



Pequenos Gestos a Todo o Gás!

A Todo o Gás!

Nos últimos meses, a equipa UPG alargou-se para mais de 20 voluntários ao nível da Sede, que com os seus Pequenos Gestos voluntários garantem que a UPG aplica 95¢ por Euro recebido! **Obrigada a todos!**

História Capa: Voluntariado dar ou receber?

A voluntária mana Joana chegou em Julho a Moçambique para apoiar a UPG com alguns projectos. Ela ensina e aprende, dança e canta, inventa e reinventa. Não perca mais um testemunho de força na **História de Capa**.

Espaço Afilhados: Avaliações

Para a UPG, uma área de grande importância é a Escola e o facto de podermos proporcionar acesso à educação às “nossas” crianças. Como tal, queremos mostrar aos padrinhos do que são capazes os seus afilhados e pela primeira vez tivemos boletins trimestrais! São o nosso orgulho! Veja mais no **Espaço Afilhados!**

Espaço Padrinhos: Viva os Boletins!

Os Padrinhos foram surpreendidos com boletins trimestrais de avaliações e muitos foram os que mostraram o seu agrado e comentários. Veja no **Espaço Padrinhos!**

Espaço Projectos

A Escolinha Flor da Infância espera abrir as portas já em Novembro e o projecto Chique de Doer arranca com um Workshop de Artesanato na Escolinha do André. Bungane, Cavelene e Chiare, em Chongoene, preparam-se para construir 3 furos. Veja o nosso **Espaço Projectos**.

Especial: Capacitação Local

A Ana, Coordenadora Local UPG, sugeriu uma formação dos “técnicos locais” de cada projecto num workshop de um dia, numa acção nunca antes feita. Veja mais no nosso **Especial!**

Pequenos Gestos

A angariação de fundos está a tornar-se cada vez mais importante na UPG. Para concretizarmos o sonho do Orfanato de Chiaquelane todos os Pequenos Gestos contam à medida que a lista de Empresas Amigas cresce. Saiba como podemos Espalhar Felicidade com Merry Cupcakes e construir um Orfanato!

Edição 9, Setembro de 2010

Novidades



Acabámos de lançar pela primeira vez, as nossas T-Shirts UPG; com o nosso logo, sorriso e cores moçambicanas. Já tem a sua?



Nesta Edição:

História de Capa	2
Espaço Afilhados	3
Espaço Padrinhos	4
Espaço Projectos	5
Especial: Capacitação	6
Pequenos Gestos	7

Antes do Fecho!

Pagamentos em Atraso

Queridos Padrinhos, são ainda 20 os padrinhos que ainda não completaram o pagamento da anuidade para 2010. Já passaram 10 meses desde o 1º pedido de pagamento, e a UPG continua a financiar as crianças todos os meses. Se ainda não pagou a sua anuidade, por favor, **não se esqueça deste Pequeno Gesto**.





História de Capa

Voluntariado: algo que se dá ou recebe?, por Joana Mealha Santos



“Prometi a mim mesma que depois da licenciatura em Psicologia Clínica – ramo Cognitivo-Comportamental Sistémico – não faria mais voluntariado. Pensava que tinha feito a minha parte por Portugal com os órfãos, idosos, hospitalizados e crianças em risco da minha zona de residência, ainda antes do curso como forma de auto-educação para a cidadania. Considerava que, no momento em que me afirmasse Psicóloga, não deveria usar do meu tempo em actividades de natureza terapêutica de forma gratuita por uma questão de princípio. No entanto, em 2007 finda a minha formação superior e iniciada a minha

actividade profissional como psicoterapeuta breve e formadora eis que, para não ficar ociosa, vi-me obrigada a pedir uma retribuição monetária muito simbólica pelo meu trabalho pois as pessoas que necessitavam de ajuda, elas próprias, não tinham como pagar mais por apoio psicológico. Mais uma vez, por uma questão de princípio, trabalhei não gratuitamente mas pedi somente o necessário para transportes, alimentação e sala de terapia, não custeando o meu próprio trabalho.

