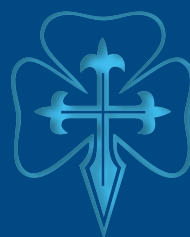


o trevo



ASSOCIAÇÃO GUIAS DE PORTUGAL

2017 | 22ª EDIÇÃO | 1,50€



OTIMISMO
CAMINHO A SEGUIR

NESTE JORNAL

ALVORADA

O poder transformador de um sorriso

OTIMISMO

O sorriso é um dom biológico que nos faz
estender o coração ao outro
O que dizem alguns estudos
A Guia tem sempre boa disposição de espírito
Fontes de inspiração

03

04

12 VIDA DA ASSOCIAÇÃO

Guias apoiam vítimas do incêndio de Pedrogão Grande
Vozes Contra a Violência
Atividade nacional do Ramo Moinho
Acampamento regional da Região dos Açores
Guias na visita do Papa a Fátima

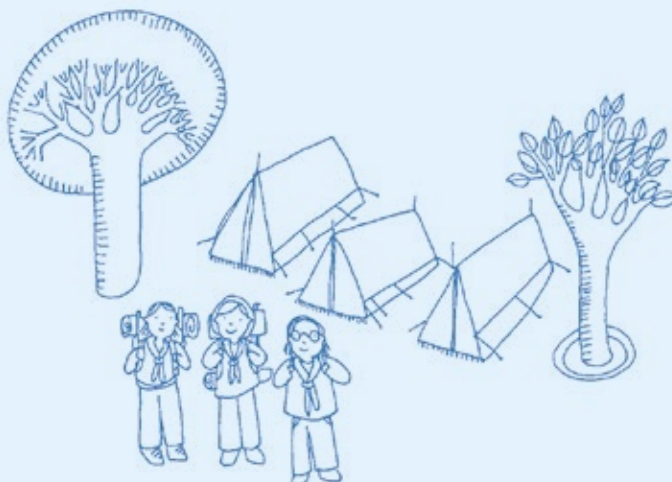
21 INTERNACIONAL

Workshop Arts4Change
O sonho de uma experiência internacional
Guias Belgas visitam Viana do Castelo

FICHA TÉCNICA

Proprietário:
Associação Guias de Portugal
Conceção Gráfica:
White_Brand Services
Impressão e acabamento:
Getside, Lda.
Tiragem:
6.300 exemplares

Outubro 2017
Depósito Legal nº239055/06



ALVORADA



O PODER TRANSFORMADOR DE UM SORRISO

A decisão de, perante uma situação difícil, ser otimista, ver o lado positivo das coisas e agir com confiança é individual. Ninguém pode obrigar-nos (e cócegas não entram nesta equação) a sorrir contra a nossa vontade. Ninguém pode realmente fazê-lo por nós.

Ainda assim, e a presente edição do Trevo procura trazer esta questão para reflexão, acreditamos que o otimismo pode ser contagiante e acima de tudo pode ser estimulado, promovido, arriscamos até dizer exercitado.

Sabemos que Baden Powell acreditava no poder transformador do sorriso e da alegria. Não deixem de ler todas as frases que incluímos nos cabeçalhos desta edição. Para além de inspiradoras, fazem-nos perceber muito bem qual o estado de espírito que o nosso fundador desejava para cada uma de nós: o acreditar, o rir perante as dificuldades, os cânticos alegres à noite à fogueira. Não há impossíveis, certo?

A boa disposição de espírito é um artigo da nossa Lei e num movimento à escala mundial o sorriso é até comunicação. Podemos falar diferentes línguas, podemos até optar pelo silêncio, mas um sorriso é universal e, quando sincero e encorajador, encerra em si um poder que move montanhas.

Nas Guias nunca estamos sozinhas. Existe, antes de mais, a Patrulha e acreditamos que a vida em grupo é a génese da boa disposição ser uma competência tão bem trabalhada na nossa Associação. É certo que na Patrulha se reúnem diferentes formas de ser e de estar, e que existem momentos de grande tensão (a fogueira que nunca mais acende, o desgaste após quilómetros percorridos num raid, um consenso sobre o teatro que vamos fazer daqui a poucos minutos). Mas é também em Patrulha que a tensão se dissolve, que a gargalhada genuína rebenta, que a criatividade desperta, que os medos se perdem e que o impossível acaba mesmo por se tornar possível.

E, depois, há o exemplo. O sorriso, alegria e otimismo da Dirigente que se reflete nas Chefes de Patrulha, que por sua vez se refletem nas Guias. Um efeito multiplicador poderoso, que acreditamos ir muito para além das fronteiras da Associação, contagiando toda uma comunidade, toda uma nação, gerações e gerações e tão necessário numa sociedade tão marcada pela solidão.

Boa leitura! Queremos ver muitos sorrisos!

COMISSÁRIA DAS PUBLICAÇÕES ADJUNTA
ANA LEÃO



COMISSÃO EXECUTIVA

Presidente: Sara Nobre

Comissária Nacional: Joana Alves

C. Financeira: Mafalda Almeida

C. Financeira Adj.: Maria João Charréu

C. Financeira Adj.: Inês Abrantes

C. Publicações: Carolina Abrantes

C. Publicações Adj.: Ana Leão

C. Internacional: Bárbara Silva

C. Internacional Adj.: Paula Ferreira

C. N. Ramo Avezinha: Inês Morujo

C. N. Ramo Aventura: Preciosa Carvalho

C. N. Ramo Caravela: Bárbara Silva

C. N. Ramo Moinho: Sílvia Oliveira

C. N. Adj. Ramo Moinho: Eduarda Oliveira

“O SORRISO É UM DOM BIOLÓGICO QUE NOS FAZ ESTENDER O CORAÇÃO AO OUTRO.”



Helena Marujo
DOCENTE DO INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS SOCIAIS E POLÍTICAS
DA UNIVERSIDADE DE LISBOA, ESCRITORA E FORMADORA.

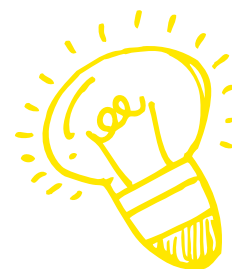
À CONVERSA COM HELENA MARUJO

Docente do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa, escritora e formadora, Helena Marujo tem na Psicologia Positiva a sua principal área de investigação. O otimismo, a felicidade, nações positivas, esperança e sentido de humor são outras das suas áreas de interesse.



Essa é a complexidade humana e de desenvolvimentista. Mas como sabemos, o hereditário, nas áreas psicológicas, atitudinais, é potencial, pelo que pode ou não ser ativado por experiências externas ou internas de vida.

Nesse sentido, há razões para ser otimista sobre o otimismo: é definitivamente possível aprendê-lo, potenciá-lo, aumentá-lo, aperfeiçoá-lo. A investigação é sólida nesse sentido. Podemos aprender a pensar de forma mais otimista, a usar estratégias positivas e construtivas para lidar com os desafios da vida (como é o caso do humor, ou da narrativa interior que fazemos sobre o que nos acontece), e se juntarmos um pouco de esperança (cientificamente, são dimensões diferentes, com a esperança como sendo algo mais palpável, mais transformável, com a vontade e autoconfiança, em objetivos concretizáveis e para os quais se podem construir caminhos) o futuro e o presente vivem-se com mais qualidade e alegria.



Recentemente afirmou que “O sorriso é um dom biológico que nos faz estender o coração ao Outro.” Qual é a relação direta que existe entre o sorriso e as pessoas que nos rodeiam?

Estamos biologicamente preparados para a proximidade com o Outro. Essa proximidade faz-se de muitas formas, desde a naturalidade original da empatia (visível em bebés muito pequenos, mas muitas vezes depois deteriorada pela educação e cultura), até ao uso de sinais inequívocos de simpatia, que promovem a confiança e o sentido de segurança.

O sorriso é um deles. Os nossos “neurónios em espelho” fazem-nos influenciar positivamente os outros - e ser influenciados - pela expressão de um sorriso. Em especial se ele for “verdadeiro”, ou Duchenne, como cientificamente se chama, e envolver os músculos em redor da boca, mas também dos olhos.

