

Álamos Associação Juvenil

# Relatório de Atividades 2016



# ÁLAMOS

## Índice

Introdução .....	2
Atividades habituais .....	2
Estudo.....	3
Voluntariado .....	3
Atividades culturais .....	5
Passeios e convívios .....	7
Atividades artísticas .....	8
Atividades desportivas .....	9
A Residência.....	9
Programas de formação .....	10
Cultura e desenvolvimento pessoal .....	10
Formação Católica .....	13
Contas de 2016 .....	15
Parcerias.....	16
Perspetivas para 2017 .....	16
Anexo.....	17

## Introdução

A história dos Álamos em Lisboa já é antiga. Muitas centenas de estudantes universitárias dos quatro pontos cardeais, de Portugal e do resto do mundo, têm vindo a usufruir dos dinamismos que nos Álamos se têm originado, desde a sua primeira sede no Campo Grande, nos anos 60 do século XX, até à atual localização, numa quinta do Lumiar cuja primeira pedra remonta ao século XVII, faz 25 anos no ano letivo 2016/2017. Os Álamos preparam-se, agora, para uma nova fase, num edifício construído de raiz, em plena Alameda da Universidade.

Os Álamos são mais do que uma simples residência com “cama, mesa e roupa lavada”. Desde o início, com uma visão universal e, por isso, plural e multifacetada – a mais adequada ao ideal universitário -, e tendo como tradição um ambiente-base de estudo de excelência, os Álamos são um verdadeiro polo de promoção cultural e social. Para isso são múltiplas as atividades de índole cultural e artística, de debate e de formação, de voluntariado e iniciativa, de solidariedade e de intercâmbio, que desde sempre se implementaram e se encontram refletidas nos relatórios anuais.

A identidade cristã dos Álamos é clara e conhecida por todos, inspirando-se nos ensinamentos de S. Josemaria Escrivá, fundador do Opus Dei ([www.opusdei.pt](http://www.opusdei.pt)). É esse o fundamento de toda a atividade que se desenvolve, procurando contribuir para que cada pessoa descubra no seu dia-a-dia o lugar do seu encontro com Deus.

Os Álamos procuram ser – para todas as residentes e também para todas as que os frequentam -, uma casa, uma família onde existem responsabilidades partilhadas e direitos, onde cada um dos elementos tem tarefas que procura exercer tendo em vista o crescimento e evolução positiva de todos; onde se vão repor energias, onde se partilham bons momentos... e também os menos bons, onde se aprende de todos – quando o “todos” não significa um ou dois, mas frequentemente mais de uma dezena! -, onde... não se vive isolado – nem das outras estudantes e residentes, nem da Universidade, nem da sociedade, nem do País ou do mundo!

Por tudo isto os Álamos têm sido e desejam continuar a ser, a partir de cada estudante que reside ou passa pela Residência, um foco promotor da dignidade humana, da sã convivência e do bem comum na sociedade.

## Atividades habituais

Desde tertúlias e conferências sobre temas da atualidade, a cineforuns onde se visualiza e debate algum filme, passando pelos teatros e musicais, e por vários projetos de voluntariado, são muitas as atividades que se organizam nos Álamos.

E, claro, como não podia deixar de ser... tudo isto, acompanhado sempre de muito estudo. Porque, nos Álamos, o estudo é tradição! As horas em silêncio nalguma das salas de estudo rendem mesmo!

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

Aprende-se desta forma a encontrar tempo para um voluntariado junto de quem precisa, ou para atividades culturais, artísticas, desportivas, para passeios e convívios, ou para colaborar nalguma catequese em paróquias ou instituições da zona.

Deste modo, ao longo do percurso universitário todas podem crescer em capacidade empreendedora, trabalho em equipa, atitudes solidárias, liderança, pondo as suas capacidades e o seu trabalho ao serviço do bem comum.

### Estudo

Nos Álamos, residentes e amigas sabem que o estudo é tarefa séria e que os resultados académicos se forjam dia a dia com constância. Para atingir os objetivos académicos contam com a ajuda das universitárias mais velhas e profissionais de diversas áreas.

Ao longo do ano de 2016, as estudantes puderam usufruir das salas de estudo da Residência, que estiveram abertas todos os dias do ano, entre as 9h e as 23h.

Pelo terceiro ano consecutivo, de 5 de novembro a 5 de dezembro de 2016, as salas de estudo dos Álamos foram incluídas na "Olimpíada Solidária de Estudo". Por cada hora de estudo nos Álamos durante estes dias, a organização desta iniciativa angariou patrocinadores que destinaram 1 euro para a reconstrução de três escolas no Equador, numa zona afetada por terramoto em abril de 2016. Nesta iniciativa participaram 56 jovens, com um total de 688 ½ horas de estudo.

Para além disso, organizou-se um fim de semana de estudo, entre os dias 10 e 13 de junho, em Sintra.

### Voluntariado

Desde sempre a solidariedade está presente nos Álamos, facilitando-se a realização de ações práticas de voluntariado, como manifestação de que a Universidade está voltada para a sociedade. São potenciados o espírito de serviço, a entreatajuda, a solidariedade, a preocupação com os outros.

