



Sozinhos vamos
mais rápido,

juntos vamos
mais longe.

GUIA DE ORIENTAÇÃO

para Grupos

Bem-vindo à tua jornada
pró-vida para salvar vidas
na Europa e defender
a dignidade da vida
humana.

Estamos entusiasmados
em ter-te connosco!
Lembramos-te que uma
mudança cultural na
Europa depende, em parte,
do teu compromisso.

Lê este documento com
atenção – será uma
ferramenta valiosa para
o futuro.

PRINCÍPIOS

da ProLife Europe

PRÓ-VIDA, COM AMOR Defendemos a vida de uma forma respeitosa e compassiva em relação aos outros. A nossa tarefa não é julgar nem apontar dedos. Encontramos os outros onde estão e focamo-nos em mudar corações e mentalidades.

PRÓ-FACTOS Defendemos a vida através do olhar da ciência (biologia, filosofia e antropologia) e intercedemos pela proteção da sua dignidade inerente. Como organização, não tomamos posição em relação a outros temas.

PRÓ-ATIVOS Chamamos-te a levantar, ter coragem e a ser uma voz. Se não fizeres algo, ninguém mais o fará. Há pessoas que só tu podes alcançar. Confiamos que irás fazer um esforço extra, ser criativo e assumir a responsabilidade pela tua própria esfera local.

PRÓ-MULHER, PRÓ-HOMEM Ajudamos mulheres e homens a dizer SIM à Vida, assim como aqueles que optaram pelo aborto e sofrem com essa escolha. Quando necessário, orientamos essas pessoas para ajuda profissional.

PRÓ-ESPERANÇA A vida é tão difícil quanto bela. Enfrentamos desafios, mas juntos podemos ajudar quem se sente perdido a redescobrir a beleza na própria vida. Que encontremos e espalhemos esperança, porque a vida merece sempre ser defendida e celebrada!

Diferentes

TAREFAS

Líder, Redes Sociais, Desenvolvimento, Ações, Comunicação, etc. Também podem formar equipas para assumir os diferentes papéis, caso o vosso grupo tenha mais de 6 membros.

Liderança – põe o grupo a mexer

O líder do grupo existe para ajudar o grupo a alcançar os objetivos que definiu. Isso significa que deve manter a equipa motivada, unida e ativa. Deve envolver novos membros e, quando necessário, transferir a responsabilidade para um novo líder de forma adequada. Além disso, deve incentivar continuamente as pessoas a apresentarem novas ideias e a aproveitarem o potencial de cada membro.

Redes Sociais – amplia o impacto

Cria e gere contas nas redes sociais. És criativo? Sabes produzir conteúdo que envolva as pessoas nas redes sociais? Estás atualizado sobre as tendências online? Tens jeito para organizar, motivar pessoas ou criar conexões? Gostas de fotografar e filmar? Tens experiência em edição de vídeo? Tocas algum instrumento?