O sorriso aproxima. Desfaz poderes e raivas. Traz um pedaço de amor dentro, que nos lembra o melhor da nossa humanidade.

O otimismo é algo inato ou é possível desenvolver essa capacidade?

O otimismo tem um pouco de ambos: hereditariedade e aprendizagem.

“

O sorriso aproxima. Desfaz poderes e raivas. Traz um pedaço de amor dentro, que nos lembra o melhor da nossa humanidade.

“

Podemos aprender a pensar de forma mais otimista, a usar estratégias positivas e construtivas para lidar com os desafios da vida e se juntarmos um pouco de esperança o futuro e o presente vivem-se com mais qualidade e alegria.

“UM SORRISO LEVA DUAS VEZES MAIS LONGE DO QUE UMA CARETA.” - Baden-Powell

comunicação interpessoal), aumentando a autoconsciência e fazendo escolhas positivas.

Uma investigação conduzida por si revelou que os jovens portugueses dos 8 aos 18 anos apresentam taxas depressivas elevadas e têm um discurso pessimista relativamente ao futuro. Considera que movimentos como o Guidismo podem contribuir para inverter este cenário?

Acredito que sim, se bem que nunca tenha estudado cientificamente essa ligação.

Mas o Guidismo tem alguns ingredientes fulcrais para vidas com qualidade: relações humanas gratuitas, generosas, recíprocas (aquilo a que alguns investigadores chamam Bens Relacionais); a ligação com um propósito maior; oportunidade de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal... rituais construtivos e constitutivos... todos engrandecem a vida, tornando-a muito mais “vivível”.

No Guidismo, o espaço privilegiado de formação é o ar livre. Desfrutar mais da vida ao ar livre e do contacto com a natureza pode tornar-nos mais felizes?

Absolutamente. Mais uma vez, temos ciência sólida a confirmar-nos o que sentimos intuitivamente.

Os horizontes largos, a beleza que se pode apreciar, o sentimento de contacto com o primordial, o básico, o simples, o esplendoroso, o misterioso, o tranquilo... traz um bem-estar tão profundo que uma coisa tão simples como ver copas de árvores de um quarto de hospital pode ajudar na recuperação da saúde ou ter uma planta para cuidar pode levar a viver com mais longevidade.

Viver respeitosamente com o nosso habitat é definitivamente um caminho de bem-estar.



“

O Guidismo tem alguns ingredientes fulcrais para vidas com qualidade... todos engrandecem a vida, tornando-a muito mais “vivível”.



O QUE DIZEM ALGUNS ESTUDOS

Ser otimista dá saúde:

- Um estudo americano, abrangendo 2564 homens e mulheres com idades iguais ou superiores a 65 anos, concluiu que o otimismo é bom para a pressão arterial. Os investigadores utilizaram uma escala de quatro tipos de emoções positivas para medir o nível de otimismo de cada participante. Mediram também a pressão arterial, a altura e peso e recolheram dados sobre o seu historial de saúde (diabetes, medicação, ...). Concluíram que, não obstante os outros fatores, em média, as pessoas com emoções mais positivas tinham pressões arteriais mais baixas.

- Em 1960, 6.959 estudantes que ingressavam na Universidade da Carolina do Norte foram alvo de um estudo de personalidade com o objetivo de, quarenta anos mais tarde, ligar alguns traços da sua personalidade ao desenvolvimento de algumas patologias. Passado esse período 476 dos analisados tinham morrido de várias causas e os dados mostraram que os mais pessimistas tinham apresentado uma taxa de morte superior em 42% aos otimistas.

- Um estudo realizado pela Universidade de Kentucky e pela Universidade de Louisville com 124 estudantes mostrou que há uma relação entre o otimismo e a imunidade do organismo. Segundo a pesquisa,

as pessoas mais otimistas têm maiores níveis de células que combatem vírus.

Rir queima calorias:

Uma investigação da Universidade do Tennessee concluiu que uma gargalhada genuína e audível faz aumentar o consumo de energia e o batimento cardíaco em 10% a 20%. Isso significa que uma gargalhada – daquelas de fazer doer a barriga – durante 10 minutos queima 10 a 40 calorias. E certamente que se traduzirá em muito boa disposição!

Otimismo e resiliência:

Dennis Charney, reitor da Faculdade de Medicina do Monte Sinai, estudou cerca de 750 veteranos de guerra vietnamitas que sobreviveram a oito anos de prisão, durante os quais foram alvo de tortura e isolamento. Charney procurou compreender como é que apesar de tão difícil contexto, esses homens, após serem libertados, não sofreram de depressão nem de stress pós-traumático. Qual seria a causa dessa resiliência extraordinária? Depois de profundas entrevistas e testes, Charney identificou as dez características mais comuns nesses homens, estando o otimismo no topo da lista, seguido de altruísmo, sentido de humor e ter um sentimento de razão para viver.

A GUIA TEM SEMPRE BOA DISPOSIÇÃO DE ESPÍRITO.

O OITAVO ARTIGO DA LEI DA GUIA

A Visão de uma Guia Aventura

No nosso dia a dia e na vida em campo, enfrentamos frequentemente obstáculos no meio do nosso percurso que, por vezes, são de difícil resolução. No entanto, desistir não é opção e devemos encarar os obstáculos com um sorriso na cara e torná-los num desafio.

Efetivamente, todos esses desafios que a vida nos impõe são cruciais para a nossa evolução e aprendizagem, mas por muito exigentes que sejam não podemos baixar os braços, em vez disso, porque não cantar uma música para refrescar os pensamentos? E que tal um Fogo de Conselho em Companhia, onde reina a alegria? Uma Guia com boa disposição de espírito é sempre uma mais valia, para a Patrulha, para a Companhia e até mesmo para a sociedade em geral! A felicidade e boa disposição são essenciais para o sucesso do desenvolvimento da Patrulha e da Guia, porque é possível contagiar motivação e determinação com apenas um sorriso.

Desta forma, todos os obstáculos e desafios são apenas pontos de passagem nesta alegre jornada que é a vida. Tudo se torna mais fácil e os nossos sonhos tornam-se mais fáceis de alcançar se a nossa paz de espírito for saudável. Sorrir é crucial na vida, e enquanto Guias e membros da sociedade devemos dar o exemplo e demonstrar que a alegria e felicidade estão presentes em pequenos gestos, palavras e ações.

Mariana Lopes
Odisseia da 1ª Companhia de Faro
Região de Faro



Sara Nogueira e Dinora
BANDO DA 1ª COMPANHIA DE VISEU
REGIÃO DE VISEU

SABIAS QUE...

O listel que muitas associações guidistas usam junto com o seu trevo, segundo a interpretação de BP, pode significar a linha de um sorriso, evocando o ideal de bom humor, otimismo e alegria que toda a Guia deve irradiar.



BOA DISPOSIÇÃO DE ESPÍRITO... FELICIDADE!

Desde o bíblico “a Fé move montanhas” até ao atual “power of positive thinking”, a Humanidade tem sempre valorizado principalmente a disposição com que se encara os acontecimentos da vida como factor fundamental para atingir o sucesso – seja este qual for para cada um de nós: felicidade, realização profissional, contributo social, elevação espiritual, progresso...

Quando nos lançamos num projeto importante, ou enfrentamos uma tarefa laboriosa, qual o estado de espírito mais adequado? Certamente o de forte entusiasmo, que mobilizará todas as capacidades necessárias à sua concretização, assim como a colaboração das pessoas que queremos envolver. Este processo tem tendência a ser autoalimentado, digamos, pois gera uma corrente de motivação cada vez maior, uma criatividade surpreendente para a descoberta de soluções inovadoras e uma alegria contagiante à nossa volta.

Por outro lado, nesta peregrinação pela Terra, somos também ao longo da vida confrontados com todo o tipo de situações difíceis de resolver. Constatamos facilmente isso num raid ou caminhada, até apenas na entrada numa gruta escura ou ao montar uma tenda. Lembro-me de uma Patrulha, num acampamento de formação de Dirigentes, que acabou por adotar para nome Um-Dois-Três, pois apenas à terceira conseguiram acertar com o lugar apropriado para a tenda – mas acertaram porque não desistiram!