Chegado 2010 a minha própria situação económica não evoluiu e encontrando-me no limite das minhas forças, pois apoiei sempre pessoas desde 2007, decidi a convite da Directora de Apadrinhamento da UPG Anabela Nina (na minha família apadrinhamos 11 crianças da UPG), fazer uma pausa na minha luta portuguesa e usar das minhas capacidades desenvolvidas em território europeu agora em África. O único problema residia numa questão de princípio: eu tinha prometido a mim mesma não fazer voluntariado na minha própria área e, de alguma forma, o trabalho realizado na UPG relaciona-se muito com o apoio emocional de crianças desfavorecidas. Reflecti durante 2 meses e decidi experimentar ser voluntária fora de Portugal. Afinal, o facto de ter sempre cobrado algo pelo meu trabalho profissional até agora não me tinha dado autonomia real. Valia a pena testar o meu princípio.

Estou há um mês e meio na província de Gaza e o balanço é muitíssimo positivo. Sou explicadora de crianças e jovens desde o 6º ano de escolaridade até ao 10º ano de escolaridade, em linguagem daqui da 6ª classe à 10ª classe de todas as disciplinas que me digam algo. Tenho explicado Física, Química, Biologia, Matemática, Meio Físico, Português, Inglês, Francês, Filosofia, Geografia, Desenho... Além disso também cantamos e dançamos para que a nossa diferença cultural se torne força criativa: ensinam-me melodias em *changana* – dialecto local e árabe, pois existem muçulmanos agora em jejum do Ramadão – e eu ensino melodias em inglês e português, ou mesmo em francês. Criamos também frases coreográficas com gestos de *ballet*, *jazz* e formas de movimento contemporâneo, e eu aprendo passos de danças tradicionais africanas que articulamos com os outros numa única coreografia.

Além da **Escolinha do André** no centro de Xai-Xai, comecei a dar apoio ao ensino pré-primário na futura **Escolinha Flor da Infância**, já em construção adiantada. Lá, ginástico-me com as crianças para despertarmos bem e cantamos. Na passada 6ª feira, aprenderam *O Balão do João* e depois aos melhores alunos oferecemos balões! Também aprenderam uma melodia que continha a palavra *cisnes* e, como não conhecem essa ave, na próxima 6ª feira prometi levar-lhes a imagens de cisnes. Depois, desenhamos algumas letras, para já o *a e i o u* e contamos histórias verdadeiras sobre a natureza e as árvores que nos alimentam aqui em África.

Além de tudo isto, por vezes, quando o tempo o permite, vou ao fim-de-semana ou nos dias de pausa escolar visitar as comunidades apoiadas pela UPG aquando de uma distribuição mensal de alimentos e/ou de alguma festividade especial. São esses, para mim, momentos muito ricos de nutrição cultural. Ajudo no que me é possível mas acima de tudo recebo, e muito! Também aí danço e convivo.

Acima de tudo esta está a ser uma experiência de alegria e troca verdadeiras. Valeu a pena quebrar um princípio que, provavelmente, assentava em premissas erradas. Afinal, o amor é algo gratuito e flui melhor quando não pensamos nos ganhos e perdas associados a actos de afecto.

Agradeço muito a todos os que tornaram esta minha vivência possível! Kanimambo!”

Mana Joana





Um Pequeno Gesto Uma Grande Ajuda—ONGD

Afilhados: 705 em 2010, 503 em 2009, 372 em 2008 e 88 em 2007
Fundos: €122.111 em 2010, €113.613 em 2009, €90.859 em 2008, €24.130 em 2007

Espaço Afilhados

Primeiros boletins de Notas UPG

Pela primeira vez, a UPG criou os seus boletins oficiais de avaliações trimestrais. Foi um esforço de todos! Dos técnicos locais a recolher todas as notas nas escolas, da coordenadora local Ana a agregar todas as notas, do voluntário André para criar a base de dados, da voluntária Clara para por tudo na base de dados, da voluntária Renata para enviar um a um aos padrinhos. Mas valeu a pena e a UPG está muito orgulhosa deste marco na sua história. Obrigada a todos!

