

# RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2025

BEBÉS DE S. JOÃO | ASSOCIAÇÃO DE APOIO À MATERNIDADE



# ÍNDICE

1. Nota de Abertura
2. Testemunhos
3. Missão
4. Modelo de Intervenção
5. Caracterização das Famílias
6. Voluntariado
7. Comunicação e Angariação
8. Atividades Realizadas
9. Dados Financeiros
10. Objetivos para 2026
11. Conclusão



# 1. NOTA DE ABERTURA

Abrimos o relatório da Bebés de S. João com alguns testemunhos:

Mães apoiadas pela Associação, um Estudante voluntário e uma Assistente Social.

Parece-nos uma boa forma de apresentar a variedade da nossa atuação e a multiplicidade de vidas que são tocadas e abrangidas pelo nosso trabalho voluntário.

Estes testemunhos refletem ainda, a abordagem feita às mães, pelos voluntários e pelos profissionais. Uma abordagem que pretende sempre ser de aproximação, de empatia, de acolhimento.

A missão da Bebés de S. João vai se diversificando sempre com o objetivo de melhorar e implementar novas formas de capacitar as mães e os pais para receber e criar o seu bebé com Amor.

Houve um aumento muito significativo de famílias e bebés apoiados.

Sentimos que o modelo de capacitação encontrado, vai ao encontro das necessidades de quem nos procura, quer no apoio humano, quer formativo, quer material.

De ano para ano, vamos confirmando que a Bebés de S. João, é credível e recomendável para os nossos benfeitores.

E isso dá-nos, alegria e alento para continuar.

Vivendo exclusivamente de generosidade, é para nós essencial, esta confiança e credibilidade. 2025 foi mais um ano de esperança. E já lá vão 17.



## 2. TESTEMUNHOS

### **De Gilda Rodrigues - mãe apoiada**

*Boa tarde,*

*Gostava de dar o meu testemunho sobre o evento que decorreu no passado dia 8 de Fevereiro de 2025, "Jornadas de Parentalidade - Pais a caminho", na ANJE.*

*Sou Mãe de Gémeos, do Duarte e do Afonso, que atualmente têm 9 meses e os meus dias são preenchidos por uma rotina exigente, onde este tipo de saídas se tornam raras e preciosas. Ter a oportunidade de sair de casa para um evento tão especial foi, por si só, um grande privilégio. Mas, mais do que isso, foi uma experiência que me fez bem a todos os níveis. Senti-me acolhida num espaço onde a parentalidade foi partilhada de forma livre, onde cada testemunho, cada conversa e cada reflexão me trouxeram conforto e motivação para continuar esta jornada maravilhosa, embora desafiadora, de ser mãe.*

*Durante a tarde, que foi apenas a parte do dia que consegui estar presente, realizaram-se diversos Workshops. Eu assisti a dois, ao "Sono do Bebê" e "Babywearing". Foi um momento destinado à aprendizagem e apoio mútuo, proporcionando métodos práticos para enfrentar as diversas dificuldades que surgem na tarefa de educar e cuidar dos filhos. As formadoras foram incríveis, de um conhecimento gigante.*

*Dar os parabéns pelo catering que estava excelente, com imensa variedade e com opções deliciosas. Foi inspirador ouvir profissionais e outros Pais falarem sobre as suas experiências, desafios e conquistas. Adorei estar presente. Sem dúvida, foi uma jornada muito bem organizada e enriquecedora!*

*Uma vez mais obrigada pelo convite e um beijinho a todas que fazem parte da equipa Bebés São João.*



## 2. TESTEMUNHOS

### De Gonçalo André de Miranda Leonor – voluntário/ estudante de Medicina do CHUSJ Extrato do Relatório da UC Formação Social e Humana

*Fiquei alocado na Associação Bebés de São João, onde partilhei muitos momentos desde fevereiro até maio de 2025. É um local composto por quatro salas com um mesmo objetivo em comum: **mudar vidas**.*

*As minhas expectativas iniciais para esta experiência eram puramente ajudar os pequenos e frágeis humanos e, desse modo, prestar todo o apoio necessário de forma a alcançar esse objetivo. Antes de iniciar as minhas visitas semanais à Bebés de São João já tinha sido informado que as funções de um voluntário passariam mais por ajudar na reposição de bens materiais, ou seja, garantir apoio ao nível logístico e manter as salas de arrumos organizadas. No entanto, estava mais ansioso por poder ver e interagir com os bebés adoráveis que lá chegavam.*

*Relativamente ao trabalho efetivamente realizado, em primeiro, acho relevante mencionar que as minhas sessões de voluntariado se realizaram às quartas feiras de manhã, o que contribuiu bastante para a minha excelente experiência na Bebés de São João.*

*Deixo assim um especial agradecimento às queridas voluntárias e colegas com quem passei este último semestre: à N, à B, à Z, à M, à F, à T, à Tt e à O. Sem esta equipa incrível a meu lado, não acredito que teria tanta vontade para acordar cedo todas as quartas-feiras para fazer o longo percurso desde minha casa até ao Hospital São João.*



## 2. TESTEMUNHOS

*Creio que o trabalho desenvolvido na Bebés de São João é extremamente essencial e bonito e ver os resultados surgirem diante de nós, ver mães a reconstruírem as suas vidas e a conseguirem apoiar devidamente os seus filhos foi certamente a parte mais gratificante de toda esta experiência.*

*Foi incrível perceber que estava a fazer diferença na vida de alguém. Os agradecimentos e os sorrisos que recebi foram incontáveis e, acima de tudo, genuínos. Foi este carinho emanado por toda a gente à minha volta que me fez gostar tanto desta ação de voluntariado.*

*Aprendi a ter mais empatia pelo próximo durante as conversas que assisti com as mães, a ter uma escuta ativa e maior perceção da linguagem corporal que me permitiam decifrar melhor o estado emocional das pessoas com quem falava, a trabalhar melhor em equipa com as restantes voluntárias (sendo que todos trabalhávamos para uma missão comum), trabalhei o meu senso de organização e otimização de espaço relativamente aos bens materiais recebidos semanalmente (por vezes era um verdadeiro puzzle conseguir encaixar tanta coisa em tão pouco espaço), mas sobretudo aprendi que todas as histórias são válidas, cada pessoa tem a sua própria situação de vida e que temos de conseguir individualizar a forma como abordamos cada uma, de maneira a satisfazermos as suas necessidades, dentro dos meios/recursos que nos estão disponíveis.*

*E acredito que estas competências serão bastante úteis para o meu futuro profissional na área médica, onde terei de lidar com pessoas muito diferentes que, analogamente a estas mães que nos trazem os seus filhos, também se encontrarão em situações de vulnerabilidade e nesses momentos terei de as ouvir, perceber as suas preocupações e agir em concordância.*

*Para finalizar, gostava mesmo de sublinhar que tive uma experiência bastante enriquecedora como um todo e que sei que apenas me veio acrescentar enquanto pessoa. As voluntárias que me acompanharam nesta jornada em muito contribuíram para estes memoráveis três meses e por isso lhes devo um profundo e sentido obrigado. Apercebi-me que **o voluntariado não muda apenas o mundo. Muda quem somos no mundo.***



## 2. TESTEMUNHOS

### De Manuella Santos - mãe apoiada

*Quero deixar o meu mais sincero agradecimento aos Bebés São João, a estas voluntárias incríveis que têm sido um verdadeiro apoio na minha vida. Sendo imigrante, estar longe da família e da nossa rede de apoio torna tudo mais difícil. Há momentos em que nos sentimos sozinhas e vulneráveis. Foi aí então que encontrei este grupo de mulheres extraordinárias, que me acolheram com carinho, respeito e sem qualquer julgamento.*

*A ajuda com fraldas, roupas e outros bens essenciais fez uma enorme diferença para mim e para os meus filhos. Mas o que mais me marcou foi a forma humana como tratam cada mãe, com empatia, compreensão e dignidade. Num país que não é o meu de origem, elas fizeram-me sentir vista, apoiada e amparada. Sou profundamente grata por tudo o que fazem, de coração, não só por mim, mas por tantas famílias que precisam.*

*Que Deus abençoe cada uma de vocês pelo trabalho voluntário tão bonito que realizam, que eu possa um dia também ajudar.*

### De Mikaela Silva - mãe apoiada



## 2 TESTEMUNHOS

### De Rosária Zua - mãe apoiada

*Para mim falar dos bebês de João é falar de AMOR E GRATIDÃO. A melhor maneira de explicar o amor é amar sem medida. E em cada gesto de cada uma de vocês eu senti e sinto todos os dias, amor e acolhimento. É falar de abraço, conselhos, afecto, amizade e carinho.*

*Vocês transformam o pouco em muito, a tristeza em alegria, a saudade em acolhimento, o desespero em esperança. Vocês transformam vidas. GRATIDÃO, tal como todas as mães, eu sou eternamente grata por tudo que os Bebês de São João têm feito por mim, estou a escrever chorando, pois vocês foram a primeira porta que abriu as mãos para mim quando cheguei a Portugal.*

