

# RELATÓRIO DE ATIVIDADES | 2020





## Conteúdo

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	3
<b>A MISSÃO</b> .....	4
<b>A VISÃO</b> .....	4
<b>OS VALORES</b> .....	5
<b>OBJETO SOCIAL</b> .....	5
<b>ORGANOGRAMA</b> .....	6
<b>ESTRUTURA</b> .....	7
<b>NÚCLEO EMPREGO &amp; EMPREENDEDORISMO</b> .....	8
<b>NÚCLEO SOCIAL</b> .....	10
<b>RESUMO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM 2020</b> .....	15
<b>CONCLUSÃO</b> .....	24



## INTRODUÇÃO

As atividades desenvolvidas pela Querer Ser pretenderam reforçar o alinhamento da instituição em torno da razão basilar da sua existência enquanto Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) que procura prestar apoio à comunidade nas áreas do emprego e empreendedorismo e da prevenção e combate à violência doméstica e de género.

Conscientes do meio onde nos encontramos inseridos, dos destinatários de cada uma das nossas ações e da importância da nossa rede de parceiros para a prossecução dos nossos objetivos, as atividades desenvolvidas foram definidas tendo em conta a Missão, Visão e Valores da Querer Ser.

Ao pensarmos na execução das atividades não deixamos de reconhecer os condicionamentos resultantes da pandemia originada pelo novo coronavírus que implicaram uma adaptação por parte de todos os setores da sociedade e a necessidade de criar medidas de contingência capazes de mitigar a transmissão do vírus e garantir a segurança dos cidadãos em contexto de pandemia, bem como a necessidade de alterar algumas das atividades propostas para o ano de 2020. Contudo, sabemos com clareza que o impacto da pandemia de covid-19 vai muito para além das supracitadas condicionantes, deixando a descoberto as fragilidades sociais do nosso concelho e a conseqüente procura crescente da nossa Associação devido ao aumento de pessoas desempregadas e de pessoas vítimas de violência doméstica. Por essa razão, permanecemos ambiciosos nas ações a concretizar e no bem-estar que queremos proporcionar aos nossos beneficiários otimizando todos os recursos disponíveis e garantindo uma equipa multidisciplinar motivada e determinada em superar todos os obstáculos e em melhorar de forma constante a qualidade dos serviços prestados pela Associação.

A Querer Ser tem orientado o seu trabalho para a promoção do emprego e do empreendedorismo, ferramentas essenciais na luta contra o desemprego e a exclusão social. Sendo este o princípio basilar que sustenta o seu trabalho desde o dia da sua criação, a Associação dispõe de respostas qualificadas e abrangentes a todas as



populações do concelho: o GIP, a EPAT, o INCORPORA e, mais recentemente, o Projeto Ser a Escolha. Para além das respostas na área do emprego e do empreendedorismo, a Associação tem vindo a acrescentar novas respostas às necessidades da população do concelho, pelo que atualmente dedica parte da sua intervenção social à área da violência doméstica e de género através do Projeto Saber Amar.

Assim, os serviços e projetos desenvolvidos pela Associação pretendem responder às necessidades dos seguintes beneficiários:

- Desempregados de curta e longa duração;
- Famílias monoparentais;
- Vítimas de violência doméstica e de género;
- Jovens em situação de vulnerabilidade e exclusão social ou sinalizados com comportamentos de risco.

É também sua atribuição promover a integração social e comunitária dos utentes no concelho de Gondomar, atendendo aos problemas e necessidades diagnosticadas e encaminhadas por outras entidades, designadamente, pela Rede Social.

#### **A MISSÃO**

Desenvolver a sua intervenção na área social através de respostas e serviços adequados às necessidades das pessoas da Comunidade, promovendo o seu bem-estar e qualidade de vida.

#### **A VISÃO**

Constituir-se como uma IPSS de referência reconhecida no concelho de Gondomar pelo carácter próximo, inovador e qualificado com que desenvolve a sua intervenção junto da Comunidade.



## OS VALORES

- a) Inovação: Atuar de forma diferenciada e criativa sempre no caminho da resolução de problemas de forma eficaz e na criação de um impacto positivo nas pessoas;
- b) Ética: Garantir uma conduta moral íntegra e de respeito pela dignidade e pelos direitos de cada pessoa, garantindo a sua beneficência acima de tudo;
- c) Excelência: Intervir de forma empreendedora implementando respostas adaptadas às necessidades identificadas. Valorizar o desenvolvimento de competências dos colaboradores e apostar na atualização constante das estratégias e práticas de atuação;
- d) Proximidade: Atuar de forma integrada e orientada para a Comunidade fomentando a autonomia dos cidadãos. Conhecer a realidade onde estamos inseridos e assumir um papel ativo no seu desenvolvimento;
- e) Confiança: Construir diariamente um relacionamento de confiança entre a Associação e os seus beneficiários, bem como com os seus parceiros;
- f) Cooperação: Promover a partilha e o trabalho em conjunto. O envolvimento de todos e o trabalho em equipa são fundamentais para o bom funcionamento da Querer Ser;
- g) Profissionalismo: Adotar um modelo de intervenção assente na ética, no respeito e na confidencialidade. A nossa atuação pauta-se pelo cumprimento das responsabilidades com rigor, dedicação e de acordo com os normativos da Instituição;
- h) Não Discriminação em função da idade, origem étnica, género, orientação sexual, religião, extrato social, estado civil, deficiência, doença, convicções políticas ou ideológicas.