De facto, num raid, as subidas íngremes que parecem não ter fim e os músculos começam a doer, os rios caudalosos em fúria onde não se vislumbra uma ponte, os portões fechados a que parece inútil bater (mas afinal “bate, e ser-te-á aberta”), as descidas desconfortáveis para as articulações, os muros aparentemente incontornáveis, as arribas altíssimas em que não aparece um ravina para descer (veja-se na Costa da Caparica a mais que justamente intitulada “Descida das Guias”, junto ao Convento dos Capuchos, criada por dezenas de Estagiárias que por ali passaram no raid do seu TAG/3). Todos estes obstáculos nos desafiam intensamente e, dessa forma, nos proporcionam desenvolver a capacidade de pontapear o IM do impossível! E se o Espírito de Patrulha é considerado o grande motor desta capacidade, não menos o será a boa disposição de espírito com que cada Guia, cultivando o oitavo Artigo da Lei, contribui para que isso se torne possível, alcançável.

Esta boa disposição de espírito significa que, em cada momento, nos encontramos dispostas a fazer bem, a fazê-lo com alegria, a fazer o melhor de que somos capazes, cada vez melhor, tudo o que está ao nosso alcance. Afinal é a isso que nos comprometemos na Promessa: “fazer os possíveis por...”

Esta prática diária, cultivada de modo constante na nossa vida, favorece a maneira como enfrentamos as adversidades do dia a dia e uma crescente confiança nas nossas capacidades, fortalecendo um natural impulso para a felicidade. A primeira atitude – após aquele microlésimo segundo em que possamos experimentar uma sensação de dúvida ou possibilidade de derrota, porque somos afinal humanas – é de ACREDITAR que tudo se resolverá da melhor maneira, que nós próprias podemos, com a ajuda de Deus, influenciar o resultado de forma significativa.

Foi este traço que Baden-Powell – ele próprio um grande otimista – encontrou nos homens com quem lidou, toda a sua vida, no Exército, em contacto com tantas culturas diferentes e que existe em todo o Ser Humano, o qual potenciou ao máximo no seu trabalho com os rapazes durante o Cerco de Mafeking, inspirando-lhe posteriormente os princípios pedagógicos do Escutismo. Talvez seja este o maior legado que nos deixou, o seu grande exemplo. E ainda, no livro “Girl Guiding”, diz que **“Uma Guia anda sempre a sorrir e a cantar, dando alegria aos outros e a si mesma, especialmente em tempos de perigo, pois mesmo então nunca deixa de o fazer”**.

Eu própria, quando aqui me sentei para escrever este artigo, vacilei se seria capaz... Agradeço às Guias por todas as vivências que me proporcionaram para conseguir escrevê-lo.

Rama, elefante azul

Marina Velosa, Ex-Comissária Nacional da AGP

SORRIA, ESTÁ AO PÉ DE UMA GUIA

No final da década de 80 (do século passado...) ia a então Comissária Regional de Lisboa para a Faculdade de autocarro quando reparou nas caras de desolação, tristeza, quase infortúnio, dos seus companheiros de viagem. Pensou então na possibilidade de lhes sorrir para, de algum modo, atenuar as suas penas. Rapidamente reconsiderou que talvez a tomassem por excêntrica, no mínimo – e não estariam muito longe da realidade. Mas se soubessem que se tratava de uma Guia, já não achariam tão estranho este comportamento... Foi assim que nasceu a ideia da Campanha do Sorriso, lançada na Semana da Guia de 1986, que logo teve a adesão das restantes Regiões. Foi feito um crachá (azul turquesa, claro!) que, ao mesmo tempo que nos identificava perante o público, nos permitia oferecer essa maravilhosa prenda – grátis.



CANCIONEIRO DA ALEGRIA

A GUIA ALEGRE

A Guia alegre tem, tem, tem
Coração puro, vontade de fazer bem.
De manhã ao acordar, logo se põe a pensar
Qual será a boa ação com que há-de começar!



SE HÁ TRABALHO PARA FAZER

Se há trabalho para fazer, se há trabalho para fazer
Não te está a apetecer, não te está a apetecer
Canta, canta, canta, canta
Canta que te alegrarás!

ACORDA O SOL

Se o teu passo é forte
Deixa-o bem marcado
Diz ao Mundo inteiro
Que estás acordado

Dá corda às tuas botas
Até gatares a sola
Se vives neste Mundo
Dá-lhe a volta toda

Acorda o sol
Afinal, não queres viver às escondidas
Já são horas
Ganha ao tempo desta vez

Se andas à procura do teu passo certo
Nem vais perceber que eu estou aqui tão perto
Quando estás parado e te falta o tempo
Dás por ti às voltas num dia cinzento

Acorda o sol
Afinal, não queres viver às escondidas
Já são horas
Ganha ao tempo desta vez



CON UNA SONRISA

Con una sonrisa puedo comprar lálálálálálálálá
Todas esas cosas que no se venden
Con una sonrisa compro la soledad
De aquél que marcha solo por el camino

Con una sonrisa puedo comprar lálálálálálálálá
La mirada dura de mi enemigo
Con una sonrisa compro el dolor
De aquél que deja en la tierra su corazón

Refrão:

Y compraré, compraré
El llanto de los niños
Compraré, compraré
El hambre del mendigo que ignore
Y compraré, compraré
Aquellos pies descalzos
Que pisé, compraré
Con una sonrisa compraré

Con una sonrisa puedo comprar lálálálálálálálá
Todas esas cosas que no se venden
Con una sonrisa compro la libertad
Del que vive preso por el dolor

Con una sonrisa puedo comprar lálálálálálálálá
La mirada triste del que se marcha
El futuro incierto de aquél que se quedó
Solo con la noche y con la mañana

Refrão



QUE VENHAM DESAFIOS

Que venham desafios ou cansaços
E as nuvens à paisagem roubem a cor
Levantaremos sempre nossas braços
Cantaremos bem alto o nosso amor

Bandeira ao vento levantada
Jubilosa erguemos cada dia
Ressoem clarins, é alvorada
Amar é dar as mãos para ser guia.

Há sempre uma esperança em cada alhar
Há sempre um amanhã que vai nascer
Há sempre um lindo sonho, para sonhar
Vale a pena arriscar para vencer

A neve na montanha é só brancura
A água na nascente é melodia
Mas com esta beleza, esta doçura
Só quem subir bem alto se extasia



ALEGRIA AOS OUTROS E A SI MESMA, ESPECIALMENTE EM TEMPOS DE PERIGO, POIS MESMO ENTÃO NUNCA DEIXA DE O FAZER." - Baden-Powell

A SMILE MEANS SOMETHING

A smile means something if you give it away, give it away,
give it away
A smile means something If you give it away
Because it comes right back to you

Refrão:

It's just like a magic penny
Hold on tight or don't have any
Lend it, spend it, give it away
Because it comes right back to you

Peace means something if you give it away...
Love means something if you give it away...
Joy means something if you give it away...
Guiding means something if you give it away...



LOOK UP TO THE SKY

Look up to the sky
When all you see is grey
'Cause when the clouds have gone away
The sky is blue again.

Refrão:

So when you're lonely and afraid
And life is hard to understand
Remember happiness is waiting here
And peace will take you by the hand

Look up to the hills
They seem to touch the sky
But when at least you reach the top
They aren't so very high

Refrão



TZENA

Tzena, tzena, tzena, tzena
Vem juntar-te a nós para cantar
Com alegria

Tzena, tzena, vem juntar-te a nós
Canta alegre para o mundo inteiro
Vem dançar connosco ao luar
Vem cantar e vem dançar

Tzena, tzena, tzena, tzena
Can't you hear the music
Playing in the village square

Tzena, Tzena, join the celebration
Every people come from every nation
There you'll find us
Dancing in the moonlight
Dancing in the village square



FONTES DE INSPIRAÇÃO

O imaginário popular e a história dos povos está, felizmente, repleta de figuras (algumas lendárias, outras de carne e osso) que, mesmo perante uma encruzilhada de dificuldades, conseguiram manter-se confiantes e com o seu otimismo inspirar e mover multidões.



