

Relatório Anual de Actividades 2024



AMURT Portugal
*Associação de Apoio Social e
Humanitário*

ÍNDICE

Sobre a AMURT.....	3
Visão.....	3
Missão.....	3
Objectivos.....	3
Princípios.....	3
História.....	4
Mensagem da Presidente.....	5
Política financeira da AMURT.....	6
Meios de Financiamento.....	6
Recursos Humanos.....	7
Projecto SOS Adopção à distância.....	7
Projecto de apoio às Escolas e Orfanatos na Índia	8
Projectos Erasmus+.....	9
Campanha de Angariação de Fundos para Gaza.....	10
Actividades nos núcleos.....	11
Núcleo de Lisboa.....	11
Núcleo da Covilhã.....	13
Comunicação.....	17
Contactos.....	17

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 objectivo 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".

Objectivos

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 Adopção 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 dês 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

O ano de 2024 foi um ano de grandes desafios globais, mas também de profundas expressões de solidariedade e humanidade. No meio de toda a incerteza, a AMURT Portugal manteve-se firme na sua missão: servir os mais desfavorecidos com empatia, apoiá-los com dignidade e criar caminhos para uma transformação duradoura.

Todos os projectos que realizámos este ano - desde continuar a apoiar crianças desfavorecidas e escolas rurais através dos nossos programas internacionais, a fornecer refeições através das Cozinhas Solidárias, a visitar os idosos nos lares de terceira idade, a apoiar a saúde mental dos reclusos através de aulas de yoga, a acolher famílias de refugiados na nossa comunidade, a eventos de sensibilização e campanhas de angariação de fundos de emergência - tudo isto reflecte o trabalho colectivo de um grupo de pessoas empenhadas na mudança positiva. Este trabalho é muitas vezes silencioso e permanece invisível, mas tem um impacto real nas vidas daqueles que servimos.

Na AMURT, acreditamos que o verdadeiro desenvolvimento está enraizado no cuidado mútuo, na capacitação local e no respeito pela dignidade de cada ser humano. Continuamos empenhados em trabalhar lado a lado com as comunidades, ouvindo as suas necessidades, aprendendo com elas e oferecendo ferramentas que reforcem a autonomia e a esperança.

Quero expressar a minha profunda gratidão a cada um dos voluntários, colaboradores, parceiros e doadores que tornaram tudo isto possível. A vossa generosidade e dedicação são a base do nosso trabalho. E é com esta força que olhamos para o futuro, confiantes de que juntos podemos continuar a construir uma sociedade mais justa, compassiva e resiliente.

Obrigado por fazerem parte desta jornada.

Com os nossos sinceros agradecimentos,

Suzanne Gelsthorpe

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 projectos que apoia. Em Portugal e internacionalmente, tem garantido que um mínimo de 90% das receitas seja aplicado em projectos e ajuda humanitária.



Meios de Financiamento

Constituem receitas da AMURT:

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

Com a expansão dos programas já em curso, bem como dos projectos 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 projectos 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 2024, 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”/patrocinadores, 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 a Escolas e Orfanatos na Índia

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.

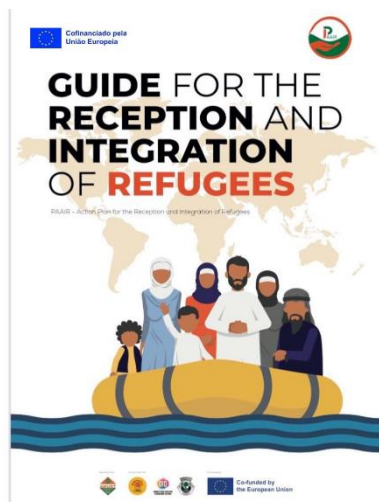


Alguns apoios que a AMURT conseguiu assegurar:

- 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.

