

# **PLANO DE ATIVIDADES 2019**

## III. PROJETOS NACIONAIS DE INTERVENÇÃO SOCIAL

### III.1 Projetos consolidados

- CASOS DE VIDA**

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	1. Qualidade das respostas sociais.
<b>Justificativa</b>	
<b>Descrição do projeto</b>	“Casos de Vida” é um projeto de apoio a crianças com idades entre os 0 e os 17 anos, portadoras de paralisia cerebral e/ou doenças raras, com o objetivo de encontrar respostas para as necessidades específicas de cada caso por via do acesso a bens e serviços de saúde a fim de melhorar a sua qualidade de vida.

<b>Objetivo geral: Melhorar a qualidade de vida da população-alvo do projeto.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Aumentar as respostas de apoio social e de saúde a novos casos.	<b>Angariar donativos através da divulgação de novos casos no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais.</b>	Nº de donativos angariados	Apoiar 50% dos pedidos solicitados.	Valor de donativos angariados (€)
				Nº de casos apoiados
Permitir o acesso a serviços de saúde de preços elevados.	<b>Subsidiar financeiramente sessões de fisioterapia e terapias especializadas, não comparticipadas ou de difícil comparticipação.</b>	Nº de sessões subsidiadas	Conseguir subsidiar cerca de 50% dos pedidos solicitados.	Registos de faturas pagas
Apoiar a aquisição de medicamentos específicos e não comparticipados.	<b>Integrar a Rede Solidária do Medicamento.</b>	Nº de beneficiários abrangidos	Conseguir apoiar cerca de 50% dos beneficiários.	Registos de faturas pagas
Contribuir para a realização de desejos e sonhos pessoais das crianças.	<b>Estabelecer parceria com instituições que têm como propósito a realização pessoal desta pop. alvo: Terra Sonhos, Make a Wish, entre outras.</b>	Nº de encaminhamentos que se enquadrem no âmbito de ação das instituições parceiras.	100% dos casos encaminhados tenham o seu sonho realizado.	Nº de sonhos realizados

## III.2 Projetos em desenvolvimento

### PROJETO CUIDADORES MÃOS UNIDAS

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	1. Qualidade das respostas sociais.
	2. Abrangência de serviços prestados.
<b>Justificativa</b>	
<b>Descrição do projeto</b>	O Projeto “Cuidadores Mãos Unidas” é um projeto destinado a aumentar as respostas de apoio aos cuidadores informais de crianças e jovens portadores de deficiência e/ou doenças raras, compostos maioritariamente por mães e pais.

<b>Objetivo geral: Melhorar a qualidade de vida dos cuidadores informais.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Capacitar e formar os cuidadores.	<b>Promover encontros informais, de esclarecimento e partilha, entre cuidadores, dinamizados por técnicos da área social e da área da saúde.</b>	Nº de encontros Nº de participantes		
	<b>Realizar encontros de formação para os cuidadores com a participação de especialistas do campo da educação, saúde, psicologia, entre outros.</b>	Nº de encontros Nº de participantes		
Reforçar as competências parentais.	<b>Articular com a Associação Nacional de Cuidadores Informais e outros movimentos de pais cuidadores.</b>			
Aumentar a rede de suporte social dos cuidadores.	<b>Organizar um espaço, supervisionado por técnicos de educação, onde os pais possam deixar as crianças em dias de encontros.</b>	Nº de participantes	Ter uma taxa de adesão superior à dos encontros anteriores.	Folha de presenças
	<b>Dinamizar atividades de convívio entre cuidadores.</b>	Nº de atividades realizadas		

### III.3 Projetos futuros

- **SERVIÇO DE ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO SOCIAL (SAAS)**

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	1. Qualidade das respostas
	2. Abrangência dos serviços prestados
	6. Funcionamento interno
<b>Justificativa</b>	Assegurar o atendimento e o acompanhamento de pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade e exclusão social, bem como de emergência social.
<b>Descrição do projeto</b>	

