



Ajuda em Ação

Relatório de atividades 2024



Em 2024 criámos oportunidades
para **2.601 pessoas.**



Total de participantes

2.712



Recursos Aplicados

439.688,05€



Equipa AeA

7

Índice

Introdução

Enquadramento Institucional 03

Programas

A Minha Escola É Cool 04

Futuro Verde em Ação 05

LEVEL-UP 06

Mulheres em Ação 07

‘BORA Jovens 08

 ‘BORA Jovens: IV Bootcamp 09

 ‘BORA Jovens on Tour 10

Conclusão

Comunicação: Clipping 11

Aprendizagens e Desafios 12

Considerações Finais 13

Enquadramento Institucional



O ano de 2024 representou um momento particularmente relevante no percurso da Fundação Ajuda em Ação em Portugal, marcado pela consolidação da intervenção nacional, pela expansão territorial dos programas e pelo fortalecimento da capacidade técnica e institucional da organização.

Depois de um ciclo inicial de implementação e adaptação iniciado em 2020, a Fundação entrou numa nova fase caracterizada por:

- maior maturidade metodológica;
- aprofundamento das parcerias institucionais;
- crescimento do impacto social;
- e reconhecimento crescente junto de financiadores, empresas e entidades públicas.

Ao longo do ano tornou-se evidente a necessidade de continuar a investir em modelos de intervenção integrados, capazes de responder simultaneamente:

- às fragilidades económicas;
- às desigualdades educativas;
- às dificuldades emocionais;
- e à falta de oportunidades estruturais que afetam muitas comunidades em Portugal, particularmente em territórios do interior e contextos socialmente vulneráveis.

A experiência acumulada nos anos anteriores permitiu à organização consolidar uma abordagem centrada:

- na proximidade;
- na participação ativa das comunidades;
- no desenvolvimento de competências;
- e na criação de oportunidades reais de autonomia.

2024 foi igualmente um ano de reforço da presença pública e institucional da Fundação, marcado pela continuidade de projetos estruturantes e pela criação de novas respostas sociais dirigidas à juventude, educação, empregabilidade e participação comunitária.

A Minha Escola é Cool



Financiadores

BPI Fundação "la Caixa" e Ajuda em Ação

Impacto

94 participantes nas Oficinas de Escrita Criativa

238 participantes nas Oficinas de Mindfulness

203 participantes nas Oficinas de Probótica

71 participantes na Animação Sociocultural

30 participantes na Educação Positiva para Alunos do 1º Ciclo

30 participantes na Educação Positiva para Encarregados de Educação dos Alunos do 1º Ciclo

60 participantes na Educação Positiva para Professores (30) e Assistentes Operacionais (30)



Total de participantes

746

Durante 2024, o projeto "A Minha Escola é Cool" consolidou-se definitivamente como uma intervenção educativa de referência no território de Camarate.

O projeto continuou a atuar junto do Agrupamento de Escolas de Camarate D. Nuno Álvares Pereira, reforçando o trabalho desenvolvido com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade educativa e social.

Ao longo do ano letivo 2023/2024 foram aprofundadas várias componentes da intervenção:

- Oficina de Escrita Criativa;
- Oficina de Mindfulness;
- Oficina de Probótica;
- Educação Positiva;
- Animação Sociocultural.

A continuidade do trabalho permitiu uma maior estabilização das dinâmicas com alunos, professores e assistentes operacionais, fortalecendo o sentimento de pertença e a relação de confiança entre a equipa técnica e a comunidade educativa.

As atividades de Escrita Criativa continuaram a revelar impacto significativo na expressão emocional e no desenvolvimento da criatividade dos alunos, permitindo

criar espaços seguros de escuta e valorização da palavra.

As oficinas de Mindfulness assumiram um papel particularmente relevante num contexto em que muitos alunos continuavam a apresentar dificuldades de autorregulação emocional, ansiedade e conflitos relacionais.

A Probótica consolidou-se como uma ferramenta pedagógica inovadora, capaz de despertar maior interesse pela aprendizagem e promover competências associadas ao raciocínio lógico, à resolução de problemas, à cooperação e à criatividade.

A Educação Positiva foi reforçada em 2024, envolvendo:

- alunos;
- professores;
- assistentes operacionais;
- e encarregados de educação.

Este trabalho revelou-se essencial para promover ambientes escolares mais positivos, seguros e colaborativos.