Projectos Erasmus +

PAAIR



Em 2024 decorreu a implementação em pleno do projecto *PAAIR*, financiado pelo programa Erasmus+ e desenvolvido em parceria com a organização Ananda Marga da Polónia e com o Centro para as Migrações da Câmara Municipal do Fundão. Em Fevereiro, a equipa da AMURT e a Assistente Social do Centro para as Migrações do Fundão viajaram até à Polónia onde estiveram cerca de uma semana numa visita de campo para recolha e partilha de informações e experiências com a nossa organização parceira local e com outras entidades que tiveram um papel activo no acolhimento e integração de refugiados vindos da

Ucrânia. Foi também possível a partilha com famílias de refugiados e mediadores. Em Junho, foi a nossa vez de acolher a equipa vinda da Polónia, para partilha de práticas e experiências por parte da AMURT e Centro para as Migrações do Fundão, contando também com a enriquecedora participação de refugiados, técnicos e mediadores. A fase final do projecto foi a criação e posterior disseminação do Guia para Acolhimento e Integração de Refugiados, um plano de acção com estratégias práticas para quem trabalha com esta população. A apresentação oficial deste guia foi feita na Câmara Municipal do Fundão, integrada na Semana do Migrante e contou com a presença de vários órgãos de comunicação social (rádio, jornais, RTP 1). O Guia está disponível, em Português e Inglês, para download gratuito no nosso website.

LET'S BE PREPARED!

Em Outubro de 2024 elaborámos e submetemos uma nova candidatura ao programa ERASMUS+. Este projecto, com o título "Let's Be Prepared", tem como finalidade capacitar e consciencializar as pessoas para estarem preparadas para tempos difíceis, seja em situações de crise económica, desastres naturais ou outras emergências, como situações de catástrofes naturais ou provocadas pelo homem. Queremos organizar oficinas práticas sobre temas como primeiros socorros, gestão de crises, cultivo de alimentos e economia doméstica. Além disso, promover acções de formação sobre competências essenciais que podem ser úteis em situações adversas.

Campanha de Angariação de Fundos para Gaza



Em Junho de 2024 lançámos uma Campanha de Angariação de fundos para a população de Gaza. O objectivo desta campanha é o de apoiar o trabalho que a nossa organização irmã AMURTEL está a fazer no terreno no apoio à população palestiniana, vítima de uma das maiores catástrofes humanitárias de sempre. A AMURTEL tem estado desde o início do reacender do conflito, a trabalhar no apoio à população através do fornecimento de bens alimentares, água, vestuário, itens básicos de higiene e acesso a cuidados médicos. Foram também desenvolvidos vários projectos educativos para as crianças e de bordados tradicionais para as mulheres.

Com este objectivo, foi criada uma campanha numa plataforma de fundraising online e foi feita divulgação no nosso website e redes sociais. Adicionalmente, foram realizados 3 eventos solidários para angariação de fundos para a campanha.

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 de Lisboa

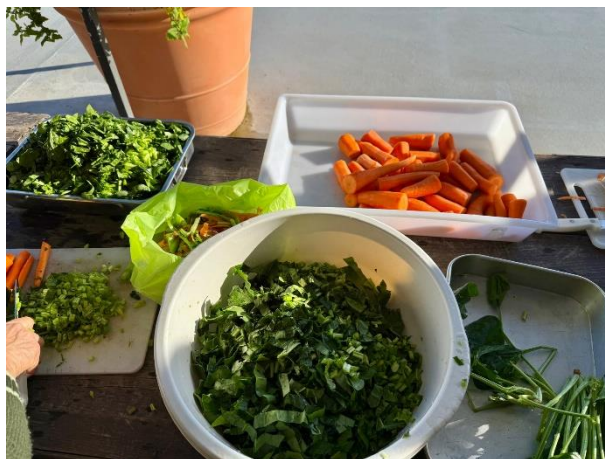
O núcleo de Lisboa dedicou-se sobretudo à gestão do projecto **Cozinha Solidária** e ao crescimento da sua equipa de voluntários, alargando assim as nossas possibilidades de acção e intervenção no nosso âmbito de actividade. Foram também realizados diversos **eventos solidários** para recolha de fundos para diferentes projectos.