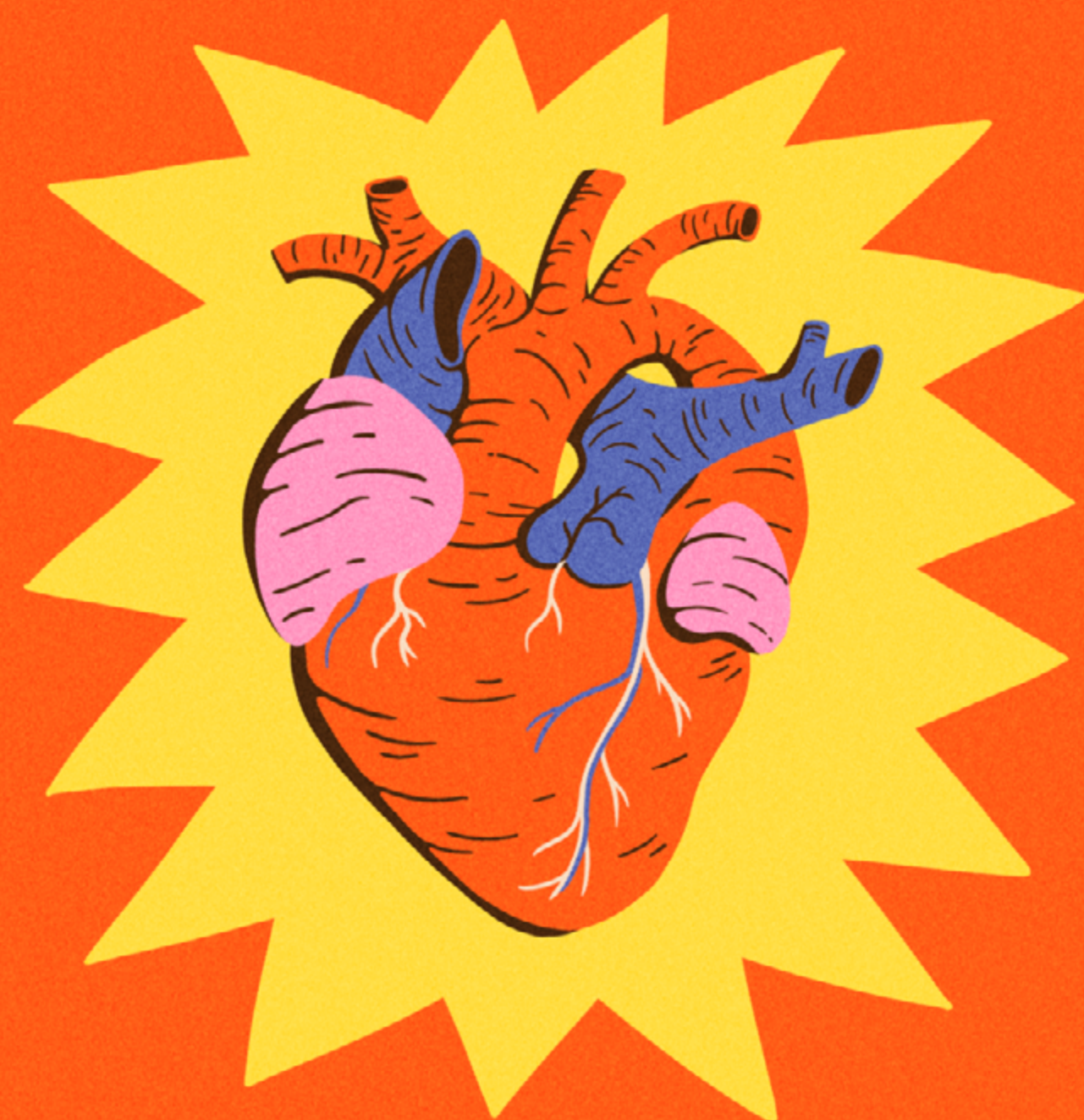
Ações – sair à rua

Para o mais pragmático do grupo. Marcar sítio, data e hora para as vossas ações de rua.

Desenvolvimento/Comunicação – faz a equipa crescer

Tens boas ligações na tua universidade ou noutras instituições? És bom a analisar e apresentar informações ou a transmitir ideias? Tens a capacidade de te conectar com as pessoas a um nível emocional?

Outras tarefas possíveis: Lobbying, imprensa, artes, etc... Dependendo dos talentos dos membros do grupo, há várias funções e tarefas que podem ser atribuídas.