Futuro Verde em Ação



Financiadores

Fundação Repsol e Ajuda em Ação

Impacto

691 jovens sensibilizados e envolvidos nas assembleias

126 jovens capacitados, mais empreendedores e com competências pessoais e sociais mais desenvolvidas

142 horas de acompanhamento

17 ideias desenvolvidas

7 ideias apresentadas a concurso

2 projetos selecionados e implementados

5 empresas apadrinharam os projetos



Total de participantes

691

O ano de 2024 marcou a implementação do projeto “Futuro Verde em Ação”, uma das iniciativas mais inovadoras desenvolvidas pela Fundação Ajuda em Ação em Portugal.

Integrado no âmbito do Motor Verde da Fundación Repsol, o projeto foi desenvolvido nos municípios de Abrantes e Tomar, envolvendo jovens de diferentes contextos sociais e educativos.

O principal objetivo do projeto consistiu em promover:

- consciência ambiental;
- participação comunitária;
- empreendedorismo social;
- e desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

A metodologia do projeto baseou-se em processos participativos que incentivaram os jovens a:

- identificar problemas nas suas comunidades;
- construir soluções;
- desenvolver ideias;
- e implementar pequenos projetos locais de impacto ambiental e social.

Ao longo do projeto, os jovens participaram em:

- assembleias;
- sessões de capacitação;
- dinâmicas de grupo;
- processos de tutoria;
- e acompanhamento técnico especializado.

O trabalho desenvolvido revelou um elevado potencial transformador da juventude em territórios do interior do país, contrariando frequentemente a ideia de desmotivação ou desinteresse associada aos jovens destas regiões.

Muitos participantes demonstraram forte capacidade de liderança, pensamento crítico e envolvimento comunitário quando confrontados com oportunidades reais de participação.

LEVEL-UP



Financiadores

Programa Interreg VI Espanha-Portugal (POCTEP) 2021-2027

Impacto

7 participantes

5 atividades realizadas

9 sessões de música com uma professora

14 sessões de orientação vocacional com uma psicóloga

1 visita à Escola de Hotelaria e Turismo de Portalegre

1 visita à Coudelaria de Alter

1 encontro com um músico de referência



Total de participantes

7

Em 2024 iniciou-se igualmente o projeto “Level-Up”, financiado pelo Programa Interreg VI Espanha-Portugal (POCTEP) 2021-2027.

Este projeto representou um marco importante para a Fundação Ajuda em Ação em Portugal, ao constituir a primeira candidatura ibérica aprovada em parceria entre Portugal e Espanha.

O projeto foi desenvolvido com jovens em situação de maior vulnerabilidade, utilizando a música como ferramenta educativa e de desenvolvimento pessoal.

As atividades implementadas incluíram:

- sessões de música;
- orientação vocacional;
- visitas pedagógicas;
- e acompanhamento individualizado.

A música revelou-se um instrumento particularmente eficaz para promover:

- expressão emocional;
- autoestima;
- participação;
- e desenvolvimento de competências sociais.

O projeto permitiu criar um ambiente educativo mais próximo das motivações e interesses dos jovens, favorecendo a sua permanência e envolvimento no processo.

Mulheres em Ação



Financiadores

Alstom Foundation e Ajuda em Ação

Impacto

20 participantes



Total de participantes

20

O projeto Mulheres em Ação continuou o seu processo de consolidação em 2024, reforçando a capacitação técnica e empreendedora de mulheres em situação de vulnerabilidade social.

Ao longo do ano, as participantes aprofundaram competências associadas:

- à costura;
- ao patchwork;
- ao upcycling;
- ao reaproveitamento de materiais;
- e à produção artesanal.

Paralelamente, foi reforçada a componente de empreendedorismo, permitindo às participantes:

- calcular custos;
- definir preços;
- estruturar pequenas marcas;
- participar em feiras;
- e criar estratégias de comercialização.

A intervenção demonstrou novamente que a costura funciona não apenas como ferramenta técnica, mas também como espaço de:

- encontro;
- fortalecimento emocional;

- apoio mútuo;
- e reconstrução da autoestima.

Muitas participantes chegaram ao projeto marcadas por:

- desemprego;
- isolamento;
- insegurança económica;
- violência doméstica;
- ou baixa valorização pessoal.

Ao longo do processo tornou-se visível um crescimento significativo:

- da confiança;
- da autonomia;
- da capacidade de iniciativa;
- e da valorização do próprio trabalho.

A participação em mercados e eventos públicos permitiu igualmente reforçar a ligação das mulheres à comunidade e criar oportunidades reais de geração de rendimento.

'BORA Jovens



Financiadores

Coca-Cola Europacific Partners e Ajuda em Ação

Impacto

763 participantes

916 sessões de capacitação e acompanhamento

82 jovens integrados no mercado de trabalho

107 jovens regressaram aos estudos



Total de participantes

763

O ano de 2024 representou o maior crescimento do programa 'BORA Jovens desde o início da sua implementação em Portugal.