Os Álamos promoveram diversas atividades de voluntariado ao longo do ano:

- Tal como no ano passado, foram desenvolvidas *atividades lúdico-pedagógicas para crianças no bairro da Cruz Vermelha*, todos os sábados, apoiando o trabalho da Associação Emergência Social (IPSS) nesse bairro. Em 2016, tendo como base o trabalho feito anteriormente, criou-se o "Clube do Bairro": um clube para crianças e raparigas adolescentes que procura, além da ocupação do tempo livre do fim de semana, oferecer oportunidades para descobrir talentos, fazer boas amizades e, com uma atenção especial para este grupo da população, ajudar as raparigas nesta fase determinante do seu

## Álamos Associação Juvenil

### Relatório de Atividades 2016

processo de crescimento. Foram desenvolvidas diversas atividades e passeios. Em março, um grupo de voluntárias promoveu o restauro/renovação do espaço onde decorrem as atividades.

- Também no Bairro da Cruz Vermelha, durante a semana é efetuado o *acompanhamento do estudo* de um grupo de crianças.
- Ainda em colaboração com a Associação Emergência Social (IPSS), vários grupos de voluntárias contribuem habitualmente, em diversos dias da semana, para a *alfabetização de adultos no Bairro da Cruz Vermelha*.
- Desde o final do ano 2015, os Álamos alargaram o âmbito das suas atividades de voluntariado, passando também a *distribuir refeições a pessoas sem-abrigo* duas vezes por semana, apoiando uma iniciativa que já é desenvolvida junto da Igreja de Santo António pela Irmandade do Santíssimo Sacramento, da Santa Cruz e Passos da Igreja da Conceição Velha. Como parte deste projeto, um grupo de voluntárias também contribuiu para a preparação e desenvolvimento da festa de Natal organizada para as pessoas sem-abrigo no dia 18 de dezembro de 2016, no Pateo de Galé.

Participaram nas diversas atividades de solidariedade organizadas pelos Álamos cerca de 50 estudantes universitárias.

#### *Semana de voluntariado urbano*

De 11 a 16 de julho foi organizada uma semana de voluntariado urbano nos Álamos. Além de vários arranjos materiais na casa, foi possível experimentar e reforçar alguns dos diversos projetos de voluntariado que se organizam de modo habitual durante o ano.

Foi uma “pinçelada” que ajudou a dar colorido ao Verão!

#### **Programa da semana de voluntariado:**

	<b>2ªf 11/7</b>	<b>3ªf 12/7</b>	<b>4ªf 13/7</b>	<b>5ªf 14/7</b>	<b>6ªf 15/7</b>	<b>Sáb. 16/7</b>
<i>Manhã</i>		11h – 13h30 Preparar atividades para crianças	10h – 13h30 Pinturas e restauros nos Álamos	11h – 13h30 Preparar atividades para crianças	10h – 12h30 Pinturas e restauros nos Álamos	10h – 13h15 Manhã de oração
		Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
<i>Tarde</i>	17h – 23h Lanche Enquadramento e plano de trabalhos Apoio aos sem-abrigo	14h30 – 18h Atividades para crianças no Bairro da Cruz Vermelha	14h30 – 18h Pinturas e restauros nos Álamos 18h30 Meditação preparação JMJ	14h30 – 18h Atividades para crianças no Bairro da Cruz Vermelha	14h30 – 21h Cozinhar para os sem-abrigo Apoio aos sem-abrigo	

### Formação de voluntárias

Porque o trabalho voluntário exige uma resposta qualificada por parte dos voluntários, consideramos necessária uma adequada preparação para chegar às pessoas da melhor forma e deste modo ajudá-las verdadeiramente. Assim, ao longo do ano, proporcionaram-se sessões de trabalho e de formação.

Em fevereiro decorreu uma sessão de formação para todas as voluntárias que participam nas diferentes atividades de voluntariado desenvolvidas ao longo do ano. Esta sessão foi dividida em duas partes:

- “Cooperação e solidariedade: respostas aos desafios da humanidade” (tema abordado pela Dra. Carla Pinto, psicóloga) e
- “Voluntariado: uma manifestação de humanidade e de misericórdia” (tema abordado pela Dra. Nina Ayres Pereira, advogada).

### Atividades culturais

Durante o ano organizaram-se diversas atividades culturais, indo ao encontro dos interesses das estudantes universitárias, fomentando a formação cultural e social, e potenciando os conhecimentos e experiências de vida de muitas das estudantes.

### Tertúlias

Esporadicamente, durante a semana, foram convidadas diversas pessoas, desde universitárias que partilharam histórias de vida, investigações e interesses variados, a profissionais com experiência em diferentes áreas. Em média, participaram em cada tertúlia cerca de dez pessoas.

