opusdei.org

# Natal solidário em Braga, Porto e Lisboa (c/ fotos)

Num ano especialmente complicado e difícil, todos precisamos de esperança, sorrisos. Relatamos pequenas iniciativas solidárias promovidas por fiéis do Opus Dei em Braga, Porto e Lisboa.

23/12/2020

### Um postal de natal especial

Vários alunos do Colégio Cedros (V.N. Gaia) visitaram o Lar de Idosos

Irmãzinhas dos Pobres e levaram postais de natal personalizados com lindíssimos desenhos e texto natalícios endereçados a cada um dos amigos mais velhos que vivem no lar. Os alunos estavam felizes por poder tornar os corações destes “avós” mais alegres este Natal!

---

**Braga: terças-feiras às 8h há pequenos almoços solidários**

Os responsáveis do Centro Universitário do Minho tiveram o privilégio de ser contactados por um dos benfeitores da Associação de Hospitalários de São Lázaro que lhes lançou o repto: servir pequenos almoços a pessoas necessitadas no turno das terças-feiras às 8h.

O trabalho resume-se a chegar cedo para preparar a refeição - aquecer o leite ou água, preparar os pães,

montar as mesas, etc. -, e distribuir o pequeno-almoço. Pouco antes das 8h abrem as portas e começam a servir os indigentes. O local não podia ser mais simpático: uma casa do sec. XVIII, mesmo no centro da cidade antiga.

“Geralmente procuramos não só servir a refeição, mas principalmente falar. E ficamos sempre com a sensação que lhes sabe melhor a conversa que o repasto”, comenta Filipe, um dos organizadores. E prossegue: “Vêm dos mais diversos locais e descobrimos que se trata de uma outra sociedade; o confinamento é terrível para muitos, pois perdem o seu sustento que vem de estacionar carros…”

José, um dos mais novos a ajudar, tem trazido de casa bolos feitos pelos irmãos para compor a ementa do pequeno-almoço: "o voluntariado foi, e é!, uma oportunidade para ajudar.

Ao mesmo tempo, também eu beneficio: ajudo os que não têm, mas sou sistematicamente relembrado de tenho o suficiente, muitas vezes até demais". O Paulo, dentista tem uma abordagem distinta: "Pergunto-me: como faria Jesus. E faço!" João, finalista de engenharia eletrotónica da Universidade do Minho, comenta que “o voluntariado tem-me ajudado muito a crescer como pessoa, tornando-me mais solidário, mais humano e mais consciente das adversidades que existem na sociedade”

Inverno, 7h30 da manhã, penetramos na cidade antiga com a noite a morrer; frio, chuva, e ainda um rápido pensamento para dizer mal da vida… Mas afinal, que disparate de pensamento! Pouco depois, servindo os pequenos almoços aos que não têm pequeno almoço, e falando com os que não têm com quem falar, todos percebemos que só

podemos agradecer o muito e muito que somos e tempos, mesmo que esse muito seja pouco.

---

**“À nossa mesa há sempre lugar para mais um”: Colégio Mira Rio (Lisboa) e Colégio Cedros (V. N. de Gaia)**

O Banco Alimentar Contra a Fome apelou aos portugueses para que, entre 26 de novembro e 13 de dezembro, contribuíssem para a tradicional campanha de recolha de alimentos de Natal.

Por força das atuais circunstâncias não foi possível fazê-lo nas superfícies comerciais, pelo que esta iniciativa tentou mitigar este constrangimento, tentando prestar uma ajuda de emergência àqueles que mais sofrem com a atual crise provocada pela Covid-19.

Em V. N. Gaia, no Colégio Cedros muitas famílias contribuíram para a campanha #CedrosAjuda, uma iniciativa coordenada por um grupo de alunos do Secundário.

Também em Lisboa o Colégio Mira Rio juntou-se a milhares de portugueses na recolha de bens essenciais para os mais desfavorecidos. Todos sabem que, com um pequeno contributo, podem ajudar a que não falte alimento em nenhuma mesa em Portugal neste Natal.

---

**Porto: 180 horas de estudo solidário convertidos em cabazes para famílias carenciadas**

Um projeto do Rampa Clube em que cada hora de estudo das suas associadas ajudou famílias mais carenciadas da cidade do Porto.

