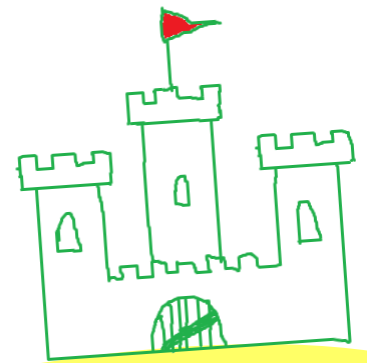


Era uma vez um Castelo,

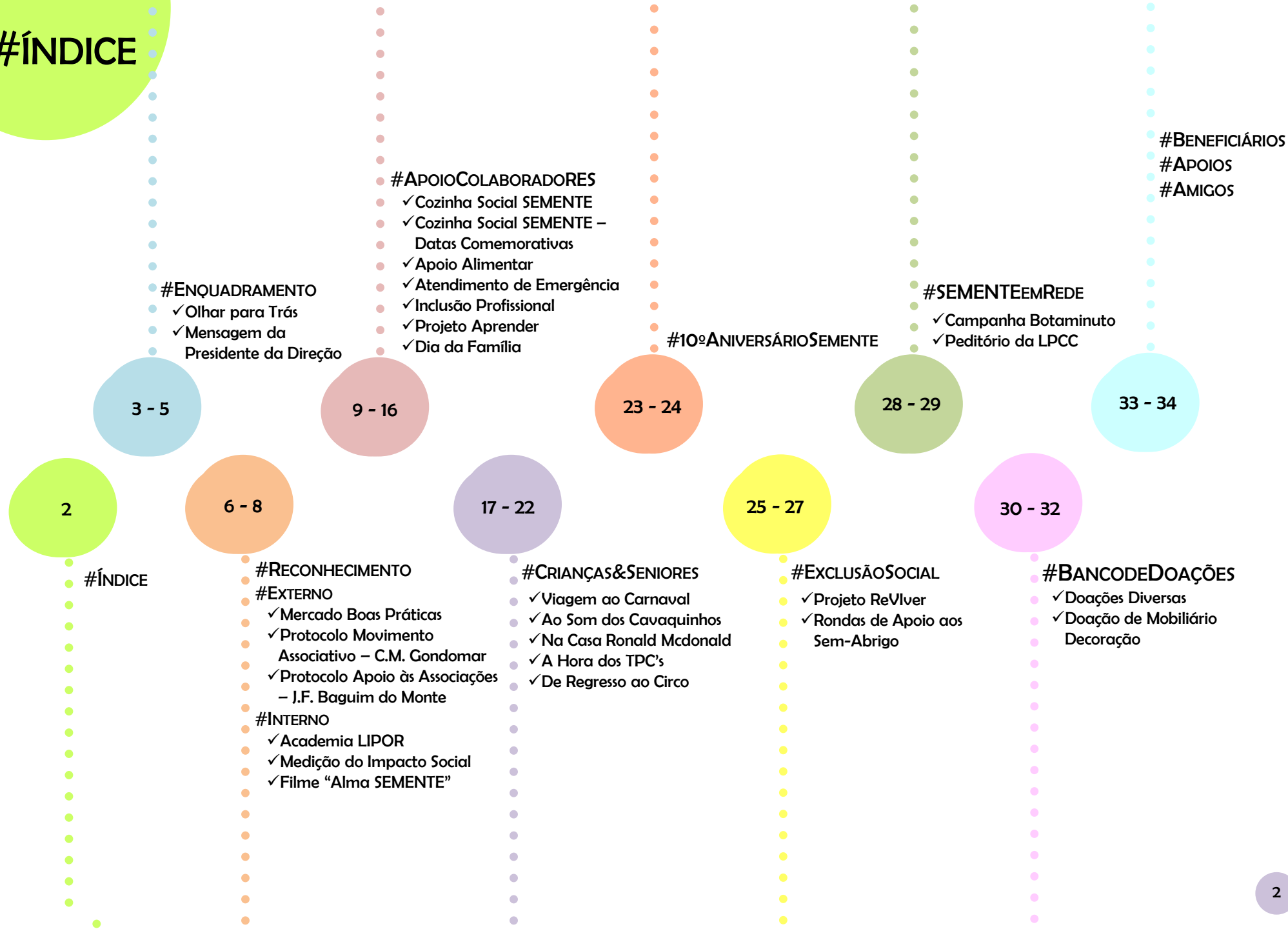


um grupo de "Benfeitores"