Experiência de voluntariado numa favela e na JMJ no Rio de Janeiro, com Cristina Miranda, 9 de março de 2016

Filme “Francisco – Un Papa entre la gente” sobre o Papa Francisco, no 3º aniversário do pontificado, 13 de março de 2016

Brasil, com estudantes universitárias brasileiras a caminho do Congresso UNIV’2016, 16 de março de 2016

Tertúlia sobre a rede de residências universitárias europeias EURN - experiências de residências em rede, com Inês Abecasis, Teresa Cardoso e Amparo Girones, 20 de abril de 2016

Tertúlia com Filipa Sárugga sobre experiências de pintura e de vida. A luta por causas sociais, 4 de maio de 2016

Recordando Álvaro del Portillo, com vários testemunhos pessoais, 11 de maio de 2016

Almoço e tertúlia com Smitá Coissoró, participante das JMJ de 1991 na Polónia, após a queda do Muro de Berlim, 15 de maio de 2016

Os 30 anos de Portugal e dos portugueses na União Europeia, com Armando Cardoso, 17 de maio de 2016

European Youth Weekend na Bulgária, com Dulce Frazão, 7 de junho de 2016

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

Tertúlia com Maria Queiroz, autora do livro "Vidas em transparência: pensar para evoluir" – a importância das relações interpessoais, 8 de junho de 2016
A cidade de Cracóvia, uma visita "guiada" à cidade onde vão decorrer as JMJ, com Ana Oliveira, 15 de junho de 2016
Arraial de Santo António, 18 de junho de 2016
Bélgica, com Nele van den Bulck, 22 de junho de 2016
A Igreja Católica e o Opus Dei no Líbano, com Elena Casas, 27 de junho de 2016
Verão 2016   Voluntariado no Senegal, com Rita Soares, Rosário Cardoso e Mariana Taylor, 28 de setembro 2016
Experiências de voluntariado num campo de refugiados na Hungria, com Maria Campos, 13 de outubro de 2016
A crise de Deus no ocidente e a missão dos cristãos -, tertúlia com o resumo da conferência com o Cardeal Sarah na UCP sobre "A crise de Deus no Ocidente e a missão dos cristãos", por Mariana Duarte Silva e Inês Tavares, 31 de outubro de 2016
Apresentação do congresso universitário internacional UNIV 2017, a decorrer em Roma em abril com o tema "Um mundo em movimento" - com Marta Faria e Elena d'Ugo, 1 de novembro de 2016

Todos os dias tiveram lugar tertúlias informais de residentes, nas quais se contou com a participação de cada uma, expondo temas relacionados com a sua formação académica, interesses pessoais ou temas da atualidade.

Enquadrada no âmbito da vida na residência, realizou-se ainda em 2016, no início do 2º semestre letivo, uma Reunião Geral de Residentes.

A Comissão de Organização de Festas dos Álamos, composta por um grupo de residentes, é responsável pela organização de eventos festivos em celebrações importantes da vida das residentes e pela organização esporádica de jogos que promovam o *team-building*.

### Cineforuns

Esta atividade consiste na visualização de um filme, seguido de um pequeno debate orientado por um convidado. Cada sessão contou com a participação de aproximadamente dez pessoas.

- *The Good Lie*, comentado por Rui Marques, coordenador da Plataforma de Apoio aos Refugiados, PAR (3/junho/2016)
- *Eye in the Sky*, comentado por João Reis, investigador na área do Direito dos Conflitos Armados e da Ética da Guerra (22/outubro/2016)
- *Invictus*, comentado por Maria de La Fuente, professora de Filosofia (25/novembro/2016)

**AS TERTÚLIAS POR QUEM ASSISTIU...**

**Os refugiados em debate num cineforum com Rui Marques**

3 de junho de 2016

“Por um lado, é verdade que o acolhimento de tantos refugiados implicará sempre um maior risco para a segurança dos países de acolhimento”. Por outro lado, o “princípio do acolhimento é inegociável. Claro que tem riscos, mas não é por ter riscos que vamos renunciar ao princípio”. Além disso, é “inacreditável se fizermos os refugiados pagar a factura do terrorismo”. Como seres humanos, torna-se evidente que temos o dever de afirmar a coragem de “acolher quem, tendo perdido tudo, procura uma oportunidade de recomeçar a vida. Acolher quem, tendo sofrido as dores provocadas pela guerra e por outros conflitos, procura um abrigo e uma comunidade que os receba como seres humanos iguais a nós. Acolher quem espera que a Europa seja a terra da solidariedade, dos Direitos Humanos e do convívio pacífico entre a diversidade” (cf. Refugiados, p. 3). Apesar dos riscos, temos de ter a coragem de nos mobilizarmos “pelos valores da hospitalidade” (cf. Refugiados, p. 3). “A actual crise não é só a maior crise humanitária na Europa desde a IIª Guerra Mundial. É um momento fundamental para o nosso futuro colectivo. Por estes dias vamos definir.” (...) Depende de nós que nos definamos pela precipitação, o medo e a desumanização ou pela solidariedade e a humanidade. Se nos queremos definir à altura da nossa humanidade, precisamos de perder o medo ao desconhecido, de sensibilizar a opinião pública para uma atitude positiva, de fazer passar mensagens de coragem e de fraternidade às pessoas à nossa volta, de criar uma cultura de integração e de acolhimento dos refugiados.