Plano de
AÇÃO

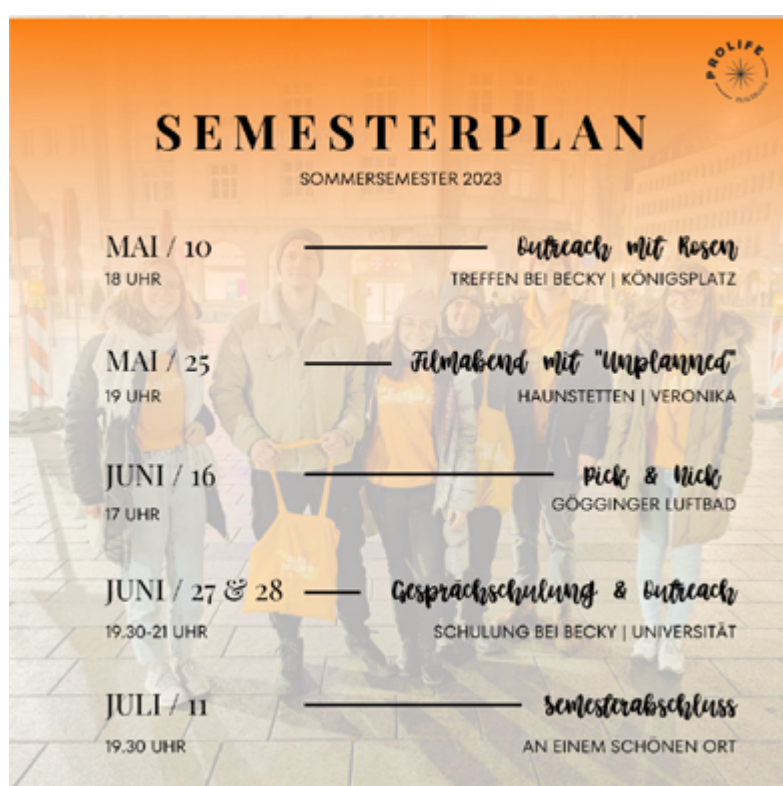
Um objetivo sem um plano É SÓ UM DESEJO

As ideias do vosso grupo merecem ser implementadas e "passadas para o papel": este é o vosso plano de ação. Deve delinear as atividades futuras previstas e, se necessário, os passos importantes a seguir. Além disso, funciona como um guia, ajudando os membros do grupo e possíveis novos membros a organizarem os seus horários de forma adequada.

DICAS

- Define metas realistas para o número de ações que podes realizar e o impacto que esperas alcançar. Mantém-te comprometido — há vidas em jogo.
- Inclui os teus próximos passos com o maior detalhe possível — data, hora, local e funções atribuídas. Partilha este plano com todo o grupo para manter todos informados e alinhados. Não existe “excesso de comunicação”.

EXEMPLOS





Plantar

SEMENTES

O nosso objetivo é plantar **SEMENTES DE VIDA**

e **criar espaços para o diálogo** (chamamos-lhe ação de rua). Encorajamos-te a sair da bolha pró-vida e a fazer aquilo que consideras relevante e importante na tua própria região e comunidade.



As ações de rua são o centro do nosso trabalho: abordar outra pessoa com amor, apreço e respeito. A conversa começa de forma direta: "**O que é que TU pensas sobre o aborto?**" ou "**Se tiveres uma, qual é a TUA opinião sobre o aborto?**". Ouvimos e fazemos perguntas, às vezes durante 15 minutos, outras vezes durante uma hora.

A nossa experiência mostra que 60% das pessoas mudam de opinião durante a conversa. E, em 100% dos casos, inicia-se um processo de reflexão. Mais eficaz do que uma campanha online, publicidade ou outros meios, uma conversa individual, emocional e profundamente pessoal é a forma mais eficaz de mudar corações e mentes.

A quem queremos chegar? Idealmente estudantes, mas, de um modo geral, todos são o nosso público: homens, mulheres, mulheres que passaram por um aborto, mulheres que estão a considerá-lo e até médicos que realizam abortos. A grande maioria está aberta a discutir este tema tabu!