Os resultados deste ano demonstraram o forte envolvimento dos participantes, a eficácia metodológica do programa e a qualidade do acompanhamento técnico desenvolvido.

O programa manteve uma metodologia centrada:

- na proximidade;
- no desenvolvimento humano;
- e na construção de projetos de vida sustentáveis.

As sessões abordaram:

- comunicação;
- inteligência emocional;
- entrevistas de emprego;
- pensamento crítico;
- trabalho em equipa;
- autonomia;
- e desenvolvimento pessoal.

O acompanhamento individualizado revelou-se essencial para muitos jovens que chegavam ao programa desmotivados, emocionalmente fragilizados, afastados

da escola ou sem referências profissionais consistentes.

A relação próxima com as técnicas permitiu:

- criar segurança emocional;
- fortalecer a autoestima;
- e apoiar processos reais de transformação pessoal.

Ao longo do ano verificou-se:

- maior confiança dos participantes;
- aumento da autonomia;
- melhoria das competências sociais;
- e maior clareza nos objetivos profissionais e educativos.

Muitos jovens realizaram o primeiro currículo, a sua primeira entrevista de emprego, ou o primeiro contacto estruturado com o mercado de trabalho.

O crescimento do programa permitiu igualmente ampliar:

- o número de organizações parceiras;
- a relação com empresas;
- e a notoriedade institucional do projeto.

'BORA Jovens: III Bootcamp



Financiadores

Coca-Cola Europacific Partners e Ajuda em Ação

Impacto

70 jovens

10 empresas

5 organizações sociais



Total de participantes

70

Em 2024, realizamos mais uma edição do Bootcamp 'BORA Jovens, no Adventure Park do Jamor, em Lisboa, reunindo 70 jovens provenientes de diferentes regiões do país. Este momento constituiu uma das iniciativas mais marcantes do programa, representando o culminar de um percurso de capacitação desenvolvido ao longo de vários meses.

Mais do que um evento pontual, o Bootcamp foi concebido como uma experiência intensiva de aprendizagem, onde os participantes tiveram a oportunidade de consolidar competências pessoais e sociais, fortalecer relações interpessoais e contactar diretamente com organizações e empresas que representam potenciais oportunidades para o seu futuro profissional.

Ao longo dos vários dias de atividades, os jovens participaram em desafios práticos, dinâmicas de grupo e sessões de desenvolvimento pessoal, trabalhando competências fundamentais para a empregabilidade, como a comunicação, o trabalho em equipa, a resolução de problemas, a liderança, a adaptabilidade e a gestão emocional.

Um dos aspetos mais relevantes desta edição foi a

participação de 10 empresas e 5 organizações sociais, que aceitaram o desafio de estar próximas dos jovens, partilhar experiências e contribuir para a construção de pontes entre os participantes e o mundo profissional. Para muitos jovens, esta foi uma oportunidade única de dialogar diretamente com empregadores, compreender melhor as exigências do mercado de trabalho e conhecer percursos profissionais alinhados com as suas aspirações.

O contacto entre participantes, empresas e organizações sociais gerou um ambiente de networking genuíno, do qual surgiram relações e oportunidades que ultrapassaram os dias de realização do evento. Em vários casos, estas interações deram origem a contactos para estágios, oportunidades de voluntariado, encaminhamentos para ofertas de emprego e formação, bem como a processos de acompanhamento posteriores.

O Bootcamp permitiu ainda reforçar um dos princípios centrais da metodologia 'BORA Jovens: a empregabilidade constrói-se não apenas através da aquisição de competências, mas também da criação de relações de confiança, da ampliação das redes de contacto e da valorização do potencial de cada jovem.

'BORA Jovens on Tour



Financiadores

Coca-Cola Europacific Partners e Ajuda em Ação

Impacto

415 participantes

56 sessões de capacitação em escolas e contextos comunitários



Total de participantes

415

Em 2024, o 'BORA Jovens On Tour consolidou-se como uma importante extensão da metodologia do programa 'BORA Jovens, permitindo aproximar o projeto de um número significativamente maior de participantes e reforçar a sua presença em diferentes territórios do país. Esta iniciativa surgiu da constatação de que muitos jovens, especialmente aqueles que vivem em contextos de maior vulnerabilidade social, dificilmente chegariam ao programa através dos canais tradicionais. Perante este desafio, a equipa decidiu inverter a lógica habitual de intervenção e levar o 'BORA Jovens diretamente aos locais onde os jovens já se encontravam: escolas, organizações sociais e outras entidades parceiras.