## OBJETO SOCIAL

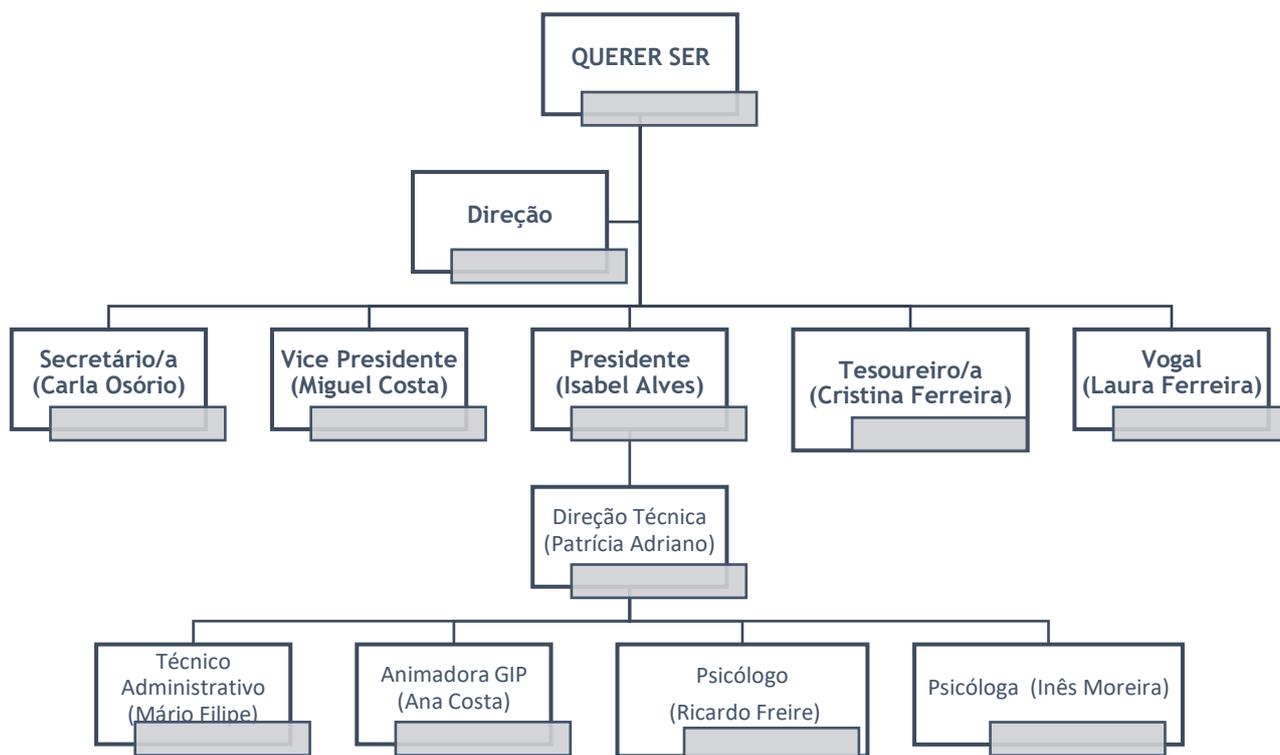
A Querer Ser pretende contribuir para o desenvolvimento social, cultural e profissional da população em geral, designadamente através da:

- a) Promoção da integração social e profissional de pessoas desfavorecidas, mais propriamente desempregados, vítimas de violência doméstica, pessoas portadoras de deficiência, imigrantes e toxicodependentes;
- b) Promoção de ações de sensibilização/informação junto da população em geral;



- c) Promoção de formação profissional destinada à comunidade em geral para o incentivo da inclusão social e empregabilidade;
- d) Criação de Gabinetes de apoio social para atendimento e acompanhamento de pessoas vítimas de exclusão social e/ou integradas em grupos de risco, designadamente toxicodependentes;
- e) Promoção de atividades, iniciativas e projetos formativos e não formativos que promovam o respeito pelo princípio da igualdade de género e oportunidades e a prevenção e combate à violência de género, a inclusão social de pessoas desfavorecidas, integradas em grupos de exclusão social, designadamente desempregados, ou em situação de risco;
- f) Outras atividades que permitam a sustentabilidade financeira da Associação.