Ação de rua:

CHECKLIST

Antes de uma ação de rua

- O Certifica-te de que tens materiais da ProLife Europe suficientes. Encomenda novos materiais através do teu coordenador/a regional (certifica-te que fazes o teu pedido com pelo menos duas semanas de antecedência em relação à tua ação).
- O Define um dia, uma hora e um local com os membros do teu grupo.
- O Entra em contacto com a tua universidade ou administração municipal para obter autorização para uma mesa de informação a tempo (caso seja necessária). Verifica as regras sobre ações públicas na tua região/universidade.

Durante a ação

- O Imagina as tuas conversas como sementes de vida, esperança e luz.
- O A tua tarefa não é convencer ou entrar em discussões. Se alguém mudar de opinião, é um ato de liberdade.
- O Se as conversas se tornarem difíceis, lembra-te que pessoas magoadas muitas vezes querem causar dor. Tem também em mente que muitas pessoas sofrem em silêncio as consequências do aborto.
- O Não deixes que outros tópicos controversos que possam surgir dominem a conversa. Foca-te no nosso tema.
- O Se te encontrares repetidamente a discutir e preso no mesmo ponto, é perfeitamente aceitável concluir educadamente essa conversa e passar para uma nova.

Depois

- O No final da ação, deves **reportar o número de pessoas** com quem falaste no grupo de Whatsapp.
- O Se encontrares um potencial membro para o grupo ou uma pessoa pró-vida, troca contactos e envia-lhe uma mensagem **dentro de 48 horas**.

Aqui estão algumas ideias e

EXEMPLOS

Mesas de informação para ações de rua

Organiza uma **mesa de informação** em coordenação com a universidade ou administração municipal para atrair atenção e alcançar mais pessoas. Além de mesas portáteis e materiais informativos, podes também utilizar uma toalha de mesa, um toldo portátil, quadros de avisos para cartazes, um banner da ProLife Europe e elementos decorativos. (Podem existir diferentes regras sobre ações públicas, dependendo do local onde estás ativo. Informa-te bem e certifica-te de que sabes em que condições podes montar uma mesa informativa, distribuir panfletos ou abordar pessoas em público).

Outreach: Ação de rua

A forma mais fácil de começar é reunir alguns panfletos e definir uma hora e um local com o teu grupo. Começa por fazer uma pergunta como: "Tens alguma opinião sobre o aborto?" para quebrar o gelo. O objetivo é alcançar as pessoas através de conversas genuínas, de coração para coração. Podes também consultar o nosso curso intensivo para aprender a abordar as pessoas de forma mais eficaz.

Arte pela Vida

Se o teu grupo tiver um talento especial para as artes, poesia ou música, podes organizar um concerto ou uma exposição para sensibilizar e criar impacto.

