

Temos que nos dar a 100% e não apenas pela metade

Entrevista a Maria João Lopes, voluntária do Projeto Cabo Verde, publicada no Jornal Voz da Verdade a poucos dias da partida das voluntárias portuguesas. A aluna de Mestrado de Economia Social revela as razões pelas quais este projecto foi o maior marco da sua vida.

09/07/2018

Maria João Lopes nasceu a 11 de março de 1996, em Paranhos, no Porto, e é a mais velha de seis irmãos. Vive em Braga e frequenta atualmente o mestrado em Economia Social, no IPCA, em Barcelos. Em 2016, esteve nas Jornadas Mundiais da Juventude, em Cracóvia, e no Verão de 2017 participou no Projeto Cabo Verde.

Cresceu no seio de uma família cristã e desde cedo teve incutidos pelos seus pais “os verdadeiros valores humanos, tendo sempre como preocupação a nossa (minha e dos meus irmãos) formação integral”. Aos 6 anos começou a frequentar as atividades do clube 3 D, um “clube cuja formação espiritual está ao encargo da prelatura do Opus Dei”, que completava com as aulas de culinária, artes, guitarra ou desporto. “Posso dizer que esta é o exemplo que recebi em casa me ajudaram a crescer e a ser uma pessoa cada vez

melhor, tornando-me naquilo que sou hoje. Atualmente ajudo nas atividades do clube 3D. É muito gratificante ver como este trabalho com os mais pequeninos continua”, partilha.

Em 2016 participou nas Jornadas Mundiais da Juventude na Polónia e diz que foi “uma das experiências mais enriquecedoras da minha vida e que me ajudou a ser melhor enquanto pessoa, mas sobretudo enquanto cristã”, partilha. Os seus estudos são na área de Gestão de Atividades Turísticas e frequenta neste momento o mestrado em Economia Social. “Ao longo do meu percurso académico tive a oportunidade de desenvolver numa das Unidades Curriculares um evento solidário.

Juntamente com o meu grupo, organizamos um espetáculo de magia, em que o lucro do mesmo

revertia para o fundo de emergência social, que apoiava os alunos mais carenciados. Para além disso tive também a oportunidade de ir fazer voluntariado a uma Instituição em Braga que acolhia crianças em situações familiares debilitadas. Estes foram dois marcos importantes para mim, porque me fizeram perceber que a Universidade não tem que ser só estudar e tirar um curso, mas pode ser muito mais do que isso, tudo depende da nossa boa vontade”, partilha. Esteve envolvida em projetos de voluntariado desde cedo e diz-nos que desde que começou, não conseguiu parar.

Aos 15 anos fez o seu primeiro campo de trabalho na aldeia de Muxagata. Quatro anos depois fez o segundo em Fornos de Algodres. “Ambos envolviam atividades com crianças e idosos. Mais do que passar uns dias de férias diferentes, estas atividades permitiram-me crescer

enquanto pessoa, percebendo que cada um de nós é único e importante e que por isso deve ser tratado como tal”, diz. Visitava ainda lares de idosos e participava no Banco Alimentar e, desde 2017, vai semanalmente com uma amiga ao bairro social das Enguardas para dar apoio ao estudo a 3 alunos que vivem lá. “Esta é uma experiência bastante diferente das outras, mas é igualmente gratificante. Quando no ano passado uma das meninas veio toda contente mostrar o teste de francês (tinha subido de uma negativa para um nível 4), eu senti que o nosso trabalho não estava a ser em vão e que ela estava a aproveitar aquilo que nós lhe podíamos oferecer”, partilha.

“Este foi o maior marco da minha vida!”