Ao longo do ano foram desenvolvidas diversas oficinas de empregabilidade, concebidas com base nos princípios da educação não formal que caracterizam a metodologia do programa. Estas sessões procuraram aproximar os participantes do mundo profissional, desenvolver competências pessoais e sociais e estimular a reflexão sobre os seus percursos académicos, profissionais e projetos de vida. A entrada em contexto escolar representou, inicialmente, um desafio. Em algumas situações encontramos alguma resistência, natural perante uma proposta diferente daquela a que alunos e professores estão habituados no contexto formal da

sala de aula. No entanto, à medida que as dinâmicas avançavam e os jovens eram convidados a participar ativamente, essa resistência dava lugar ao envolvimento, à curiosidade e à participação. Esta experiência confirmou uma aprendizagem importante para a equipa: os jovens respondem de forma particularmente positiva quando lhes são proporcionados espaços de aprendizagem participativos, onde podem assumir um papel ativo na construção do conhecimento e refletir sobre desafios concretos das suas vidas.

O 'BORA Jovens On Tour permitiu igualmente fortalecer a ligação com escolas e organizações sociais de diferentes territórios, muitas delas inseridas em contextos marcados por maiores desafios económicos e sociais. Através destas parcerias foi possível chegar a jovens que dificilmente teriam acesso a iniciativas centradas na empregabilidade, no desenvolvimento pessoal e na construção de projetos de vida.

Esta iniciativa tornou-se uma ferramenta de proximidade e inclusão, contribuindo para ampliar o alcance da intervenção e reforçando a convicção de que todos os jovens devem ter acesso a oportunidades para descobrir o seu potencial, desenvolver competências e preparar o seu futuro.

Comunicação: Clipping

Futuro Verde em Ação

Green Savers, 21 março 2024

Ajuda em Ação e Fundação Repsol comprometidos com o emprego e o desenvolvimento sustentável local

Rádio Condestável, 14 maio 2024

SARDOAL: Projeto “Futuro Verde em Ação” foi apresentado

Rádio Hertz, 22 maio 2024

TOMAR-‘Futuro verde em ação’. Eis o desafio lançado aos jovens, dos 15 aos 25 anos

Médio Tejo, 24 de Maio 2024

Ajuda em Ação e Fundação Repsol com projeto piloto no Médio Tejo

Mais Ribatejo, 2 dezembro 2024

Projetos sustentáveis transformam comunidades do distrito de Santarém: Os vencedores do Futuro Verde em Ação

Jornal de Abrantes, 4 dezembro 2024

Associação Juvenil de Vale das Mós concretiza projeto 'Futuro Verde em Ação' (c/áudio)

‘BORA Jovens

Coca-Cola EP, 15 julho 2024

'BORA Jovens promove a empregabilidade jovem há 3 anos

Human Resources, 17 julho 2024

Este programa de empregabilidade jovem já integrou no mercado nacional cerca de 200 jovens em risco de exclusão social. E sua empresa também pode ajudar

News Cision, 09 setembro 2024

CONVITE | BOOTCAMP 'BORA JOVENS EDIÇÃO 2024

Human Resources, 02 outubro 2024

Programa de empregabilidade jovem da Coca-Cola colocou recrutadores no lugar dos jovens que estão à procura de trabalho

Aprendizagens e Desafios

O ano de 2024 constituiu um período particularmente rico em aprendizagens para a Fundação Ajuda em Ação. A diversidade de projetos implementados nas áreas da empregabilidade, educação, empreendedorismo e participação juvenil permitiu aprofundar a compreensão sobre os desafios enfrentados pelos jovens e pelas comunidades onde intervimos, mas também confirmar princípios metodológicos que têm vindo a orientar a nossa atuação.

Uma das aprendizagens mais significativas relaciona-se com a importância da proximidade e da continuidade. Ao longo dos últimos anos verificámos que o impacto das intervenções aumenta quando as organizações permanecem nos territórios e nas vidas das pessoas por períodos mais prolongados. A confiança não se constrói através de ações isoladas, mas sim através de uma presença consistente, da capacidade de ouvir, acompanhar e responder aos desafios que surgem ao longo do percurso. Esta constatação reforçou a nossa convicção de que os projetos devem ser encarados como processos de desenvolvimento e não apenas como um conjunto de atividades ou metas a cumprir.