Cozinha Solidária



Em 2024, a manutenção e gestão das 3 Cozinhas Solidárias em funcionamento: Algueirão, Carcavelos e Lisboa, foi a principal actividade. Em cada uma destas cozinhas, uma equipa de voluntários 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 do Beato, é feita a distribuição das refeições por famílias em situação de vulnerabilidade social que são identificadas e acompanhadas pelos serviços sociais das respectivas juntas de freguesia. Neste ano, tivemos várias empresas e organizações que trouxeram os seus colaboradores e também estudantes internacionais para ajudarem na confecção das refeições.

O projecto conta com o apoio de um programa de donativos mensais que ajuda a cobrir as necessidades financeiras relacionadas com a compra de alimentos, de botijas de gás e do aluguer dos espaços onde funcionam as cozinhas. Este programa é mantido incansavelmente por voluntários e amigos do projecto. Foi renovado um importante apoio financeiro



anual da Câmara Municipal de Cascais à Cozinha de Carcavelos. Foi também possível contar com os donativos em género ou em dinheiro de empresas e organizações, como: a Caixa Geral de Depósitos, a Constant Changes, a 4UnityProject e a Fruta Feia. Após a premiação em 2022 da Cozinha de Carcavelos, e em 2023 da Cozinha de Algueirão, em 2024 foi novamente a Cozinha de Carcavelos a receber o prémio “Bairro Feliz” da cadeia de supermercados Pingo Doce, que se relectiu num importante apoio a este projecto.

Eventos Solidários



CONCERTO HUMANITÁRIO A favor de Gaza

Donativo mínimo 5€

2 de OUTUBRO | 21:00

NA ZONA FRANCA NOS ANJOS
RUA DE MOÇAMBIQUE 42
LISBOA

Filme e Jantar Solidário, 6 de Julho

ONDE AS OLIVEIRAS CHORAM

NINGUÉM ESTÁ LIVRE ATÉ ESTARMOS TODOS LIVRES

Vem jantar, refletir e ajudar o povo Palestiniano.

19h30
Jantar vegetariano

21h00
Exibição do filme e Discussão

Local
Zona Franca nos Anjos (metro Anjos)

Mbway para donativo 912130545 (10€ mínimo recomendado)

Inscrição obrigatória em: <https://bit.ly/6-jul-2024>

No âmbito da Campanha de Angariação de Fundos para Gaza, iniciámos em Julho uma série de eventos solidários, entre os quais Concertos e a exibição de um documentário sobre a Palestina, seguido de debate.

Foram também realizados dois “Jantares Solidários” em benefício da Cozinha Solidária, em parceria com a associação Zona Franca nos Anjos.

Em Dezembro inaugurámos a série de eventos “Um dia por Uma Causa”, um evento solidário mensal, no qual é oferecida uma actividade diferente em cada mês (Workshop, Concerto, exibição de documentários..) seguidos de um almoço/jantar, para angariação de fundos para diferentes causas/projectos.



Núcleo da Covilhã

Na Covilhã, para além da prossecução dos nossos vários projectos, foi dada continuidade ao esforço de retomar vários contactos e de se iniciarem novos no sentido de alargar a nossa rede de parceiros e o campo de acção da AMURT, tanto na vila do Paul, quanto nas cidades da Covilhã e do Fundão.

Cozinha Solidária



AMURT - Associação de Apoio Social e Humanitário

Durante o ano de 2024 demos continuidade ao projecto da Cozinha Solidária da Covilhã. Este projecto foi dinamizado todas as terças-feiras nas instalações da Ananda Kalyani no Ourondo, com a confecção de refeições vegetarianas.

Ao longo do ano foram distribuídas pela nossa parceira ReFood da Covilhã mais de 1700 refeições a pessoas carenciadas

Na nossa equipa de voluntários participaram pessoas da comunidade local, da Erada e do Paúl, e houve também a participação das mulheres de 2 famílias refugiadas que residem actualmente no Paúl, ajudando na sua integração na Comunidade, bem como na partilha de gastronomia nacional e internacional.

