

NOTA PRÉVIA

No cumprimento da Lei e dos Estatutos, a Associação Coração Amarelo (ACA) apresenta e submete à apreciação e votação das/os Associadas/os os Programas de Ação e Orçamentos para 2020, da Direção Nacional e das Direções das Delegações de Cacém, Cascais, Lisboa, Oeiras, Porto, Porto de Mós e Sintra, bem como o parecer do Conselho Fiscal.

Este modelo de apresentação permite uma visualização uniforme da atuação da Associação, individualizando as atuações específicas de cada uma das Delegações.

A Direção Nacional

Associação Coração Amarelo
Rua Guilherme de Azevedo, nº 8 - r/c Dto
1700-221 Lisboa

ACTA NÚMERO CINQUENTA E UM

No dia 26 de Novembro de 2019, pelas dez horas e trinta minutos, na sede da Associação Coração-----

Amarelo (ACA) sita na Rua Guilherme de Azevedo, nº 8 r/c Dto em Lisboa, reuniu o Conselho Fiscal da mesma Associação.----

A ordem de trabalhos teve como ponto único a "Análise dos Orçamentos e Programas de Acção da ACA relativas ao ano de 2020";-----

Iniciados os trabalhos, o Conselho Fiscal fez uma análise exaustiva dos documentos apresentados pela Direcção Nacional e pelas Delegações.-----

Como resultado deste trabalho, o Conselho Fiscal emitiu o seguinte parecer:-----

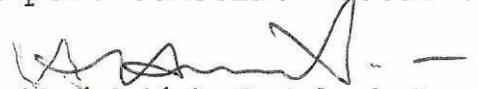
1-Os Programas de Acção apresentados pela Direcção Nacional, bem como pelas Delegações, devem ser aprovados.-----

2-Os Orçamentos apresentados pela Direcção Nacional, bem como pelas Delegações, devem ser aprovados na generalidade, com a nota referida no ponto 3. seguinte.-----

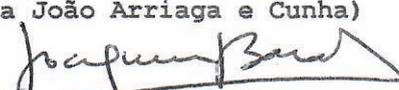
3-A proposta de orçamento da Delegação de Lisboa apresenta um desequilíbrio orçamental muito significativo tendo em conta as receitas nele consideradas, pelo que a execução orçamental desta Delegação deverá ser monitorizada de forma a preservar uma adequada autonomia financeira.-----

Nada mais havendo a tratar foram encerrados os trabalhos.---

Para constar, foi elaborada a presente acta que vai ser assinada pelo Conselho Fiscal da ACA.-----


 Presidente (José António Portela de Heredia)


 Vogal (Maria João Arriaga e Cunha)


 Vogal (Joaquim Nunes Barata)



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Direcção Nacional

PROGRAMA DE ACÇÃO e ORÇAMENTO PARA 2020

DA

DIRECÇÃO NACIONAL

I. PA - Programa de acção

1. Introdução

2. Objectivos

3. Acções previstas para 2020 :

3.1 Acções de gestão

3.2 Acções de divulgação

3.3 Contactos periódicos com Delegações

3.4 Acções na Área da Formação

3.5 Candidatura a Projetos

4. Colaboração com outras entidades

5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração

6. Projectos – Eventos de divulgação - Angariação de Receitas

7. Acções de monitorização e avaliação

II. OR – Orçamento (em anexo próprio)

1. OR ACA 'consolidado' (em Anexo I deste PA)

2. OR específico DN (em Anexo II deste PA)

PROGRAMA DE ACÇÃO E ORÇAMENTO PARA 2020

DIRECÇÃO NACIONAL

No cumprimento da Lei e dos Estatutos, a Associação Coração Amarelo (ACA) apresenta e submete à apreciação e votação dos Associados o seu Programa de Acção-PA e Orçamento-OR para 2020, bem como o parecer do Conselho Fiscal.

1. Introdução

O PA & OR é organizado com base nos PA & OR individualizados, tanto da Direcção Nacional, quanto das Direcções das Delegações - Cacém, Cascais, Lisboa, Oeiras, Porto, Porto de Mós e Sintra o que permite uma visualização homogénea e individualizada da actuação da Associação.

2. Objectivos:

- Melhorar a estrutura e o funcionamento da DN, continuando de forma consistente a implementar o modelo de governo e estratégia de actuação.
- Dar especial atenção à comunicação, externa e interna, e ao fortalecimento dos laços no seio da ACA [com vista à maior integração num só *corpo*].
- Empreender a angariação de financiamento, quanto possível com carácter regular, dinamizando a gestão de Associados, Doadores e Beneméritos.
- Em cooperação com as Delegações, apoiar projectos ou acções de promoção da ACA junto das comunidades onde se encontre implantada, identificando e melhorando os serviços que presta.
- Criar e reforçar parcerias, protocolos e acordos que se mostrem com interesse para a realização da missão da ACA.
- Melhorar a qualificação do apoio prestado aos Utentes através da formação de voluntários.
- Promover, em cooperação com as Delegações, o lançamento de campanhas de angariação de novos Associados e Voluntários.
- Procurar na comunidade, entidades singulares ou coletivas, que estejam dispostas a prestar o seu apoio ou colaboração, quer em regime de pro-bono, quer para a obtenção de outros benefícios.
- Apoiar a criação de novas estruturas da ACA sempre que surjam iniciativas para as respostas sociais que fundamentam a sua missão.
- Dinamizar quer em conjunto com as delegações quer com entidades parceiras, o estudo e debate de questões relativas a: envelhecimento, solidão e isolamento, voluntariado e formas de intervenção junto da comunidade.
- Criar e reforçar 'sinergias' na contratação e utilização de recursos e instalações da ACA. utilização dos recursos e instalações da ACA.