*Excerto de texto publicado no site dos Álamos*

## Passeios e convívios

Dias de Formação em Helsínquia

Entre os dias 26 e 29 de maio de 2016, no âmbito do projeto *European University Residence Network (EURN)*, houve um encontro com responsáveis de residências universitárias de outros países europeus (Finlândia, Irlanda, República Checa, Áustria e Eslováquia), com o objetivo de formular as conclusões da parceria e preparar os documentos de suporte. Adicionalmente, este encontro permitiu a troca de experiências entre as diferentes residências. Participaram neste encontro duas representantes dos Álamos.

O projeto EURN é uma parceria estratégica financiada por fundos europeus com o objetivo de promover o papel das residências universitárias, fazendo delas “comunidades com um fim” que inclui todos os elementos da missão universitária – ensino, investigação e serviço à sociedade - baseado no papel consagrado às residências nos países de tradição anglo-saxónica. Pretende



promover a troca de informação entre diversas residências universitárias na União Europeia, dando oportunidades aos jovens, através das residências, de beneficiar de uma educação não-formal, da influência positiva dos seus semelhantes e de uma plataforma para discussão e troca de ideias, e não apenas de uma educação formal através do seu meio universitário. O projeto piloto, com uma duração de dois anos, iniciou-se em 2014 com um grupo de seis residências universitárias de diferentes países (Portugal, Áustria, Irlanda, Hungria, Eslovénia e Finlândia) e deverá estabelecer os pilares para o funcionamento e alargamento da parceria nos anos seguintes.

#### Caminhos de Fátima

De 22 a 25 de abril um grupo de nove estudantes universitárias fez o percurso entre Santarém e Fátima a pé, pelos Caminhos do Tejo.

#### Convívio de Residentes

No fim de semana de 1 e 2 de outubro decorreu um convívio em Sintra destinado às residentes dos Álamos, com o objetivo de preparar o ano letivo 2016/2017 na residência, conhecer melhor as novas residentes e estabelecer objetivos e procedimentos partilhados.

#### Festa de Natal

Como é tradicional no dia 17 de dezembro de 2016 organizou-se uma festa de Natal nos Álamos com as famílias das residentes.

No dia 21 de dezembro de 2016 organizou-se a festa de Natal para todas as universitárias que frequentam os Álamos ao longo do ano. Aproveitámos a quadra natalícia para apresentar e divulgar os resultados da campanha de recolha de fundos para o projeto *Mehandan*, que apadrinhamos nos Álamos, e para divulgar e promover o Projeto de voluntariado que levaremos a cabo no verão em Cabo Verde. Seguiu-se o jantar de Natal, que terminou com uma tertúlia.

### Atividades artísticas

#### Teatro Musical

Há alguns anos, tem sido promovido e encenado, pelas universitárias que frequentam os Álamos, um teatro musical. Este ano, inserido no tema do congresso universitário internacional UNIV'2016 - "O impacto da família" -, a peça escolhida foi uma adaptação do musical "Violino no Telhado".

Os ensaios decorreram semanalmente, intensificando-se à medida que se aproximava o dia 5 de março de 2016, data da apresentação do musical no Auditório da Delegação Regional de Lisboa do IPDJ.

## Álamos Associação Juvenil

### Relatório de Atividades 2016

Ao todo, estiveram envolvidas na organização da peça – desde a elaboração do texto e adaptação das músicas, às coreografias, cenários e representação - cerca de trinta estudantes universitárias. Às duas sessões apresentadas assistiram cerca de 300 pessoas.

Em setembro, com o início do novo ano letivo, iniciaram-se também os ensaios e a preparação de mais um musical, também enquadrado no tema do Congresso UNIV, que em 2017 foi “Um mundo em movimento”. A peça escolhida foi uma adaptação da obra “Momo”, de Michael Ende. Participaram nos ensaios quinze pessoas.

Para a preparação da peça, foi necessário adaptar o livro escolhido para texto dramático, escrever as letras das músicas - utilizando melodias já conhecidas e uma música original de uma universitária - e, por fim, criar coreografias para cada música.

#### Aulas de Pintura

Durante todo o ano decorreram aulas semanais de Pintura nos Álamos.

### Atividades desportivas

#### Workouts

Desde outubro de 2016 iniciaram-se nos Álamos sessões com aulas de *Cardio e Toning*, todas as segundas e quintas-feiras. Participaram nas sessões cerca de dez pessoas.

#### Outras atividades desportivas

Pontualmente, foram organizados jogos de basquetebol, bem como caminhadas e passeios de bicicleta, tendo sido realizado um jogo de basquetebol em conjunto com estudantes universitárias residentes numa outra residência universitária da região de Lisboa.

### A Residência

Os Álamos iniciaram a sua atividade como residência universitária e assim tem continuado a ser ao longo do tempo.

Além da oferta de 20 lugares (em quarto individual ou triplo) e de serviços em regime de pensão completa, da partilha das instalações e das iniciativas ao longo do ano, o clima que se vive na Residência Universitária dos Álamos - de entreajuda, amizade e respeito mútuo -, facilita a integração de quem chega no ambiente universitário e em Lisboa.

Para além do estudo intenso, fomenta-se nos Álamos um ambiente familiar, para o qual muito contribuem as tertúlias diárias, que são momentos de convívio informal em que se conta com a colaboração de todas.