e um final feliz!



#ÍNDICE





...Muitas Felicitades
Muitos Anos de Vida



10º Aniversário

Este relatório reporta as atividades da SEMENTE do ano de 2016, mas por força da comemoração do 10º Aniversário da Associação, retratará, em forma de fotos, os 10 Anos de Vida da SEMENTE!

#10ANOS

#OLHARPARATRÁS...

Instituído o ano do Colaborador LIPOR

Pedido de Declaração
de Utilidade Pública ao
Conselho de Ministros

Atribuição do Estatuto de
IPSS (Instituição Particular
de Solidariedade Social)

Aprovação da
Autoridade Tributária
e Aduaneira da
Consignação do IRS a
favor da SEMENTE

Campanha "Rosto da
SEMENTE"

Inauguração da Cozinha
Social da SEMENTE

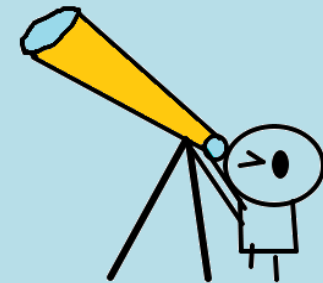
Arranque da Exposição
Itinerante da SEMENTE

Nova "imagem" SEMENTE

Crédito de 14Horas aos
Colaboradores Voluntários
da SEMENTE

Constituição e Apresentação da
SEMENTE

Lançamento do Site da Associação





10 anos depois, e com orgulho por fazer parte desta história, entendi ser o momento para partilhar a minha experiência enquanto Voluntária SEMENTE!

No turbilhão de emoções vividas, que me transformaram e enriqueceram enquanto pessoa, sei que nunca esquecerei:

- A explosão de alegria que crianças doentes com cancro viveram quando puderam conhecer, tocar, tirar fotografias e pedir autógrafos aos seus maiores ídolos – Jogadores do F. C. Porto, em 2009. Ver o Hugo com o Raul Meireles teve muito significado!

- O abraço apertado e prolongado do João, menino com trissomia 21 da ASTA, que participou na atividade Tela Mágica da Horta Formiga, em 2008.

- O sentimento de dever cumprido quando, em 2009, conseguimos repetir o batismo de voo de helicóptero para a Mariana, uma menina em tratamento que não teve autorização médica para participar na primeira edição. A Mariana marcou-me pela sua fragilidade e pela sua doença, de tal forma que guardo, até hoje, a foto da Mariana. Foi impossível conter as lágrimas no momento em que o helicóptero descolou. A fragilidade da vida é muito grande, mas numa “criança” dói muito mais.

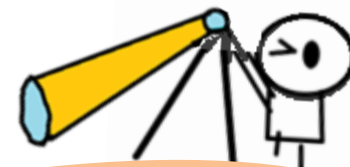
- O medo e o “nó na garganta” que senti naquela que foi a experiência que mais me marcou na vida SEMENTE – Preencher Horas Vazias no Hospital de São João! Acompanhei a Extrema Unção de vários doentes. Nunca mais me esquecerei de um doente extremamente debilitado, pouco mais velho do que eu, com as filhas gêmeas, de 4 ou 5 anos, e a sua mulher, a receberem, em família, o sacramento. Arrepio-me de pensar! A imagem de inocência das meninas e o ar de desespero da mãe... é impossível esquecer! Só queria sair dali.