3. Acções previstas para 2020

3.1. Acções de gestão

- Levar a cabo a actualização dos documentos internos da ACA, no exercício das suas competências estatutárias e legais, nomeadamente, Estatutos, Regulamentos, Delegação de competências, Manuais do Voluntário, do Utente e Folhetos.
- Assegurar a actualização regular do Site da ACA em colaboração com as Delegações.
- Prosseguir e monitorar a aplicação do sistema SGDon em toda a estrutura da ACA, para facilitar os processos de gestão.
- Monitorar a aplicação em toda a estrutura da ACA dos procedimentos já definidos em matéria do RGPD, a utilização das novas contas e-mail e dos dispositivos em que estarão configuradas.
- Manter as entidades públicas, privadas ou da área social, que apoiam regularmente a ACA.
- Reforçar a ligação à UDIPSS, outras IPSS e entidades.
- Apoiar o desenvolvimento de Delegações.
- Comemoração dos 20 anos da ACA.
- Criação de Conselho Consultivo.

3.2. Acções de divulgação

- Definir uma estratégia de comunicação e de imagem da ACA:

3.3. Contactos periódicos com Delegações e outras entidades

- Realizar as reuniões gerais/encontros de reflexão com as Direcções das Delegações.
- Convidar, em regime rotativo, representante de cada Delegação a integrar as reuniões ordinárias da DN, prevendo-se uma delegação por mês.

3.4. Acções na Área da Formação

- Definir um procedimento homogéneo na ACA sobre a formação de Voluntários.
- Auscultar regularmente as Delegações no que se refere à formação inicial dos candidatos a Voluntários, apoiando o planeamento, execução e avaliação das acções e se necessário, o recrutamento de formadores especializados.
- Promover e colaborar em acções de formação de outras entidades de acordo com a filosofia da sua actuação, por ex: bancos de voluntariado, escolas, academias seniores, autarquias e outras, em território nacional e, havendo disponibilidade de recursos, no estrangeiro.

3.5. Candidaturas a Projetos

- Candidatura a vários projetos da área social (ex.: carácter digital, corridas, interação da vizinhança, etc...)

4. Colaboração com outras entidades

- A DN procurará garantir a sua presença nas actividades que divulguem e prestigiem a Associação, sobretudo as que, entre outras, tratem da problemática da solidão e

isolamento das pessoas idosas, levadas ao cabo no âmbito, nomeadamente, de congressos, jornadas de reflexão, seminários temáticos e outros.

- A DN procurará garantir a sua presença também em eventos apresentados por entidades tais como estruturas de educação e ensino a vários níveis, desde os Jardins de infância às Universidades, que propiciem a sensibilização para a missão da ACA.
- Do mesmo modo, em eventos realizados pelas entidades que integram a “Plataforma Saúde em Diálogo”.

5. Protocolos, parcerias e acordos de colaboração

- Reforçar os Protocolos/Parcerias e Acordos em curso, bem como procurar estabelecer outros que se mostrem importantes e possam melhorar o seu desempenho.
- Protocolos/Parcerias e Acordos em curso e com continuidade em 2020:
 - Protocolo com o “Cartão Solidário;
 - Parceria com o grupo José de Mello (bolsa de voluntariado para a ACA, além de apoios financeiros de empresas do grupo, nomeadamente da Brisa);
 - Acordo com a “Cenas a Pedal” que nos permita alargar o programa de passeios, junto ao Tejo, usando as bicicletas patrocinadas pelo BPI ao abrigo do “Prémio BPI Seniores”;
 - Protocolo com a Plataforma Saúde em Diálogo;
 - Diversas parcerias que, periodicamente, oferecem à ACA, bens de primeira necessidade ou outros, que são distribuídos pelas Delegações;
 - Apoiar as parcerias acordadas pelas Delegações, com reconhecido impacto regional ou local.

6. Acções de divulgação e criação de receitas

A DN continuará a procurar novas fontes e métodos de financiamento a fim de garantir o suporte financeiro que cubra as suas necessidades para apoio a projetos

+considerados nas Delegações.

- Através da participação em candidaturas ou projectos, para o que procurará informação sobre entidades que criem candidaturas e/ou programas que visem subsidiar ou premiar projectos na área social, promovendo a candidatura da ACA - salientando a diferenciação da sua missão na comunidade;
- Pela organização de actividades de índole diversa susceptíveis de gerar recursos financeiros, imediatos ou futuros, tais como: eventos sociais musicais ou gastronómicos; promoções especiais; apelos a donativos através dos contactos pessoais e outros;
- Mediante campanhas de angariação de novos associados;
- Procurando novos Protocolos/Parcerias e quanto possível expandir os existentes, vocacionados para a angariação de receitas com carácter de regularidade.

7. Acções de monitorização e avaliação



Direcção Nacional

A DN avaliará regularmente a sua actuação e a das Delegações, traduzindo os respectivos resultados em relatórios, apresentados a quem de direito, no cumprimento da legislação, dos estatutos, dos regulamentos internos ou dos acordos e protocolos que vinculam a Associação.