<b>Objetivo geral 1: Implementar o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS).</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Conferir uniformidade ao apoio social prestado pela Associação.	<b>Elaboração de instrumentos de trabalho</b>	Instrumentos de trabalho.	Uniformização dos procedimentos de trabalho até ao fim do 1º trimestre de 2019.	Processos dos utentes.
Aperfeiçoar o processo de intervenção social.	<b>Reestruturar os métodos de intervenção social e os critérios de atribuição de apoio.</b>	Regulamento de interno do SAAS.	Uniformização dos métodos de intervenção social e dos critérios de atribuição de apoio até ao final do 1º trimestre de 2019.	Processos dos utentes.
	<b>Encaminhar os utentes para instituições que prestem apoios complementares ou mais adequados às suas situações – problema.</b>	Nº de encaminhamentos	Encaminhar 90% dos casos que se enquadrem no âmbito de ação das instituições parceiras.	Processos dos utentes.
Apoiar situações de carácter urgente.	<b>Atribuir produtos alimentares e outros bens de primeira necessidade.</b>	Nº de sinalizações Nº de bens atribuídos	Dar resposta a 75 % dos pedidos solicitados.	Lista de bens doados.
	<b>Estabelecer parceria com a Entreatajuda para doação de bens.</b>	Nº de bens doados	Receber 50% dos bens solicitados.	Lista de bens recebidos.
Assegurar recursos que contribuam para a satisfação das necessidades mínimas.	<b>Realização do protocolo com Banco Alimentar Contra a Fome.</b>	Nº de bens adquiridos	Concretização do protocolo.	Protocolo de parceria.

- UNIDOS NA MISSÃO

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	3. Parcerias
<b>Justificativa</b>	
<b>Descrição do projeto</b>	Pretende-se dar continuidade ao apoio a instituições que desenvolvem projetos sociais já reconhecidos a nível nacional, mas que evidenciam carências financeiras. Deste modo, a Associação não pretende duplicar trabalho, mas reforçar e complementar as boas práticas de instituições que já se encontram no terreno.

<b>Objetivo geral: Melhorar as respostas sociais e de saúde a nível local.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Reforçar e complementar as boas práticas de instituições que já se encontram no terreno.	<b>Apoiar as Irmãs Missionárias da Caridade das casas de Chelas (géneros alimentares e de higiene) e Setúbal (por definir), o Centro Juvenil e Comunitário Padre Amadeu Pinto (verba e géneros alimentares), o Apoio Fraternal da Charneca da Caparica (géneros alimentares), o Apoio Fraternal de S. Francisco Xavier do Monte da Caparica (géneros alimentares) e o Lar de idosos de São João de Areias (verba).</b>	Nº de bens doados.	Que os apoios prestados correspondam a cerca de 80% dos previamente solicitados.	(Apoios solicitados) vs (Apoios prestados)
		Nº de pessoas/famílias abrangidas.		
		Nº de bens doados	Doar 50% dos bens solicitados	Lista de bens doados

## • GRANDES HERÓIS

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	1. Qualidade das respostas sociais.
	2. Abrangência dos serviços prestados.
<b>Justificativa</b>	Apoiar jovens adultos (dos 18 aos 30 anos) portadores de doença mental, deficiência e/ou necessidades especiais, com vista à promoção da sua inclusão.
<b>Descrição do projeto</b>	O Projeto “Grandes Heróis” tem como objetivo apoiar jovens adultos (dos 18 aos 30 anos) portadores de doença mental, deficiência e/ou necessidades especiais, com vista à promoção da sua inclusão.

<b>Objetivo geral 1: Melhorar a qualidade de vida da população-alvo do projeto.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Aumentar as respostas de apoio social e de saúde a novos casos.	<b>Angariar donativos através da divulgação de novos casos no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais.</b>	Nº de donativos angariados	Apoiar 50% dos pedidos solicitados.	Valor de donativos angariados (€)
Permitir o acesso a serviços de saúde de preços elevados.	<b>Subsidiar financeiramente sessões de fisioterapia e terapias especializadas, não comparticipadas ou de difícil comparticipação.</b>	Nº de sessões subsidiadas	Subsidiar cerca de 50% dos pedidos solicitados.	Registos de faturas pagas.
Apoiar a aquisição de medicamentos específicos e não comparticipados.	<b>Integrar a Rede Solidária do Medicamento.</b>	Nº de beneficiários abrangidos	Apoiar cerca de 50% dos beneficiários.	Registos de faturas pagas.

**Objetivo geral 2: Diminuir os indicadores de exclusão social.**

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Aumentar a participação ativa dos jovens adultos.	<b>Efetuar parcerias com entidades desportivas, académicas, profissionais, entre outras, para promover a inclusão da população-alvo.</b>	Nº de parcerias efetivas	Integrar 50% dos jovens nas atividades promovidas pelas instituições parceiras.	Folha de presença
Aumentar os níveis de autorrealização dos jovens adultos.				
Reforçar a autoestima e a autoconfiança dos jovens adultos.	<b>Estabelecer parcerias com instituições vocacionadas para o apoio deste grupo alvo, com vista a colaborarem no desenho de soluções integradas de acompanhamento dos percursos de orientação, formação e inserção no mercado de trabalho.</b>			
Sensibilizar instituições e empresas para a inclusão social.				