- A dureza que vivi quando levei os meus filhos à Festa de Natal da ACREDITAR. Pensando eu que estaria a preparar melhor os meus filhos para a vida, demonstrando que todas as pessoas, neste caso crianças, são iguais e que a inclusão faz parte da vida... Na altura, a minha filha com cerca de 5 anos de idade, na sua total inocência, ao fim de 15 ou 20 minutos, pediu-me para ir embora e, no final, para não a levar mais a atividades com meninos “sem cabelo” (apesar de todas as explicações e do trabalho de preparação que eu tinha feito em casa). Durante algum tempo, antes de me acompanhar à SEMENTE, perguntava-me, sempre, quem é que ia estar nas atividades.

Estas são apenas algumas histórias e momentos da minha vida com a SEMENTE! Ser Voluntária é mesmo motivo de Orgulho. Vivenciar experiências de dificuldades e sucessos, contrabalançar alegrias e tristezas... faz parte da VIDA! São momentos como estes que nos transformam, que nos moldam, que nos inspiram e que nos fazem perceber o que é “realmente importante”! Momentos de profunda aprendizagem e crescimento!

Susana Abreu

“Conta a tua história” será um espaço para reunir testemunhos dos Voluntários SEMENTE. Vai arrancar em 2017, em jeito de comemoração dos 10 anos!



Feira Beneficência ACREDITAR
Julho 2008

#RECONHECIMENTO EXTERNO/ INTERNO

#RECONHECIMENTO EXTERNO

#MERCADO BOAS PRÁTICAS GRACE_III EDIÇÃO

- ✓ A convite do GRACE e da Fundação Manuel António da Mota, a SEMENTE participou no Mercado de Boas Práticas, que teve lugar no Mercado do Bom Sucesso, no Porto, no dia 11 de março de 2016.
- ✓ Presença de um total de cerca de 20 entidades, entre as quais a SEMENTE.
- ✓ Presença da Secretária de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Dr.ª Fernanda Rollo.



#PROTOCOLO MOVIMENTO ASSOCIATIVO_C.M.GONDOMAR

- ✓ Programa de Apoio ao Movimento Associativo, promovido pela Câmara Municipal de Gondomar, que apoia as Associações do Município de Gondomar.
- ✓ Atribuição de apoio financeiro à SEMENTE para a realização de atividades de acordo com o seu Plano Anual.

#PROTOCOLO APOIO ÀS ASSOCIAÇÕES_J.F.BAGUIM DOMONTE

- ✓ A Junta de Freguesia de Baguim do Monte atribuiu apoios às Associações da Freguesia de Baguim do Monte.
- ✓ Objetivo: apoiar as Associações da Freguesia para a promoção das suas atividades sociais.



#RECONHECIMENTOINTERNO

#ACADEMIALIPOR

- ✓ Academia LIPOR reverteu valor das inscrições dos formandos da Universidade de Verão para a SEMENTE.

- ✓ Donativo no valor de 600€.

Obrigado Academia da LIPOR pelo Voto de confiança.



#MEDIÇÃO DO IMPACTO SOCIAL COZINHA SOCIAL

- ✓ Aplicação da ferramenta de Medição do Impacto Social de Projetos (desenvolvida pela LIPOR) à Cozinha Social.

- Custo base das refeições face à concorrência;
- Número de refeições servidas;
- Número de refeições doadas.

- ✓ Avaliação dos indicadores:
 - Integração Profissional das funcionárias da Cozinha Social;

Por cada 1€ investido no projeto, foram criados 0,97 € de valor social.



#FILMEALMASEMENTE

- ✓ Protagonistas Principais:
Voluntários SEMENTE.

- ✓ Protagonistas Secundários:
Associações beneficiárias e respetivos utentes.