Lisboa, 7 de Novembro de 2019

A Direcção Nacional da ACA

Orçamento para 2020 da Direcção Nacional

Custos/Despesas

	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal – remunerações, honorários, subsídios de refeição, diuturnidades e impostos	8.400 €	8400 €
2. Fornecimentos e serviços externos		
- Água	360 €	12.560 € €
- Electricidade	660 €	
- Correio	200 €	
- Telefone e Internet	480 €	
- Material de escritório/consumíveis/expediente e higiene	3.360 €	
- Artigos para oferta e divulgação/merchandising	900 €	
- Produção de folhetos	150 €	
- Manutenção do Site	900 €	
- Serviços especializados	5.400 €	
- Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão	150 €	
3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	3.000 €	3.000 €
4. Seguros	840 €	840 €
5. Rendas das instalações	2.550 €	2.550 €
6. Apoio a atividades das Delegações e C.l's	2.100 €	2.100 €
7. Custos com Ações de Formação	1.200 €	1.200 €
8. Organização de eventos de índole social ou cultural	8.400 €	8.400 €
9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais	600€	600 €
10. Diversos (v.g. Quotas em organismos afins, apoios, incl. donativos a ONG/IPSS; Assembleias Gerais/DN)	600 € €	600 €
11. Outras despesas e imprevistos (rubrica residual)	1.300 €	1300 €
TOTAL	41.550 € €	41.550 €

Proveitos/Receitas

	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:	-----	-----
- Eventos de índole social ou cultural	10.000 €	10.000 €
1.2. Vendas:		
- Artigos de divulgação/merchandising (livros e outros art)	1.900 €	1.900 €
2. Quotas	-----	-----
3. Donativos	13.000 €	13.000 €
4 – Subsídios e Apoios Institucionais	16.000 €	16.000 €
5 – Receitas Diversas (discriminar se relevante)	600 €	600 €
TOTAL	41.500 €	41.500 €
Saldo	50 €	50 €
Proveitos/Receitas - Custos/Despesas		

Pela Direcção Nacional



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação do Cacém

PROGRAMA DE AÇÃO e ORÇAMENTO 2020

DA

Delegação do Cacém

PA – Programa de ação

1. Introdução

2. Objetivos gerais do Plano de Atividades

3. Atividades previstas para 2020

3.1. Atividades de gestão

3.2. Atividades de divulgação

3.3. Contactos periódicos com a Direção Nacional e de Delegações e Comissões Instaladoras

3.4. Atividades na Área da Formação

4. Colaboração com outras Entidades

5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração

6. Atividades de monitorização e avaliação

7. Projetos – Eventos de divulgação e criação de receitas

I. Orçamento

Programa de Ação e ORÇAMENTO 2020

Da Delegação do Cacém

PA – Programa de Ação

1. – Introdução

Cumprindo o que estatutariamente está estabelecido, cumpre-nos apresentar o Plano de Ação que se pretende para 2020. O documento indica objetivos de continuidade resultantes do próprio objeto social da Instituição, de outros que não perdem a atualidade e outros ainda que nos demonstram, pela vivência do dia a dia, que o apoio aos mais Idosos tem que ser muito mais abrangente.

As atribuições e competências e a definição de estratégias com vista à concretização dos nossos objetivos devem estar sempre presentes, nesse sentido este documento é um instrumento de trabalho e de orientação priorizando por fases e em tempos determinados, os resultados que queremos e nos propomos atingir.

Para tal a nossa organização, tem que estar dotada dos meios indispensáveis para os fins em vista, recursos humanos, materiais, financeiros e estruturais de forma a poder responder aos diferentes níveis de exigência do nosso público-alvo. O fortalecimento do voluntariado, o compromisso, na medida do possível, nos apoios que nos solicitam, uma cada vez maior divulgação da Instituição e a necessidade já equacionada de um novo espaço para a delegação, entretanto em fase de concretização, são essenciais e devem constituir uma marca de qualidade e sustentabilidade da nossa delegação.

Outras respostas a outros níveis complementam o apoio aos mais idosos e nesse sentido é indispensável, o reforço e fortalecimento da nossa participação e partilha com as demais entidades públicas e privadas na tomada efetiva de decisões, não só da rede local mas em todos os locais em que aos mais idosos dizem respeito.

Em resumo, trata-se naturalmente de um documento revelador de um conjunto de intenções, mas que não deixa de ser um instrumento orientador e de compromisso para o próximo exercício.

2. Objetivos gerais do programa de ação.

Prestar os apoios necessários à população que vive em Isolamento e/ou Solidão, particularmente os mais Idosos e carenciados, atribuindo a cada um dos nossos beneficiários um ou mais voluntários, para visitas no seu domicílio, no acompanhamento ao exterior, em deslocações a diferentes organismos públicos e privados. Estreito e constante relacionamento com os familiares dos nossos beneficiários. Prestação de serviços de natureza social, individualmente ou aos agregados familiares, em todas as suas necessidades, por intermédio da Dra. Isabel Gomes, nossa voluntária e responsável pela área social. Fornecimento tendencialmente gratuito de equipamentos de incontinência (cueca, fralda, resguardos, toalhete e gel de banho), ajudas técnicas (camas canadianas e bengalas).

Recrutamento de candidatos a voluntários, efetuado pelos meios de comunicação internos, através dos nossos parceiros ou por candidatura espontânea. Formação inicial de candidatos a voluntários. Outras formações no âmbito da Instituição ou externamente, terão lugar à medida das disponibilidades dos voluntários. De acordo com a lei a cada voluntário é concedido um seguro de vida durante o período que exerce o seu voluntariado. A valorização pessoal para os nossos voluntários é uma obrigação da Instituição e uma manifestação de gratidão para com todos eles.