*O Luzius não é meu, é nosso porque desde os meus 8 meses de gestação que vocês me acolheram sem nem me conhecer me oferecendo o que eu mas precisava naquele momento, amor carinho, e suporte material.*

*Muito obrigada por tudo e que Deus continue abençoando cada uma das pessoas que faz parte da nossa família Bebês de São João. Deus é Deus!*

### Da mãe da Joana



## 2. TESTEMUNHOS

### **De Paula Ribeiro - Assistente Social do Serviço de Ação Social do CHUSJ**

*O nascimento de uma criança no seio de uma família é um momento marcante e positivo, mas pode trazer também preocupações, angústias e muita exigência para os pais.*

*O serviço social trabalha para acomodar as dificuldades e apoiar os utentes a ajustar-se a esta nova fase do ciclo vital da família.*

*A colaboração entre o serviço social da ULS São João e a Bebés de S. João é de suma importância para garantir o bem-estar dos nossos utentes mais frágeis, não só através do apoio institucional, ao agilizar processos de alta e garantir a rotatividade necessária ao maior acolhimento clínico possível, mas sobretudo pela satisfação de necessidades, prementes e fundamentais dos bebés que nascem sem ter asseguradas as condições essenciais ao seu bem-estar e pelo alívio aos pais de ver garantido, assim o conforto adequado aos seus filhos.*

*Neste sentido, enquanto assistente social da pediatria, agradeço toda a colaboração com a Bebés de S. João e votos para que continuem a sua missão tão fundamental e impactante.*



# 3 MISSÃO

## Missão

A Bebés de S. João – Associação de Apoio à Maternidade (BSJ) tem como missão apoiar os bebés nascidos no Centro Hospitalar e Universitário de São João (CHUSJ) e as suas famílias, desde o período pré-natal até aos 3 anos de vida do bebé.

## Intervenção

A intervenção da BSJ desenvolve-se no CHUSJ, no acompanhamento às famílias em situação de vulnerabilidade, assinaladas pelo Serviço Social do Hospital, no período pré-natal, durante e após o internamento hospitalar, através da:

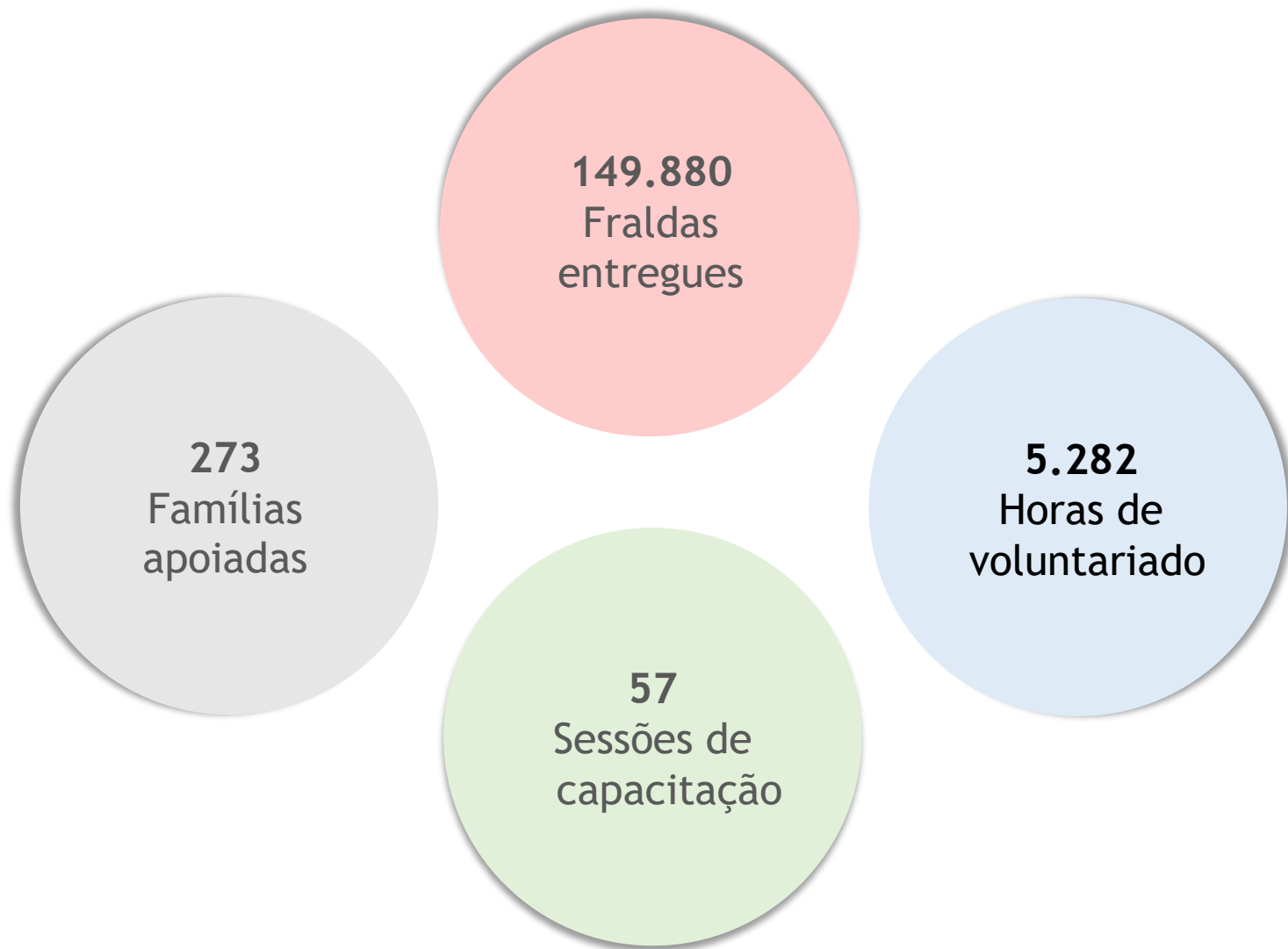
- entrega de enxovais e outros bens materiais
- prestação de apoio humano, social e emocional
- dinamização de ações de capacitação e formação parental

## Compromisso

Dignificar e valorizar a maternidade, ajudando as mães e os pais a receber e criar o seu bebé com amor.



# 4. MODELO DE INTERVENÇÃO



# 4 MODELO DE INTERVENÇÃO

## Apoio Humano

O apoio humano é essencial para o bem-estar emocional e social, representando a capacidade de estar presente para o outro com **empatia, respeito e acolhimento**. Em momentos de dificuldade, ter alguém disponível para ouvir de forma genuína e sem julgamentos pode ser determinante.

Este continua a ser um dos papéis mais importantes das voluntárias da BSJ.

A escuta ativa é uma das formas mais valiosas do apoio. Frequentemente, as famílias não procuram respostas imediatas, mas sim um ambiente seguro onde possam partilhar emoções e inquietações. Sentirem-se escutadas e compreendidas proporciona alívio, reforça a ligação com o outro e reduz o peso das suas dificuldades.

O apoio humano é manifestado também através de pequenos gestos como um olhar atento, uma palavra de incentivo, um abraço ou simplesmente a presença silenciosa de alguém que demonstra cuidado. Esta presença têm um impacto profundo e estabelece laços, promove a autoestima e ajuda a restaurar a esperança.

As reuniões com as mães em grupo promovem o apoio mútuo, fortalecem a comunidade e criam redes de suporte.

Assim, ninguém tem que enfrentar os desafios da vida sozinho.



# 4. MODELO DE INTERVENÇÃO

## Apoio Material

- Apoiamos **273** famílias, mais 15% do que em 2024
- Fizemos **1.558** atendimentos, dos quais 111 corresponderam a primeiros apoios
- Demos **149.880** fraldas e **1.116** embalagens de gel de banho ou de creme barreira que correspondem, respetivamente, a um aumento de 10% e 18% relativamente a 2024
- Entregamos **80** enxovais, **25** alcofas, **23** cadeiras de papa e **49** carrinhos e, ainda, **30** babycoques e cadeiras auto.