## ORGANOGRAMA





## ESTRUTURA





## NÚCLEO EMPREGO & EMPREENDEDORISMO

### GIP

Ao longo do ano de 2020, o Gabinete de Inserção Profissional da Querer Ser apoiou os seus beneficiários através de atividades de informação, esclarecimento, orientação e encaminhamento para ofertas de emprego e formação profissional. Estas atividades assumiram carácter individual e grupal: em termos individuais, os beneficiários usufruíram do atendimento prestado pela Animadora do GIP no seu horário de funcionamento, cifrando-se em **1809 atendimentos**; a nível grupal, foram realizadas **97 ações** de informação sobre medidas ativas de emprego e formação, oportunidades de emprego e programas comunitários de apoio à mobilidade no emprego ou formação. Resultante deste acompanhamento em proximidade das pessoas em situação de desemprego, contabilizam-se **23 integrações profissionais**.

### EPAT

A Entidade Prestadora de Apoio Técnico realizou, em 2020, **51 atendimentos** a pessoas em situação de desemprego que manifestaram interesse na criação do próprio emprego, resultantes em **25 projetos** de conceção de negócios, **14 aprovados** e **27 projetos em acompanhamento**.

### INCORPORA

O INCORPORA é um projeto que efetua a mediação entre oferta e procura de emprego, promovendo assim não só um aumento do número de integrações profissionais, mas sobretudo a qualidade e sucesso das mesmas, por trabalhar os perfis profissionais mais adequados às ofertas de emprego e acompanhar esse mesmo processo de integração profissional. No âmbito do INCORPORA, no ano de 2020 foram realizados **266 atendimentos** a potenciais trabalhadores, **31 reuniões** com entidades empregadoras e **43 integrações profissionais**.



## SER A ESCOLHA

O Projeto SER A ESCOLHA, premiado pelo BPI “La Caixa” Solidário 2019, é um projeto inovador que promove a inclusão social das pessoas afastadas do mercado de trabalho através da promoção da empregabilidade dos indivíduos menos qualificados e em situação de exclusão social, mas também, do reforço da autoestima e do empowerment, com recurso ao Counseling e ao Coaching de Inserção Profissional, à Elaboração de Portefólio de competências, à Criação de Plano de Vida e Carreira e do Espaço Co-Networking. No ano de 2020, foram realizados **141 atendimentos**, o nosso espaço Co-Networking foi utilizado por **52 pessoas**, foram respondidos **141 anúncios de emprego**, foram criados **88 currículos** e foram conseguidas **19 integrações profissionais**.

## NEGÓCIOS SOCIAIS

### SER Clean

A Querer Ser dispõe de um serviço nas áreas da limpeza, engomadoria, jardinagem e pequenas reparações domésticas – SER CLEAN. Fazem parte da sua bolsa de prestadores de serviços pessoas desempregadas, em situação de exclusão social, permitindo a sua integração no mercado de trabalho.

Este negócio social iniciou-se no âmbito de uma candidatura proposta ao Programa Capacitação para o Investimento Social – tipologia 3.32, promovido pelo Programa Portugal Inovação Social (Portugal 2020).

No ano de 2020, a SER CLEAN prestou serviço a **4 clientes**, uma redução face aos serviços prestados no ano anterior que deriva dos constrangimentos originados pela pandemia de covid-19.



### PROJETOS DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

Durante o ano de 2020, a QS desenvolveu diversas ações educativas e preventivas em contexto escolar, abordando a temática da Violência no Namoro, de Comportamentos de Risco, das transformações físicas e psicológicas decorrentes do período da adolescência, da Igualdade de Género e da Gestão Emocional, para além de workshops de Literacia Financeira e formação junto dos seus beneficiários que respeitam grupos potencialmente vulneráveis, constituídos nomeadamente por pessoas com baixos rendimentos, desempregados de longa duração e beneficiários do RSI, baixos níveis de qualificação, ex-reclusos, jovens sujeitos a medidas tutelares educativas e cidadãos sujeitos a medidas tutelares executadas na comunidade, sem abrigo, pessoas com comportamentos aditivos e dependências, nomeadamente:

- Compreensão Oral e Escrita,
- Inclusão Digital (Adesão às Redes Sociais, Ferramentas de Office e Ferramentas Online: E-mail e Pesquisas) e
- Comunicação Escrita.

### SAI

O Serviço de Atendimento Individual presta atendimento técnico por parte dos elementos da QS, no qual são detetadas as necessidades e elaborada uma triagem das principais carências do indivíduo às quais urge dar respostas. Este serviço é a ponte de ligação entre a QS e a comunidade, ajustando as respostas sociais aos seus destinatários. Tendo por base a triagem efetuada, os utentes são encaminhados para os serviços competentes, de acordo com as suas carências (formação profissional, institutos e entidades públicas, instituições da rede social, entre outros). No ano de 2020, foram realizados **288 atendimentos** resultantes em **210 encaminhamentos**.