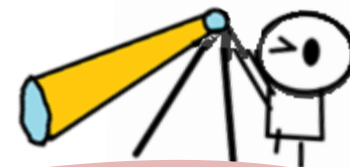
18 **AÇÕES** Realizadas

95 Participações de **VOLUNTÁRIOS**

260 **HORAS** de Voluntariado

45 Horário Laboral 215 Horário Pós-Laboral

658 **BENEFICIÁRIOS** 22 **INSTITUIÇÕES**



Um Dia com o F.C. Porto
Dezembro 2009

#APOIOINTERNOCOLABORADORES

#COZINHASOCIALSEMENTE

✓ **OBJETIVO:** disponibilização de uma refeição ligeira aos Colaboradores da LIPOR, a custo reduzido.

✓ **6.637** refeições servidas aos Utentes em 2016.

✓ **17** “Cafés em Segurança”.

✓ **246** Refeições servidas nos Campos de Férias da LIPOR.

✓ **74** refeições em serviço de catering.

✓ **298** refeições servidas no âmbito do Protocolo assinado com a Junta de Freguesia de Baguim do Monte..

✓ Adesão ao “Menu Dose Certa”.

→ Top 3!

56 Utentes | Caldo Verde & Pão c/ Chouriço

45 Utentes | Sopa de Nabijas & Bacalhau à Brás

44 Utentes | Sopa Rica de Legumes & Wrap de Nuggets

#COZINHASOCIALSEMENTE_DATASCOMEMORATIVAS

✓ Em 2016, a Cozinha Social comemorou algumas datas festivas, nomeadamente:

- 1º Aniversário da Cozinha Social;
- São João;
- 10º Aniversário da SEMENTE;
- Natal.



#APOIOALIMENTAR



→ Obrigado pelo Natal Feliz!



✓ Consiste na entrega de Alimentos, em caso S.O.S., mediante avaliação prévia.

✓ Apoio alimentar a **6** Colaboradores em 2016.

✓ Distribuição de **34.740** pães aos Colaboradores LIPOR.

✓ **158** Entregas de Alimentos.

✓ **26** Voluntários mobilizaram-se para contribuir para a oferta de

Cabazes de Natal a **3** famílias em situação de extrema carência económica.

#ATENDIMENTODEEMERGÊNCIA



+ de 22 h disponibilizadas
a Atendimento de Emergência!



✓ “Gabinete” Social de atendimento ao Colaborador.

✓ Atendimento a **8** Colaboradores.

✓ Apoio na busca de soluções personalizadas para resolução de problemas de índole pessoal e familiar.

▪ **3** casos encaminhados para apoio alimentar;

▪ **3** casos para apoio a nível de saúde;

▪ **1** para apoio a nível de doação de equipamentos;

▪ **2** casos para apoio a nível de gestão da economia familiar.

#INCLUSÃO PROFISSIONAL

Em 2016:

- ✓ **3** Colaboradoras recrutadas para a Cozinha Social, familiares de Colaboradores LIPOR, que se encontravam em situação de desemprego.

- ✓ **1** Colaborador LIPOR a explorar a Banca de Apoio ao visitante do Parque Aventura da LIPOR.
- ✓ **4** Monitores no Parque Aventura, filhos de Colaboradores da LIPOR.



7 familiares de Colaboradores inseridos Profissionalmente em 2016!

#PROJETOAPRENDER

- ✓ Sessões de explicações de Matemática.
- ✓ **37** horas disponibilizadas em 2016, para o Projeto Aprender.
- ✓ No ano letivo de 2016-2017, pela primeira vez, não houveram inscrições nesta atividade, sendo que a mesma não se encontra a decorrer.

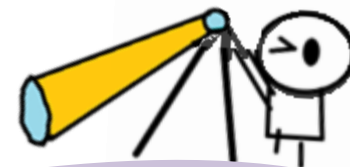


Desde 2007 disponibilizou
696 h de Voluntariado!



✓ A SEMENTE, reiterando a importância do núcleo familiar, decidiu comemorar o Dia Internacional da Família.