TABELA 1 – APOIO MATERIAL

ANO	1º Apoio		Gel Banho e Creme (un)	Fraldas (un)	Cadeiras Papa (un)	Carrinhos (un)
	Enxoval (un)	Alcofa (un)				
2025	80	25	1116	149.880	23	49
2024	67	12	949	136.665	45	58
2023	77	23	928	120.170	13	43



# 4. MODELO DE INTERVENÇÃO

## O PERCURSO DE ACOMPANHAMENTO DAS MÃES

ETAPAS	DETALHE
<b>Sinalização</b>	Em princípio, todas as famílias são referenciadas por uma <b>Assistente Social</b> do Serviço Social do CHUSJ
<b>1ª Entrevista</b>	Apresentação da BSJ e da família e proposta de adesão ao plano de acompanhamento com <b>compromisso mútuo</b>
<b>Encontro Pré-Natal</b>	Caraterísticas do feto e do recém-nascido; Saúde mental materna; Relações precoces dos pais com o bebé; Ambiente no pós parto; Prevenção da sobrecarga sensorial
<b>Integração no grupo</b>	De acordo com o mês de nascimento do bebé
<b>Apoio Mensal Percurso Formativo</b>	Mensalmente são abordados temas adaptados à idade da criança, associando <b>atividades formativas e apoio material e humano</b>
<b>Entrevista de Acompanhamento</b>	No final do percurso formativo para <b>balanço e avaliação das necessidades</b>
<b>Apoio bimestral</b>	A partir dos 2 anos o apoio humano e material passa a ser de 2 em 2 meses <b>até aos 3 anos da criança</b>
<b>Desenvolvimento Pessoal dos Pais</b>	Rotinas e desenvolvimento de <b>competências pessoais</b> e parentais para uma família saudável

# 4. MODELO DE INTERVENÇÃO

## *Ações de Capacitação das Famílias*



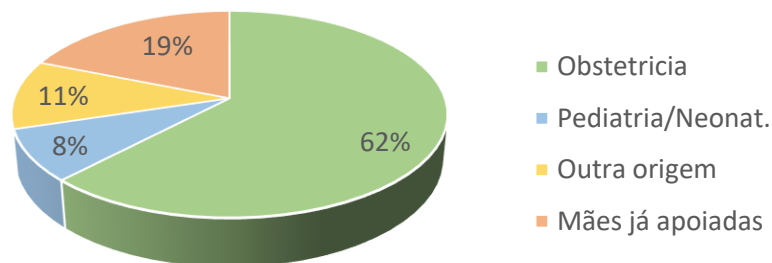
# 4. MODELO DE INTERVENÇÃO

## Sinalização das Famílias

TABELA 2 – ORIGEM DAS MÃES

ANO	MÃES NOVAS				SUBTOTAL	MÃES JÁ APOIADAS	TOTAL
	Obstetrícia		Pediatria e Neonatologia	Outra origem			
	Pré-Natal	Nascimento					
2025	36	33	9	12	90	21	111
2024	35	22	12	4	73	24	97
2023	41	43	12	5	101	-	101

Dos 111 novos apoios, a maioria das mães (62%) foram sinalizadas pelo Serviço de Obstetrícia, 8% pelos Serviços de Pediatria ou de Neonatologia, 11% por outros serviços do CHUSJ ou outra origem e as restantes mães (19%) já estavam a ser apoiadas ou já tinham sido apoiadas anteriormente.



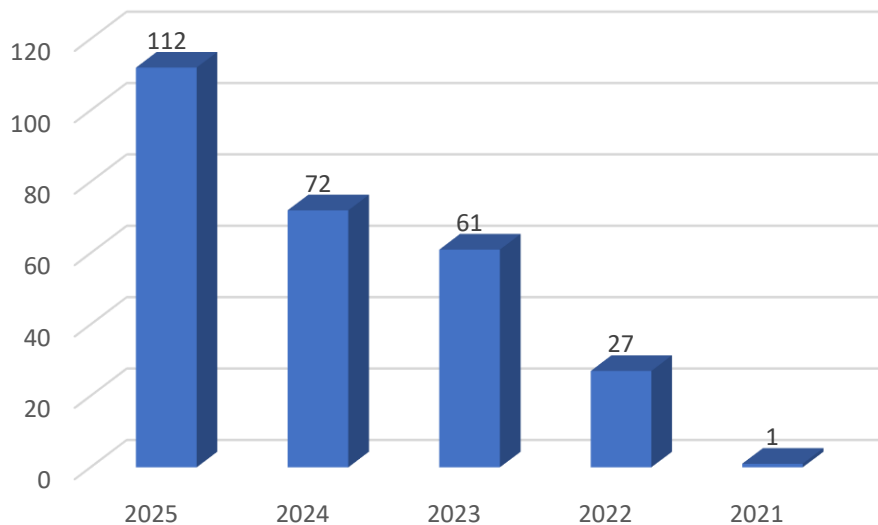
# 5. CARATERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

## Antiguidade das Mães Apoiadas

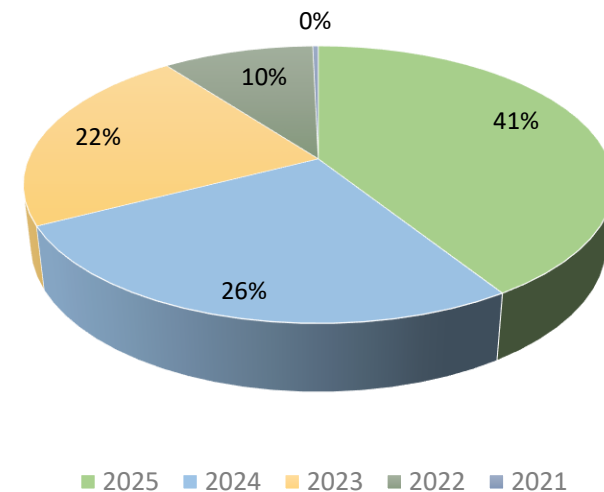
41% das famílias apoiadas foram sinalizadas em 2025, 26% foram sinalizados em 2024, 22% em 2023 e 10% em 2022.

Existe ainda um bebé, sinalizado em 2021, que por ter necessidades especiais é apoiado para além dos 3 anos.

Nº de Bebés sinalizados/ano



Nº de Bebés sinalizados/ano

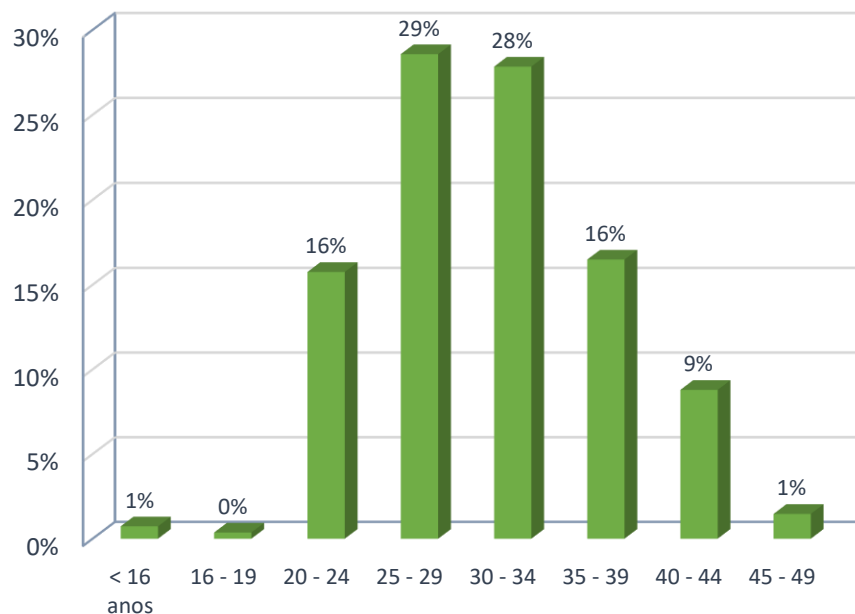


# 5. CARACTERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

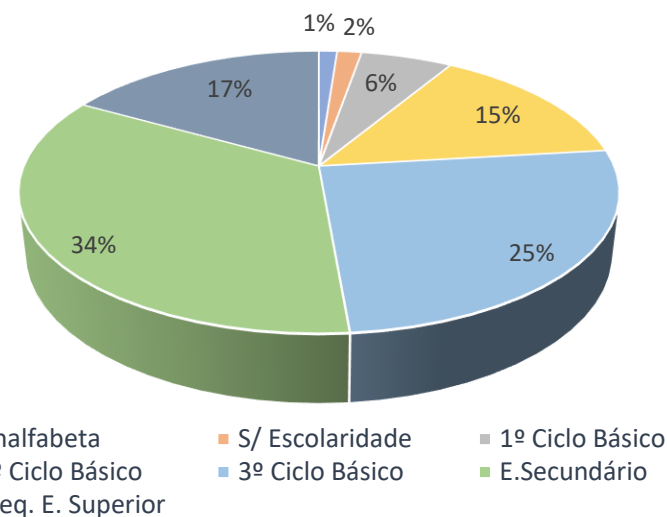
## Idade das Mães

A idade das mães apoiadas varia entre os 15 e os 47 anos. A idade média é 30,7 anos.

O grupo etário mais frequente é o 25 - 29 anos e inclui 29% das mães.



## Escolaridade das Mães



51% das mães têm o 12º Ano ou escolaridade superior e 21% só completou o 9º Ano.