Os meios financeiros para cumprimento dos objetivos, compromissos, da delegação resultam do valor das quotas, dos donativos e dos apoios públicos e privados, particularmente da Câmara Municipal de Sintra, através da apresentação do projeto PAFI - Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem fins Lucrativos Promotoras do Desenvolvimento Social e de Saúde no Concelho de Sintra e dos apoios ao associativismo promovidos pelas Uniões de Freguesia da Cidade de Aqualva-Cacém.

Referida no plano para 2019, a existência de novas instalações, tal não foi possível concretizar, mas vai acontecer em 2020 e nesse sentido tudo o que referimos como fundamental para a prossecução dos nossos objetivos, crescimento da delegação, concentração num único espaço dos serviços, administrativos, de acondicionamento e guarda de ajudas técnicas e bens da associação, espaço para reuniões, convívio, lazer, atividades de formação e informação dos beneficiários, voluntários e associados, espera-se, que seja uma realidade.

Acresce que o espaço, situado numa zona comercial do mercado do Cacém e em piso superior à loja do Cidadão do Cacém, trará certamente uma maior visibilidade da Instituição e poderá trazer outros benefícios para além dos que atrás indicamos.

No entanto, nem tudo é vantajoso. Este espaço resulta de um protocolo de cedência do mesmo a título oneroso, com uma renda mensal de 100,00€/mês, mais os custos decorrentes dos consumos de água, luz e seguros que possam existir. Pensamos poder cumprir os compromissos que vamos assumir, para isso contamos com a própria autarquia que nos permite o acesso a financiamentos para o arrendamento, através de apresentação de projetos, do apoio das Uniões de Freguesia, da angariação de verbas fidelizadas anualmente através da responsabilidade social de algum tecido empresarial, de realizações de lazer diversificados, da eventual proposta de atualização das quotas e de um eventual apoio financeira que esperamos receber da Direção Nacional.

Ainda como consequência desta alteração, pensamos também que toda a dinâmica empreendida, trará um maior e melhor conhecimento da Instituição, do seu objeto social, o reforço da sua divulgação no exterior e a possibilidade de criação de mais receita, sempre no sentido de melhorar os apoios aos nossos Beneficiários.

3. Atividades previstas para 2020

3.1. Atividades de gestão

Planificação, organização, orientação e coordenação, de forma a obter os melhores resultados de rentabilização, dos meios humanos, materiais, financeiros e estruturais.

Estabelecer contactos com as entidades públicas e privadas com intervenção na nossa área de apoio de forma a criar partilha de informação que possa identificar quem vive em Isolamento e/ou Solidão, e que carece dos nossos serviços.

Fomentar laços de fortalecimento e amizade com os familiares dos nossos beneficiários, relembrando a sua responsabilidade no papel que desempenham no apoio aos seus.

Desenvolver ações tendentes ao recrutamento de candidatos a Voluntários, utilizando os nossos próprios meios de divulgação, incluindo as parcerias existentes e outras que possamos vir a estabelecer.

Gerir a área financeira, efetuando os respetivos registos de caixa e banco, registando-os, controlando os saldos e enviar para a contabilidade mensalmente, conforme determinado. Elaborar as Contas e Orçamentos nas respetivas datas, enviando-as para a Direção Nacional.

Promover formas de angariação de fundos, para fazer face ao equilíbrio financeiro da delegação que se quer em cada ano, aproveitando o sistema em vias de implementação SGDON, promovido pela Direção Nacional.

Criar condições para fortalecer e cimentar as relações ao nível do Órgão de cúpula – Direção Nacional, Delegações, Entidades Públicas e Privadas.

Divulgar a instituição, o papel que desempenha, sensibilizando as pessoas para a necessidade de se fazerem sócias e ajudarem com a sua quota.

Realizar atividades de lazer sempre que possível, promovendo a solicitando a participação de todos na sua organização.

Dedicar particular atenção a todos os documentos de natureza pessoal de que dispomos, mantendo-os em sigilo absoluto, dando assim cumprimento ao que está estabelecido no RGPD.

Tratar da área informática, dando seguimento logo que possível a qualquer assunto que nos chegue, mantendo todos os equipamentos em bom estado de utilização e conservação.

Tratar de toda a parte documental, mantendo-a registada, atualizada arquivada e em bom estado de utilização e conservação. Elaborar o Relatório e Plano de Atividades (Ação), enviando-os para a Direção Nacional.

Inventariar os bens da delegação, mantendo-os operacionais e em bom estado de conservação.

Cuidar do estado de conservação das instalações.

3.2. Atividades de divulgação

A Atividade de divulgação é uma preocupação constante. Nela se espelha a vida de toda a Instituição, incluindo naturalmente a delegação do Cacém. Os meios

informáticos ao nosso alcance já nos dão alguma informação quanto à visualização da Instituição, pelo menos na nossa zona de intervenção. É importante que

continuemos a encontrar outras formas de promoção e divulgação da Instituição, designadamente nas redes sociais e nesse sentido a realização de vários encontros sob diferentes formas é uma das necessidades. A Direção Nacional pode aprofundar esta temática, começando por realizar anualmente um encontro das suas delegações. Com os nossos poucos recursos financeiros e vamos tentar chegar mais longe. Procuraremos o contacto com o tecido empresarial, no sentido de nos darmos a conhecer e daí tirar alguns dividendos. A Aplicação do SGDON – Sistema de Gestão de Donativos, pretende ser uma ferramenta importante para a obtenção de tal desiderato.

As atividades de lazer, os passeios, as visitas a tantos locais que tanto são do agrado dos nossos Idosos, são para continuar, tanto mais que se trata de uma forma de minimizar a solidão e o Isolamento e fazer com que estes nossos concidadãos saiam de casa, conheçam novas paragens, novas realidades e novas gentes.