Durante o mês de novembro, por cada hora de estudo, as estudantes do Rampa angariaram alimentos para cabazes de Natal solidários. Para ajudar, só foi preciso estudar! Completaram um total de 180 horas de estudo o que correspondeu a 18 cabazes de Natal para serem distribuídos a famílias mais carenciadas da cidade do Porto. Dez deles, foram levados ao lar das irmãzinhas dos pobres de Pinheiro Manso.

Nos dias prévios ao Natal foram distribuídos os outros cabazes, que contém alimentos essenciais como azeite, farinha ou arroz, chocolates e livros para as crianças. Uma forma de estudar com mais motivação para fazer felizes os outros. Valeu a pena!

## Xénon (Lisboa): cantar, falar e aprender com os sem abrigo na Baixa-Chiado

O programa “Gestos” do Clube Xénon em Lisboa promove visitas de estudantes do ensino básico e secundário aos sem-abrigo. São encontros desafiantes. Não é fácil começar a conversa. O ponto de partida é oferecer companhia sem olhar para o relógio.

Na semana antes do Natal, aproveitando uma noite fria de quarta-feira encontraram-se com pessoas que têm a sua casa na rua. Cada história de vida é um guião original, pinceladas inacabadas de vidas reais, parte do mundo desconhecido que estes estudantes estão a desvendar.

“Há professores universitários que estão na rua”, diz admirado um dos participantes. E falamos também com uma “pessoa que sabe sete

idiomas diferentes”. E remata: “Temos muito a aprender deles”.

Contrasta o frio e a pobreza destas pessoas, muitos deles com fome. “A alguns deles podemos comprar um pastel de natal ou uns bombons, porque para eles também é Natal”, relata Bernardo, um dos organizadores do Xénon.

A praça do Rossio é também o palco de grandes lições de desprendimento diante dos sem-abrigo. “Está a chover e eu a queixar-me do frio lá em casa”, comenta um voluntário. E outro responde: “Ainda eu me queixo do meu colchão, e esta gente dorme na calçada”. “Olha lá este amigo com chinelos de praia com este frio…”

Subiram agora junto à estação do Rossio. Na entrada, junto de um abrigo menos inóspito espera-os um amigo com vontade de desabafar e contar as histórias do dia. “Ele tinha uma guitarra e costuma tocar umas

músicas. Depois foi a nossa vez num concerto improvisado numa noite fria aquecida pelas lições e o sorriso agradecido de quem não tem um teto para viver", remata Bernardo.

---

**Cabazes de Natal para os "vizinhos" de Telheiras**

Por iniciativa da Paróquia de Telheiras (Igreja de Nossa Senhora da Porta do Céu), o Colégio Planalto foi desafiado a oferecer Cabazes de Natal às famílias mais carenciadas da nossa paróquia que neste momento, de modo particular, precisam ainda de ajuda.

Foi muito positiva a resposta das famílias dos alunos do 1º ao 12º ano, cuja adesão ao solicitado permitiu a realização de vinte sete cabazes completos (arroz, açúcar, massa, leite, chocolate, cereais, azeite, óleo,

etc.), tendo ainda sobrado mais de trinta sacos cheios de alimentos.

Os cabazes foram realizados por mães do Colégio e por alunos do 10º e do 8º ano que com alegria e generosidade dedicou várias horas a fazer os cabazes e a proceder à sua entrega.

---

**Mealheiros solidários para apoiar mães em situação difícil**

Esta iniciativa, dinamizada pelas alunas de Economia do 11.º ano do Colégio Horizonte, teve o propósito de comemorar o Dia Mundial da Poupança (31 outubro) e o Dia da Literacia Financeira (2 novembro), tendo envolvido 153 alunas que, individualmente ou em grupos, levaram a concurso um total de 93 mealheiros artísticos.

No dia 16 de dezembro foram dados a conhecer os Mealheiros vencedores e entregues as medalhas às respetivas autoras e autores! O júri foi composto por professores e as famílias, através de uma votação online.

Os mealheiros destinam-se a recolher poupanças, das alunas/os, das suas famílias e das professoras, para oferecer à "Vida Norte", instituição muito acarinhada pelo Colégio e que apoia grávidas em situação de fragilidade nos distritos do Porto e Braga.

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de https://opusdei.org/pt-pt/article/natal-solidario-em-braga-porto-e-lisboa-2020/ (23/11/2025)