Leónidas

Leónidas (em grego antigo “Filho de Leão”) e os seus 300 guerreiros espartanos é a inspiração do conhecido filme “300”, do realizador Zack Snyder, que retrata a batalha de Termópilas entre Gregos e Persas e que é inegavelmente um exemplo de motivação e otimismo.

O exército persa, formado por uma imensidão de soldados de quase todas as nações conquistadas por aquele império (assírios, egípcios, babilónios, entre outros) superava largamente em número os guerreiros liderados por Leónidas.

O rei Xerxes, responsável por ordenar a invasão do Império Persa à Grécia, enviou mensageiros a Leónidas sugerindo que se rendessem.

Reza a história que a mensagem de Xerxes dizia: “Rende-te e entrega as tuas armas!” A resposta de Leónidas terá sido: “Vem buscá-las!”.

Outro mensageiro, também para assustar os gregos com a superioridade numérica dos persas, terá insistido dizendo que chegariam tantos soldados que as flechas disparadas iriam cobrir o sol. Novamente, Leónidas responde heroicamente “Então iremos combater à sombra”.

É certo que o final da história não é feliz. Os 300 acabaram mesmo por ser mortos, mas ofereceram uma dura resistência aos persas, mesmo apesar da sua inquestionável inferioridade numérica.

O segredo? Motivação. Enquanto os espartanos e aliados lutavam para defender as suas cidades, as suas famílias e o seu futuro, os dirigentes persas usavam o chicote para obrigar as suas tropas a lutar.

Anne Sullivan

Falar de Anne Sullivan é falar de Helen Keller, uma menina que ainda bebé perdeu a visão e a audição. Ainda assim, com a ajuda da sua professora (Anne Sullivan) foi capaz de ultrapassar as suas limitações, conquistando confiança suficiente para se tornar uma importante defensora dos direitos sociais, em particular ajudando todos os que, tal como ela, têm necessidades especiais.

Helen nasceu em 1880 no Estado do Alabama. Com apenas 19 meses de idade contraiu uma doença desconhecida diagnosticada como febre cerebral, que a deixou cega e surda. Ter-se-á tornado uma criança difícil.

Pelos 7 anos de idade de Helen, entra na sua vida Anne Sullivan, contratada pela família para ser sua professora e passando a morar lá em casa. Também ela tinha perdido parte da visão aos cinco anos e ficado órfã de mãe aos dez. Não obstante, conseguiu tornar-se professora.



“UMA DIFICULDADE DEIXA LOGO DE SER UMA DIFICULDADE ASSIM QUE TE RIRES DELA E A ENFRENTARES.” - Baden-Powell

Com muita dedicação, Anne conseguiu fazer Helen aprender a ler, escrever e falar. Ainda antes de se formar em Filosofia, escreveu a autobiografia “A História da Minha Vida”, publicada em 1902.

Já adulta, foram muitas as causas que abraçou: as campanhas pelo voto feminino, pelos direitos dos trabalhadores e também pelos direitos das pessoas com necessidades especiais.

Nos anos 20, foi nomeada membro e conselheira em relações nacionais e internacionais da American Fundation for the Blind e criou o “Fundo Helen Keller”.

Helen Keller faleceu no dia 1 de junho de 1968. Nesse mesmo ano foi lançado o filme “O Milagre de Anne Sullivan”, um drama biográfico baseado no livro de Helen e um hino à perseverança e poder da educação.

Malala Yousafzai

Malala completou em 2017 os seus 20 anos, mas esta jovem paquistanesa tem já uma história de vida cheia de lutas, difíceis de imaginar para tantas raparigas da sua idade que – felizmente – não cresceram em contexto de guerra.

Em 2012, numa tarde em que regressava da escola, foi alvejada na cabeça por uma arma de fogo. Malala, embora apenas com 15 anos, era já conhecida dos talibãs por defender o direito à educação das raparigas.

Anos antes, em 2009, Malala tinha sido protagonista de um blogue da BBC onde explicava como sentia a sua liberdade perturbada desde que os talibãs controlavam a localidade de Mingora. “Não quero ficar sentada entre quatro paredes, a cozinhar e a ter filhos” dizia escondida por um nome fictício, mas ainda assim rapidamente se tornou conhecida e, inevitavelmente, um alvo a abater.

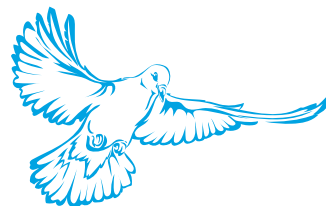
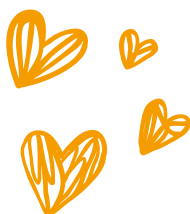
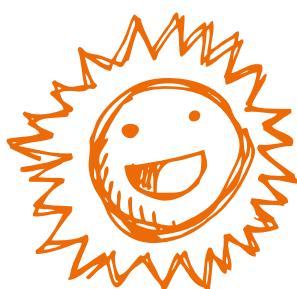
Por causa dos ferimentos, Malala teve de ser operada várias vezes, tendo sido transferida para Inglaterra, onde acabou por ficar com a família, retomar os seus estudos e iniciar uma intensa luta pelos direitos das raparigas e, em particular, o direito à educação. Entre as muitas ações em que participou, permanecerá inesquecível o discurso da jovem na sede da ONU em Nova Iorque, em que apelou à tolerância e compreensão entre os povos.

Em 2013, foi galardoada com o Prémio Sakharov, atribuído pelo Parlamento Europeu. Em 2014, tornou-se a mais jovem vencedora do Prémio Nobel da Paz.

Malala, também este ano, gravou uma mensagem dirigida a todas as participantes da 36ª Conferência Mundial da Associação Mundial das Guias (WAGGGS), na qual afirmou conhecer, reconhecer e, acima de tudo, agradecer o trabalho que a WAGGGS desenvolve em todo o mundo em prol de um mundo melhor, mais justo e com mais oportunidades para todas as raparigas e jovens mulheres.



“Um livro, uma caneta, uma criança e um professor podem mudar o mundo.”



GUIAS APOIAM VÍTIMAS DO INCÊNDIO DE PEDROGÃO GRANDE



Em junho, Portugal assistiu ao mais mortífero incêndio de sempre em território luso. Sessenta e quatro pessoas morreram, houve aldeias ceifadas e vidas destruídas. O fogo começava a 17 de junho. Em Escalos Fundeiros, tinha início o incêndio que se tornaria no mais mortífero fogo de que Portugal tem memória.

A Proteção Civil registava a ocorrência às 14h43 de sábado. Agora, sabemos que o fogo de Pedrogão Grande matou pelo menos 64 pessoas, dizimou dezenas de milhares de hectares de floresta e várias aldeias da região centro. O fogo matou, ceifou aldeias e deixou estórias naquele território. Há vidas arruinadas, empresas destruídas, heróis desconhecidos e locais que se salvaram. Foram vários os municípios afetados pelo incêndio, nomeadamente Castanheira de Pera e Figueiró dos Vinhos.

A Associação Guias de Portugal não podia ficar indiferente e, desde o início, Guias de várias regiões arregaçaram mangas para apoiar as vítimas dos incêndios.

Numa primeira fase, ainda durante o incêndio, foram efetuadas recolhas dos bens necessários identificados que foram prontamente entregues às entidades competentes.

A segunda fase consistiu numa mobilização nacional de Guias a partir dos 16 anos para dois dos municípios mais afetados: Castanheira de Pera e Figueiró dos Vinhos. E assim, nos meses de julho e agosto, centenas de Guias dedicaram o seu tempo a ajudar a minorar as consequências da tragédia.

Foram vários os trabalhos efetuados: pintar casas, construir galinheiros, remover destroços, triar roupa, refazer hortas, limpar casas e quintais, distribuir alimentos, levar carinho, ouvidos para escutar e palavras de esperança.

As dificuldades naqueles dois locais foram (e são!) muitas, mas prevaleceu a determinação, pois como diz a Oração da Guia: "A trabalhar sem procurar descanso, a gastar-me sem esperar outra recompensa".

Um enorme BRAVO a todas as Guias que souberam estar SEMPRE ALERTA PARA SERVIR!