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

Os Álamos, além de residência, para todas são uma casa e um lugar de encontro de ideias e de projetos de estudo, o que oferece uma oportunidade única de enriquecimento pessoal e académico.

Ao longo destes anos, viveram e frequentaram os Álamos universitárias de vários pontos de Portugal e do mundo – Alemanha, Angola, Brasil, Cabo Verde, China, Coreia, Espanha, EUA, Finlândia, França, Índia, Inglaterra, Irão, Irlanda, Itália, Japão, Timor, ...

Em 2016, passaram pela residência pessoas oriundas de Norte a Sul e das Regiões Autónomas de Portugal, e de uma ponta à outra do globo: desde o Brasil até à Coreia do Sul.

### Novas instalações da residência

Em 2013 iniciaram-se as obras de construção de uma nova sede para a Residência dos Álamos, cujos trabalhos prosseguiram durante o ano de 2016 após um período de pausa devido à necessidade de reestruturação da empresa construtora.

O novo edifício será constituído por três pisos com várias salas de estudo, salas de estar, sala de jantar, capela, auditório, ginásio, campo polidesportivo, jardim e estacionamento subterrâneo.

As residentes contarão com trinta e um quartos individuais com casa de banho, um sistema de refeições em pensão completa, bem como o tratamento de roupa, dispondo de todas as condições necessárias para uma total dedicação aos estudos.

A Comissão de Desenvolvimento dos Álamos, responsável por apoiar os Álamos em tudo o que se refere aos aspetos jurídicos, económicos e materiais, ficou responsável por angariar os fundos para a instalação da nova sede da residência. Durante o ano de 2016 foram organizadas diversas sessões explicativas do projeto e um arraial de angariação de fundos para a residência.

## Programas de formação

### Cultura e desenvolvimento pessoal

Conferência inaugural do ano académico

Em 2016 a conferência inaugural do ano académico, aberta a todas as pessoas que quisessem assistir, versou sobre o tema “Europa: Quem és, de onde vens, para onde vais?”. A conferência foi pronunciada pelo Professor Doutor Eduardo Vera-Cruz Pinto, Professor catedrático da Faculdade de Direito da Universidade de Lisboa (26/Outubro/2016), tendo proporcionado uma reflexão e debate sobre a importância da União Europeia, comemorando o

30º aniversário da adesão de Portugal a este organismo internacional. Assistiram cerca de trinta pessoas.

#### Ciclo de bioética

À semelhança de anos anteriores, este ano os Álamos organizaram um Ciclo de Bioética. O Ciclo iniciou-se em novembro de 2015 e prolongou-se durante o ano 2016.

Os seus principais objetivos foram aprofundar os conhecimentos e despertar para a importância da dimensão ética nas ciências da vida pois, apesar de essencial, é muitas vezes relegada para segundo plano.

Os temas foram escolhidos e planeados por jovens universitárias, recorrendo ao apoio de uma professora universitária, e foram selecionados entre aqueles que geram mais debate na sociedade atual.

As sessões foram lideradas por profissionais das áreas da Saúde, Direito e Filosofia com uma ligação profissional ou pessoal com os temas selecionados. Em cada sessão, onde participaram entre 10 e 30 pessoas, foi feita uma exposição sobre o tema, seguindo-se o esclarecimento de dúvidas e debate.

Em 2016, os temas abordados foram os seguintes:

#### Bases antropológicas da sexualidade humana

- Prof. Doutor Diogo Gonçalves (1/fevereiro/2016)

#### Ensaio clínico

- Prof.ª Doutora Mafalda Videira (8/fevereiro/2016)

#### Bioética: os novos desafios da biologia molecular

- Prof.ª Doutora Rita Zilhão (15/fevereiro/2016)

#### Decisão médica e objeção de consciência

- Dra. Ana Alexandra Machado (22/fevereiro/2016)

#### Erro médico

- Dra. Maria João Laje (1/março/2016)

## AS CONFERÊNCIAS POR QUEM ASSISTIU...

### **A realidade biológica e psicológica da pessoa**

1 de fevereiro de 2016

A ideologia do género é caracterizada por um dualismo corpo/ espírito. A realidade pessoal é considerada como independente da realidade corporal e o homem relaciona-se com o corpo como se de objecto se tratasse. Assim, a pessoa passa a ser vista como uma realidade sexualmente neutra cujo corpo pode ser manipulado. A aceitação destes pressupostos tem como consequência inevitável a degradação das relações entre os corpos, ou seja, a admissão de formas de relacionamento corporal que não respeitam a totalidade da pessoa. Isto é consequência de se considerar que o corpo nada tem a ver com a realidade pessoal e que aquilo que cada um faz com o seu corpo não afecta aquilo que a pessoa é.

Pelo contrário, para a antropologia judaico-cristã, a realidade pessoal é constituída pela sua união estreita e indissociável entre o corpo e a alma. A sexualidade de cada um marca o seu modo de ser, sendo cada um ontologicamente masculino ou ontologicamente feminino, respectivamente. Se uma pessoa nasce com o sexo feminino, constitui uma realidade completamente feminina em todos os seus actos. É próprio do ser pessoa autopossuir-se, ou seja, o corpo pertence à pessoa, não como lhe pertencem os seus bens materiais, mas como parte constitutiva da sua realidade pessoal. Assim, o corpo manifesta-se no todo da pessoa e não como uma realidade autónoma ou justaposta.