✓ Foram doadas **20** árvores.



Uma Aventura no Ar
Setembro 2009

#CRIANÇAS&SENIORES

#VIAGEMAOCARNAVAL

- ✓ A SEMENTE comemorou o Carnaval de 2016!
- ✓ Crianças dos Bairros do Carrizal e de Pinheiro Torres, no âmbito Projeto da “FAP no Bairro” (Federação Académica do Porto), foram os beneficiários.
- ✓ Heróis e princesas numa viagem inesquecível pelos locais históricos das Cidades do Porto e de Vila Nova de Gaia, num comboio Turístico.
- ✓ Desfile de fantasias.
- ✓ Lanche e serpentinas para todos.

É tão bom
ser Criança!



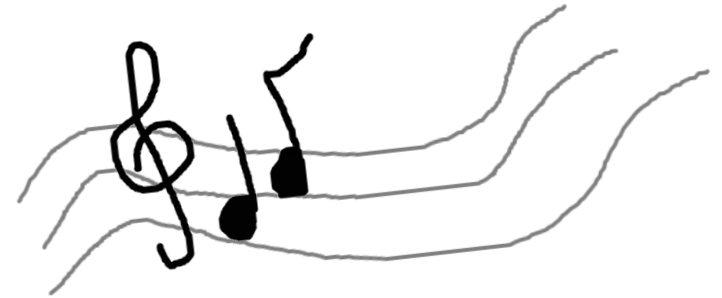
#AoSomDosCAVAQUINHOS



✓ Abril foi dedicado à música e aos Seniores!

✓ Mais de **100** seniores em ambiente de festa.

✓ A SEMENTE rumou até ao Centro Social e Paroquial de Rio Tinto e ao Centro Social e Paroquial de Águas Santas, para animar as tardes dos seus utentes.



#NACASARONALDMCDONALD

✓ **5** jantares servidos na Casa Ronald McDonald.

✓ Menus preparados na Cozinha Social SEMENTE:

DATA	MENU
15/06	Sopa de Legumes Rolo de Carne c/ arroz e salada Leite creme
13/07	Creme de Cenoura Bacalhau com natas e salada Gelados
14/09	Creme de Legumes Bolonhesa de Carne c/ salada Gelados
16/11	Sopa de Couve Coração Empadão de Carne c/ salada Crepes de Chocolate
14/12	Sopa de Legumes Frango assado c/ batata e salada Aletria

✓ **26** Voluntários participaram na preparação da refeição, a servir o jantar, a arrumar a cozinha e a confraternizar com as famílias.

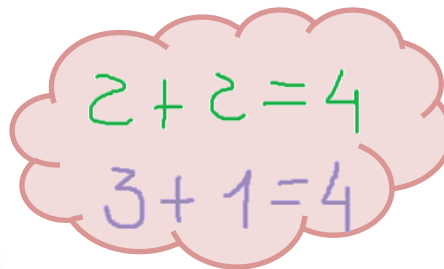
✓ Mágico Daniel Guedes, no dia 13 de julho, em workshop privado de magia.

✓ Ofertas às crianças (brinquedos e kit magia).



*Somos todos super heróis
e princesas!*

#AHORADosTPC's



- ✓ Apoio ao Estudo para as crianças do 1º ciclo acolhidas na Associação de Amigos do Padre Moura.



- ✓ **2** Voluntárias SEMENTE disponibilizaram-se para, uma vez por semana, auxiliar as crianças na realização dos trabalhos de casa e na aprendizagem dos programas escolares.

#DEREGRESSOAOCIRCO

10 Anos Depois
→

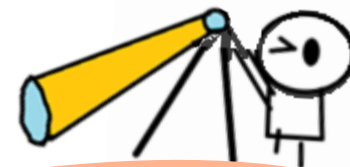


1ª ATIVIDADE

- ✓ 21 de dezembro de 2006.
- ✓ “Vamos ao Circo”.
- ✓ Espetáculo Circense no Monumental Coliseu do Porto.
- ✓ **19** Crianças da Associação de Amigos do Padre Moura.
- ✓ **7** Voluntários participaram na iniciativa.