Avaliação Escolar

Avaliação Escolar	
Aluno: Amélia Naveis	ID: 88
Data Avaliação: 22/03/08	Classe: 4º D
Competência: Bom	Período: 1º Trimestre
Avaliação:	
Matemática	11
Português	11
Ofício	14
E. Física	11
E. Moral	15
E. História	11
E. Inglês	14

Cartas para os padrinhos

Minha querida madrinha

Muito obrigada pelo elogio e por me prestar a sua atenção e carinho. Eu e a minha família estamos bem, inclusive a minha mãe está melhor de saúde.



Na escola não está tudo muito bem pois tive notas baixas no 1º trimestre, mas prometo fazer maior esforço para melhorar e para que a madrinha tenha orgulho de mim.

(...) Agradeço muito os presentes que a madrinha me enviou, gostei muito e minha mãe também gostou. Obrigado por tudo o que a madrinha faz por mim. Um grande beijo da tua afilhada,

Tânia Alberto Matlava
(São Vicente de Paulo)

Para a madrinha

Olá madrinha espero que esteja a passar bem de saúde juntamente com a sua família escrevo para agradecer o gesto da madrinha. Desejo lhe tudo de bom ai em Portugal. Sebastião Salvador Mahique (Nhancutse)



Uma Tristeza no Orfanato de Chiaquelane

No passado dia 27 de Julho faleceu o Messias Mathe. Tinha apenas 2 anos e deixou-nos a todos de coração apertado, na incerteza do que mais podíamos ter feito. O



Messias estava num estado de subnutrição profundo quando entrou na UPG pouco depois de nascer, do qual nunca recuperou, e tinha um grave problema cardíaco que acabou por vitimá-lo. Nos últimos meses, as crianças do Orfanato de Chiaquelane têm sido seguidas por uma equipa de médicos do Hospital do Chokwè. No dia 27, esse apoio não foi suficiente e Moçambique acordou mais triste. Nesse mesmo dia, o **Isidoro**, que sofre de epilepsia, foi internado no Hospital do Carmelo, das Irmãs Vicentinas, com uma tuberculose já avançada e está agora em recuperação lenta. Neste momento, o **Pedro** (internado uma semana em Agosto no Hospital de Xai-Xai) e o **Naftal**, também subnutridos, estão a ser seguidos e medicados. Nas próximas semanas espera-se que 10 crianças sejam vistas pelo **dentista** do Chokwè.





Espaço Padrinhos

As Avaliações

Em período de avaliações aproveitamos para explicar aos Padrinhos um pouco mais sobre as avaliações trimestrais. As notas são de 0 a 20 nas várias disciplinas. Contudo, um 18 nem sempre significa que o afilhado é um “ás”, tal como um 3 ou 4 não significa que tudo esteja perdido. As notas são muito variáveis e, tipicamente, todas as crianças passam, de acordo com indicações oficiais. Os fundos internacionais dependem frequentemente de níveis de alfabetização, pelo que nem sempre as notas são a realidade. Há crianças na 5ª Classe que têm dificuldade em falar Português e nem sempre entendem bem as cartas dos Padrinhos. A UPG está a tentar implementar testes padrão para todas as crianças e acompanhamento ao estudo por voluntários e esperamos em 2011 poder dar uma melhor ideia do nível educativo de cada criança e apostar na melhoria da educação básica!

Fico muito orgulhosa com as notas da minha afilhada Cristina e, gostava de saber de que forma é que poderei ajudar a melhorar a nota de matemática!? De que forma poderei fazer um envio de algum material específico a nível escolar, roupas, etc para ajudar ainda mais os meus afilhados? É muito importante para nós que os nossos afilhados saibam que estamos com eles todos os dias em mente e coração e que tudo o que necessitarem estamos dispostos a ajudar!