3.3. Contacto com a Direção Nacional e Direções das Delegações e Comissões Instaladoras.

Apesar de constar do nosso Plano de 2019 estes contactos que se consideram muito importantes, com ganhos para as partes, não se concretizaram. cremos que alguma vez terá que acontecer e neste exercício prevemos a sua realização.

A partilha de informação entre delegações, quer ao nível do acompanhamento dos nossos idosos, alguns com especificidades muito próprias, quer ao nível da missão dos voluntários, quer nos aspetos da coordenação destes e das suas reuniões periódicas, pode ser um contributo relevante para melhorar a nossa intervenção com os beneficiários.

3.4. Atividades na Área da Formação

Vamos continuar a usufruir da parceria que temos com o Banco Local de Voluntariado da Câmara Municipal de Sintra, para a primeira Ação de Formação

(Capacitação), designada como formação inicial, que tem como objetivo: Dar a conhecer o que é o Banco Local, Metodologia Código, Ética do Voluntário e Direitos e deveres do Voluntário. Para 2020 temos informação de que se prevê um aumento do número daquelas ações de formação.

Relativamente às formações específicas da nossa Instituição gostaríamos de ver realizada no próximo ano, pelo menos uma, para os voluntários que ainda não a fizeram e para aqueles que pretendam reciclar os seus conhecimentos.

Outras formações que a direção da delegação entenda como úteis e sirvam os nossos objetivos, analisada a vertente financeira, serão objeto da consequente decisão.

4. Colaboração com outras Entidades

Relativamente ao ano de 2019 regista-se a inclusão como nosso colaborador do Fernando Fonseca, Amadora (como nosso parceiro) fruto da presença da nossa voluntária Dr.^a Isabel Gomes, que em muitos e variados casos tem contribuído para encontrar as soluções possíveis, umas simples outras de maior complexidade. Identificam-se abaixo, todas elas, que vão da segurança, à saúde, passando pelo socorro, apoios sociais e alimentares:

- Segurança Social;
- Centros de Saúde;
- Proteção Civil;
- P.S.P. – Esquadra do Cacém;
- Bombeiros Voluntários de Agualva-Cacém;
- Delta Cafés;
- Resiquímica;
- Paróquia de Agualva (Igreja de Santa Maria);
- Hospital Fernando Fonseca (Hospital Amadora/Sintra).

5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração.

Mantêm-se os Protocolos, Parcerias e Acordos, referidos no ano anterior:

- Câmara Municipal de Sintra – Apoio logístico na formação inicial de Voluntários, candidatura ao PAFI – Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem fins Lucrativos Promotoras do Desenvolvimento Social e de Saúde no Concelho de Sintra, e a Programas intergeracionais;
- Participação no CLAS;
- Participação em grupos de trabalho no âmbito do Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo;
- União das Freguesias de Cacém e São Marcos e Agualva e Mira Sintra, nos programas ao associativismo e Subsídios pontuais;
- União das Freguesias de Agualva e Mira Sintra, com representação da nossa Instituição na Rede Social, concretamente na CAIF – Comissão de Acompanhamento Integrado às Famílias, e outros apoios de natureza técnica, concretamente através da nossa técnica da Dra. Isabel Gomes.
- CECD – Projeto “ACOMPANHARTE”, (Cedência de Voluntários para apoio a Idosos integrados e referenciados por esta Insituição);
- Academia Sénior da ARPIAC – Associação de Reformados Pensionistas e Idosos de Agualva-Cacém;
- Associação de Alzheimer de Portugal, Projeto “Cuidar Melhor”. Voluntários da nossa instituição formados por esta entidade, para apoiarem especificamente utentes com esta patologia;
- ASA – Grupo de Apoio aos Sem Abrigo, em regime de parceria entre voluntários;
- AEA – Amanhecer Esperança Associação. Apoio a diferentes níveis a Famílias carenciadas;
- PAS – Plataforma de Agualva Solidária. Avaliação informal integrada, em parceria, de casos psicossociais especialmente complexos, que não encontram resposta eficaz e em tempo útil, por parte dos serviços competentes.
- Escola Secundária Gama Barros - Cacém e Escola EB 2/3 de Fitares – Rio de Mouro, na cedência de instalações.

6. Atividades de monitorização e avaliação

Processos indispensáveis, já sistematizados na análise ao desempenho da atividade dos voluntários, que em cada ano nos permitem continuar a identificar com rigor os diferentes tipos de apoio prestados aos nossos Idosos. São processos de rotina que continuam atuais mas que se querem sempre atualizados e melhorados. Os nossos Voluntários, pela sua presença e vivência de muito tempo junto dos seus beneficiários, contribuem decididamente para que os processos implementados possam ser aprofundados e melhorados, partilhando dessas decisões.

A continuação do tratamento dos dados que nos chegam nas diferentes formas de informação, em registo escrito da ficha de atividades, relatadas por escrito, ou relatadas e partilhadas em reuniões mensais realizadas nas primeiras segundas feiras de cada mês, ao nível do beneficiário, na relevância de cada caso, da diferenciação dos apoios, da assiduidade dos voluntários, da caracterização pessoal de cada um dos grupos, são indicadores importantes na monitorização de avaliação.

O rigor dos diferentes tipos de apoio que prestamos, a identificação de situações emergentes, face às novas necessidades por que passam os nossos Idosos, quando não encontram resposta na nossa Associação, são comunicadas à nossa representante da Rede Local, Dr.^a Isabel Gomes encaminhados para as adequadas respostas e competentes serviços.