Apoiar as mulheres

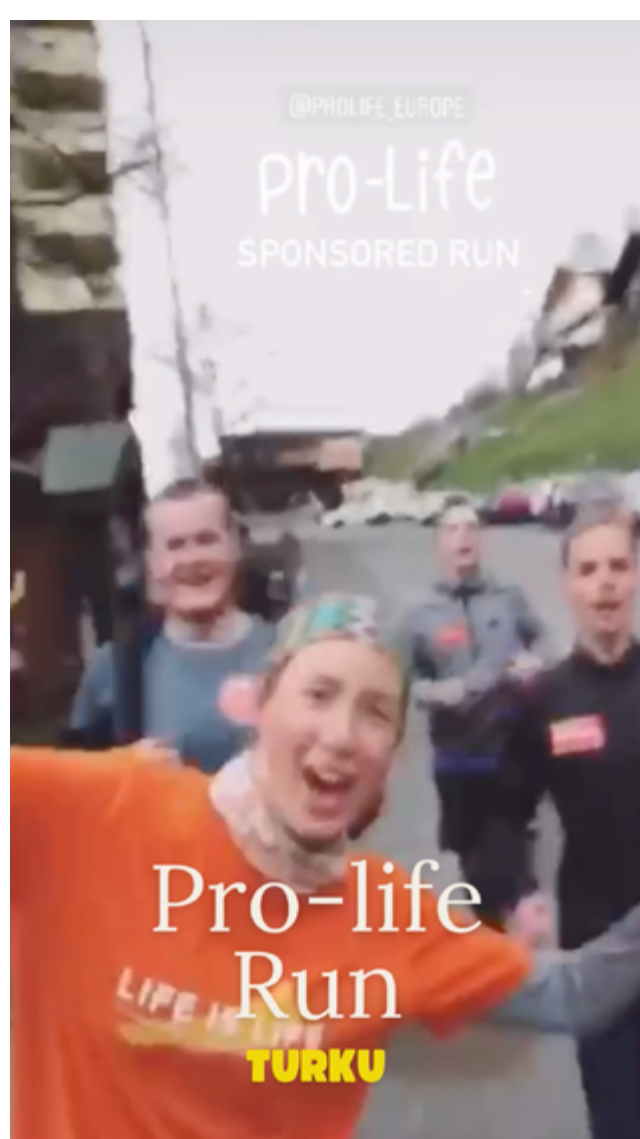
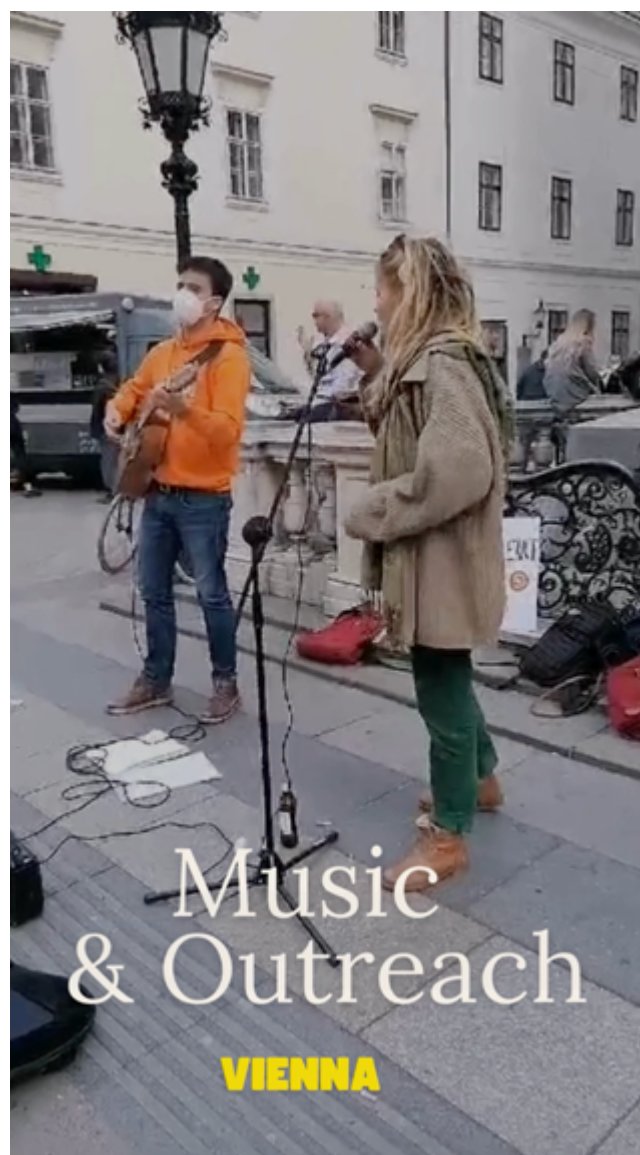
Organiza debates ou palestras com pessoas envolvidas no apoio a mulheres grávidas e aos seus filhos. Discute políticas que facilitem a vida de estudantes grávidas e jovens mães. Espalha cartazes que conectem as mulheres a organizações locais de apoio e aconselhamento.