- **DIFERENÇAS UNIDAS**

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	1. Qualidade das respostas sociais.
<b>Justificativa</b>	Colmatar a escassez de respostas especializadas na área da intervenção precoce e da educação especial, nomeadamente em contexto escolar.
<b>Descrição do projeto</b>	

<b>Objetivo geral: Colmatar a escassez de respostas especializadas.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Desenvolver respostas especializadas na intervenção precoce em contexto escolar	<b>Intervir no domínio da Terapia da Fala: rastreios, diagnóstico e acompanhamento.</b>	Nº de utentes		
	<b>Intervir no domínio da intervenção precoce: rastreio, diagnóstico e acompanhamento de crianças dos 0-5 anos.</b>			
Desenvolver respostas especializadas na área da educação especial em contexto escolar	<b>Intervir no domínio das necessidades educativas especiais: rastreio, diagnóstico e acompanhamento de crianças dos 6-12 anos.</b>			
	<b>Estabelecer articulação com creches, jardins de infância e escolas de 1º Ciclo de Ensino Básico, disponibilizando professora de ensino especial para completar o apoio deficitário nesta área.</b>			



- AJUDAS TÉCNICAS

Eixo estratégico 18/20	1. Qualidade das respostas sociais.
	2. Parcerias.
Justificativa	
Descrição do projeto	

Objetivo geral: Melhorar a qualidade de vida da população-alvo.				
Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Permitir o acesso a ajudas técnicas com preços elevados.	<b>Estabelecer parcerias com empresas especializadas na venda de ajudas técnicas de modo a adquirir equipamentos a preços mais reduzidos.</b>	Nº de parcerias efetivos.	Adquirir 80% dos pedidos solicitados.	Registo das faturas pagas
	<b>Angariar donativos através de divulgação no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais.</b>	Nº de donativos angariados.	Apoiar 50% dos pedidos solicitados.	Valor dos donativos (€)

- **CAFÉ MÃOS UNIDAS**

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	
<b>Justificativa</b>	
<b>Descrição do projeto</b>	O Café Mãos Unidas é um Projeto Piloto que pretende combater o isolamento e solidão das pessoas com mais de 60 anos dos concelhos de Carregal do Sal e Santa Comba Dão e efetuar atividades de estimulação cognitiva, atividades manuais e promover a interação e a construção de relações interpessoais entre a população em geral.

### Objetivo geral 1: Combater o Isolamento social

Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Promover situações de convívio entre os idosos.	<b>Organização de um encontro semanal.</b>	N.º de participantes	10 participantes por cada encontro.	Ficha de assiduidade

### Objetivo geral: Promover o Envelhecimento Ativo

Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Promover o bem-estar dos idosos e a qualidade de vida nos idosos.	<b>Atividades de Estimulação cognitiva: memória, funções executivas, motricidade, espaço e tempo...</b>	N.º de participantes	10 participantes por cada atividade desenvolvida.	Ficha de assiduidade
Promoção da saúde mental, especificamente nas funções vitais.				
Valorizar o potencial da participação das pessoas idosas.	<b>Participar ativamente em atividades da associação.</b>	% de idosos que participam nos eventos da Associação	50% de participação nos eventos	N.º eventos versus N.º de participantes

- **LOJA SOCIAL**

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	
<b>Justificativa</b>	
<b>Descrição do projeto</b>	<p>A Loja Social surge como uma nova resposta social, com o objetivo de suprir as necessidades imediatas de famílias carenciadas. Face à situação social dos Concelhos, nomeadamente após a calamidade que os assolou em outubro de 2017, as doações aumentaram exponencialmente tornando-se imperativo o escoamento destes bens.</p> <p>A Loja Social funcionará com duas vertentes de ação:</p> <p>A) Doação de bens a pessoas comprovadamente carenciadas com o objetivo de promover a sua autoestima, trabalhar a sua imagem e diminuir as assimetrias sociais;</p> <p>B) Venda de bens de forma a reciclar roupas e concomitantemente angariar receitas que promovam a sustentabilidade dos Polos.</p>