O Serviço de Apoio ao Doente Oncológico visa a promoção de atividades no âmbito da Psicologia, acompanhamento, sensibilização, workshops e iniciativas de índole psicoterapêutica e psicoeducativa destinadas não só a doentes oncológicos, mas também aos seus familiares/cuidadores. No ano de 2020, acompanhamos 8 pessoas com doença oncológica, tendo conseguido dinamizar ainda uma atividade sobre o papel da alimentação na prevenção do cancro e ainda sobre a importância da nutrição e da alimentação para o doente oncológico nas diferentes fases do tratamento.

Desde a aprovação da candidatura à Tipologia 3.32 Programa de Capacitação para o Investimento Social – FÉNIX, foi-nos possível promover o suporte social, a autoestima, a qualidade de vida e o bem-estar do doente.

Paralelamente, em cocriação com o prestador de serviços contratado para o âmbito, foi possível capacitar a nossa equipa técnica nas seguintes áreas e intervenção:

- Sistemas de gestão organizacional, com enfoque na componente gestão de RH
- Criação de um Plano empresarial da IIES Fenix

No decurso deste acompanhamento e da execução do projeto, desenvolvemos competências de análise e compreensão nas áreas que se apresentavam como lacunas na gestão da IIES, criando assim 4 ferramentas que podem ser implementadas e trabalhadas pela equipa técnica, nomeadamente:

- Manual de Acolhimento
- Plano de Carreira
- Avaliação de Desempenho
- Plano Estratégico da Fénix

Com estas ferramentas, a Querer Ser consegue melhorar a gestão dos Recursos Humanos necessários para o correto acompanhamento dos utentes nas diversas áreas de atuação, bem como interpretar a estrutura financeira para compreensão de viabilidade das atividades a realizar, analisando os seus custos e as receitas necessárias para os cobrir.



O projeto Saber Amar, financiado pela CIG – Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género, engloba um conjunto de atividades destinadas a vítimas, a profissionais de educação, à população jovem e à comunidade em geral nas vertentes de prevenção, sensibilização e intervenção na Violência Doméstica e de Género. No que respeita à intervenção com pessoas vítimas, destacam-se as sessões coletivas e individuais (consoante as necessidades) que têm como objetivo empoderar e apoiar na construção de planos de vida, favorecendo a autonomia e o bem-estar das vítimas, assim como, e sempre que necessário, o apoio à capacitação financeira e à integração profissional. O projeto contou ainda com um filme animado (seguido de debate) que foi dinamizado nas escolas e com diversas campanhas e atividades de sensibilização junto da comunidade. Propondo uma intervenção inovadora que abrange diversos agentes pertencentes a este contexto, o Saber Amar procura ser uma mais-valia na prevenção e no combate à Violência Doméstica e de Género, contribuindo para uma sociedade mais justa e igualitária, e ainda complementar as respostas oferecidas por outras instituições sociais do concelho. Durante o ano de 2020, foram acompanhadas **41 pessoas vítimas de violência doméstica e de género, 19 individualmente e 22 em grupo**, num total de **69 sessões** dinamizadas. As ações de divulgação e sensibilização comunitária realizadas, tanto em formato físico como digital, alcançaram **mais de dez milhares de pessoas**. No que à população jovem diz respeito, as diversas ações de prevenção no âmbito do Projeto Saber Amar e de sensibilização para a igualdade de género desenvolvidas pela Querer Ser nas escolas alcançaram um total de **650 alunos**.

## ATIVIDADES

Ao longo do ano de 2020 a QUERER SER, para além da dinamização dos múltiplos Gabinetes, Programas e Projetos ligados aos seus núcleos de atuação, desenvolveu uma série de atividades abertas a todos os elementos da comunidade. Estas atividades, sempre de carácter gratuito, foram alicerçadas em temáticas direcionadas sobretudo à população-alvo de intervenção da QS, nomeadamente desempregados de curta e longa



duração; famílias monoparentais, vítimas de violência doméstica; jovens (em situação de vulnerabilidade/exclusão social ou sinalizados com comportamentos de risco).

A realização das atividades abertas à comunidade, para além de proporcionarem momentos lúdicos e pedagógicos de aprendizagem, conferem ainda visibilidade à QS dando a conhecer o trabalho desenvolvido e permitindo alcançar um maior número de pessoas, sempre com o propósito de fazer a diferença nas suas vidas oferecendo respostas e soluções consoante as suas necessidades.

Por fim, a QS quer deixar um profundo agradecimento a todos os parceiros que contribuíram para o sucesso das atividades:

Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) de Gondomar - Administração Regional de Saúde do Norte. I.P.

Administração Regional de Saúde do Norte. I.P. - ACES Gondomar

Bioderma

Junta de Freguesia de Rio Tinto

Câmara Municipal de Gondomar

Margem – Formação e Consultadoria Económica, Lda.

Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda

Agente a Norte

Centro Social de Soutelo

Escola Secundária de Gondomar

IEFP – Centro de Emprego

Junta de Freguesia de Foz do Sousa e Covelo

Associação Vai Avante

Santa Casa Misericórdia de Gondomar

União de Freguesias Gondomar, S. Cosme e Valbom



União de Freguesias Fânzeres e S. Pedro Cova

Academia Gold Repair (Escolhas Santa Bárbara)

Junta de Freguesia de Baguim do Monte

Câmara Municipal de Gondomar

Centro Social Valbom

Ana Sousa Cabeleireiros

Café Picolé

Café Sossego

Florista da Igreja

Restaurante da Igreja

Café Pavilhão

Policlínica Central de Fânzeres

Loja das Vaidades

Formiguinha – Loja de Vestuário

Pitada Secreta

Pretty Woman Cosméticos (Centro Comercial Mafavis)

Drogaria Sr. Henrique

Casa Moisés Minimercado

Xana Beautycenter

Café La Luna

Florista Jasmim

Confeitaria Doce Espaço

Café Crisbel



Café Bem-me-quer

Frutaria Sorrifruta

Café Saint Tropez

O Nosso Espaço Cabeleireiros

Minimercado Camélia

Espaço Café

Cafeteria Grandes Sabores

Pão Quente A Juventude

Café Chantal

Cantinho das Cavadas

Frutaria das Cavadas

Kim-Kim Café & Restaurante

Teixeirinha – Pão Quente

Grafilopes

Eurolojas

## RESUMO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM 2020

<i>Namorar sem Violência: Realizada no âmbito do Projeto Saber Amar</i>	Datas: 14/02/2020
	Local: Rio Tinto
	N.º sessões: 1
	N.º participantes: 100
	Descrição: No dia 14 de fevereiro de 2020, a Querer Ser, assinalando o Dia dos Namorados, participou em mais uma campanha de divulgação do projeto Saber Amar e de sensibilização contra a violência no namoro e de género. A iniciativa contou com a associação do parceiro Margem e ao longo da manhã foram expostas frases e palavras de



	<p>sensibilização contra a violência no namoro e de género, assim como distribuídos 100 flyers com as informações gerais do projeto e autocolantes. Os flyers foram entregues nas imediações da Escola E.B. 2,3 de Rio Tinto junto dos pais dos alunos, dos professores e da psicóloga da escola. A comunidade demonstrou-se bastante receptiva a ouvir informações sobre o projeto reforçando a necessidade e a mais-valia de projetos neste âmbito.</p> <p>Parcerias: Margem – Formação e Consultadoria Económica, Lda.</p>
<i>Workshop “Nutrição Oncológica”</i>	Datas: 03/03/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 1
	N.º participantes: 6
	Descrição: Por esse motivo, a Querer Ser procurou o apoio de especialistas na área da nutrição com o intuito de fornecer à comunidade informações essenciais sobre o papel da alimentação na prevenção do cancro e ainda sobre a importância da nutrição e da alimentação para o doente oncológico nas diferentes fases do tratamento.
<i>Ações primárias de Sensibilização no âmbito das Dependências</i>	Datas: 16 e 17/06/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 2
	N.º participantes: 20
	Descrição: Estas ações surgem no âmbito da prevenção. A adolescência é descrita como um período que acarreta grandes transformações na vida do jovem, podendo, assim, deixá-lo mais exposto e vulnerável face a inúmeros comportamentos de risco, nomeadamente o consumo de substâncias psicoativas que tem vindo a tomar grandes proporções entre a população mais jovem. Foram realizadas duas sessões com 20 adolescentes, da Sala de Estudo Vogal e Consoante. As mesmas foram asseguradas por um técnico da ARS Norte.
Parcerias: Administração Regional de Saúde do Norte. I.P. - ACES Gondomar	
<i>Workshop “Marketing Pessoal”</i>	Datas: 14/09/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 1
	N.º participantes: 10 mulheres
	Descrição: O Workshop de Marketing Pessoal procurou dotar as participantes de conhecimentos e ferramentas que promovam a sua imagem pessoal e profissional. Nos dias de hoje a autoestima está intrinsecamente relacionada com questões de imagem. Uma aparência cuidada não só é importante para a pessoa se sentir bem consigo própria, como é igualmente de importância fulcral noutras dimensões da vida, como por exemplo, na obtenção de emprego e no exercício de determinadas