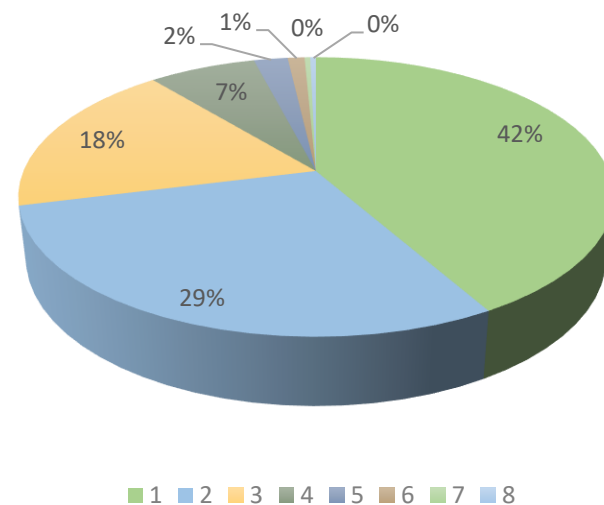
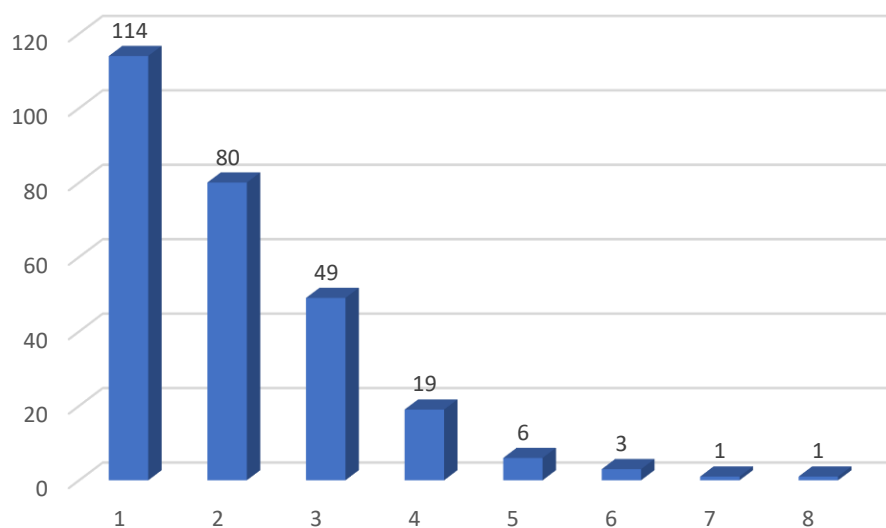
Assinala-se ainda a existência de 23% com baixa escolaridade, incluindo 2% sem escolaridade ou são analfabetas.



# 5. CARACTERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

## Número de Filhos

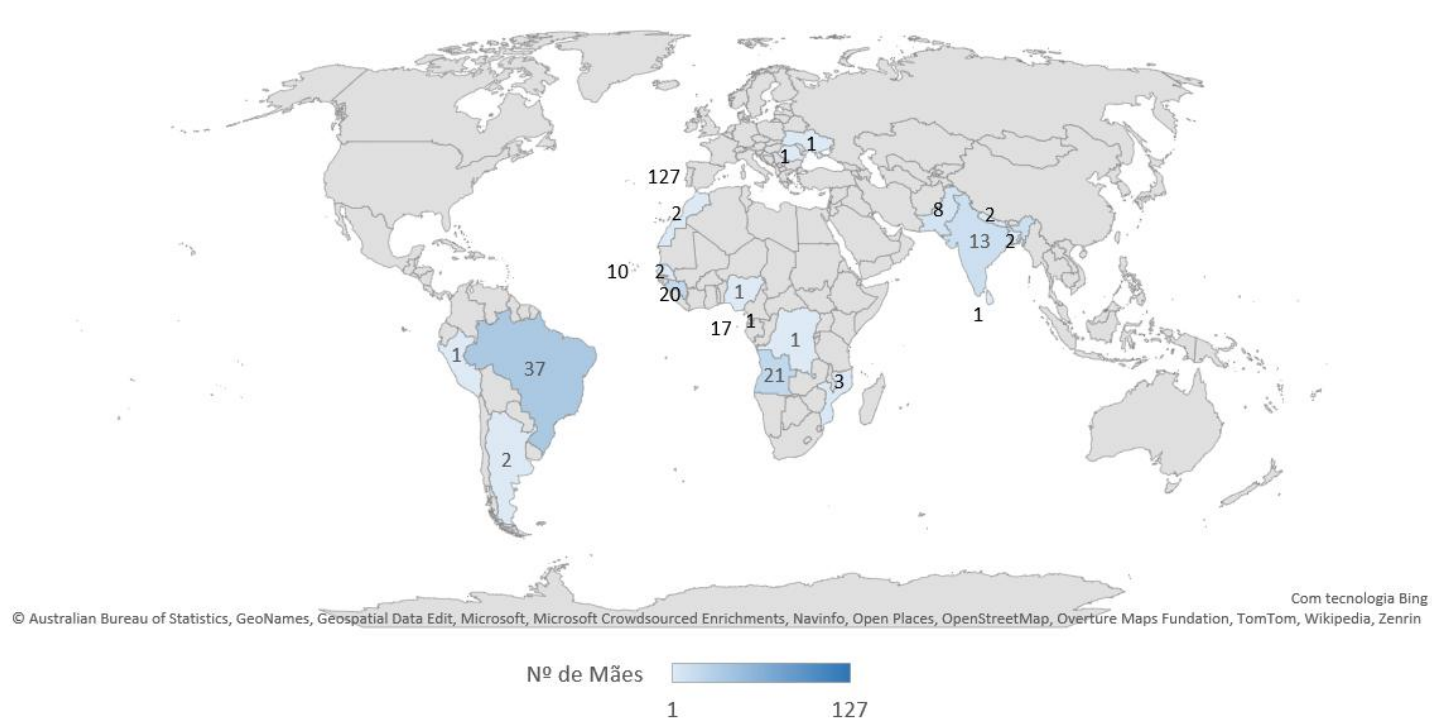
A maioria das mães apoiadas (71%) tem 1 ou 2 filhos, 25% tem 3 ou 4 filhos e 4% têm 5 ou mais filhos.



# 5. CARATERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

## Nacionalidade

A nacionalidade das mães apoiadas tem vindo a diversificar-se abrangendo 21 países e 4 continentes.



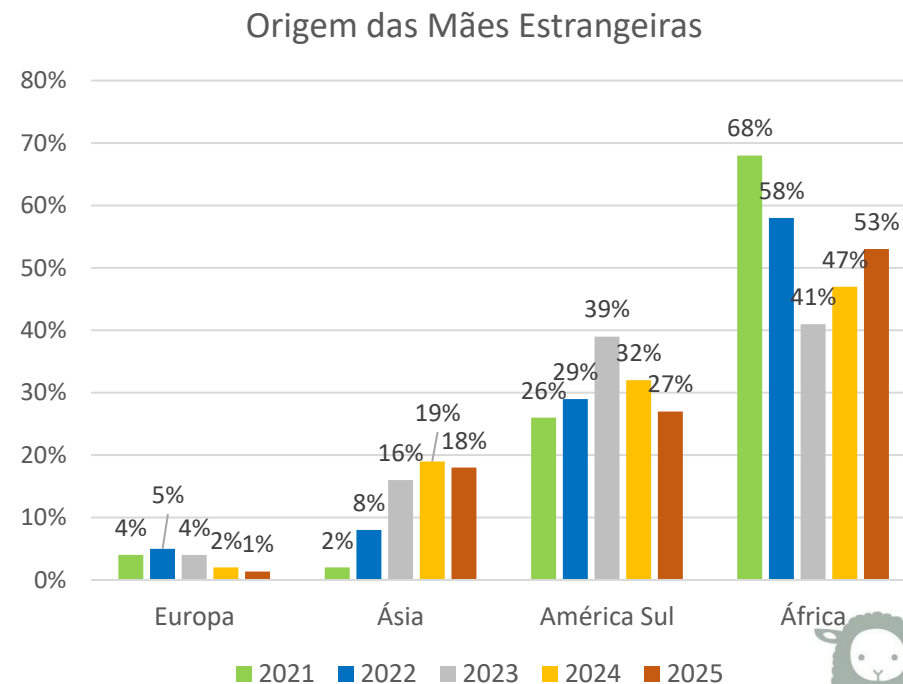
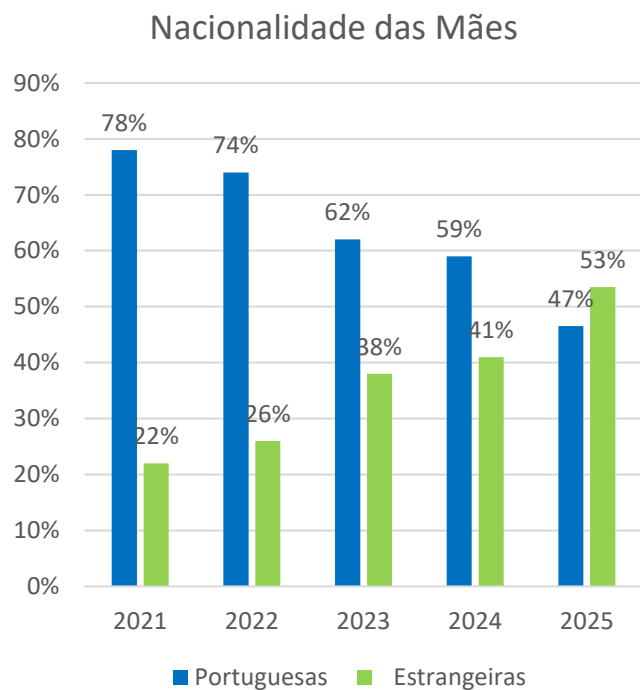
# 5. CARATERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

## Nacionalidade

Salienta-se a percentagem de mães portuguesas – 47%.