Faz-te ouvir

Escreve cartas para o jornal local ou da universidade. Está presente para desafiar estudantes que promovem perspetivas pró-escolha. Encontra-te com políticos e desafia-os a tomar uma posição em defesa das mulheres grávidas e dos seus filhos.

Claro que também podes (e deves!) criar as tuas próprias ideias únicas para alcançar corações.

Aqui estão algumas ideias e
EXEMPLOS





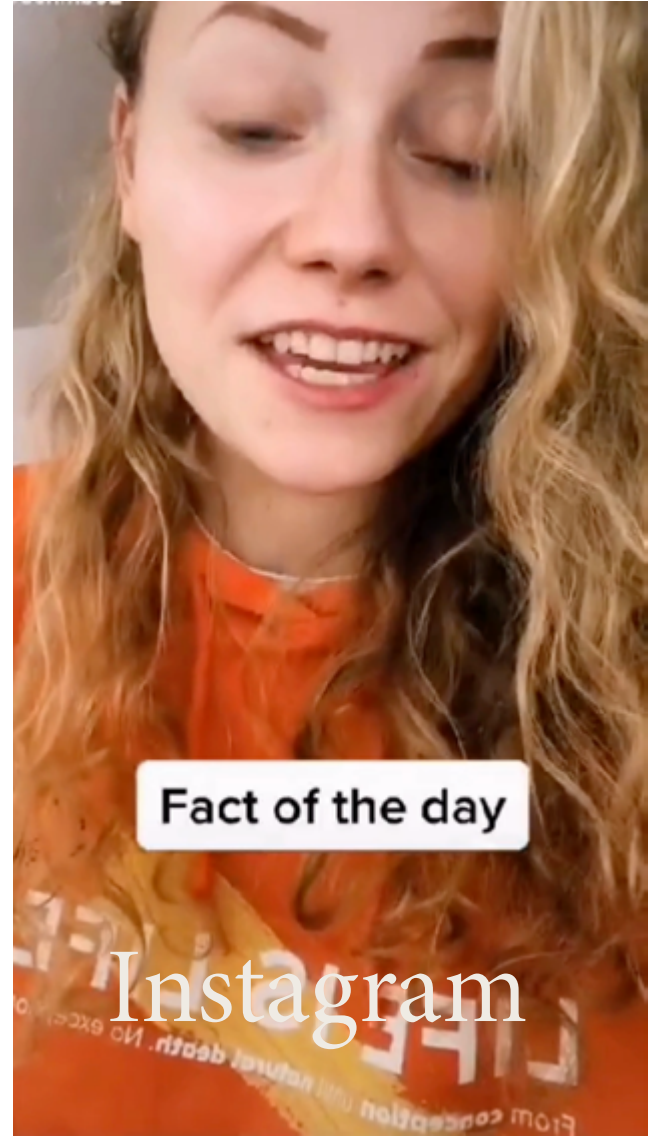
Interview

BELGRADE



Outreach
Testimonial

UTRECHT



Fact of the day

Instagram



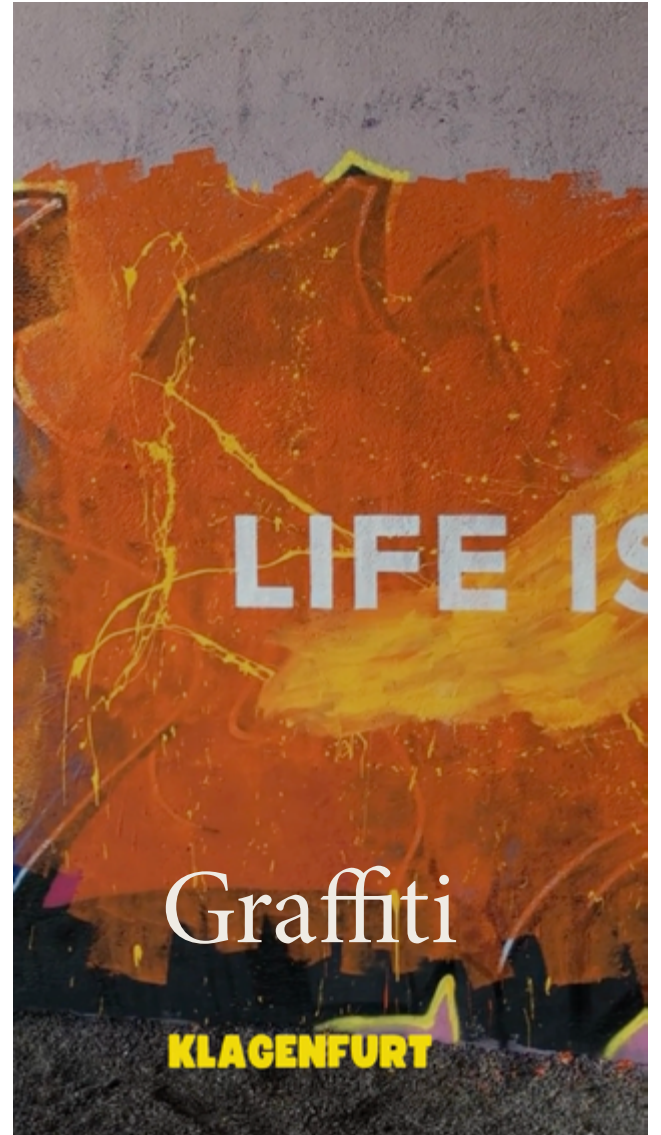
Public
Outreach

BONN



Chalk action
(main square)

CRAZ



Graffiti

KLAGENFURT



Pro-life
Talk

ULM



Talk

VIENNA



Info table

FRANKFURT

Dicas para as tuas **REDES SOCIAIS**

Interage com os teus seguidores: Construir uma relação com o teu público é fundamental. Responder a comentários e mensagens mostra que te importas e fortalece a comunidade.

Publica de forma consistente: A consistência mantém o teu grupo visível e ajuda a manter a tua mensagem em destaque para os seguidores. Seja uma, duas ou várias vezes por semana, ter uma partilha consistente é crucial. Podes partilhar conteúdo de outros ou usar conteúdo da nossa conta principal.

Usa hashtags relevantes: Isto torna o teu conteúdo mais detetável para um público mais amplo, além dos teus seguidores, ajudando a espalhar ainda mais a mensagem pró-vida.