	<p>profissões. Através deste <i>workshop</i> as participantes adquiriram conhecimentos essenciais para a gestão da sua autoimagem, bem como sobre a posturas adequadas em contextos sociais e profissionais.</p> <p>Parcerias: Bioderma (doação de produtos de higiene, cosméticos e acessórios de maquilhagem)</p>
	<p>Datas: 22 e 23/09/2020</p> <p>Local: Escola Básica Infanta D. Mafalda (Escola Básica da Boavista)</p> <p>N.º sessões: 4</p> <p>N.º participantes: 24 crianças do 1º ciclo</p> <p>Descrição: É essencial preparar as crianças para desempenharem com sucesso os múltiplos papéis que as esperam no futuro, devendo-se incluir na sua educação competências que lhes permitam o desenvolvimento de atitudes pessoais, valores e competências interpessoais que as preparem para os mais variados papéis que irão ter de assumir no futuro. Estamos, por isso, a referir-nos às competências socio-emocionais. A aprendizagem socio-emocional pode ser definida como a “capacidade para reconhecer e gerir emoções, resolver problemas eficazmente e estabelecer relações positivas com os outros” (Zins &amp; Elias, 2006) e é vista como o processo de: aquisição e aplicação de conhecimentos, atitudes e competências necessárias para reconhecer e gerir eficazmente emoções; desenvolvimento de afeto e preocupação com os outros; tomada de decisões responsáveis e assertivas; e estabelecimento de relações positivas, pelo que educar a criança com vista a esta aprendizagem é uma ferramenta imprescindível para o seu desenvolvimento ótimo e para o seu bem-estar biopsicossocial.</p> <p>Esta iniciativa implementada no Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda, mais propriamente na Escola Básica da Boavista, permitiu desenvolver atividades de expressão emocional, auto e hétero-reconhecimento de emoções; promoção do pensamento positivo em situações adversas; promoção do respeito por opiniões e pontos de vista diferentes; promoção da diferenciação entre uma atitude submissa, agressiva e assertiva; e identificação e formas de superar os medos com recurso a materiais pedagógicos especialmente vocacionados para trabalhar as competências socio-emocionais em crianças.</p> <p>Parcerias: Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda</p>
<i>Aula livre de Yoga</i>	<p>Datas: 25/09/2020</p> <p>Local: Parque Aventura, Lipor</p> <p>N.º sessões: 1</p> <p>N.º participantes: 10</p> <p>Descrição: Com o objetivo de proporcionar uma atividade relaxante e <i>outdoor</i> aos utentes e associados da QS, foi disponibilizada uma aula aberta de <i>yoga</i>.</p>



	Parcerias: Lipor – Serviço Intermunicipalizado de Gestão de Resíduos do Grande Porto
<i>Programa de Apoio aos Desempregados</i>	Datas: 6 e 7/10/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 2
	N.º participantes: 12
	Descrição: Uma das maiores dificuldades sentidas pelos desempregados é o isolamento social experienciado pelo indivíduo. Por essa razão, a Querer Ser desenvolveu um programa de intervenção em grupo composto por um conjunto de dinâmicas que têm o objetivo de auxiliar os utentes durante o período de desemprego, facilitando a sua inclusão social e a promoção do bem-estar, bem como a promoção de competências pessoais com vista à inserção e reinserção no mercado de trabalho e a promoção de uma atitude de procura ativa de emprego. As dinâmicas desenvolvidas ao longo do ano englobaram técnicas de intervenção de diversas correntes terapêuticas destacando-se a terapia da Gestalt e a terapia Rogeriana. Estas dinâmicas forneceram um nível base de estimulação capaz de ativar processos que permitem a tomada de consciência das dimensões intrapsíquicas e relacionais do funcionamento humano, e facilitaram a aquisição de novos modos de pensar, sentir e relacionar-se com os outros. Ao longo das sessões, e em grupo, foram a dimensão emotivo-afetiva, a dimensão cognitiva e a dimensão experiencial, com um foco especial na promoção do autoconhecimento.
<i>Workshop “Gestão Financeira em tempos de Covid”</i>	Datas: 15 e 16/10/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 2
	N.º participantes: 16
	Descrição: No mês de outubro, a Querer Ser realizou dois Workshops intitulados “Gestão Financeira em tempos de Covid”. Ao longo das sessões, os participantes tiveram a oportunidade de aprender a gerir os seus orçamentos pessoais e familiares de forma simples e através de atividades práticas num ambiente confortável de partilha de experiências e opiniões.
<i>Dia Municipal para a Igualdade</i>	Datas: 24/10/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 1
	N.º participantes: 12
	Descrição: A Querer Ser assinalou o Dia Municipal para a Igualdade com um vídeo onde os seus utentes tiveram a oportunidade de partilhar as suas opiniões sobre o significado da palavra “Igualdade”. Mobilizados os utentes para a participação na atividade, a QS divulgou o vídeo nas suas páginas oficiais de internet com o propósito de sensibilizar a comunidade para a