Este valor tem vindo diminuir ao longo dos últimos anos verificando-se, entre 2021 e 2025, uma redução de 31 pontos percentuais.

As mães estrangeiras, são 53% Africanas, 27% da América do Sul, 18% da Ásia e 1% Europeias.

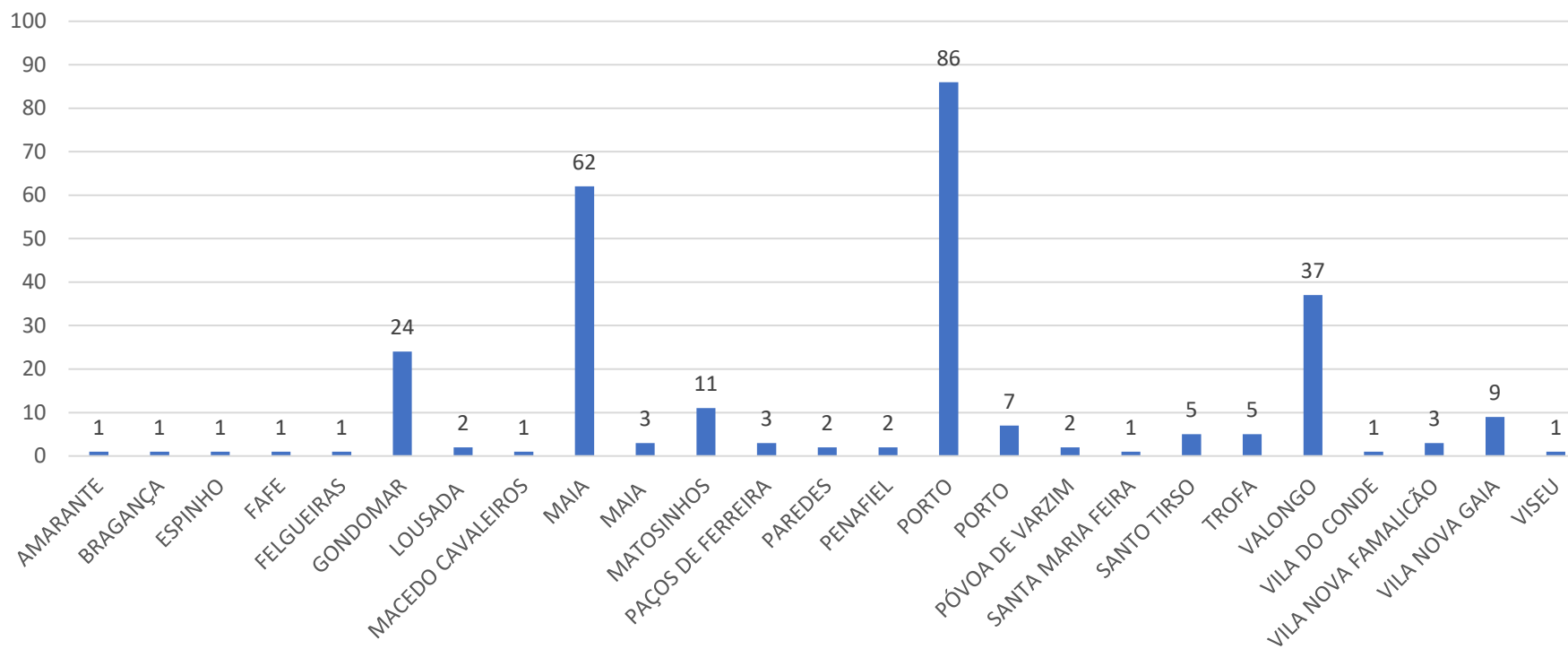


# 5. CARATERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

## Concelhos e Freguesias de residência das famílias

A distribuição geográfica da residência das famílias abrange 5 distritos (Porto, Aveiro, Braga, Bragança e Viseu), 23 concelhos e 60 freguesias.

Famílias por Concelho de Residência

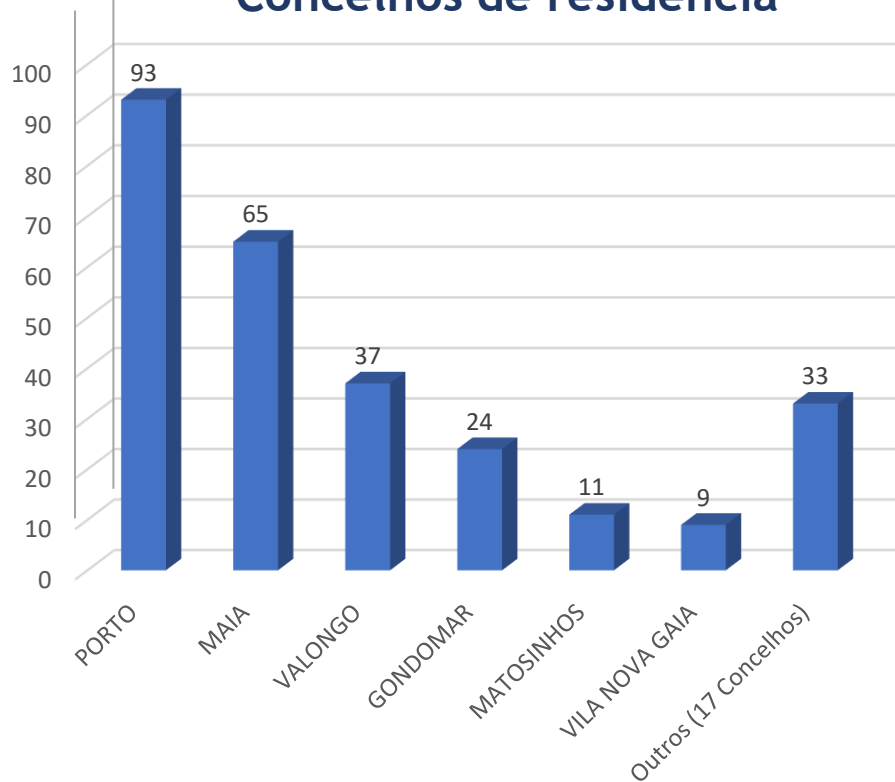


# 5. CARATERIZAÇÃO DAS FAMÍLIAS

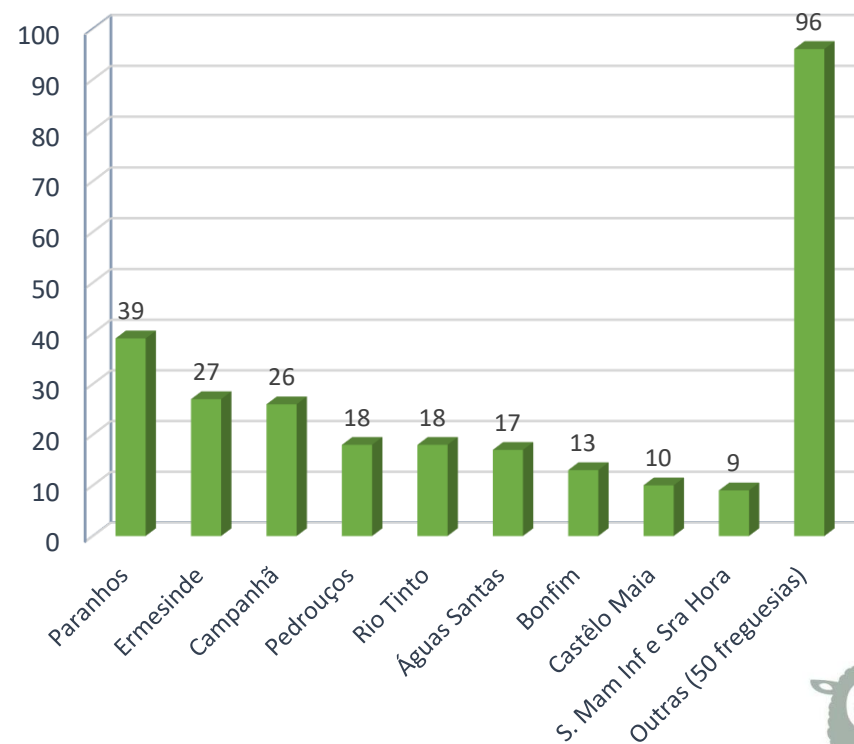
## Concelhos e Freguesias de Residência das Famílias

Destacam-se os concelhos do Porto, Maia, Valongo, Gondomar, Matosinhos e Vila Nova de Gaia e as freguesias de Paranhos, Ermesinde, Campanhã, Pedrouços, Rio Tinto, Águas Santas, Bonfim, Castelo da Maia e a UF de S. Mamede de Infesta e Senhora da Hora.

### Concelhos de residência



### Freguesias de residência



## 6. VOLUNTARIADO

A atividade da Bebés de S. João continua a **assentar exclusivamente no trabalho voluntário**, numa escolha consciente que define a identidade da associação e a forma como se relaciona com as famílias que acompanha. Este compromisso traduz-se diariamente na disponibilidade, generosidade e sentido de responsabilidade de todas as pessoas que oferecem o seu tempo, competências e energia a esta missão.