*Excerto de texto publicado no site dos Álamos*

TOB - Think! Outside of the box

Em 2016 iniciou-se, impulsionada por estudantes universitárias, uma atividade com o objetivo de aprofundar em temas como a liberdade, a felicidade, a dor. *Think outside of the box* é uma atividade para universitárias que não se conformam com "respostas dadas", que procuram a razão de ser mais profunda, que levantam questões...

Em cada sessão foi discutido um tema com a orientação da Professora Doutora Marta Mendonça (Professora de Filosofia na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa), anteriormente preparado com a leitura de um texto. Houve uma participação média de dez pessoas por sessão.

### Liberdade

- 24 de novembro de 2016

### Is God an unnecessary hypothesis?

- 19 de dezembro de 2016

## Formação Católica

O desenvolvimento completo da personalidade engloba também a sua dimensão espiritual. Por isso, os Álamos dão-lhe especial destaque, proporcionando às universitárias que o desejarem atividades de formação cristã respondendo às exigências do nível universitário. Estas atividades estão confiadas à prelatura do Opus Dei, instituição da Igreja Católica fundada por São Josemaria Escrivá, que promove o encontro com Deus através das circunstâncias do dia a dia e concretamente do estudo e do trabalho profissional ([www.opusdei.pt](http://www.opusdei.pt)).

Durante o ano 2016 destacam-se:

- Meditações semanais às quartas-feiras, dirigidas pelo capelão da Residência.
- Manhãs ou tardes de oração, todos os meses.
- Retiros de silêncio: dois na Quinta de Penaferrim (Sintra) e um na Casa das Palmeiras (Bombarral).
- Ciclos de formação sobre o Catecismo da Igreja Católica
- Palestras sobre a vida cristã
- Jornada UNIVersitária - dia de formação mais intensa, abordando temas da atualidade tais como a influência *dos e nos media*, e a eutanásia, organizado no dia 2 de abril em conjunto com outras associações juvenis de Lisboa.

## Jornadas Mundiais da Juventude'2017

Entre os dias 23 de julho e 4 de agosto de 2017, um grupo de 11 pessoas dos Álamos participaram nas 31<sup>as</sup> Jornadas Mundiais da Juventude em Cracóvia, Polónia.

A participação nas Jornadas compreendeu a presença em eventos com o Santo Padre, o Papa Francisco, juntamente com cerca de 2 milhões de jovens de todo o mundo, bem como a visita a diversos locais históricos de Cracóvia e ao Memorial e Museu de Auschwitz-Birkenau.

Durante o percurso de ida e de regresso, houve ainda paragens por algumas cidades europeias e um Santuário de Nossa Senhora: Lyon, Innsbruck e Torreciudad.

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

### ➤ Sessões de preparação para as Jornadas Mundiais da Juventude

Em janeiro de 2016 iniciou-se um ciclo de Meditações sobre a mensagem do Papa Francisco para a JMJ'2017 e as obras de misericórdia, no contexto do Jubileu da Misericórdia, com o seguinte plano:

<b>Janeiro</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Dar de comer a quem tem fome	<u>Espirituais</u> Dar bons conselhos
<b>Fevereiro</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Dar de beber a quem tem sede	<u>Espirituais</u> Ensinar os ignorantes
<b>Março</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Vestir os nus	<u>Espirituais</u> Corrigir os que erram
<b>Abril</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Dar pousada aos peregrinos	<u>Espirituais</u> Perdoar as injúrias
<b>Maió</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Assistir aos enfermos	<u>Espirituais</u> Consolar os tristes
<b>Junho</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Visitar os presos	<u>Espirituais</u> Suportar com paciências as fraquezas do próximo
<b>Julho</b>	
<i>Obras de misericórdia</i> <u>Corporais</u> Enterrar os mortos	<u>Espirituais</u> Rezar a Deus por vivos e defuntos

Em maio e junho realizaram-se as seguintes sessões adicionais de preparação para as Jornadas Mundiais da Juventude:

- Visualização e debate do filme "KAROL", filme biográfico sobre Karol Wojtyła, o Papa polaco João Paulo II, fundador das JMJ (7 de maio de 2016).
- Tertúlia com Smitá Coissoró, participante nas JMJ de 1991 na Polónia (15 de maio de 2016).
- Cracóvia: cantos e recantos da "cidade de João Paulo II", histórias e enquadramento na Polónia, relatado por quem recentemente a visitou – Ana Oliveira (15 de junho de 2016).
- Manhã de oração (19 de junho de 2016).
- Aspetos práticos (25 de junho de 2016).

## Álamos Associação Juvenil

### Relatório de Atividades 2016

Finalmente, todas as candidatas às Jornadas foram convidadas a participar nas atividades de voluntariado organizadas pelos Álamos ao longo do ano, como modo muito concreto de viver as obras de misericórdia.