Partilha histórias pessoais: As histórias conectam as pessoas emocionalmente. Testemunhos e experiências pessoais ressoam profundamente e podem inspirar ação ou reflexão. Vídeos funcionam melhor.

Dá destaque a eventos e ações: Divulgar os teus eventos, campanhas ou datas importantes chama a atenção para o trabalho do teu grupo e incentiva a participação.

Além disso: Põe o tag "@prolife_europe" para que possamos partilhar, ajudando a tua publicação a alcançar mais pessoas. Usa o Canva para criar gráficos.



Redes Sociais

EXEMPLOS

Posts informativos

(estatísticas, leis, "facto do dia", estudos, etc)



Posts de ações:

(ações de rua, semanas de ação, etc)



Tópicos específicos:

(feminismo, população mundial, embriologia, síndrome de down, etc)





RECURSOS

para o grupo

O que pomos à vossa **DISPOSIÇÃO**

A equipa da ProLife Europe compromete-se a disponibilizar, a ti e ao teu grupo:

Apoio Jurídico

Assistência com a acreditação universitária caso enfrentes dificuldades.

Kit de Defesa da Vida

Recursos como o teu logótipo, email, modelos e este guia de orientação para o grupo.

Folhetos e mais

Ferramentas para promover a tua mensagem de forma eficaz e alcançar novos membros.

(Encomenda panfletos e autocolantes gratuitos em prolifeurope.org/merch. Solicita o código promocional ao teu coordenador regional).