	importância de todos juntos construirmos uma sociedade mais igualitária.
<i>Campanha Outubro Rosa</i>	Datas: 30/10/2020
	Local: Rio Tinto, QS
	N.º sessões: 1
	N.º participantes: 30
	Descrição: No dia 30 de outubro, assinalou-se o Dia Nacional de Prevenção do Cancro da Mama e a Querer Ser decidiu juntar-se a esta causa sensibilizando a comunidade para a importância da deteção precoce do cancro da mama. Nesse sentido, a data foi marcada com a oferta de máscaras cor de rosa (numa alusão à importância de mantermos as medidas de segurança durante a pandemia) em sacos que continham uma mensagem de sensibilização para a importância de diagnosticar precocemente o cancro da mama.
<i>Programa de Prevenção e Intervenção de Comportamentos Agressivos nas Relações Amorosas</i>	Datas: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1.ª Sessão “Adolescência”: 12/11/2020</li><li>• 2.ª Sessão “Comportamentos de risco”: 03/12/2020</li><li>• 3.ª Sessão “Sexualidade, afetos e emergência de novos tipos de comportamentos de risco associados às redes sociais”: 17/12/2020</li><li>• 4.ª Sessão “Relações interpessoais”: a realizar (os constrangimentos provocados pela pandemia de covid-19 atrasaram o início das sessões em contexto escolar)</li></ul>
	Local: Escola Básica Infanta D. Mafalda
	N.º sessões: 21
	N.º participantes: 7 turmas do 9.º ano (aprox. 160 estudantes e 3 profissionais de educação)
	Descrição: A adolescência é uma fase de transição e na qual ocorrem múltiplas alterações, quer ao nível físico, psicológico, cognitivo e social. A construção de identidade é uma tarefa de extrema importância ao longo da adolescência, definindo-se a personalidade, os valores, a identidade sexual e vocacional/profissional. Assim torna-se uma fase na qual é essencial uma intervenção de carácter preventivo para situações de violência. Assim, estas sessões visaram temáticas relacionadas com a igualdade de género, <i>bullying</i> , comportamentos de risco, sexualidade e afetos, prevenção do abuso, relações interpessoais, assertividade, entre outros temas de interesse para os adolescentes que participaram. Nesta atividade foi também trabalhada a iniciativa “Ser #, Ser=”, foram abordados e trabalhados os temas relativamente à Igualdade de Género, Violência no Namoro e abusos que emergem desta.
	Parcerias: Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda
<i>Filme “A Linha”:</i>	Datas: 18 a 27/11/2020



<i>Realizada no âmbito do Projeto Saber Amar</i>	Local: Escola Básica Infanta D. Mafalda
	N.º sessões: 10
	N.º participantes: 10 turmas do 7.º ano (221 estudantes e 10 profissionais de educação)
	Anexos: Fotografias das sessões.
	<p>Descrição:</p> <p>A animação “A Linha”, foi criada com o propósito de sensibilizar a população jovem para a problemática da violência nas relações de namoro e funciona como ponto de partida para um debate em contexto educativo. A atividade foi inserida no PPES (Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde), no âmbito do tema “Afetos e Educação para a Sexualidade”, e engloba, para além do filme animado, um guião para o dinamizador e um questionário sobre as opiniões dos jovens sobre questões relativas à violência no namoro.</p> <p>Principais objetivos da atividade:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilizar a população jovem para a temática da violência no namoro;</li><li>• Alertar para a distinção entre o que é uma relação saudável e uma relação potencialmente abusiva;</li><li>• Refletir sobre o modo como as relações de poder e controlo podem estar presentes no namoro;</li><li>• Promover a compreensão da importância dos afetos e da expressão dos sentimentos;</li><li>• Promover relações de namoro igualitárias, de respeito mútuo e não violentas.</li></ul>
Parcerias: Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda	
<i>Campanha “Face-OFF”: Realizada no âmbito do Projeto Saber Amar</i>	Data: Dia Internacional pela Eliminação da Violência contra as Mulheres: 25/11/2020
	Local: Concelho de Gondomar
	N.º participantes: 1859 pessoas
	Descrição: A campanha Face-OFF procurou tirar proveito da evolução digital para transmitir à comunidade uma mensagem de sensibilização contra o flagelo social da violência doméstica e de género.
	<p>Durante o dia 25 de novembro, a população do concelho de Gondomar encontrou cartazes em diversas entidades públicas, estabelecimentos comerciais e páginas de redes sociais. Os 300 cartazes impressos foram distribuídos pelas autarquias, pelos parceiros, pelas associações sociais, pelas escolas e por vários estabelecimentos de restauração, moda e beleza do concelho. Foram criados quatro modelos de cartazes diferentes, cada um com o respetivo título e imagem: “Família Feliz”, “Tesouro de Sonho”, “Rica Sorte” e “Bela Fortuna”. Foram ainda disponibilizados quatro modelos diferentes de cartazes em formato digital para divulgação dos parceiros nas suas redes sociais. De forma a participar na atividade cada pessoa</p>

necessitou apenas de fotografar (ler), com recurso a um smartphone, o QR Code disponível em cada um deles.

Após capturar o QR Code, o participante foi direcionado para uma página web onde lhe foi pedido para “raspar” uma raspadinha digital que revelava uma imagem alusiva à violência doméstica. As imagens foram criadas com o apoio dos atores da Agente a Norte e retratavam situações de violência contra as mulheres, violência contra os idosos, violência no namoro e violência familiar. Cada uma das imagens foi acompanhada por informações estatísticas sobre o fenómeno da violência

Parcerias: Junta de Freguesia de Rio Tinto

Câmara Municipal de Gondomar

Margem – Formação e Consultadoria Económica, Lda.