Obrigado pela informação. Gostei muito de saber que o moço está a estudar bem. Diga-lhe que lhe mando um abraço e que tem de continuar a estudar com força!

Gostaria que lhe transmitisse, quanto eu fiquei satisfeita e contente por ele ter vontade de aprender e quanto eu quero contribuir para ele ir mais longe. Envio os meus parabéns ao meu afilhado Sebastião pelo resultado obtido, mas sobretudo a todos vós voluntários que se empenham diariamente numa obra tão nobre, contribuindo assim para uma humanidade mais séria, mais feliz e sobretudo mais responsável!

Vejo que as notas da Leonilde foram muito baixinhas, podem dizer-me como a posso ajudar a motivá-la a estudar, e subir as notas. Algo que a Leonilde goste, e que recebesse se subisse as notas todas pelo menos até 11 valores, por exemplo.

Gostei muito de saber que passaste de ano e... com muito boas notas! Se estivesse aí, dava-te um grande abraço de PARABÉNS Mas pensa que estou mesmo na tua escolinha e é como se recebesse o meu abraço! Para o ano vais continuar a estudar muito para poderes ser tudo aquilo que quiseres ser na tua vida, valeu?

Ficamos muito contentes por saber que passaram e que tiveram boas notas, dá-lhe um beijinho por nós e esperamos que tenham muito sucesso!

Apadrinhamento 2010

Continua a pagamento **URGENTE** a anuidade para o Apadrinhamento de 2010, que é de Janeiro a Dezembro. Se não recebeu o nosso pedido, contacte-nos em 91 887 8020. Temos mais de **€5.000 em dívida!** O seu Pequeno Gesto faz a diferença!

Espaço Padrinhos

Este espaço é seu, contribua! Envie-nos um e-mail para geral@umpequenogesto.org com comentários, ideias ou sugestões!





Espaço Projectos

Educação: Escolinha Flor da Infância



Agora a Escolinha Flor da Infância já tem portas e janelas! Espera-se que a grande inauguração seja no início de Novembro. Os meninos já começaram a inventar umas músicas para o grande momento!!

Educação Profissional: Chique de Doer e Cestaria



Na Escolinha do André os projectos Chique de Doer e de cestaria não param. No final de Setembro, virá à Escolinha uma formadora de Inhambane, a Madoricane, para dar um Workshop de três dias onde os cerca de 30 participantes irão aprender a arte de decorar vasos com tecidos, conchas e papel, e fazer brincos, colares, pulseiras e outras tantas bijuterias com os materiais locais. O manuseio da capulana (pano tradicional) nos mais diversos artigos,

é também um dos pontos fortes desta formação. Deste modo, as crianças começaram já com o mestre de cestaria a aprender a fazer os porta-moedas de palha, que mais tarde, no workshop, irão forrar com capulanas.

Posteriormente estes novos produtos do Chique de Doer seguirão para Portugal. O valor obtido com a venda dos mesmos servirá para incrementar mais iniciativas deste género e oferecer a todos os participantes um kit com materiais para que possam eles mesmos criar as suas obras de artesanato através das capacidades adquiridas.

Acesso à Água: furos para Cavelene, Bango e Bungane

O acesso à água continua a ser um dos calcanhares de Aquiles de Moçambique. A zona de Gaza, província onde decorrem os projectos da UPG, não é excepção. Depois da construção de dois furos em 2010, em Chiare e Bango, contamos agora abraçar mais três pedidos. Em Cavelene, Bango e Bungane, há quem tenha de andar durante três horas até chegar ao fontanário mais próximo. Para que o projecto de construção destes três furos seja sustentável, a UPG, em parceria com **Cáritas** (entidade com muita experiência na implementação de projectos desta indole), avançou já com algumas acções de formação junto das comunidades. Estas acções visam envolver toda a comunidade na construção, manutenção e dinamização dos furos. Reuniões que começaram com 2 e 3 pessoas de cada comunidade, envolvem agora 20 e 30 pessoas de cada uma delas, todas muito interessadas em contribuir para o seu próprio bem estar.