<b>Objetivo geral 1: Promover a Sustentabilidade dos Polos</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Captar receitas através da aquisição de bens de primeira necessidade a custos reduzidos	<b>Venda de bens</b>	Nº de vendas	Receita Média mensal de 100€	Folha de caixa
Angariar fontes de receita	<b>Angariar bens diversificados</b>	Nº de doações	10 doações mensais	Inventário de entradas

<b>Objetivo geral 2: Disponibilizar Bens de Primeira Necessidade</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Atribuição de bens gratuitamente a pessoas economicamente desfavorecidas	<b>Doação gratuita de bens</b>	Nº de doações	5 doações mensais	Inventário de saídas de bens doados

## V. CAMPANHAS

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	5. Comunicação, informação e imagem
<b>Justificativa</b>	No ano de 2019 irão realizar-se campanhas alusivas ao objeto social da Associação nomeadamente, as doenças endémicas. Assim propõem-se os seguintes dias: <b>Dia Mundial dos Leprosos</b> (27 de janeiro), <b>Dia Mundial da Luta contra a Tuberculose</b> (24 de março), <b>Dia Mundial da Luta contra a Malária</b> (25 de abril), <b>Dia Mundial do Combate à Hepatite</b> (28 de julho), <b>Dia Mundial do Pobre</b> (17 de novembro), <b>Dia Mundial da Luta contra a SIDA</b> (1 de dezembro) e <b>Dia Nacional da Pessoa com Deficiência</b> (9 de dezembro). Realizar-se-ão também o <b>Banco de Medicamentos</b> , <b>Banco de Leite</b> e a <b>Consignação dos 0,5% do IRS</b> . O desenvolvimento destas campanhas tem como objetivo alertar para problemáticas e situações, para as respetivas causas e para a possibilidade de alternativas mais justas, equitativas e solidárias, despertando questionamentos, reflexões e vontade de conhecer e aprender mais e agir em coerência (Estratégia Nacional de Educação para o Desenvolvimento 2010-2015).

<b>Objetivo geral 1: Promoção da literacia em saúde a nível nacional.</b>				
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Promover o acesso à informação de uma forma clara.	<b>Elaboração de cartazes de sensibilização e respetiva divulgação no jornal, site e redes sociais da Associação.</b>	Nº de publicações (jornal, site e redes sociais)	10% da população atingida interaja com a Associação a partir de um dos meios de comunicação (carta, telefone, e-mail ou redes sociais).	Nº de interações via correio, telefone, e-mail e redes sociais
Promover a tomada de decisões sobre cuidados de saúde, prevenção de doenças e de promoção de um estilo de vida saudável.	<b>Divulgação das campanhas junto de outras entidades tais como, hospitais, clínicas, centros de saúde, escolas e IPSS's de referência na área da campanha.</b>	Nº de entidades envolvidas	100 000 pessoas leiam a informação divulgada no cartaz.	Nº de cartazes distribuídos
Desenvolvimento de competências cognitivas e sociais.	<b>Realização de ações de sensibilização nas escolas em parceria com outras entidades de referência na área das campanhas.</b>	Nº de ações de sensibilização	Participação de 100% dos alunos das turmas abrangidas pelas ações.	Folha de presenças

**Objetivo geral 2: Promover a sustentabilidade financeira da Associação.**

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
Captação de donativos.	<b>Angariação de donativos para apoiar projetos/iniciativas propostas no âmbito das campanhas, através dos meios de comunicação da Associação.</b>	Nº de donativos	Angariação de um valor médio de 400€ em donativos por campanha.	Valor total de donativos (€)
Captação de receitas para apoiar projetos no âmbito das campanhas.	<b>Consignação dos 0.5% do IRS junto de empresas como escritórios de contabilidade, entre outras.</b>	Nº de consignações	Angariação de 20 000€ em consignações	Valor total de consignações (€)
Angariação de bens para apoiar projetos no âmbito das campanhas.	<b>Participação no Banco Farmacêutico.</b>	Nº de farmácias	Angariação de 300 medicamentos.	Nº de medicamentos angariados
	<b>Realização de campanhas de recolha de leite em supermercados, escolas e empresas.</b>	Nº de instituições	Angariação de uma média de 100 embalagens de leite por recolha.	Nº de embalagens de leite