"Para todas as realizações há um momento certo; existe sempre um tempo apropriado para todo o propósito debaixo do céu. Há o tempo de nascer e a época de morrer, tempo de plantar e o tempo de arrancar o que se plantou, tempo de matar e tempo de curar, tempo de derrubar e tempo de edificar..."

Eclesiastes 3:1-4

Não poderíamos começar de outra forma. Há um tempo para tudo e, no que respeita às Guias de Portugal, o tempo da sua presença em Figueiró dos Vinhos, no que respeita à ajuda prestada às populações, foi o tempo certo.

Não nos é fácil falar de tudo o que aconteceu desde 17 de junho de 2017. Não há o distanciamento que permite olhar com a calma e objetividade necessária. Contudo, tal não nos impede de ver, sentir e saber que, sem a ajuda dos outros, daqueles que abdicaram do seu tempo e o dedicaram a nós, não seria possível chegar onde hoje estamos. E vocês, Guias de Portugal (e todas as Companhias de Guias que aqui estiveram e com quem tanto aprendemos), fazem parte destes "outros".

Não houve trabalhos impossíveis, não houve tarefas menores. Todas contribuíram, direta ou indiretamente, para aquilo a que se propuseram fazer: ajudar o próximo, trabalhar em prol da comunidade. Com vocês aprendemos, crescemos e tornámo-nos um pouco melhores. Se dias houve em que nos faltou paciência, força e ânimo, a canção do Pai Abraão tudo resolveu.

Quaisquer palavras, textos, elogios que possamos escrever, nunca serão inteiramente justos por toda a ajuda que nos prestaram. Sem vocês não teria sido possível desta forma.

Bem-haja a todas!



Bruno e Filipe
Coordenadores de voluntários
Câmara Municipal de Figueiró dos Vinhos

TESTEMUNHOS DE ALGUMAS GUIAS VOLUNTÁRIAS

Apesar de cansativos, levamos destes dias um sentimento de dever cumprido.



Matilde e Margarida
1ª COMPANHIA DE TAVIRA



Aprendemos o quão diferente de nós as pessoas podem ser, tanto em pontos de vista como em modos de fazer as coisas, mas percebemos que isto não tem de ser necessariamente mau se tivermos calma e nos perguntarmos “Como é seres tu?”, ou seja, se nos pusermos no lugar do outro sem julgar.

Esperamos ter feito a diferença e deixado Castanheira de Pera um bocadinho melhor do que a encontramos.

Francisca, Eduarda e Madalena
1ª COMPANHIA DE PAREDE

Hoje o cansaço é muito, mas a alegria e a felicidade ainda é maior. Pensar como era aquela casa ao início e, agora, vermos como ficou é uma alegria imensa. As dores, as queixas, tudo isso deixou de existir a partir do momento em que as cinzas deram lugar a algo bom, feito com muito amor, dedicação carinho e também muita fé. A “Felicidade é um bem que se multiplica ao ser dividido.”

Marta
1ª COMPANHIA DE SANTARÉM

Uma pessoa faz a diferença.
Juntos somos mais fortes.



Rita
1ª COMPANHIA DE TORRES NOVAS



“Os voluntários tornam-se numa verdadeira família e de dia para dia a experiência torna-se cada vez mais marcante pelo trabalho que juntos conseguimos realizar e pela esperança que se vai dando a quem tanto precisa. Tivemos a honra de trabalhar com pessoas e equipas fantásticas que guardaremos para sempre no coração. Foi fácil chegar, difícil foi partir.”.

Ana
1ª COMPANHIA DE MONCHIQUE

VIDA DA ASSOCIAÇÃO

“VEDE SEMPRE O LADO MELHOR DAS COISAS E NÃO O PIOR.” - Baden-Powell



Ver a vida devastada destas pessoas é uma dor. Ver campos todos negros parece um pesadelo. Mas poder fazer parte da reconstrução da vida destas pessoas é um privilégio.

Fica a esperança que o trabalho perdure, enquanto aquela população necessitar. Que os voluntários continuem a levar carinho, sorrisos, alimentos, roupa, apoio.

Vanessa
COMISSÁRIA REGIONAL DE SANTARÉM

Como Guias, não fazia sentido ficarmos em casa a ver as notícias pela televisão. Ir para o terreno era a única forma de ficarmos bem com a nossa consciência e ficámos. Mas no dia de vir embora a vontade era de ficar lá mais um mês. Ainda há muito trabalho por fazer!

Joana Esteves
1ª COMPANHIA DE CARCAVELOS

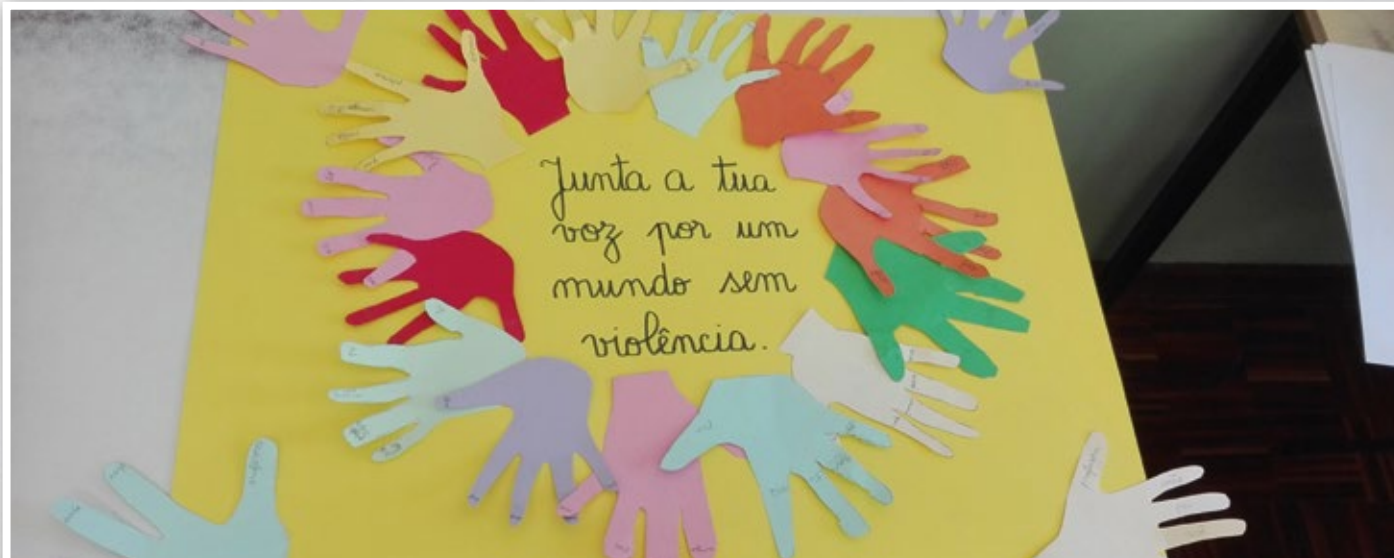


Relembrei a importância e a força da alegria (ou de apenas um sorriso) nestes momentos. Conforta e dá esperança.

Carlota
1ª COMPANHIA DE TORRES NOVAS



VOZES CONTRA A VIOLÊNCIA



O QUE É?

"VOZES CONTRA A VIOLÊNCIA" é uma iniciativa da Associação Mundial das Guias (WAGGGS) com o objetivo de promover à escala global um movimento de reflexão e de mudança de comportamentos em torno do tema da violência sobre as raparigas e jovens mulheres. Com esse objetivo, a WAGGGS desenvolveu, em parceria com a Organização das Nações Unidas (ONU), um programa educacional específico sobre este tema, que até ao ano de 2020 será implementado junto de mais de cinco milhões de crianças e jovens de todo o mundo.