Neste caminho, é também fundamental reconhecer o contributo dos profissionais do CHUSJ, em particular dos serviços de Humanização, Pediatria, Nutrição e Medicina Física e de Reabilitação. A sua colaboração, conhecimento e sensibilidade têm sido essenciais para reforçar a qualidade do acompanhamento prestado às famílias.

Em 2025 tivemos a alegria de acolher novas voluntárias, que vieram reforçar a equipa e trazer novas perspetivas, entusiasmo e disponibilidade. A chegada destas voluntárias permitiu não só garantir a continuidade do trabalho diário, mas também alargar a capacidade de resposta da associação e fortalecer o espírito de comunidade que caracteriza a Bebés de S. João.

Ao longo do ano procurámos também criar mais momentos de **encontro e partilha** entre voluntárias, profissionais e famílias. O picnic e a Celebração da Luz foram ocasiões particularmente especiais, permitindo um ambiente de proximidade, alegria e convívio que reforça os laços entre todos.

A formação continua a ser um pilar importante do voluntariado. Realizámos vários dias dedicados à reflexão, aprendizagem e partilha de experiências, fundamentais para fortalecer competências e alinhar a forma como cuidamos, escutamos e acompanhamos as famílias, em articulação com os profissionais de saúde.

Tal como desde a sua fundação, a Bebés de S. João continua a existir graças ao trabalho voluntário, em estreita ligação com os profissionais de saúde que partilham esta missão. É neste **compromisso, discreto e persistente**, que reside a força da associação e a capacidade de continuar a estar presente para as famílias que nos procuram.



# 6. VOLUNTARIADO

## *Dia da Criança - Celebração/Eucaristia*



# 6. VOLUNTARIADO



## ***Picnic das Famílias***

*Mais do que uma refeição partilhada ao ar livre, o pic nic dos BSJ é uma interação agradável entre famílias e voluntárias, o que torna um momento especial de confraternização.*

*Tenho a sensação que todos os participantes, crianças, pais e voluntários, saem dali muito mais felizes com a onda de bem estar que se proporciona. Obrigada por fazer parte desse momento.*

Fernanda Garcia, voluntária BSJ

# 6. VOLUNTARIADO

*Almoço de Reis das Voluntárias*



*Formação de Voluntárias*



A componente psicoafectiva na construção de projetos de vida.  
Teresa Tomé Ribeiro - Investigadora em Bioética, Humanização e Educação para a Saúde.

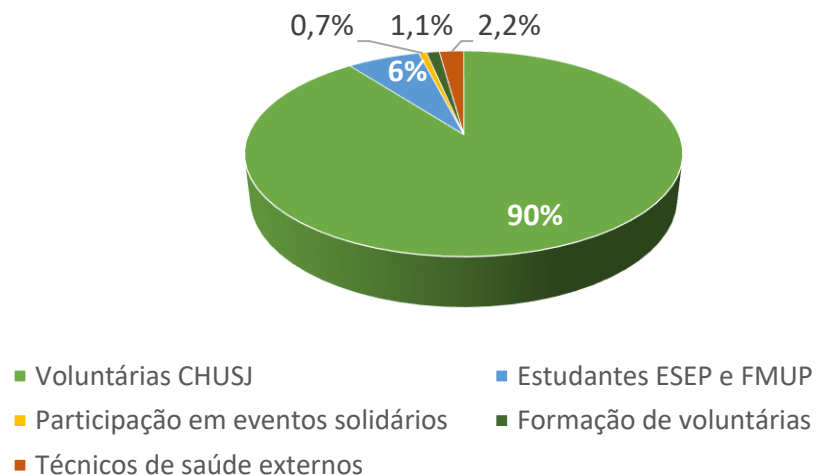


# 6. VOLUNTARIADO

## Horas de Voluntariado

A BSI conta com **39** voluntários regulares, incluindo os membros dos órgãos sociais, com o voluntariado de estudantes da FMUP e da ESEP e com **9** voluntários externos, de competências, que asseguram as formações das Mães.

TABELA 3 – HORAS DE VOLUNTARIADO	
Voluntários no CHSJ.	4.734
Voluntários ESEP e FMUP	338
Participação em eventos solidários	36
Formação de Voluntárias	60
Técnicos de saúde externos	114
<b>TOTAL</b>	<b>5.282</b>



# 7 COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## Comunicação e Divulgação Institucional

### ➤ **Estratégia de Comunicação**

Ao longo do ano, a Bebés de S. João – Associação de Apoio à Maternidade manteve uma estratégia de comunicação ativa com o objetivo de dar visibilidade à sua missão, sensibilizar a comunidade e promover o envolvimento da sociedade civil.

A comunicação foi assegurada principalmente através de canais digitais e redes sociais, permitindo uma divulgação contínua das atividades, campanhas e iniciativas da associação, reforçando a transparência e a proximidade com a comunidade.

### ➤ **Projetos de Angariação de Fundos e Divulgação da Associação**

Estas iniciativas tiveram como principal objetivo garantir a sustentabilidade financeira da associação e, simultaneamente, aumentar a sua visibilidade junto da comunidade.

### **Mercadinho do Bebê**

Realizaram-se duas edições na Alfândega do Porto, com os objetivos de:

- Angariar fundos
- Promover o Livro da Mãe
- Divulgar a atividade da associação

A comunicação incentivou a participação da comunidade, contribuindo para o envolvimento de famílias e apoiantes.



# 7 COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## ***Jantar Solidário***

O Jantar Solidário, realizado no Palácio da Bolsa e com cerca de 300 participantes, foi um dos principais momentos do ano. A sua organização envolveu:

- Planeamento prolongado e mobilização de voluntárias
- Angariação de patrocinadores e parceiros
- Gestão logística (espaço, catering, animação e decoração)
- Estratégia de comunicação para divulgação e captação de participantes

Este evento permitiu:

- Reforçar a sustentabilidade financeira da associação
- Aumentar a visibilidade da sua missão
- Consolidar a relação com parceiros e apoiantes

## ***Parcerias e Ações de Responsabilidade Social***

Durante o ano, foram dinamizadas iniciativas com empresas no âmbito de *teambuilding* solidário, incluindo:

- Organização de donativos
- Preparação de enxovais
- Apoio logístico



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## ➤ *Iniciativas de Sensibilização e Divulgação dos Valores da BSJ*

### ***Primeiras Jornadas de Parentalidade - “Pais a Caminho”***

Organizado em parceria com a Associação Vida Norte, este evento promoveu a reflexão sobre os desafios da parentalidade, com a participação de oradores de excelência nos diferentes temas.

A comunicação incluiu:

- Divulgação do programa e oradores
- Mobilização de parceiros
- Promoção nas redes sociais

### ***Participação em Eventos Externos***

A associação participou em:

- Programa Filhos e Cadilhos do Porto Canal
- *Happy Hour* Solidária da Bial
- Mostra de Voluntariado da Escola Superior de Enfermagem do Porto
- NEOSPOT 2025 - Jornadas Cuidar em Neonatologia CHUSJ

Estas ações permitiram dar a conhecer a missão da associação e captar novos voluntários.

## ➤ ***Impacto da Comunicação***

A estratégia de comunicação contribuiu para:

- Reforçar a notoriedade da associação
- Valorizar o contributo de voluntários e parceiros
- Aumentar o envolvimento da comunidade
- Permitir a sustentabilidade



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## ➤ Site e Redes Sociais

### Site – [www.bsj.pt](http://www.bsj.pt)

11.201 visualizações (+23%)

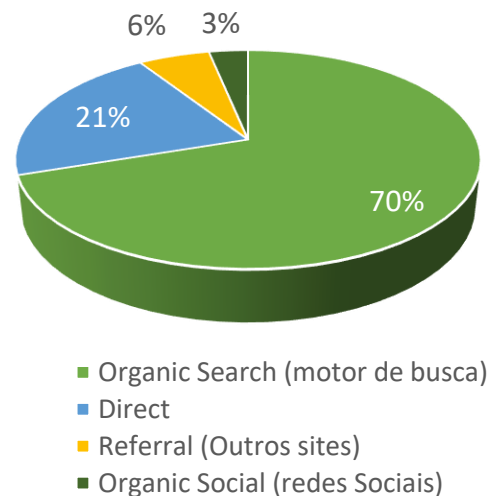
3.900 utilizadores (+14%)

1min 22s interação média (+4%)

#### Páginas mais vistas



#### Origem dos Utilizadores



### Redes Sociais



15.009 seguidores (+0,1%)



1.432 seguidores (+10,2%)



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## Bens Recebidos

TABELA 4 – BENS RECEBIDOS

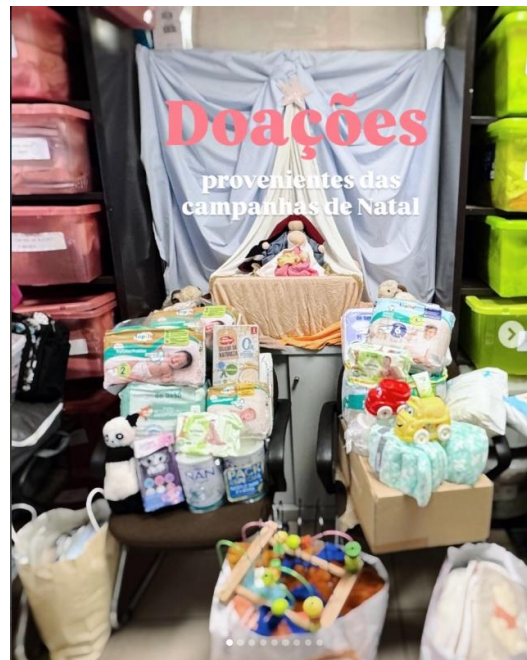
ANO	Fraldas (pacotes)	Toalhitas (un)	Artigos de Higiene (un)	Carrinhos (un)	Cadeiras Papa (un)	Leite e Papas (latas 800g)
2025	1,341	1,050	1,571	28	17	640
2024	1,241	1,055	1,090	70	12	400
2023	1,078	635	1,277	73	38	316

Salienta-se:

- as doações em fraldas, que representam aproximadamente 38% das necessidades anuais e têm um valor estimado de cerca de **7.000 €**.
- relativamente a toalhitas e outros artigos de higiene, os donativos representam mais de 80% das necessidades e estimam-se em cerca de **3.000 €**.
- O apoio em leite e papas que damos é exclusivamente doado. Em 2025 deverá corresponder a mais de **7.500 €**.