## VI. EVENTOS

### VI.1 EVENTOS COMEMORATIVOS

<b>Eixo estratégico 18/20</b>	3. Parcerias
	4. Sustentabilidade financeira
	5. Comunicação, informação e imagem
<b>Justificativa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Criar novas parcerias de modo a promover ações e projetos associativos, bem como angariar novos parceiros para as mesmas.</li> <li>- Através das vendas de material vendável, e angariação de novos donativos, captar verbas para projetos e iniciativas sociais, em prol de quem mais necessita.</li> <li>- Promoção de ações e projetos da associação através de divulgação de cartazes, flyers e/ou novas campanhas no site, redes sociais, jornal e junto de instituições parceiras. mais necessita.</li> </ul>

<b>Objetivo geral 1</b>	<b>Promover a visibilidade da Associação.</b>
<b>Objetivos específicos</b>	Realização do Arraial Solidário junto de colaboradores, associados, utentes e instituições parceiras.
	Criação de um elo de proximidade entre colaboradores, associados, utentes e instituições parceiras.
	Trabalhar em parceria com outras entidades de carácter social da freguesia da Charneca da Caparica e Sobreda.
	Mobilizar os colaboradores, associados, utentes das várias instituições participantes.

Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
<b>Arraial solidário na Igreja de Nossa Sr.ª da Rosa da Charneca da Caparica.</b>	Nº de parceiros	100% das entidades contactadas se associem à Associação.	Nº de convites vs Nº de confirmações
	Nº de participantes	300 pessoas participem no Arraial.	Nº de pulseiras distribuídas à entrada.
<b>Concerto solidário.</b>	Nº de parceiros	100% das entidades contactadas se associem à Associação.	Nº de convites vs Nº de confirmações
	Nº de espectadores	300 pessoas assistam ao concerto.	Nº de bilhetes vendidos

<b>Objetivo geral 2</b>	<b>Promover a sustentabilidade financeira da Associação.</b>
<b>Objetivos específicos</b>	Promover a captação de receitas.
	Promover a angariação de donativos e bens.

<b>Atividades previstas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Avaliação</b>
<b>Venda de refeições e bebidas.</b>	Nº de refeições vendidas	300 refeições vendidas.	Folha de caixa.
	Nº de bebidas vendidas	300 bebidas vendidas.	
<b>Venda de material vendável da Associação.</b>	Nº de artigos vendidos	50 artigos vendidos.	Folha de caixa.
<b>Disponibilização de mealheiros e caixas para a recolha de bens alimentares ou o valor em dinheiro correspondente.</b>	Valor angariado (€)	150 €	Folha de donativos.
	Nº de bens angariados	150 bens	Inventário de bens.

## VI.2 EVENTOS COMEMORATIVOS DOS 20 ANOS

### Objetivo geral 1: Promover a visibilidade da Associação.

Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Realização de uma corrida solidária junto de colaboradores, associados, utentes e instituições parceiras.	<b>Corrida solidária</b>	Nº de inscrições	100 participantes	Nº de vendas de dorsais
Realização de um concerto solidário junto de colaboradores, associados, utentes e instituições parceiras.	<b>Concerto comemorativo dos 20 anos</b>	Nº de espectadores	300 pessoas assistam ao concerto	Nº de bilhetes vendidos

### Objetivo geral 2: Promover a sustentabilidade financeira da Associação.

Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Promover a captação de receitas.	<b>Venda de refeições e bebidas.</b>	Nº refeições vendidas	300 refeições vendidas.	Folha de caixa.
		Nº bebidas vendidas	300 bebidas vendidas.	
	<b>Venda de material vendável da Associação.</b>	Nº de artigos vendidos	50 artigos vendidos.	Folha de caixa.
Promover a angariação de donativos e bens.	<b>Disponibilização de mealheiros e caixas para a recolha de bens alimentares ou o valor em dinheiro correspondente.</b>	Valor angariado (€)	150 €	Folha de donativos.
		Nº de bens angariados	150 bens	Inventário de bens.



## VIII. COMUNICAÇÃO E IMAGEM

### VIII.1 JORNAL

Eixo estratégico 18/20	3. Parcerias
	5. Comunicação, informação e imagem
Justificativa	
Descrição	

#### Objetivo geral 1: Dar visibilidade ao trabalho feito pela Associação.

Objetivos específicos	Atividades previstas	Indicadores	Resultados esperados	Avaliação
Captar público mais jovem	Agenda cultural			
	Distribuição do jornal junto das associações de estudantes de universidades da zona de Lisboa e Setúbal			
	Redistribuição dos conteúdos abordados no caderno jovem do jornal			
Dinamização dos conteúdos abordados do jornal				