**VOZES
CONTRA A
VIOLÊNCIA**

**Pelos direitos
das raparigas**



A INICIATIVA EM PORTUGAL

A Associação Guias de Portugal (AGP) é também parceira desta iniciativa desde 2016, estando empenhada na sua disseminação, desde logo por via da formação das suas Dirigentes, responsáveis por liderar a implementação do programa Vozes Contra a Violência nas várias regiões do País e pelo consequente envolvimento de todas as suas associadas, famílias e comunidade em geral na defesa dos direitos das raparigas. Alinhada com a missão das Guias, de proporcionar às raparigas e jovens mulheres a oportunidade de desenvolverem plenamente o seu potencial como cidadãs universais responsáveis, a implementação deste programa assenta em duas fases:



“O OTIMISMO É UM TIPO DE CORAGEM QUE INCUTE CONFIANÇA NOS OUTROS E LEVA À VITÓRIA.” - Baden-Powell

1ª FASE

Em conjunto com a Associação Mundial das Guias, a AGP assegurou a formação de três Dirigentes, na Zâmbia, que se tornaram desta forma as responsáveis nacionais pela formação das Dirigentes em Portugal. Assim, 120 Dirigentes, jovens adultas participaram numa formação nacional e foram responsáveis por liderar a implementação do projeto localmente, em 50 diferentes localidades, nas diferentes Companhias de Guias. As ações foram realizadas com Avezinhas e Guias das diferentes faixas etárias, suportadas por um kit de atividades desenvolvidos pela WAGGGS em parceria com a ONU Mulheres. A implementação desta fase previu ainda iniciativas de âmbito mais alargado que permitiram uma maior disseminação do projeto, como sejam campanhas de sensibilização e parcerias com várias entidades locais.



2ª FASE

“Junta a tua voz por um mundo sem violência” é o mote que preside a segunda fase do projeto, traduzindo o seu principal objetivo: aumentar o número de vozes ativas contra a violência, através da sensibilização e prevenção de comportamentos junto de um maior número de crianças e jovens em idade escolar. Assim, entre fevereiro e novembro de 2017 este projeto tem sido desenvolvido através de ações nas escolas, do 1º ciclo à universidade. A AGP tem dinamizado ações nas instituições escolares conduzidas pelas próprias Guias, junto dos seus pares, num exercício de capacitação destas raparigas e jovens. Tendo como principal objetivo a sensibilização, consciencialização para a temática da violência e prevenção, temas como igualdade de género, respeito pela diferença, resolução de conflitos, respeito pela comunicação, exposição nas redes sociais, formas de discriminação, diferentes tipos de violência, entre outros, têm integrado os conteúdos abordados, através de jogos e interações adequadas a cada idade.



Até à data, foram realizadas mais de 160 ações, em cerca de 55 instituições escolares, atingindo um público de 3.500 pessoas. Estão agendadas muitas outras ações que decorrerão por todo o país, até dia 25 de novembro de 2017, Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres.



MARCA JÁ NA TUA AGENDA!!

No dia 25 de novembro de 2017 todas as Guias de Portugal se irão reunir em atividades inter-Companhias para assinalar a importância deste dia internacional. Será também neste dia o término oficial da implementação do projeto “Vozes Contra a Violência” em Portugal.

AGP recebe visita da WAGGGS

A Associação Guias de Portugal (AGP) recebeu, nos primeiros dias de outubro, uma visita da WAGGGS (Associação Mundial das Guias), com o objetivo de observar no terreno os impactos e as boas práticas de implementação do curriculum do Projeto Vozes Contra a Violência.

Portugal foi o país escolhido da Região Europa para esta visita, que se estendeu a outros países onde o projeto Vozes Contra a Violência foi também implementado como Barbados, Ilhas Fiji, Malásia e Ruanda.

O programa da visita, que contou com a participação de Nefeli Themeli, Global Programmes Manager da WAGGGS, contemplou momentos de partilha, em vários pontos do País, de algumas das Dirigentes e Guias que participaram ativamente na implementação do curriculum, sendo também um momento privilegiado para estas associadas contactarem com a dimensão internacional da Associação que abrange mais de 10 milhões de raparigas espalhadas por mais de 145 países em todo o mundo.

ATIVIDADE NACIONAL DO RAMO MOINHO

Em setembro de 2017, escreveu-se mais um capítulo na história da Associação: realizou-se a primeira Atividade Nacional do Ramo Moinho, desde que se iniciou a re-estruturação do programa educacional deste Ramo das Guias entre 17 e os 21 anos. Assim, com representantes de cinco regiões do país, as participantes tiveram a oportunidade de percorrer cinco cidades diferentes da zona centro do país, durante cinco dias, num formato desafiante: uma atividade volante, em que o serviço ao próximo foi sempre a ação central de cada dia.

A atividade iniciou-se em Figueiró dos Vinhos, seguiu para o Fundão, depois para a Covilhã, Manteigas e terminou na Guarda. Este encontro nacional visava realizar ações de serviço em cada um dos locais visitados, abrangendo sempre diferentes áreas de intervenção: social, cultural, educação ou saúde. Os dias foram todos preparados pelas Patrulhas de Guias Moinho que participaram.

“Que a força esteja contigo”, da saga Star Wars, foi o lema que acompanhou as Guias Moinho, dando cor e animação a cada dia. Viveu-se assim em pleno o lema do Ramo Moinho – Sempre Alerta para Servir! Sabemos que esta atividade inspirou e trouxe “força” a todas as Guias Moinho para que, ao voltar a casa, consigam desafiar-se e continuar os seus projetos de serviço cada vez melhor!



HINO DA ATIVIDADE

*São as Moinho em ação
Que estão cá para ajudar
Na atividade nacional
Vieram p'ra arrasar
Lenço às riscas e um sorriso
É tudo o que é preciso
Ao serviço do Outro
Vão estar sempre a gritar*

GUIAS, GUIAS DE PORTUGAL

*Usa o teu sabre de luz
Para o mal destruir
Com coragem e vontade
O céu podes subir
Põe a mochila às costas
É pesada, sei que não gostas
Mas vai compensar, não te esqueças de gritar*

GUIAS, GUIAS DE PORTUGAL



Mudámos a vida
de alguém.

Valeu a pena
correr o risco!

O Céu é o
nosso limite!

Crescimento.



DISCURSO DE ENCERRAMENTO

Guias,

Estes cinco dias passaram a correr, mas foram muito intensos para todas. As atividades que foram preparadas pelas vossas Patrulhas, fizeram o sucesso desta grande viagem. As Delegadas, que vos acompanham estão de parabéns pelo desafio que aceitaram e pela perseverança que tem. Nesta atividade tivemos a oportunidade de vivenciar a humildade, liderança e exemplo, perseverança, compromisso e lealdade, e ainda mais perseverança...

Durante esta saga, com muitas histórias para contar, puderam constatar que às vezes aceitar ajuda é mais difícil que oferecê-la. Percebeu-se bem isso quando nos despedimos da Dona Isilda. Também contactaram com diferentes exemplos de liderança: o trabalho do Paulo como voluntário da Cruz Vermelha da Guarda e a sua disponibilidade para o serviço ou o trabalho do Filipe e do Bruno que após o incêndio de Pedrogão Grande montaram toda esta dinâmica de ajuda às vítimas. Os grandes líderes, inspiram grandezas noutros. Inspirem-se nos outros e inspirem os outros!

Chegadas à Serra, eis a oportunidade de colocarem a vossa perseverança à prova. E que prova!! Na verdade, não vale tentar. Uma Moinho ou faz ou não faz. Não existe tentar.

É por isso que o Ramo Moinho tem aqui Guias de compromisso e lealdade, e que acreditam que o seu compromisso é uma virtude a ser cultivada e não uma fragueza a ser desprezada. Para ser um bom líder e uma pessoa inspiradora, e ainda poder servir com humildade, é necessário conhecemo-nos e termos consciência de quem somos e o que queremos. Estou certa que cada uma de vós está hoje mais consciente das suas capacidades do que estaria há uma semana. O Serviço é o mote, muitas foram e são as formas e as áreas de te colocares ao serviço. Esta semana, o serviço teve como áreas o Social na Guarda e em Figueiró dos Vinhos, a Saúde na Covilhã, a Educação e Cultura no Fundão, e até provas das especialidades puderam fazer. Agora é o momento de ir para as vossas comunidades e desenvolver o vosso projeto de Serviço. Ser Moinho é ter como missão: SERVIR! Por isso, vai e ensina aos outros o que aqui aprendeste, sempre!

Isto é Ser Moinho. E que a força esteja contigo.