Os atos de gestão nas suas diferentes áreas administrativas manuais ou informáticas trarão algumas atualizações e inovação nos seus procedimentos, uns por decisão da direção da delegação outros por implementação de novos programas com origem na Direção Nacional.

Os Voluntários enquanto executores da sua nobre missão do dia a dia, os beneficiários com as suas múltiplas carências e necessidades de apoio, resultantes do seu Isolamento e/ou Solidão, devem suscitar-nos uma maior sensibilidade para a valorização pessoal daqueles, na senda da promoção e melhoria do seu bem-estar.

7. Projetos - Eventos de Divulgação e Criação de Receitas

As receitas tem origem na quotização dos associados, nos projetos promovidos pela Câmara Municipal de Sintra , concretamente o PAFI, programas de apoio ao associativismo promovidos pelas Uniões de Freguesia da cidade de Aqualva-Cacém, donativos e produto das atividades sócio culturais que desenvolvemos

A Delegação irá promover a angariação de donativos junto do tecido empresarial de Sintra.

Os concursos promovidos por outros, maioritariamente por entidades bancárias, não têm tido o acolhimento por parte da delegação, uma vez que as condições das candidaturas implicam níveis de exigência, para as quais a delegação não tem conseguido reunir competência de voluntariado ajustadas, pelo que, salvo melhor opinião, parede-nos que as mesmas deveriam passar a ser assumir pela Direção Nacional da ACA.

Importa salientar o aumento com as despesas resultantes da mudança de instalações da Delegação, nomeadamente com as obras, rendas e consumo de água e luz.

Cacém, 15 de Novembro de 2019

Pela Direção da Delegação do Cacém

O Presidente

Jorge Manuel Ferreira Gaspar

Orçamento para 2020 da Delegação do Cacém

Custos/Despesas	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal - Remunerações e Honorários		
2. Fornecimentos e Serviços Externos		
- Água	120,00	
- Electricidade	360,00	
- Correio	120,00	
- Telefone e Internet	700,00	
- Material de Escritório, Expediente e Higiene	300,00	
- Artigos para Oferta e Divulgação/ Merchandising	100,00	
- Produção de Folhetos		
- Manutenção do Site		
- Serviços Especializados (inclui serv. de contabilidade)	100,00	
- Fotocópias, Trabalhos Gráficos, Impressão	150,00	1.950,00
3 Deslocações em Serviços (inclui combustível de veículos)		350,00
4 Seguros		100,00
5 Rendas das Instalações		1.200,00
6 Apoio às Atividades da Delegação		50,00
7 Custos com Ações de Formação		250,00
8 Organização de Eventos de Indole Social ou Cultural		6.000,00
9 Organização e Convocação de Assembleias Gerais		
10 Diversos (v.g.Quotas em Organismos afins, Apoios, Incl. Donativos a ONG/IPSS, Assembleias Gerais/DN)		300,00
11 Outras Despesas e Imprevistos		
11.1 Apoio a Utentes (medicamentos, consultas, etc)	2.500,00	
11.2 Outras Despesas	2.100,00	4.600,00
TOTAL		14.800,00

Proveitos/Receitas		
1. Angariação de Fundos		
1.1. Organização de Eventos:		
- Eventos de Indole Social ou Cultural	6.000,00	
1.2. Vendas		
Artigos de Merchandising	200,00	
Livros		
Outros	20,00	6.220,00
2. Quotas		1.580,00
3. Donativos		2.000,00
4. Subsídios e Apoios Institucionais		5.000,00
5. Receitas Diversas		
TOTAL		14.800,00
SALDO		0,00
PROVEITOS/RECEITAS - CUSTOS DESPESAS		0,00

Cacém, 15 de Novembro de 2020

Pela Direção da Delegação do Cacém da Associação Coração Amarelo

O Presidente

Jorge Manuel Ferreira Gaspar



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Cascais

PLANO DE ACÇÃO E ORÇAMENTO 2020

DA

DELEGAÇÃO DE CASCAIS

PA – PROGRAMA DE ACÇÃO

1. Introdução

Na linha de continuidade da acção que vem sendo desenvolvida pela ACA, o Plano de Acção para o ano de 2020, centra-se essencialmente na preocupação de bem servir as pessoas que beneficiam do exercício de voluntariado na resolução dos problemas de solidão e dependência, contribuindo para a autonomia da pessoa idosa, melhorando a sua qualidade de vida e integração na comunidade local.

A nossa acção tem vindo a intensificar-se no Estabelecer Parcerias com os diversos agentes de intervenção para responder às necessidades dos beneficiários, levada a cabo por esta delegação.