Especial: Capacitação Local

Formação Técnicos Locais

Pretende-se que o **técnico local** seja o principal mediador entre os beneficiários de determinado projecto e a UPG e seus parceiros locais. No dia 29 de Julho, teve lugar em Xai-Xai a **primeira formação** de capacitação para delinear com maior precisão o papel destes técnicos. Por norma, são jovens empregados pelos parceiros locais que vivem nas zonas das crianças apoiadas e que, portanto, conhecem bem a realidade local. São eles que vão às escolas procurar as notas; recebem as encomendas, entregam e respondem aos padrinhos; comunicam quando detectam alguma dificuldade maior (por doença, morte na família, etc); ajudam nas distribuições e comunicam às famílias as datas das mesmas; apoiam na redacção dos postais; actualizam as fichas individuais; etc, etc. O trabalho varia com o tipo de projecto e funciona melhor ou pior, de acordo com as condições específicas de cada um. Portanto, os grandes **objectivos** desta formação, para além de definir melhor o papel de cada técnico, foram: reconhecer a UPG e os seus projectos; conhecer os restantes técnicos para que se sentissem equipa; partilhar dificuldades sentidas; apresentar possibilidades de soluções; definir prazos; e criar instrumentos de trabalho iguais para todos (foi criado um guião de entrevista às famílias e um modelo de relatório mensal de actividades).

Em Setembro começaram já a sentir-se os primeiros efeitos desta formação, com um maior envolvimento e interesse por parte dos técnicos. Estamos todos felizes por finalmente vestirmos a mesma camisola! Obrigada “UPG’s”!!

Programa

A formação durou um dia e teve um programa bem preenchido. Desde dinâmicas “quebra-gelo”, a passar pela construção de mapas humanos, por debates agitados e períodos de reflexão, todos se divertiram e acabaram por se sentir uma verdadeira equipa. Às 9h00, o Padre Rosendo falou da importância do amor ao próximo e a Irmã Neuza pediu que reflectíssemos sobre o trabalho desenvolvido. Mais tarde, descobrimos o que é a UPG, qual a principal missão, onde actua, com quem trabalha e acabámos a discutir a problemática da “Mão estendida — uma filosofia a renegar”. À tarde definiu-se o papel do técnico e esboçaram-se as suas principais funções. Foram ainda apresentadas dúvidas, dificuldades, soluções e sugestões.

Quem são?

Banhine e Nhancutse

Parceiro Local: Padre Rosendo
Técnicos: **Florda, José Pedro e Estelina**

Missão de Chongoene

Parceiro Local: Irmã Aparecida
Técnicos: a definir

Escolinha André/Meninos de XaiXai

Parceiro Local: Irmã Isabel
Técnicos: **Marquês**

Orfanato de Chiaquelane

Parceiro Local: Irmã Isaura
Técnicos: **Irmã Artemiza e Santos**

São Vicente de Paulo

Parceiro Local: Irmã Neuza
Técnicos: **Hilário e Irmã Tirsa**





Um Pequeno Gesto Uma Grande Ajuda—ONGD

Afilhados: 705 em 2010, 503 em 2009, 372 em 2008 e 88 em 2007
Fundos: €122.111 em 2010, €113.613 em 2009, €90.859 em 2008, €24.130 em 2007

Pequenos Gestos

Espalhe Felicidade—parceria Merry Cupcakes

A UPG e a Merry Cupcakes associaram-se para uma angariação de donativos junto de empresas Portuguesas. Voluntários UPG estão presentes durante 1-2 dias no edifício da empresa e, em troca de donativos, Espalham Felicidade com um Merry Cupcake! Depois, a UPG Espalha Felicidade em Moçambique, com a construção do Orfanato Um Tecto Uma Vida, para 100 crianças, custo total de €240.000!

A campanha é simples, e pede pouco das empresas, para além de espaço onde ter uma banca e um comunicado interno que explique um pouco mais sobre a campanha! **Já pensou convidar-nos para a sua empresa?** Todo o Pequeno Gesto conta!