A HISTÓRIA REPETE-SE

- ✓ 22 de dezembro de 2016.
- ✓ “De Regresso ao Circo”.
- ✓ Espetáculo Circense no Monumental Coliseu do Porto.
- ✓ **20** Crianças da Associação “O Meu Lugar no Mundo”.
- ✓ **1** família com **3** menores a cargo
- ✓ **5** Voluntários acompanharam a atividade.



A Moda da Prevenção
November 2010

#10ºANIVERSÁRIOSEMENTE

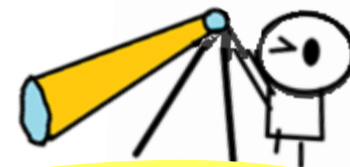
#10º ANIVERSÁRIO SEMENTE



- ✓ Primeira década da SEMENTE comemorada com o espetáculo “Coelho na Cartola!”.
- ✓ O Mágico Daniel Guedes foi o grande protagonista do espetáculo de magia.
- ✓ Mais de **190** participantes, entre Crianças, Jovens e Seniores residentes em Lares de Acolhimento.
- ✓ Pipocas, algodão doce, modelagem de balões e palhaços!
- ✓ Não faltou os “Parabéns” à SEMENTE e um maravilhoso bolo de aniversário.



Kim para me divertir!



Energias Orientais
Maio 2011

#EXCLUSÃOSOCIAL

#PROJETOREVIVER

- ✓ Projeto ReViver – Banco de Ajudas Técnicas – disponibiliza, em regime de empréstimo, material ortopédico a grupos sociais e particulares, do Município de Gondomar, sem capacidades financeiras para os adquirir.

- ✓ **1** Cama articulada em utente de

80 anos, residente no Bairro do Crasto, Baguim do Monte, desde julho de 2012.

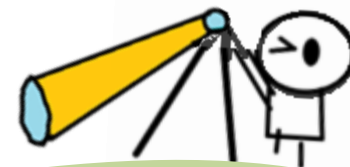
- ✓ **1** Cadeira de Banho em utente com uma doença rara e incapacidade de cerca de 90%, residente em Baguim do Monte, desde novembro de 2016.



#RONDASDEAPOIOAOSSEMABRIGO

- ✓ A SEMENTE mantém a sua parceria com a Legião da Boa Vontade.
- ✓ Participação em **2** rondas (22 de abril e 12 de novembro).
- ✓ **4** Voluntários.
- ✓ Mais do que distribuir alimentos, vestuário e calçado, os Voluntários da SEMENTE privilegiam o tempo, palavras de conforto e gestos de compreensão e afeto!





Vamos Ayudar a Fábio
Abril 2012

#SEMENTEEMREDE

#SEMENTEEMREDE



#CAMPANHABOTAMINUTO

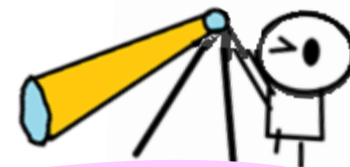
- ✓ A SEMENTE recolheu mais **80** pares de sapatos.
- ✓ Os sapatos depois de serem recuperados, foram doados a Instituições de Solidariedade Social.



#PEDITÓRIOLPCC

- ✓ Voluntários, Catequizandos e Escuteiros uniram-se em benefício de um único objetivo – angariação de fundos para a Liga Portuguesa Contra o Cancro.





Reutilizar com Arte
November 2013

#BANCODEDOAÇÕES

#DOAÇÕES DIVERSAS



Voluntária SEMENTE,
com Orgulho!



#DOAÇÃO DE CHINELOS

✓ **1500** pares de chinelos de quarto usados, doados pelo Hotel Intercontinental do Porto.