2. Objectivos Gerais do Plano de Actividades

- Apoio às pessoas idosas que se encontram em situação, solidão e ou dependência.
- Dar continuidade à promoção de parcerias com entidades que se enquadrem no âmbito da nossa acção de voluntariado.
- Participação em seminários, encontros e actividades que contribuam para o aperfeiçoamento da nossa acção.
- Reuniões periódicas com a Junta de Freguesia de Cascais.
- Reuniões com a P.S.P. de Cascais, sempre que se verifique essa necessidade, no âmbito do programa "idosos em segurança".
- Reuniões com a Segurança Social de Cascais, quando as situações dos nossos beneficiários o justifique.
- Colaboração com o Banco Local de Voluntariado de Cascais.
- Dar continuidade à colaboração com as escolas locais em palestras e trabalhos de grupo dos alunos, cujo interesse pelo tema "Solidão e Voluntariado" se vem manifestando de forma continuada.
- Participação em todas as acções desenvolvidas pela Junta de Freguesia de Cascais, nomeadamente na "SEMANA DO VOLUNTARIADO JOVEM", a realizar durante o ano de 2020.
- Dar continuidade à nossa colaboração com o Centro de Saúde de Cascais, e no âmbito dos cuidados continuados.
- Festa de Natal da Delegação de Cascais, permitindo um alegre convívio entre voluntários e os nossos beneficiários.
- Realização de encontros/workshops com entidades ligadas ao voluntariado, tendo em vista a da motivação dos nossos voluntarios, e o debate de ideias sobre esta e outras temáticas que tanto preocupa esta Direcção.
- Manutenção da recente colaboração com a Nova SBE de Carcavelos muito empenhada no desenvolvimento de trabalho de proximidade com a Rede Social.

3. Actividades previstas para 2020

3.1.- Actividades de gestão

Tendo em conta o pedido feito à C.M.C. de um novo espaço que sirva de sede à nossa Delegação, uma vez que a nossa sede actual deixou de reunir as condições necessárias a um bom desempenho das nossas funções, não há previsão de aquisição de bens. Assim sendo manteremos:

- Reuniões internas
- A Direcção reúne semanalmente, sempre que as situações o exijam.
- Reunião alargada de voluntárias. O acompanhamento de voluntárias faz-se em reuniões mensais para avaliação do trabalho desenvolvido junto dos nossos beneficiários. Os problemas que se apresentem irresolúveis pela Direcção, serão encaminhados para as parcerias.
- A Delegação de Cascais, integra a rede social do Concelho de Cascais e participa em todas as reuniões para que é convocada.
- A Delegação de Cascais, pretende dar continuidade à parceria que mantém com a Câmara Municipal de Cascais, no âmbito da formação dirigida aos voluntários.
- Dar início a um projecto de "Call Center". Tem-se verificado com frequência situações, que embora não caibam no âmbito do Coração Amarelo nem possam ser resolvidas através da nossa intervenção, em que a disponibilidade de alguém para ouvir estas pessoas se tem mostrado fundamental. Gostaríamos de estudar a possibilidade de criar uma bolsa de voluntários que por via telefónica se disponibilizem a escutar e encaminhar estas pessoas na busca da melhor solução para o seu problema.
- Dar início à criação a uma outra bolsa de voluntários que tenham como missão o acompanhamento de pessoas a consultas e hospitais. Ultimamente têm chegado à Delegação muitos pedidos para este tipo de acompanhamento que embora não se enquadrem no objectivo primeiro do CA, é da maior pertinência na sociedade actual.

3.2.- Actividades de divulgação

- No seguimento da nossa participação em varias actividades promovidas pela C.M.C. e Junta de Freguesia de Cascais e Estoril, pretende a Delegação de Cascais dar continuidade a este tipo de acções promovidas pelo Município, participando e integrando-nos na comunidade local.
- Elaboração e publicação de artigos nos órgãos de comunicação social.
- Realização de actividades várias, que promovam a ACA, possibilitem o aumento do número de sócios e de voluntários, contribuindo assim, para a angariação de fundos.
- Dar continuidade à divulgação da Delegação de Cascais, através das redes sociais, na manutenção da nossa página no facebook, bem como a actualização e manutenção do nosso web site.

3.3. - Contactos periódicos com as Direcções e Comissões Instaladoras das Delegações

Não tem existido essa dinâmica, mas há sempre pontualmente troca de informação, nomeadamente com a Delegação de Oeiras a quem, pela sua proximidade geográfica, mais recorreremos quando se verifica essa necessidade.

3.4.- Actividades na área da formação

- Sempre que existam “acções de formação” organizadas por outras Instituições do Concelho de Cascais.
- Sempre que a chegada de novos voluntários à Delegação o justifique. Tem sido pratica da Delegação aproveitar essas acções de formação para convidar os voluntários já em exercício de funções, a participarem nas acções e assim “relembrem” conhecimentos já adquiridos.

4.- Colaboração com outras Entidades

A Delegação de Cascais pretende intensificar as parcerias com as seguintes entidades

- Junta de Freguesia de Cascais/Estoril
- Centro de Saúde de Cascais
- Stª Casa da Misericórdia de Cascais
- Banco Local de Voluntariado de Cascais
- Associação de Idosos de Stª Iria
- Equipa de Saúde mental do Hosp. S.F.Xavier
- Centro Comunitário de Carcavelos - Linha Sénior
- Rede de cuidados continuados de Cascais.

5 - Protocolos - Parcerias e Acordos de Colaboração

- Parceria com a Junta de Freguesia de Cascais e Estoril, na cedência de instalações, meios de comunicação e apoio logístico.
- Manutenção do acordo de parceria com a Stª Casa da Misericórdia de Cascais.
- Continuamos a fazer parte da Rede Social de Cascais.
- Continuamos a fazer a ponte com a Segurança Social de Cascais, para apoiarmos os nossos beneficiários carenciados.
- Mantemos a parceria com o Centro Comunitário de Carcavelos no “Projecto Linha do cidadão Sénior”, que passa por:
 - Garantir o apoio a pessoas em situação de isolamento social - através da identificação de casos e intervenção de voluntários.
- Identificar e encaminhar situações de emergência para outras Entidades competentes.

6- Actividades de monitorização e avaliação

Pretende a Delegação de Cascais em 2020, reforçar a sua intervenção com vista ao melhoramento da nossa acção junto dos beneficiários.