#### Catequese

Semanalmente, várias universitárias, com o desejo de transmitir a formação espiritual católica que recebem na residência, dão catequese no Centro de Paralisia Cerebral, a pedido dos pais de um grupo de jovens, na Associação Emergência Social e em diferentes paróquias.

Adicionalmente, no Bairro da Cruz Vermelha, onde durante a semana se organizam diversas atividades de voluntariado, iniciaram-se no ano de 2016, a pedido de algumas famílias, catequese semanais de preparação para os sacramentos de iniciação cristã.

#### Contas de 2016

Entradas		Saídas	
Quotas	9 400.00	Atividades pontuais	4 043.37
Mensalidades	110 326.56	Seguro	748.02
Atividades	1 105.00	Água	3 860.37
Subsídios e donativos		Eletricidade	10 376.92
Comissão Patrocinadora	22 841.00	Telefone	2 262.35
Entidades oficiais	1 862.46	Gás	3 322.77
Entidades privadas	1 852.87	Comestíveis	29 447.68
Outras entradas	265.31	Gastos com pessoal	73 878.41
		Material de atividades	1 327.60
		Biblioteca	1 003.69
		Conservação e manutenção	10 639.66
		IVA	2 676.12
		Viatura	1 165.69
		F.S.E	3 182.40
		Outros gastos	2 608.54
<b>Total</b>	<b>147 653.20</b>	<b>Total</b>	<b>150 543.59</b>
Saldo de 2016	- 2 890.39		
Saldo transitado de 2015	3 174.40		
Saldo a transitar para 2017	284.01		

O saldo positivo resultante do ano 2016, num total de EUR 284,01, transitou para o ano de 2017.



## Parcerias

Durante o ano de 2016, os Álamos desenvolveram parcerias com as seguintes instituições:

- IPDJ - Instituto Português do Desporto e da Juventude
- EURN - *European Residence Network Association* (engloba uma parceria com cinco residências universitárias europeias)
- Associação Emergência Social (IPSS)
- Centro de Paralisia Cerebral Calouste Gulbenkian
- Fomento de Fundaciones
- Coopera ONGD
- Clube Darca

Adicionalmente, no final do ano, os Álamos associaram-se à *Association pour la Promotion de la Femme et la Famille* (Associação Sem fins lucrativos, com sede nos Camarões) para apoiar na fase final de angariação de fundos para a construção de um dispensário médico em Mehandan (a 25km de Yaoundé, Camarões).

## Perspetivas para 2017

Ao longo do ano contamos com a colaboração de todos os associados, particularmente de associados beneméritos que, com a sua generosidade, permitem a existência dos Álamos. A todos agradecemos a sua colaboração, com a qual esperamos continuar a contar durante o próximo ano.

Durante o ano de 2017 contamos continuar a desenvolver os programas de formação e as atividades que já são habituais nos Álamos, destacando, porém, alguns eventos significativos do novo ano: em 2017 os Álamos, em parceria com associações juvenis de todo o país, voltam a organizar o Projeto Cabo Verde – um projeto de voluntariado universitário levado a cabo em estreita colaboração com parceiros locais, desenvolvendo atividades nas áreas da saúde, da educação e do ambiente ([www.projectocaboverde.wixsite.com/2017](http://www.projectocaboverde.wixsite.com/2017)).

Destaque ainda para a continuação das obras de construção da nova residência, com a perspetiva de mudança para as novas instalações da residência já no início do ano letivo 2017/2018.

[www.alamoslisboa.org](http://www.alamoslisboa.org)



# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

### Anexo

#### Atividades 2016

Janeiro		
17	Manhã de oração	Formação espiritual
Fevereiro		
1	Bases antropológicas da sexualidade humana, com o Prof. Doutor Diogo Gonçalves	Ciclo de Bioética
8	Ensaios clínicos, com a Prof.ª Doutora Mafalda Videira	Ciclo de Bioética
14	Manhã de oração	Formação espiritual
14	Festejo aniversário da fundação da secção feminina do Opus Dei	Tertúlia
15	Bioética: os novos desafios da biologia molecular, com a Prof.ª Doutora Rita Zilhão	Ciclo de Bioética
18 a 21	Retiro espiritual	Formação espiritual
22	Decisão médica e objeção de consciência, com a Dra. Ana Alexandra Machado	Ciclo de Bioética
28	Cooperação e solidariedade: respostos aos desafios da humanidade, com Carla Pinto, psicóloga Voluntariado: uma manifestação de humanidade e de misericórdia, com Nina Ayres Pereira, advogada	Formação voluntariado
Março		
1	Erro médico, com a Dr.ª Maria João Lage	Ciclo de Bioética
9	Experiência de voluntariado numa favela e na JMJ no Rio de Janeiro, com Cristina Miranda	Tertúlia
10 a 13	Retiro espiritual	Formação espiritual
13	Filme “Francisco - un Papa entre la gente” sobre o Papa Francisco, no 3º aniversário do pontificado	Tertúlia
16	Tertúlia com brasileiras a caminho do congresso UNIV	Tertúlia
20	Manhã de oração	Formação espiritual
23	Restauro / renovação do espaço das atividades de voluntariado   Tarde de jogos tradicionais	Voluntariado
31 a 3 de abril	Retiro espiritual	Formação espiritual
31	Velada de Oração	Formação espiritual
Abril		
2	Jornada Universitária	Formação espiritual
10	<i>The Shawshank redemption</i>	Cineforum
17	Manhã de oração	Formação espiritual
20	Tertúlia EURN - experiências de residências	Tertúlia
22 a 25	Caminhos do Tejo - até Fátima a pé	Convívios
26	A Consciência e a Lei Moral, palestra com o Capelão	Formação espiritual
Maio		
4	Tertúlia com Filipa Sáragga	Tertúlia
5	Velada de Oração	Formação espiritual
7	KAROL, visualização e debate do filme	Preparação para a JMJ
11	Recordando Álvaro del Portillo	Tertúlia
15	Manhã de oração	Formação espiritual
15	Almoço e tertúlia com Smitá Coissoró, participante nas JMJ de 1991 na Polónia	Preparação para a JMJ
17	30 anos de Portugal e dos portugueses na União Europeia	Conferência
26 a 29	Convívio EURN em Helsínquia	Convívios