Mentorias

Orientação e apoio por parte dos nossos coordenadores regionais.

Educação

Sessões de formação sobre factos, argumentos e abordagens de conversação. (prolifeurope.org/trainings).

Novos contactos

Oportunidades e eventos para interagir com pessoas com interesses semelhantes.

Além disso, terás o apoio de toda a equipa da ProLife Europe para atividades regulares e projetos específicos, basta entrares em contacto connosco!

Líder do grupo:

MENTORIAS

Porquê?

As sessões de mentoria entre os coordenadores regionais e os líderes de grupo são cruciais. Oferecem uma plataforma para os líderes abordarem a desmotivação, receberem orientação baseada em experiências e superarem desafios de forma eficaz. Estas sessões ajudam a manter a motivação e garantem transições de liderança suaves dentro do grupo.

Do que falar?

Gestão de tempo, delegação de responsabilidades, reorientação do foco, planeamento de visitas pessoais. Normalmente, envolve um diálogo aberto e honesto entre ambos, abordando tanto os sucessos quanto os desafios do grupo, assim como os objetivos e aspirações do grupo.

Como?

O líder do grupo pode escolher o método de comunicação mais adequado, seja uma chamada telefónica, videochamada ou reunião presencial, quando necessário.

Quanto tempo?

Normalmente, 30 minutos têm-se mostrado suficientes, embora a duração da mentoria possa variar consoante as necessidades individuais.

Quando/Qual é a frequência?

Frequência: pelo menos uma vez por mês. Preferencialmente, uma reunião regular, com data fixa.

LINKS

úteis

Mantém-te equipado, informado e educado.

Visita o nosso site para encontrares recomendações de vídeos, livros, filmes, artigos e materiais de divulgação (pdfs, revistas, autocolantes). Lê a nossa página "wiki" ou blog e verifica as próximas formações* (completa ou apenas um curso intensivo pró-vida)!

▶ [Formações](#)

▶ [Equipa-te](#)

▶ [Informa-te](#)

Mantém-te em contacto.

Fica a par do que outros grupos estão a fazer ou mantém apenas o contacto com eles. Junta-te aos grupos de WhatsApp:

▶ Updates: [Join group!](#)

▶ Líderes na Europa: [Join group!](#)

* Contacta o teu Coordenador Regional para organizar sessões de formação para o teu grupo. Se sentires que são necessárias formações adicionais ou encontrares tópicos que não abordámos, entra em contacto connosco!

Tens mais

PERGUNTAS?

Questões gerais:

COORDENADORES REGIONAIS

Benjamin Famula (Alemanha, Lituânia)

benjamin.famula@prolifeurope.org

Lucia Bardini (Áustria, Suíça)

lucia.bardini@prolifeurope.org

Pedro Líbano Monteiro (Portugal)

pedro.libanomonteiro@prolifeurope.org

Maria Czernin (todas as outras regiões)

maria.czernin@prolifeurope.org

SHOPIFY da ProLife Europe:

ENCOMENDAR MATERIAIS

Encomenda materiais na nossa página Shopify.

Pede ao teu Coordenador Regional o código promocional para encomendar materiais gratuitos.

► [Merchandising](#)

Perguntas sobre **oficialização de grupos** nas universidades e **formações**:

ADMINISTRAÇÃO

Manuela Steiner

manuela.steiner@prolifeurope.org

Juntos vamos mudar a Europa.



ProLife Europe e.V., VR 201042, é uma ONG registada.

A **ProLife Europe** é uma organização sem fins lucrativos que celebra e **defende a dignidade da vida humana** na Europa, desde a concepção até à morte natural, sem exceções. Podes juntar-te ao nosso movimento ou apoiar-nos financeiramente.

IBAN: DE91 3702 0500 0001 6602 01

 [prolife_europe](#)  +351 912 594 143

 portugal@prolifeurope.org  prolifeurope.org

 Memminger Str. 30, D-89264 Weißenhorn