Outra aprendizagem importante foi a necessidade de olhar para cada jovem como participante e não como beneficiário. A experiência acumulada ao longo do ano confirmou que os jovens são elementos ativos dos projetos, contribuindo com ideias, identificando problemas e propondo soluções. Esta perspetiva tornou-se particularmente evidente no âmbito do Futuro Verde em Ação, onde muitos jovens demonstraram uma forte capacidade crítica e criativa para analisar os desafios das suas comunidades e construir respostas concretas. Aprendemos igualmente que a participação genuína exige que os jovens sejam reconhecidos como autores do seu próprio percurso. Quando lhes são atribuídas responsabilidades reais e as suas opiniões são valorizadas, respondem com níveis de compromisso, criatividade e responsabilidade frequentemente superiores ao esperado.

No domínio da empregabilidade, o programa BORA Jovens permitiu consolidar uma aprendizagem iniciada em anos anteriores: os jovens estão frequentemente mais disponíveis para estabelecer relações de confiança através de ambientes digitais do que muitos adultos imaginam. A intervenção online revelou-se uma ferramenta eficaz para a capacitação e acompanhamento, permitindo que muitos participantes se expressem com maior liberdade, autenticidade e confiança. Esta realidade confirmou que os ambientes

digitais, quando utilizados de forma estruturada e acompanhada, podem complementar e potenciar os resultados das metodologias presenciais. Também no domínio da educação reforçámos a convicção de que a escola deve ser encarada como um espaço de desenvolvimento humano e comunitário, e não apenas académico. Os projetos desenvolvidos ao longo do ano demonstraram que o trabalho realizado com crianças e jovens produz impactos que ultrapassam a sala de aula, alcançando famílias, professores e comunidades.

A experiência acumulada permitiu igualmente confirmar a importância das parcerias. Os melhores resultados surgiram nos contextos onde escolas, organizações sociais, municípios, empresas e comunidade trabalharam em conjunto em torno de objetivos comuns. Esta cooperação revelou-se essencial para construir respostas mais completas e sustentáveis face aos desafios enfrentados pelos participantes. Entre os desafios identificados para o futuro destaca-se a necessidade de continuar a desenvolver estratégias que permitam chegar aos jovens mais afastados das oportunidades educativas, formativas e profissionais. Apesar dos progressos alcançados, continuam a existir grupos de jovens difíceis de mobilizar, exigindo metodologias cada vez mais flexíveis e adaptadas às suas realidades. Outro desafio prende-se com a criação de mecanismos que garantam maior continuidade após o término dos projetos, assegurando que os participantes dispõem do acompanhamento necessário para consolidar as mudanças iniciadas durante os processos de capacitação.

Por fim, 2024 reforçou uma convicção central da Fundação Ajuda em Ação: as pessoas não transformam as suas vidas porque recebem apoio; transformam-nas porque encontram oportunidades para participar, decidir, construir e acreditar nas suas próprias capacidades. O nosso papel passa por criar essas oportunidades, caminhar ao lado dos participantes e garantir que cada pessoa encontra espaço para desenvolver plenamente o seu potencial.

Considerações Finais



O ano de 2024 representou um importante momento de consolidação para a Ajuda em Ação. Mais do que o crescimento da organização ou o aumento do número de participantes alcançados, este foi um ano que confirmou a relevância do caminho que temos vindo a construir em Portugal.

Ao longo de 2024, reforçámos a nossa presença nos territórios, aprofundámos metodologias de intervenção e fortalecemos relações de confiança com jovens, famílias, escolas, empresas, municípios e organizações sociais. Estas relações continuam a ser a base da nossa atuação e da construção de respostas sustentáveis para os desafios das comunidades.

Os diferentes programas desenvolvidos – A Minha Escola é Cool, Futuro Verde em Ação, LEVEL-UP, Mulheres em Ação e 'BORA Jovens – demonstraram que, quando as pessoas têm acesso a oportunidades para desenvolver competências, participar ativamente e construir o seu próprio percurso, os resultados vão muito além dos indicadores quantitativos.

Ao longo do ano acompanhámos centenas de jovens e adultos, observando mudanças significativas ao nível da confiança, da autonomia, da participação e da integração social e profissional. Vimos jovens acreditar mais nas suas capacidades, mulheres transformar

competências em oportunidades de rendimento e comunidades reconhecer o papel ativo dos seus membros na construção de soluções para os desafios locais.

A experiência reforçou também a importância de colocar a participação no centro das intervenções. As pessoas não são apenas destinatárias de apoio, mas protagonistas dos seus próprios processos de mudança, contribuindo para identificar desafios, construir soluções e criar novas oportunidades para si e para as suas comunidades.

Terminamos 2024 com a convicção renovada de que a transformação social acontece quando as pessoas encontram oportunidades para desenvolver o seu potencial, fortalecer a sua autonomia e participar ativamente na construção do seu futuro. É nessa missão que continuaremos a trabalhar.

