2023, uma equipa da AMURT Portugal, composta pela sua Presidente e por dois voluntários, foi convidada por um canal televisivo por cabo, a participar numa entrevista sobre o trabalho desenvolvido pela associação.

Contactos

AMURT Portugal - Associação de Apoio Social e Humanitário

Email: geral@amurt.pt

Telefone: 96 286 48 49 / Rua Malhadas, nº 1 - Paul 6215-421 Covilhã

Site: www.amurt.pt

Facebook: AMURT Portugal

Instagram: AMURT Portugal