Eduarda Oliveira

COMISSÁRIA NACIONAL ADJUNTA DO RAMO MOINHO

Superação.



Serviço.

Importância do que realmente importa.



Importância de estar presente para os outros.

Servir sempre com um sorriso.

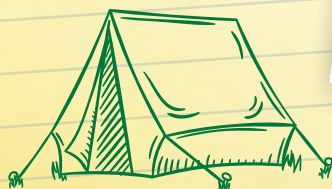


ACAMPAMENTO REGIONAL DA REGIÃO DOS AÇORES

A nossa Odisseia viveu momentos de grande companheirismo, entregada e, sobretudo, de grande diversão. Foi neste ambiente, de imensa alegria, que abraçámos o desafio lançado por Baden-Powell, quando criou o Movimento e assumimos que o nosso "barco" nunca pode ficar no cais! Aliás, como refere uma quadra do nosso hino:

"... Agora com as Aventuras,
É hora de avançar,
Com a mochila às costas e os remos na mão,
Avançam com determinação..."

Odisseia da 2ª Companhia de Ponta Delgada
Região dos Açores



DATA: Verão de 2017
LOCAL: Lugar de Lagos, concelho de Vila Franca do Campo
TEMA: "Não Queiras Ficar no Cais"



GUIAS NA VISITA DO PAPA A FÁTIMA

12 de maio, 2h00 da manhã, estação de Santa Apolónia. Onde numa noite de semana normal não se avistaria ninguém, multiplicavam-se os grupos de jovens de mochila às costas. Chegavam cada vez mais e mais, (2.000!), prontos para se pôr a caminho de Fátima. No meio da alegria, da correria e da expectativa, havia um grupo que sobressaía, o "Eu Acredito".

O "Eu Acredito" é um movimento de jovens formado em 2010, a propósito da vinda do Papa Bento XVI a Portugal. Na altura, os jovens lisboetas encheram a cidade e mostraram a todos que a Igreja estava viva e unida. Com a notícia da vinda do Papa Francisco no Centenário das Aparições de Nossa Senhora e na Canonização dos Pastorinhos, fazia todo o sentido que a história se repetisse em forma de peregrinação a Fátima. Com este grupo estavam as Guias, com os seus lenços coloridos que se destacavam na multidão. As Dirigentes, Guias Caravela e Guias Moinho da Região de Lisboa estiveram envolvidas em toda a logística desta peregrinação: nos balcões do check-in dos vários grupos, encarregues de toda a área de Primeiros Socorros e nas várias paragens a distribuir água e comida aos peregrinos.

No Santuário, estavam milhares de pessoas vindas de sítios muito distintos, mas trazidas pela mesma intenção. Ansiosos pela chegada do Papa Francisco, a espera foi marcada por algumas horas ao sol, umas pingas de chuva, muita alegria e até uma entrevista com duas Dirigentes para a televisão. Quando chegou finalmente o Papa, o ambiente foi de uma enorme euforia, seguido de um silêncio, enquanto rezava na Capelinha. Da sua mensagem fica sobretudo a importância de sermos "peregrinos na esperança e na paz" e na "força revolucionária da ternura e do carinho, demonstrada por Maria".

Marta Belo
DIRIGENTE DA 2ª COMPANHIA DE LISBOA
REGIÃO DE LISBOA



SABIAS QUE...

Algumas das Guias participantes fizeram provas da Especialidade de Enfermeira, prestando apoio aos peregrinos, na área da prevenção e pequenos socorros.

WORKSHOP ARTS4CHANGE

A Região de Braga desafiou o Ramo Aventura a fazer um videoclip de uma música, no âmbito de um concurso que o Centro Mundial da Índia, Sangam, lançou em comemoração dos seus 50 anos.

Alguns meses depois, a AGP foi contactada pelo Centro Mundial, recebendo a notícia de que tinha sido umas das vencedoras e que o prémio era a participação de uma Dirigente num workshop.

O workshop, Arts4Change, teve como objetivo despertar para a arte como ferramenta para a mudança, vendo as artes de uma nova e desafiante perspetiva, como poder para conectar e transformar comunidades.



CADERNO DE CAÇA

Arts4Change
Centro Mundial Sangam
Pune, Índia

Receber a oportunidade de poder visitar um Centro Mundial das Guias e participar num workshop internacional, foi sem dúvida uma oportunidade que nunca esperei ter. Visitar um Centro Mundial é um desejo de todas as Guias! Ao longo dos dias, fui escrevendo um caderno de caça que é com muito orgulho que partilho convosco.

Dia 1 – Cerimónia Tradicional Indiana: Como sinal de acolhimento, foi-nos colocado um colar de flores, grãos de arroz na cabeça e uma marca na testa com pó vermelho (tilak). Esta cerimónia fez com que me sentisse em casa com irmãs Guias.

Dia 2 – Jogo de Cidade: Fomos visitar uma das ruas mais movimentadas de Pune, a Laxmi Road, onde tivemos de realizar vários desafios, tais como comprar legumes no mercado pelo menor preço possível ou andar de tuk-tuk sozinhas. Visitámos uma loja de Sairis e Punjabis (vestuário tradicional que as mulheres utilizam), onde pudemos experimentar e comprar.

Dia 3 – Meditação e Pintura: Foi-nos dada a oportunidade de escolher uma atividade para realizar, como nunca tinha feito meditação, foi este o critério para a minha escolha. Realizámos uma sessão de meditação com taças tibetanas e pintura. A vibração das taças provocavam em nós um profundo relaxamento. Descobri que consigo facilmente passar as minhas emoções para uma tela e que a arte é uma ótima forma de autoexpressão.

Dia 4 – Dia da Comunidade: Recebemos várias crianças de centros comunitários e escolas parceiras de Sangam. Em Patrulha, preparámos várias atividades para elas, tendo sempre como tema as artes. Poder trabalhar em Patrulha com Dirigentes de outros países só demonstrou o quão bem a nossa Associação nos prepara para o trabalho em equipa.

Dia 5 – Bollywood Night: Conhecemos mais sobre a cultura e as tradições indianas e do Estado onde está situado Sangam, Maharashtra. Vestimo-nos a rigor, e fizeram-nos uma Mendhi (tatuagem indiana com henna). Foi um momento fantástico para podermos experienciar a cultura e costumes locais.

Dia 6 – Arts4Change na Rua: Estivemos em vários pontos da cidade (centros comunitários, lojas, escolas, instituições) a trabalhar as artes com a comunidade. Em Patrulha, desenvolvemos uma dinâmica baseada na reflexão 'o que significava a palavra Respeito para mim?' e no fim do dia, realizámos um flash mob.

Dia 7 – Serão Internacional: Tivemos a oportunidade de apresentar algo sobre o nosso país. Aproveitei o momento para falar sobre o projeto Vozes Contra a Violência.

Dia 8 – Cerimónia de Despedida: No chão, estava desenhado um Rangoli que tem como propósito desejar boa sorte e é feito com areia colorida ou arroz. Em regiões da WAGGS, desenhámos a nossa região no Rangoli.

Ter a mente aberta e receptiva a tudo o que fui aprendendo, foi sem dúvida muito importante para poder usufruir totalmente deste momento. Esta experiência foi fantástica, não só a nível guidista, mas também a nível pessoal, deixando-me orgulhosa de mim mesma e demonstrando-me que, apesar de embarcar nesta viagem sozinha, eu sou Guia e sei que me vou sempre desenrascar.

Sandra Costa
1ª COMPANHIA DE CELEIRÓS
REGIÃO DE BRAGA



O SONHO DE UMA EXPERIÊNCIA INTERNACIONAL



A nossa Frota concretizou o sonho de uma experiência internacional. Foi-nos lançado o desafio de conhecermos o Centro Mundial das Guias Pax Lodge, em Londres e, durante dois anos, trabalhamos arduamente, de reunião em reunião, para esta memorável viagem. Depois de todo o planeamento, data, viagem, estadia e atividades a realizar, iniciaram-se as angariações de fundos para a atividade internacional. Organizámos desfiles, noites de fado, vendemos biscoitos, bolos e rifas, cantámos em casamentos, as janeiras e participámos nas festas locais da nossa terra. Demos o nosso melhor para que os nossos pais apenas contribuíssem com um mínimo para a viagem, e porque nas Guias aprendemos que para concretizar algo é preciso trabalhar para esse objetivo. O nosso principal propósito foi visitar o Centro Mundial, localizado nos subúrbios de Londres. Nesta visita, tivemos a oportunidade de ver algumas das salas cheias de história, de aprender mais sobre aquele espaço, através de um jogo chamado Pax Lodge Challenge e até de receber um pin, símbolo do Centro, o qual jurámos guardar para sempre, numa pequena cerimónia. Tivemos também a oportunidade de conviver com a cidade e contactar com a cultura britânica, visitando alguns dos pontos mais importantes e icónicos da cidade.