Agrupamento de Escolas Infanta D. Mafalda

Agente a Norte

Centro Social de Soutelo

Escola Secundária de Gondomar

IEFP – Centro de Emprego

Junta de Freguesia de Foz do Sousa e Covelo

Associação Vai Avante

Santa Casa Misericórdia de Gondomar

União de Freguesias Gondomar, S. Cosme e Valbom

União de Freguesias Fânzeres e S. Pedro Cova

Academia Gold Repair (Escolhas Santa Bárbara)

Junta de Freguesia de Baguim do Monte

Câmara Municipal de Gondomar

Centro Social Valbom

Ana Sousa Cabeleireiros

Café Picolé

Café Sossego

Florista da Igreja

Restaurante da Igreja

Café Pavilhão

Policlínica Central de Fânzeres

Loja das Vaidades

Formiguinha – Loja de Vestuário

Pitada Secreta



	<p>Pretty Woman Cosméticos (Centro Comercial Mafavis)</p> <p>Drogaria Sr. Henrique</p> <p>Casa Moisés Minimercado</p> <p>Xana Beautycenter</p> <p>Café La Luna</p> <p>Florista Jasmim</p> <p>Confeitaria Doce Espaço</p> <p>Café Crisbel</p> <p>Café Bem-me-quer</p> <p>Frutaria Sorrifruta</p> <p>Café Saint Tropez</p> <p>O Nosso Espaço Cabeleireiros</p>
	<p>Data: 3 a 23/12/2020</p> <p>Local: Concelho de Gondomar</p> <p>N.º participantes: 11 famílias apoiadas com a iniciativa</p> <p>Descrição: Recolha e doação de bens não perecíveis para as famílias mais carenciadas do concelho. Com a solidariedade de todos, foi possível angariar: 41 kg de arroz; 66 pacotes de massa; 103 enlatados/frascos; 29 frascos de feijão; 126 pacotes de bolachas/cereais/derivados; 5 bebidas várias; 22 pacotes de leite; 26 produtos de higiene e beleza; 50 produtos de limpeza; 24 produtos de cultura e lifestyle.</p>
<i>Árvore de Natal Solidária</i>	<p>Parcerias: Minimercado Camélia</p> <p>Ana Sousa Cabeleireiros</p> <p>Espaço Café</p> <p>Margem – Formação e Consultadoria Económica, Lda.</p> <p>Cafetaria Grandes Sabores</p> <p>Pão Quente A Juventude</p> <p>Café Chantal</p> <p>Cantinho das Cavadas</p> <p>Frutaria das Cavadas</p> <p>Kim-Kim Café &amp; Restaurante</p>



	Teixeirinha – Pão Quente Grafilopes – Impressão dos cartazes Eurolojas – Doação de alimentos e decoração das árvores de Natal dos locais aderentes
<i>Segurança em Isolamento: Guia de Apoio para Vítimas de Violência Doméstica durante o período de confinamento</i>	Descrição: Esta atividade foi realizada no âmbito do <i>Projeto Saber Amar</i>
<i>Guia para a Integração no Mercado Trabalho</i>	Descrição: Esta atividade foi realizada no âmbito do Projeto Ser a Escolha
<i>Feira de Emprego</i>	Descrição: Esta atividade não foi realizada em virtude da pandemia de covid-19 e das necessárias medidas de segurança para mitigar a transmissão do novo coronavírus.
<i>Trilhos</i>	Descrição: Esta atividade não foi realizada em virtude da pandemia de covid-19 e das necessárias medidas de segurança para mitigar a transmissão do novo coronavírus.
<i>Zumba por um mundo melhor</i>	Descrição: Esta atividade não foi realizada em virtude da pandemia de covid-19 e das necessárias medidas de segurança para mitigar a transmissão do novo coronavírus.
<i>Noite Branca de Gondomar</i>	Descrição: Esta atividade não foi realizada em virtude da pandemia de covid-19 e das necessárias medidas de segurança para mitigar a transmissão do novo coronavírus.



## CONCLUSÃO

O ano de 2020 ficou marcado pela pandemia de Covid-19 que alterou por completo a vida de todos os cidadãos e, conseqüentemente, da nossa sociedade. A intervenção da Querer Ser não foi exceção, sendo naturalmente afetada por esta realidade. A partir do mês de março, foi necessário encontrar soluções para continuar a prestar apoio aos utentes, quer à distância sempre que as orientações das autoridades de saúde o indicavam, quer em contexto presencial adotando todas as medidas de segurança necessárias.

Apesar das dificuldades decorrentes do contexto de pandemia, o balanço final da atuação da Querer Ser no ano de 2020 é bastante positivo. A Associação foi capaz de concretizar a maioria das atividades previstas, graças ao esforço e ao trabalho em equipa da direção e de todos os colaboradores, bem como de se adaptar e reinventar constantemente de forma a atingir os objetivos propostos e as metas definidas nos seus projetos, sempre com o propósito de contribuir para uma intervenção social adaptada às necessidades de todos aqueles e todas aquelas que necessitam do seu apoio.