No Verão de 2017, participou no Projeto Cabo Verde para fazer

voluntariado no bairro do Fonton, na Ilha de Santiago, e garante-nos que “este foi o maior marco da minha vida”. Sobre esta experiência, partilha: “Desde logo o Projeto imprime uma dinâmica que, para mim é essencial. Pôr Cristo em tudo é o segredo para sermos mais e melhores. Quando olhamos para outro e vemos Cristo nele, passamos a fazer as coisas de um modo diferente. Quando nos envolvemos e nos damos a uma causa então temos que nos dar a 100% e não apenas pela metade. Foram desenvolvidas diferentes atividades com as crianças, jovens e adultos. As atividades que diziam respeito às crianças eram as artes, volta ao mundo, coro, hora do conto, teatro, dança, jogos e o ambiente. Em relação às jovens havia artes, coro, dança, culinária e formação sobre os afetos. Nos adultos havia cursos de empreendedorismo, cozinha e vida saudável e informática. Para além

disso, foi montado um dispensário médico onde eram dadas consultas e feitas triagens por médicas e enfermeiras, auxiliadas por estudantes de medicina e enfermagem.

Quando falo deste projeto parece que as palavras não me saem. Não por preguiça de falar, mas porque de facto tudo o que eu possa dizer é pouco para expressar aquilo que eu vivi enquanto lá estive. É impressionante ver como é que com tão pouco se pode ser tão feliz. Todos os dias éramos contagiadas com a alegria e os sorrisos daquelas crianças, que pouco tinham para comer ou para vestir. Um simples gesto nosso fazia toda a diferença e aquilo que para nós era insignificante, para elas tinha um valor imenso. Recordo-me agora de uma frase que o Papa Francisco deixou aos jovens na JMJ de Cracóvia e que me tocou especialmente

enquanto lá estive. “Este tempo aceita apenas jogadores titulares em campo. Não há reservas. O mundo de hoje pede-vos para serdes protagonistas da história, porque a vida é bela desde que a queiramos viver, desde que queiramos deixar uma marca.”

Mais do que que aquilo que eu possa ter deixado, a marca que me ficou de todas aquelas pessoas com quem me cruzei e tive o prazer de conhecer e de falar, nunca se apagará. As minhas 3 semanas em Cabo Verde ajudaram-me a ver além-fronteiras, a dar valor ao que realmente tem valor, a ser uma pessoa mais agradecida e acima de tudo a confirmar a minha certeza de que qualquer pessoa tem um valor incalculável e que eu não sou mais do que ninguém por ter mais educação, mais bens materiais, ou uma cultura diferente.

Aquilo que eu aprendi enquanto lá estive é aquilo que eu quero preservar e levar para toda a minha vida. A felicidade não está nos bens materiais e o mais importante não é aquilo que temos, mas sim aquilo que somos e que damos aos outros. Mas o projeto teve um impacto ainda maior na minha vida. Depois de ter acabado o curso tinha que optar por ingressar no mercado de trabalho ou continuar a estudar. Sempre tive a certeza de querer tirar um mestrado, mas não sabia por que área seguir. Gostava de marketing, gestão ou hotelaria, mas sempre tive aquele bichinho de querer poder dar mais através do meu trabalho e da minha formação. É impressionante pensar que decidi o meu futuro naquele projeto, mas a verdade é que foi mesmo assim. Quando cheguei a Portugal concorri para o mestrado em Economia Social, com o grande objetivo de alguma forma poder ajudar aquelas pessoas. Hoje tenho a

certeza que foi a escolha mais acertada e não tenho dúvidas de que estou no caminho certo. Sei que às vezes tenho ideias grandes e sonho alto, mas como diz São Josemaria Escrivá: Sonhai e ficareis alguém”.

Texto Original da Notícia : https://www.vozdaverdade.org/site/index.php?cont_=ver2&id=7411

Mais informações:

Web: [Projeto Cabo Verde](#)

Social: [Facebook](#) / [Instagram](#)

Email:
projectocaboverde@gmail.com

Tlf: 217 581 205

Sede: Campo Grande, 189 - 1700-090
Lisboa

Referencias de outras notícias:

[Projecto Cabo Verde 2017](#)

Projecto Cabo Verde 2018 na Radio Renascença

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
opusdei.org/pt-pt/article/testemunho-
voluntaria-projeto-cabo-verde/](https://opusdei.org/pt-pt/article/testemunho-voluntaria-projeto-cabo-verde/)
(29/01/2026)