CONTRIBUA PARA CONSTRUIR UM ORFANATO EM MOÇAMBIQUE.

FAÇA O SEU DONATIVO JA E OCULTE-SE COM **Merry Cupcakes** ESPALHE FELICIDADE.

A organização sem fins lucrativos Um Pequeno Gesto Uma Grande Ajuda (UPG) associou-se à Merry Cupcakes para a sua campanha de angariação de fundos para a construção do Orfanato Um Tecto Uma Vida em Moçambique.

O Orfanato vai proporcionar a melhoria das condições de vida a 100-120 crianças entre os 0 e os 18 anos de idade do mesmo Orfanato e uma habitação adequada à realidade.

O custo total é de cerca de 240.000€ e o pagamento faz-se em prestações mensais de 20.000€.



Espalhe Felicidade Merry UPG @ TAP

A Voluntários com Asas convidou a UPG para a sua primeira iniciativa Merry UPG Espalhe Felicidade nos passados dias 2 e 3 de Setembro no refeitório da TAP. Os resultados foram fantásticos. Angariámos mais de €1.000, em troca de mais de 100 cupcakes, 20 t-shirts e ainda colares UPG! Apesar do donativo recomendado por cupcake ser de €5, a generosidade dos colaboradores TAP elevou a fasquia para €5,9 por cupcake! Com estes fundos, poderemos comprar mais de 10 janelas, 25 sacos de cimento, 20 cobertores ou 500 tijolos! **Obrigada TAP. Obrigada Merry!**

O SEU DONATIVO:

5€ 10 tijolos	5€ 10 sacos de cimento para obra	5€ 1 cobertor
5€ 1 janela	8€ 1 sofá	8€ 1 cadeira
10€ 1 janela	25€ 1 cobertor	30€ 1 tijolo

Renove o Seu Telemóvel num Pequeno Gesto!

A UPG re-lança em Setembro a campanha Renove o seu Telemóvel. Depois dos primeiros resultados obtidos na L’Oreal, alargamos agora a acção a mais empresas, cadeias de retalho e ainda escolas. Se quiser participar, envie-nos um email para mais detalhes. O seu telemóvel antigo pode valer €1-3 para a UPG, sem custo para si!

Sabia que o seu telemóvel antigo pode dar um tecto, uma vida a 100 crianças orfãs em Moçambique?

Tem telemóvel antigo em casa que não utiliza? Não sabe o que fazer com ele? Sabia que esse telemóvel pode transformar-se num donativo de 1 a 3€ e assim dar mais uma pedra na construção de um Orfanato para 100 crianças orfãs em Moçambique?

Traga o seu telemóvel até ao ponto de recolha até às 22 de Setembro e faça o seu Pequeno Gesto.

Obrigada pela sua contribuição

"Renove o seu telemóvel"

É um Telemóvel antigo que não utiliza? Não sabe o que fazer com ele? Sabia que esse telemóvel pode transformar-se num donativo de 1 a 3€ e assim dar mais uma pedra na construção de um Orfanato para 100 crianças orfãs em Moçambique?

Traga o seu telemóvel até ao ponto de recolha até às 22 de Setembro e faça o seu Pequeno Gesto.

Obrigada pela sua contribuição

Curtas: Azáfama LX Popfest

A convite da Azáfama, a UPG esteve na LX Popfest, o primeiro evento realizado pela Azáfama Produções Musicais. Com T-Shirts pretas lançadas especialmente para o evento e muita animação, demos a conhecer a UPG aos amantes da música e angariámos Pequenos Gestos. Obrigada Azáfama!

Curtas: T-Shirts UPG

Envie-nos um email para enviarmos a sua t-shirt via CTT, à **cobrança**, com portes de 5,2€.

Pontos de Venda: Parede, Lisboa (Restelo), Lisboa LX Factory, Lisboa Benetton Colombo, Leiria e Porto. Visite o nosso site para mais informações!