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

Agradecemos a generosidade das seguintes entidades:

7 Senses Integ. Sensorial	Associação Passo Positivo	Departamento Psiquiatria do CHUSJ
A. Trindade	AUDINOVA – Serv. Audiovisuais Lda.	Direção Geral de Finanças do Porto
Aconchegar Medas	AzaPharma Unipessoal Lda	Escola Básica Cidade - Jardim Maia
Acreditar	Barral	Enxovais da Mana
AE Básicas de S. Pedro Fins	BDC Dodot	Escola Básica Júlio Diniz
Agrup. Escuteiros Sto Tirso	Bial	Eurospuma
Ajuda ao Bebê de Elvas	BUONDI Café - NESTLÉ Portugal	Expanscience Laboratórios
Alita Castro Group	Colégio Escravas Sag. Coração Jesus	Experis
ANJE – A. Nac. Jovens Empresários	Centro Social e Paroquial de Alfena	Família HEHN – Távora Varosa
Arena Atlântico SA	Casa Ronald Mc Donald	Farmácia Alpendurada
Arte do som – Escola	Centro Social Guardadeiras	Farmácia do Aviz
Associação Protetora da Criança	Chocolataria EQUADOR	Farmácia São João
Associação Comercial do Porto	Colégio Luso Francês	Ferreira e Filhos Lda
Associação Feijoeiro Mágico	Colégio Santa Maria	Filomena Braga



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

Formiguinhas solidárias	Luísa Toscano	Ricardo Fino - Fotografia
Fórmulas Inéditas Lda	M. Coutinho	Sampedro Lençóis
Freudenberg	Mercadinho do Bebé	SKUNKWORKS Projects, Lda.
Fund. Joaquim Oliveira Lopes	Mercafara, SA	SOCOMAGE – Exp. Imp. Têxteis, Lda.
Girafa Aventureira	Miguel Araújo/ 1ª LINHA.PT	Sofia Pupo Lameiras - Designer
Groupe GM	Mondelez Portugal	SOGRAPE Vinhos, SA
Grupo Pestana	NOVIN Staff Your Brand	Sónia Fonseca Viriato
Hipercentro Areosa	O Amanhã da Criança	THE WINE COLLECTION, SA
Inesc Tec	O Sol dos Pequenininos	Valentim de Carvalho
J. CABRAL ALMEIDA - Vinhos	Oficina da Alegria	Venâncio Simões
Kuehne & Nagel	Paróq. Astromil e Rebordosa	Vida Norte
Lemar	PLMJ Advogados	VINEVINU
Lepabe Feup	QUEVEDO – Friendology Forever	Zélia Teixeira Unipessoal, Lda.
Lions Club da Boavista	Quinta do Castelo da Granja	
LIPOR	Rascal & Friends	



# 7. COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO

## Bens Partilhados

Encaminhamos para outras instituições uma parte dos bens que recebemos mas que excedem as nossas necessidades, nomeadamente roupa e produtos de puericultura:

### BENS PARTILHADOS - Entidades

ASCIF – Assoc. Cat. Int. ao Serv. Juv. Feminina	Lar Luísa Canavarro
Ajuda com sentido	Lar Rosa Santos
Caritas	Oficina da Alegria
Centro São Cirilo	Soul Frater
Coração da Cidade	Vida Norte
Lar Maria Imaculada	



# 8. ATIVIDADES REALIZADAS

ATIVIDADES	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO	
Encontros, formação e reuniões de voluntárias	Almoço de Reis das voluntárias			Apresentação de novas voluntárias				Férias		Peregrinação da Esperança			
	Formação de voluntárias									Comemoração dos 17 anos da BSJ			
Atividades com os bebés e as famílias					Aurora - Espaço Artístico de Aprendizagem	Dia da Criança Celebração/ Eucaristia	Aurora - EAA Bebê em Cena (bebês de 9 m)						
						Picnic das famílias apoiadas pela BSJ							
Assembleias Gerais da Associação BSJ			Relatório de Contas e Atividades 2025									Plano de Acção 2026	
Apresentação e Divulgação da Associação BSJ		Jornadas de Parentalidade PAIS A CAMINHO			NEOSPOT 2025 Jornadas Cuidar em Neonatologia						Apresentação BSJ no CREU		Mostra de voluntariado na ESEP
					FILHOS E CADILHOS Porto Canal								
Promoção e Angariação			Mercadinho do Bebê			Concurso PINGO DOCE Bairro Feliz				Mercadinho do Bebê		Jantar de beneficência Palácio da Bolsa	Campanhas de Natal
			Apresentação da BSJ Escola Sta Maria									Happy Hour Solidária na BIAL	Team Building Grupo PESTANA
													Jantar de Natal do Grupo PESTANA



# 8. ATIVIDADES REALIZADAS

## PAIS A CAMINHO

### Jornadas de Parentalidade

PROGRAMA  
**PAIS A CAMINHO**  
JORNADAS DE PARENTALIDADE

1º Painel: **Cuidado(s) com os filhos!**  
Os primeiros mil dias.

8 DE FEVEREIRO  
ANJE  
PORTO



Moderador: Mariana D'Orey

Marco Leão

Constança Cordeiro Ferreira

Micaela Guardiano



PROGRAMA  
**PAIS A CAMINHO**  
JORNADAS DE PARENTALIDADE

09h - Check-in  
09h30 - Abertura - Filipe Almeida

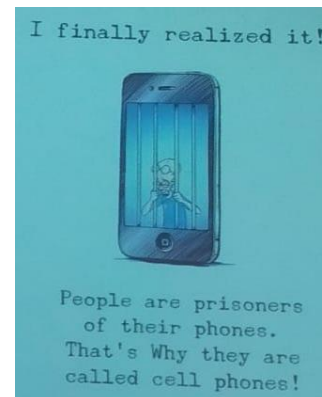
10h - 1º Painel: **Cuidado(s) com os filhos!**  
Os primeiros mil dias.  
Moderador: Mariana D'Orey;  
Convidados: Constança Cordeiro Ferreira; Marco Leão; Micaela Guardiano

11h30 - 2º Painel: **Painel: Cuidado(s) com os pais!**  
Fact Checking da Parentalidade  
Moderador: Tomás Magalhães;  
Convidados: Magda Gomes Dias; Francisca Silva Ferreira; Joana Rebelo

14h30 - 15h30 - 1º Turno Workshops  
Workshop 1 - **Sono do bebé** - Rita Fernandes Cruz  
Workshop 2 - **Amamentação** - Mafalda Cama  
Workshop 3 - **Hypnobirthing** - Carolina Rocha  
Workshop 4 - **Massagem infantil** - Rita Cruz

16h - 17h - 2º Turno Workshops  
Workshop 5 - **Desfralde com respeito pela fisiologia da criança** - Joana Santos  
Workshop 6 - **Baby fusion** - Rosário Tenreiro  
Workshop 7 - **Babywearing** - Adriana Silva  
Workshop 8 - **Luto infantil** - Patrícia Ruivo

8 DE FEVEREIRO  
ANJE  
PORTO



PROGRAMA  
**PAIS A CAMINHO**  
JORNADAS DE PARENTALIDADE

2º Painel: **Cuidado(s) com os pais!**  
Fact Checking da Parentalidade.

8 DE FEVEREIRO  
ANJE  
PORTO



Moderador: Tomás Magalhães

Magda Gomes Dias

Francisca Silva Ferreira

Joana Rebelo



Características do Brincar

Divertimento/prazer ??