✓ Distribuídos **540** pares de chinelos, por **7** Instituições.

#DOAÇÃO DE COLCHÕES

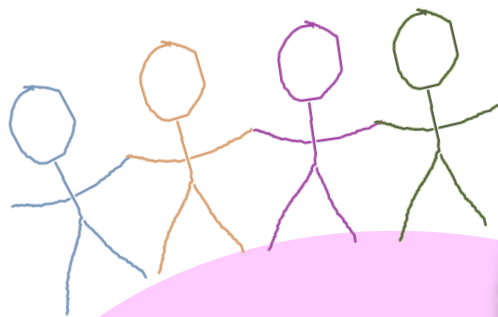
✓ A SEMENTE entregou **2** colchões a duas famílias da Freguesia de Águas Santas, Maia, que viviam em condições desumanas, tendo mesmo que dormir no chão.

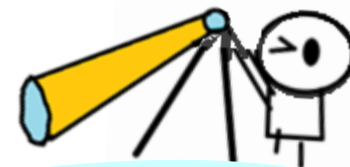
#DOAÇÃODEMOBILIÁRIO&DECORAÇÃO

✓ **3** entidades beneficiárias de artigos para o lar - Junta de Freguesia de Alfena, União de Freguesias de S. Cosme, Valbom e Jovim e Vicentinos de Águas Santas.

✓ Distribuição por famílias carenciadas.

✓ **1** Instituição - Gondomar Social - recebeu mobiliário de escritório que se encontrava obsoleto.





Hora do Conto
Fevereiro 2015

#BENEFICIÁRIOS APOIOS AMIGOS

#BENEFICIÁRIOS APOIOS AMIGOS

#ENTIDADES BENEFICIÁRIAS

- ✓ Associação de Amigos do Padre Moura, Gondomar;
- ✓ Associação Mãe D'Água, Valongo;
- ✓ Associação O Meu Lugar no Mundo, Porto;
- ✓ Botaminuto, Lisboa;
- ✓ Casa da Criança, Vila do Conde;
- ✓ Casa do Regaço, Póvoa de Varzim;
- ✓ Centro Social Paroquial de Águas Santas, Maia;
- ✓ Centro Social Paroquial de Baguim do Monte, Gondomar;
- ✓ Centro Social Paroquial de Rio Tinto, Gondomar;
- ✓ FAP no Bairro, Porto;
- ✓ Fundação Lar Evangélico, Maia;
- ✓ Fundação Ronald Mcdonald, Porto;
- ✓ Instituto Madre Matilde, Póvoa de Varzim;
- ✓ Instituto Profissional do Terço, Porto;
- ✓ Lar Infanto-Juvenil Gondomar Social, Gondomar;
- ✓ Lar Marista, Valongo;
- ✓ Legião da Boa Vontade, Porto;
- ✓ Liga Portuguesa Contra o Cancro, Porto;
- ✓ Obra ABC, Gondomar;
- ✓ Obra de Frei Gil, Matosinhos;
- ✓ União de Freguesias de S. Cosme, Valbom e Jovim, Gondomar;
- ✓ Vicentinos de Águas Santas, Maia;

#APOIOS EM GÉNEROS

- ✓ Lar Infanto-Juvenil Gondomar Social, Gondomar;
- ✓ LIPOR – Serviço Intermunicipalizado de Gestão de Resíduos do Grande Porto, Gondomar;
- ✓ Obra ABC, Gondomar;
- ✓ Toys R' Us, Matosinhos;
- ✓ Anónima.

#AMIGOS MECENAS

- ✓ Câmara Municipal de Gondomar, Gondomar
- ✓ Junta de Freguesia de Baguim do Monte, Gondomar
- ✓ LIPOR – Serviço Intermunicipalizado de Gestão de Resíduos do Grande Porto, Gondomar;
- ✓ Solusel – Soc. Lusitana de Obras e Empreitadas Lda., V. N. de Gaia.