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

Junho		
3	<i>The Good Lie</i> , comentado por Rui Marques, coordenador da Plataforma de Apoio aos Refugiados, PAR	Cineforum
7	European Youth Weekend, com Dulce Frazão	Tertúlia
8	Tertúlia com Maria Queiroz, autora do livro "Vidas em transparência: pensar para evoluir"	Tertúlia
15	A cidade de Cracóvia, uma visita "guiada" à cidade onde vão decorrer as JMJ, com Ana Oliveira	Preparação para a JMJ
18	Arraial de Santo António	Fundraising
19	Manhã de oração	Formação espiritual
22	Bélgica, com Nele van den Bulck	Tertúlia
25	Aspetos práticos	Preparação para a JMJ
27	Tertúlia sobre a Igreja Católica e o Opus Dei no Líbano, com Elena Casas	Tertúlia
Julho		
11 a 16	Semana de Voluntariado nos Álamos	Voluntariado
16	Manhã de oração	Formação espiritual
23 a 4 de agosto	Jornadas Mundiais da Juventude	Formação espiritual
Setembro		
22 a 25	Retiro espiritual	Formação espiritual
28	Recolecção	Formação espiritual
28	Verão 2016   Voluntariado no Senegal, com Rita Soares, Rosário Cardoso e Mariana Taylor	Tertúlia
Outubro		
1 e 2	Convívio de residentes	Convívios
13	Experiências de voluntariado num campo de refugiados na Hungria, com Maria Campos	Tertúlia
19	Recolecção	Formação espiritual
20	Missa das universidades	Formação espiritual
22	<i>Eye in the Sky</i> , comentado por João Reis, investigador na área do Direito dos Conflitos Armados e da Ética da Guerra	Cineforum
26	Europa: Quem és, de onde vens, para onde vais? Professor Doutor Eduardo Vera-Cruz Pinto   Conferência inaugural do ano académico	Conferências
31	A crise de Deus no ocidente e a missão dos cristãos, resumo da conferência, por Mariana Duarte Silva e Inês Tavares	Tertúlia
Novembro		
1	Apresentação do UNIV 2017	Tertúlia
3	Velada de Oração	Formação espiritual
5 a 5 de dezembro	Olimpíada Solidária de estudo	Estudo
12	Recolecção	Formação espiritual
17 a 20	Retiro espiritual, em S. Pedro de Sintra	Formação espiritual
24	Think! Outside of the Box: Liberdade	Think! Outside of the box
25	<i>Invictus</i> , comentado por Maria de La Fuente, professora de Filosofia	Cineforum
30	Coro dos Álamos canta na celebração da Novena da Imaculada Conceição	Formação espiritual
Dezembro		
17	Festa de Natal das Famílias	Residência
18	Festa de Natal para as pessoas sem-abrigo, no Pateo da Galé	Voluntariado
19	Think! Outside of the Box: Is God an Unnecessary Hypothesis?	Think! Outside of the box
21	Recolecção de Natal	Formação espiritual
21	Festa de Natal	Tertúlia

# Álamos Associação Juvenil

## Relatório de Atividades 2016

Orçamento 2017

Entradas		Saídas	
Quotas	9 400.00	Atividades pontuais	7 520.00
Mensalidades	106 990.00	Seguro	750.00
Atividades	6 640.00	Água	4 440.00
Subsídios e donativos		Eletricidade	12 000.00
Comissão Patrocinadora	24 954.38	Telefone	2 160.00
Entidades oficiais	1 800.00	Gás	3 584.40
Entidades privadas	400.00	Comestíveis	27 981.00
Outras entradas	1 750.00	Gastos com pessoal	72 167.96
		Material de atividades	1 380.00
		Biblioteca	810.00
		Conservação e manutenção	8 430.00
		IVA	2 500.00
		Viatura	2 001.50
		F.S.E.	3 200.00
		Outros gastos	2 725.40
<b>Total</b>	<b>151 934.38</b>	<b>Total</b>	<b>151 650.26</b>