



**VOZES AMIGAS DE ESPERANÇA**

## **MEMÓRIA DAS ACTIVIDADES DE 2025**

Em 2025, a Associação Vozes Amigas de Esperança – VOADES PORTUGAL, continuou utilizando as vertentes informáticas para realizar as suas atividades, no entanto, fomos retomando algumas atividades presenciais nalgumas áreas de atuação da VOADES.

### **1 ÁREA DE APOIO EMOCIONAL POR TELEFONE**

Em 2025 foram atendidas 7.097 chamadas no nosso Departamento de Orientação e Apoio Emocional por telefone.

Tendo atingido um número recorde de atendimentos. Tivemos mais 269 chamadas do que em 2024, o que supõe um incremento de 4%. Ou seja, dá em média 591 chamadas mensais e num total de 19 chamadas diárias.

Continua-se a realizar um grande trabalho nesta área, cobrindo todos os turnos dos nossos horários, com o esforço e mérito de todos os voluntários que fazem atendimento.

### **1. ÁREA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE EMOCIONAL (ESCOLA DA SAÚDE EMOCIONAL)**

No ano de 2025, realizaram-se as seguintes atividades:

\* Cursos e Workshops:

Fevereiro	RESOLUÇÃO DE CONFLITOS	13 formandos
Março	COMUNICAÇÃO POSITIVA	10 formandos
Maio	APRENDER A DESPREOCUPAR-SE	9 formandos
Julho	VIVER COM GRATIDÃO	6 formandos
Agosto	ESCOLA DE VERÃO DE SAUDE EMOCIONAL	14 formandos
Novembro	AUTO-ESTIMA	12 formandos



\* Cafés-Tertúlias presenciais e via on-line da Escola de Saúde Emocional:

Total de encontros realizadas..... 8

Total de participantes ..... 200

\* Outras atividades presenciais:

- Piquenique ..... 28 participantes
- 17º aniversário da Voades e Encontro de Natal ....22 participantes

entre associados e amigos.

- Encontro de jovens com 20 participantes.

## **2. ÁREA DE FORMAÇÃO DO VOLUNTARIADO:**

Continuamos a ter procura de pessoas jovens para fazer voluntariado.

- Reuniões periódicas de acompanhamento
- Ao longo do ano foram realizados 2 cursos para novos voluntários, num total de 6 formandos.

## **3. ÀREA DE ASSOCIADOS E VOLUNTARIADO:**

Associados;

- Novos Associados da VOADES .....8
- Desistiram de Associados ..... 1

Em janeiro de 2025, tínhamos 69 associados, passando para o ano de 2026, 76 associados

Voluntários na linha:

- Novos voluntários ..... 6
- Desistiram voluntários ..... 5

Num total de 17 voluntários no atendimento da linha de apoio.



#### 4. OUTRAS ATIVIDADES:

- ❖ O programa "ESCUTANDO A SOLIDÃO ", continua a acompanhar as pessoas que nos procuram no sentido de as ajudar a combater a solidão:

Não apenas idosos, doentes mentais, invisuais, etc. mas também pessoas que sentem solidão e que nos solicitam acompanhamento. Esse acompanhamento é feito de forma individualizada através de contacto telefónico, videochamada ou visitas domiciliárias com periodicidade a combinar entre o voluntário e o acompanhante.

Total de Acompanhantes :..... 24

Total de voluntários ..... 5

Total das ações de acompanhamento efetuadas ..... 1 959

Realizamos 4 Rodas de Amizade presenciais na Sede com 32 participantes.