Motivação Satisfatória

Livre Escolha ou Auto-Direção

Envolvimento Ativo

Enquadramento de Brincadeira

Não Utilitaridade




PARADOXO DA PATERNIDADE FACULTATIVA

CÉREBRO DO PAI TAMBÉM MUDA NA MEDIDA EM QUE CUIDA

TESTOSTERONA RECONHECIMENTO SINAIS DO BEBÉ OSTEOCINA

CONSTANÇA CORDEIRO FERREIRA



# 8. ATIVIDADES REALIZADAS

## Muito Mais do que um Jantar

*O jantar solidário da Bebés de S. João realizou-se a 11 de novembro de 2025 e, muito claramente, os princípios da humildade, generosidade e espírito de serviço que pautaram a vida deste Santo coincidem com os valores maiores da Associação que, com este encontro, pretendeu mostrar aos seus benfeitores e à comunidade alargada dos seus amigos que comunga dos mesmos princípios e que o esforço em voluntariado dá frutos e vale a pena.*

*A grandeza do espaço do jantar, em contraponto com a humildade da causa, foi um desafio para o grupo dedicado de voluntárias na organização do evento que contagiou todos os envolvidos externos, que se aliaram e tudo fazendo para que os resultados fossem os melhores e os custos reduzidos, traduzindo-se numa energia coletiva que se fez sentir em cada detalhe da noite, culminando com a atuação generosa do músico Miguel Araújo.*

*Entre elementos inesperados e pormenores simbólicos, o ambiente surpreendeu e envolveu os presentes, criando o palco ideal para dar visibilidade ao trabalho e resultados da BSJ.*

*Muito elogiado pelos presentes, o evento cumpriu plenamente o seu propósito: sensibilizar, mobilizar e angariar fundos e, no final, o sentimento era de alegria, união e propósito.*

*Este evento não foi um mero jantar, mas muito mais. Foi um encontro onde a partilha, a solidariedade e a generosidade ganharam voz e se transformaram em união reforçada da Associação e novas energias para continuar. Porque é necessário mais, para podermos alargar e melhorar a nossa ação junto das mães e bebés que nos chegam.*

Teresa Pupo Lameiras, voluntária BSJ



# 8. ATIVIDADES REALIZADAS

## *Jantar Solidário*



17 ANOS  
a apoiar a  
MATERNIDADE

# JANTAR SOLIDÁRIO

com a participação do músico Miguel Araújo  
**VENHA CELEBRAR CONNOSCO!**

PALÁCIO DA BOLSA | 11 DE NOVEMBRO 2025 | 19.30H

inscrições em:  
[www.bsj.pt](http://www.bsj.pt)



# 8. ATIVIDADES REALIZADAS

## *Peregrinação da Esperança*



# 9. DADOS FINANCEIROS

## Bebés de S. João - Associação de Apoio à Maternidade DEMONSTRAÇÕES DOS RESULTADOS POR NATUREZAS PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

UNIDADE MONETÁRIA (1)

RENDIMENTOS E GASTOS	NOTAS	PERÍODOS	
		2025	2024
Vendas e serviços prestados	6	505,00 €	600,00 €
Subsídios, doações e legados à exploração	7	64 287,85 €	30 546,70 €
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas	5 -	34 447,29 € -	12 346,14 €
Fornecimentos e serviços externos	10.1 -	22 213,49 € -	22 334,24 €
Outros rendimentos	10.2	0,36 €	298,44 €
Outros gastos	10.3 -	3 422,25 € -	37,19 €
<b>Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos</b>		<b>4 710,18 € -</b>	<b>3 272,43 €</b>
Gastos / reversões de depreciação e de amortização			
<b>Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)</b>		<b>4 710,18 € -</b>	<b>3 272,43 €</b>
<b>Resultados antes de impostos</b>		<b>4 710,18 € -</b>	<b>3 272,43 €</b>
Imposto sobre o rendimento do período	8.1	- €	- €
<b>Resultado líquido do período</b>	<b>8.1</b>	<b>4 710,18 € -</b>	<b>3 272,43 €</b>

(1) - O euro, admitindo-se, em função da dimensão e exigências de relato, a possibilidade de expressão das quantias em milhares de euros



# 9. DADOS FINANCEIROS

## Bebés de S. João - Associação de Apoio à Maternidade

BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

UNIDADE MONETÁRIA (1)

RÚBRICAS	NOTAS	DATAS	
		31/dez/25	31/dez/24
<b>ACTIVO</b>			
Activo não corrente			
		- €	- €
Activo corrente			
Inventários	5.1		
Outros ativos correntes	9.1	109,95 €	317,96 €
Caixa e depósitos bancários	4.1	23 802,67 €	19 185,94 €
		23 912,62 €	19 503,90 €
<b>Total do Ativo</b>		<b>23 912,62 €</b>	<b>19 503,90 €</b>
<b>FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO</b>			
Fundos patrimoniais			
Fundos	9.2	11 865,69 €	11 865,69 €
Resultados transitados	9.2	7 336,75 €	10 609,18 €
Ajustamentos / outras variações nos fundos patrimoniais			
Resultado líquido do período	8.1	<b>4 710,18 €</b>	<b>- 3 272,43 €</b>
<b>Total dos fundos patrimoniais</b>	9.2	<b>23 912,62 €</b>	<b>19 202,44 €</b>
<b>PASSIVO</b>			
Passivo não corrente			
Passivo corrente			
Outros passivos correntes	9.1	- €	301,46 €
		- €	301,46 €
<b>Total do passivo</b>		<b>- €</b>	<b>301,46 €</b>
<b>Total dos fundos patrimoniais e do passivo</b>		<b>23 912,62 €</b>	<b>19 503,90 €</b>

(1) - O euro, admitindo-se, em função da dimensão e exigências de relato, a possibilidade de expressão das quantias

em milhares de euros



# 10. OBJETIVOS 2026

- Estabelecer parcerias e captar voluntários com competências específicas – terapia ocupacional, enfermagem, nutrição, psicologia, medicina dentária, assistência social, comunicação e marketing;
- Reforçar a formação específica de desenvolvimento pessoal dos pais no último ano de acompanhamento do bebé;
- Criar uma equipa coordenadora de formação para as voluntárias e para estabelecer um Plano de Formação regular para novas voluntárias;
- Criar uma equipa de angariação de fundos, organização de eventos e candidaturas a projetos sociais;
- Criar uma equipa responsável pela informação (ferramentas de comunicação) e a implementação do Plano de Comunicação da BSJ;
- Aumentar a rede de apoio entre as famílias e a comunidade;
- Definir a metodologia para avaliação do impacto da intervenção da BSJ junto das famílias;
- Sensibilizar o CHUSJ para a concluir a obra de reparação dos danos causados nas instalações da BSJ;
- Melhorar o espaço - conseguir parceiros para melhoria e decoração das instalações da BSJ.



# 11. CONCLUSÃO

O ano de 2025 foi marcado pela consolidação e crescimento da Bebés de São João, mantendo-se sempre fiel à sua essência: um compromisso profundamente enraizado no voluntariado, na proximidade e no cuidado às famílias.

As primeiras Jornadas de Parentalidade “Pais a Caminho”, organizadas em parceria com a Associação Vida Norte, o jantar solidário, e ainda a peregrinação a Fátima das voluntárias, para viver e celebrar o Ano da Esperança, concretizaram vários objetivos há muito sonhados. Estes momentos exprimem a identidade da associação, fortalecendo laços, ampliando a reflexão e reforçando o impacto da nossa missão na sociedade.

Ao longo do ano, o reforço da equipa de voluntárias, a formação e a criação de espaços de encontro e partilha contribuíram para uma intervenção mais consistente, humana e próxima. A par disso, o desenvolvimento de iniciativas de comunicação e a participação em eventos externos permitiram aumentar a visibilidade da associação, atrair novos apoios e consolidar relações com parceiros fundamentais.

Com muita alegria recebemos o deferimento do pedido de consignação da quota de 1% do IRS que tornará possível ajudar ainda mais as famílias que procuram o nosso apoio.

Cada vez que nasce um bebé, há uma nova esperança que vem ao mundo. E, como nos recorda o Papa, “não há vida que não possa ser tocada pela Esperança”. É nesta certeza que a Bebés de São João continua o seu caminho: com discrição, dedicação e confiança, procurando fazer a diferença no início de vida de cada criança e no percurso de cada família.



# 11. CONCLUSÃO

O futuro apresenta desafios, mas também oportunidades renovadas. Continuaremos empenhadas em fortalecer a nossa capacidade de resposta, alargar a rede de apoio e aprofundar o impacto do nosso trabalho, sempre com o contributo essencial de todos os que nos acompanham.

A Bebés de São João reafirma, assim, o seu compromisso de promover um início de vida mais digno, acolhedor e cheio de esperança a todos os bebés que nascem no CHUSJ.

Porto, 31 de Março de 2026

A Direção

Manuela Pinto da Silva

Nazaré Mexia Alves

Rita Costa e Almeida





BEBÉS DE S. JOÃO | ASSOCIAÇÃO DE APOIO À MATERNIDADE

Contactos:

22 091 9188 • 96 133 3143 • 96 125 4095

[bebes.saojoao@chsj.min-saude.pt](mailto:bebes.saojoao@chsj.min-saude.pt)

[www.bsj.pt](http://www.bsj.pt) • [www.facebook.com/bebesDeSaoJoao](https://www.facebook.com/bebesDeSaoJoao) • [www.instagram.com/bebes\\_de\\_s\\_joao](https://www.instagram.com/bebes_de_s_joao)