Acolhimento e Integração de Refugiados



Foi dada continuidade ao projecto de acolhimento de uma família oriunda da Síria, constituída por sete pessoas (casal e cinco filhos) iniciado no ano anterior. Adicionalmente, em Junho de 2024, ao abrigo de um novo protocolo com a AIMA, a AMURT acolheu no Paul mais uma família de 8 elementos, desta vez oriunda do Afeganistão. Em Abril iniciámos toda a

preparação por parte dos Técnicos de Acolhimento e pela comunidade do Paul e da Erada, para que a família fosse acolhida da forma mais confortável, segura e tranquila possível. Esta família chegou a Portugal através de um pedido de Reunificação Familiar por parte do sobrinho que chegou a Portugal há 2 anos e que em Dezembro de 2024 escolheu vir viver com a família para o Paul.

O apoio prestado a estas famílias consiste no seu acolhimento e integração em termos de habitação na vila do Paul (Covilhã), na sua integração social e escolar, suporte emocional, integração no Sistema Nacional de Saúde, Segurança Social e Finanças e apoio no acesso ao mercado de trabalho.

Relativamente à família da Síria, o projecto concluiu o Protocolo com a AIMA em Dezembro de 2024, completando assim os 18 meses de projecto. Foi feita a transição do apoio à família,

AMURT - Associação de Apoio Social e Humanitário

passando da AMURT para a Segurança Social da Covilhã, transição essa que foi feita de uma forma bastante harmoniosa, ficando a família a habitar no Paul na casa cedida pela AMURT até conseguir uma habitação social cedida pela Câmara Municipal da Covilhã.

Yoga na Prisão

Em Janeiro de 2024 deu-se início ao Projecto de Yoga e Meditação no Estabelecimento Prisional da Covilhã, um projecto de visitas semanais com o propósito de levar suporte e conforto emocional aos reclusos através de práticas como o Yoga e a meditação. Durante o ano realizámos 4 ciclos de aulas, com a duração de 6 semanas cada um.



Ao todo contámos com a presença de 20 reclusos que manifestaram grande interesse na frequência das aulas. Alguns deles repetiram os ciclos dado que sentiram grandes benefícios no seu dia-a-dia.

Para celebrar o dia Internacional do Yoga, no dia 20 de Junho, realizámos uma aula aberta a todos, no pátio da prisão, que contou com os nossos alunos, alguns reclusos que quiseram experimentar e com alguns professores do Estabelecimento Prisional.

Foi um projecto muito acarinhado pelos técnicos e responsáveis do Estabelecimento Prisional da Covilhã, assim como pelos reclusos.

Visitas aos Lares



Durante o ano de 2024 a equipa de animadores assegurou a animação aos dois lares de idosos do Paúl: o Lar do Centro Paroquial da Nossa Senhora das Dores e o Lar das Oliveirinhas. A animação foi feita às quintas-feiras, uma vez por mês em cada lar. Estas visitas têm o objectivo de trazer conforto emocional, escuta e partilha activas e actividades de entretenimento com cantigas, dança e estórias.

Durante o ano a equipa de animadores sofreu algumas alterações, tendo conseguido assegurar o funcionamento durante metade do ano de 2024. Na segunda metade do ano a animação esteve parada e será retomada com uma equipa renovada durante o ano de 2025.

Concerto Humanitário para angariação de fundos para Gaza



Em Maio organizámos um Concerto Humanitário nas instalações da Junta de Freguesia da Erada, com a cantora e contadora de histórias Kamala, para angariação de fundos para apoiar o trabalho da AMURTEL de apoio à população palestiniana no Egipto e em Gaza.

Comunicação

Website

O website (www.amurt.pt) continua a ser o principal cartão de visita da AMURT Portugal, dando a conhecer os principais projectos e acções desenvolvidas no nosso país. Foram feitas algumas melhorias no conteúdo do website e foram inclusivamente criados novos separadores com mais informação sobre os nossos projectos.

Redes Sociais

As páginas de Instagram e Facebook da AMURT Portugal constituem a forma mais rápida e interactiva de comunicar com o público em geral. Para além de notícias sobre os projectos nacionais e internacionais e eventos, é através destas páginas que nos chegam muitos pedidos de informação sobre o projecto SOS Adopção à Distância, Cozinha Solidária, donativos e oportunidades de voluntariado. Em 2024, para além da dinamização das redes sociais já existentes, foram também criadas páginas da AMURT no LinkedIn e no YouTube.

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

[Website](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[LinkedIn](#)

[YouTube](#)