Foi uma experiência incrível usar o lenço de Guia Caravela, numa atividade que se revelou uma das melhores experiências como Guias. Crescemos em Frota, aprendemos a lidar com uma língua e cultura diferentes, fortalecemos laços e fizemos da nossa Frota a nossa família. Obrigada às nossas Dirigentes e à sua ajuda incansável, que nos permitiram tornar possível este momento. Agora que voltámos, só desejamos que mais Guias possam vivenciar experiências como esta da mesma forma que nós o fizemos!

Este era um sonho nosso, ter uma experiência internacional. Demorou algum tempo a concretizar-se, deu bastante trabalho, mas no final tudo foi mais que compensado. Não podemos desistir dos nossos sonhos, nem desanimar por eles se tardarem em realizar, o mais importante é sonhar!

Patrulha Maré e Patrulha Tempestade
FROTA DA 1ª COMPANHIA DE CABECEIRAS DE BASTO
REGIÃO DE BRAGA

GUIAS BELGAS VISITAM VIANA DO CASTELO



SABIAS QUE...

Na Bélgica, as Guias estão inseridas num grupo maior chamado Guidisme et Scoutisme en Belgique. Esta organização alberga quatro associações, Scouts en Gidsen Vlaanderen, Scouts et Guides Pluralistes de Belgique, FOS Open Scouting e Guides Catholique de Belgique, e tem como objetivo facilitar a troca de ideias e promover os princípios fundamentais do Guidismo e do Escutismo, respeitando as características individuais de cada associação.

"CONTENTAI-VOS COM O QUE TENDES E TIRAI DELE O MAIOR PROVEITO QUE PUDES." - Baden-Powell

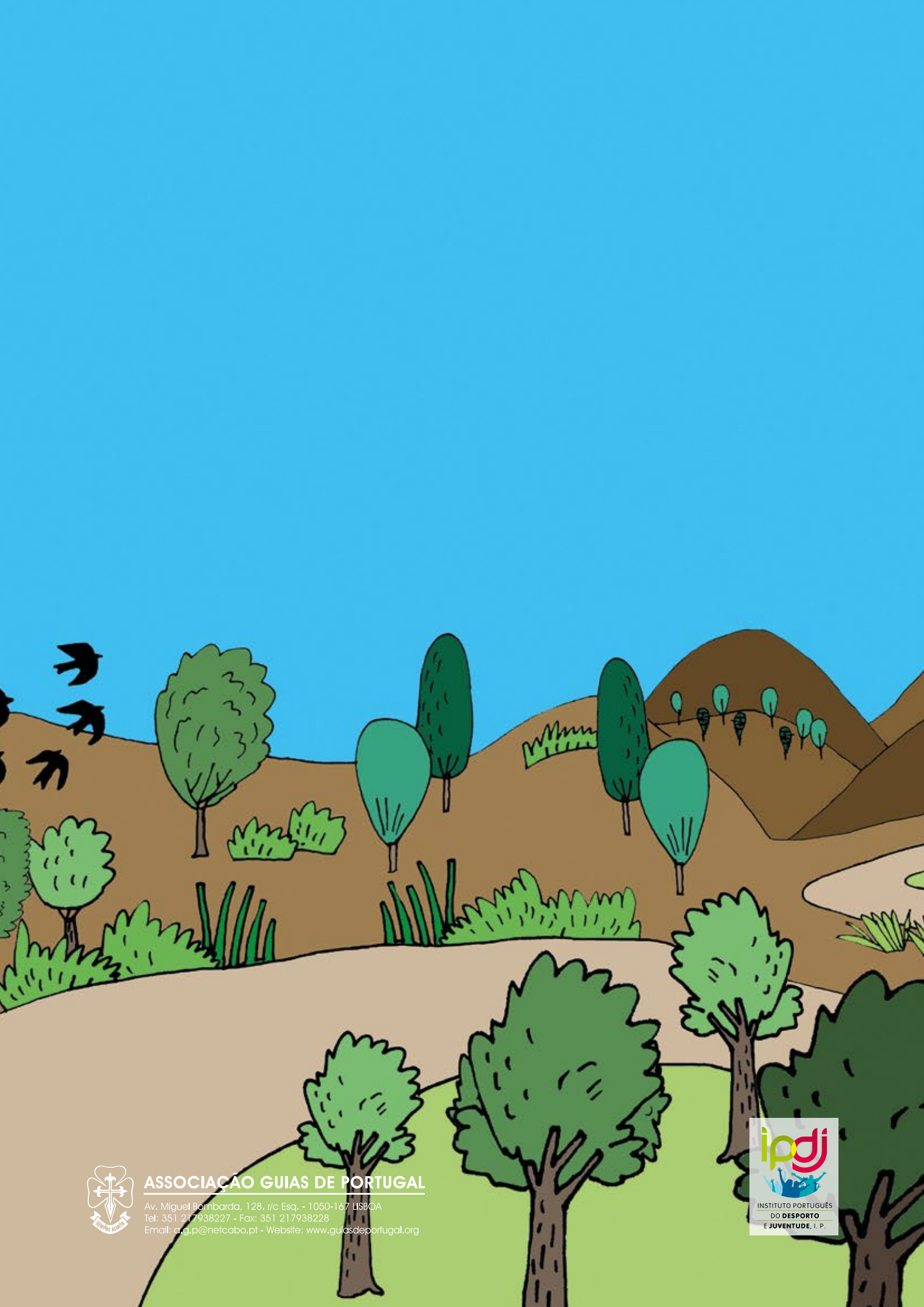
After a week of travelling in Portugal and discovering the beautiful cities such as Porto and Lisbon, we couldn't wait to continue our trip to Viana do Castelo. On the fourth day of our stay there was a wonderful surprise...

We would get to meet the local unit of Girls Guides of Viana. Every one of us was so excited to see what Girl Guiding is in Portugal. So we jumped into our uniform and walked to the city centre. It wasn't hard to recognize the Girls Guides, although our uniform was different, it was very clear that this was the group we were looking for. After we got to know one another a little bit we got split up in different groups and we were ready to start our adventure in the city centre. Although the differences of uniform, repartition of patrols, ages of the leaders, it became clear that Girl Guiding in Belgium and Portugal shared the same values such as friendship, community, helping one another and of course having fun! After the game we all came together in a big garden. We learned with each other some songs (we still sing those songs a lot!) and did a reunion. The time went by so fast and we were very sad to leave. In the evening we all had the same opinion: the Girls Guides of Viana are the sweetest and friendliest girls ever! Thanks a lot for preparing the game, girls!!

We were very happy that we got another opportunity to meet Girls Guides from a different local unit: Vila Nova de Cerveira. When we heard that they came all from a city near the Spanish border we were very honoured. This Girls Guides organised a peddy paper for us. The fun part was that it was totally different one from the day before. We were divided in groups and we all got six envelopes. In each one we had another challenge and mystery. We learned a lot about the different groups in Girls Guides of Portugal and we managed (with some help of the lovely Girls Guides) to unlock the different codes. It was a perfect afternoon and every one had so much fun. We would like to say thanks to them too, to come to Viana just for us and to organise such a fun game.

Guias da Bélgica





ASSOCIAÇÃO GUIAS DE PORTUGAL

Av. Miguel Bombarda, 128, r/c Esq. - 1050-167 LISBOA
Tel: 351 21 7938227 - Fax: 351 21 7938228
Email: a.g.p@netcabo.pt - Website: www.guiasdeportugal.org