- Acompanhamento dos voluntários na execução das suas actividades
- Avaliação do grau de satisfação das pessoas a quem é prestado o apoio.
- Avaliação do grau de satisfação da rede de apoio da comunidade local.

7- Projectos - Eventos de divulgação e criação de receitas

● Para a Delegação de Cascais, atendendo ao facto de não termos data específica para a instalação na nossa futura sede, não existe previsão nesta matéria. Apenas faremos parte de eventos pontuais promovidos pela CMC ou pela Junta de Freguesia Cascais Estoril, que não exijam grande investimento logístico da nossa parte.

Cascais, 06 de Novembro de 2019

Pela Direcção da Delegação de Cascais

**ORÇAMENTO PARA 2020
DA DELEGAÇÃO DE CASCAIS**

Custos/Despesas

1. Pessoal - Honorários		
2. Fornecimentos e serviços externos		
Água		
Electricidade		
Correio	50	
Telefone e Internet		
Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene	100	
Artigos para oferta e divulgação/merchandising		
Produção de folhetos		
Manutenção do Site		
Serviços especializados		
Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão	200	
3. Deslocações em serviço		
4. Seguros de pessoal		
5. Rendas das instalações		
6. Apoio a actividades	100	
7. Custos com Acções de Formação	100	
8. Organização de evento social ou cultural		
9. Diversos		
10. Outros		
T O T A L :	550	

PROVEITOS

1 Angariação de fundos	500	
1.1 Organização de eventos:		
- Eventos de índole social ou cultural		
1.2 Vendas :		
- Artigos de divulgação/merchandising	100	
- Venda do livro		
- Venda de		
- Venda de		
2. Donativos / Subsídios e apoios institucionais		
3. Receitas diversas :		
T O T A L :	600	
Saldo	50	

Pela Direcção de Cascais



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Lisboa



1. PA - Plano de Atividades

1. Introdução

2. Objetivos gerais do Plano de Atividades

3. Atividades previstas

3.1 Atividades de gestão e divulgação

3.2 Atividades de divulgação

3.3 Atividades na Área da Formação

4. Colaboração com outras entidades

5. Protocolos, parcerias e acordos de colaboração

6. Atividades de monitorização e avaliação

7. Projetos – eventos de divulgação e criação de receitas

II. Previsão orçamental



1. Introdução

A Delegação de Lisboa da Associação Coração Amarelo (ACA) perspetiva manter a sua linha de atuação - o acompanhamento em voluntariado junto da população idosa em situação de solidão/isolamento social - enquadrado por uma equipa de profissionais da área social, num contexto em que o envelhecimento da população e a diversidade de perfis psicossociais, impõe, cada vez mais, um trabalho estruturado, enquadrado, validado por modelos de atuação definidos em sede de Rede Social e avaliado pelas entidades públicas competentes. A Delegação de Lisboa procura manter-se enquadrada nos eixos de atuação para uma estratégia de Cidade para todas as idades, nomeadamente no que respeita à vida ativa da pessoa idosa, diversificando respostas sociais que promovam a autonomia e retardem a institucionalização.

A intervenção junto da população idosa, num contexto de envelhecimento contínuo, acompanhado de múltiplas e rápidas mudanças sociais, impõe a existência de uma resposta complementar às mais clássicas, mas de igual validade e reconhecimento para a satisfação e bem-estar da pessoa idosa. A diferenciação que esta camada populacional também vem evidenciando, justifica por outro lado, a cada mais, premente necessidade de respostas diferenciadas e adaptadas aos perfis dos utentes e não às valências das organizações. Ainda, o fator democratizante da solidão: trata-se de uma condição que não se circunscrevendo aos grupos mais desfavorecidos da população, surge igualmente em agregados alargados, onde coexistindo com conforto económico, e diferenciação sócio-profissional.

A cada vez maior importância do grupo populacional das pessoas com 65 e mais anos revela já hoje a tendência para a já designada “silver economy”, realidade para a qual noa devemos adaptar, assim como estruturar as respostas a oferecer num futuro próximo.

Presume-se a manutenção do “Acordo Atípico” com o Centro Distrital de Segurança Social de Lisboa tal qual se encontra organizado e a receber financiamento público, apesar de se aguardar desde fevereiro se a validação da redefinição deste projeto.

Contamos que o ano de 2020 possa proporcionar à estrutura da delegação de Lisboa, em particular, o alívio da dependência financeira que apresenta face ao financiamento público (na ordem dos 90% do seu orçamento geral), através da implementação efetiva de ferramentas específicas para os campos da



gestão de donativos e de angariação de fundos. Trata-se, de resto, de um projeto que apesar de já iniciado tem observado alguns constrangimentos para a execução em plenitude.

Por fim, esperamos que o novo mandato para o triénio 2019/2023 seja profícuo em soluções e resultados e desejamos sucesso a toda a estrutura.

2. Objetivos gerais do Plano de Atividades

Na perspetiva em que o voluntariado enquadrado tecnicamente e capacitado tem vindo a assumir-se como um modelo de resposta social cada vez mais reconhecido, complementando outras formas de intervenção social, definem-se como objetivos gerais:

- defender a importância da existência de equipas de profissionais da área social no enquadramento do voluntariado, com o propósito de melhor adequar a resposta à diversidade da população idosa, junto de entidades responsáveis e de parceiros de trabalho;

- afirmar a importância de uma resposta social como o voluntariado, estruturando a planificação deste trabalho recorrendo a critérios mensuráveis decorrentes da supervisão e acompanhamento do trabalho dos voluntários;

- abordar a problemática da solidão nas pessoas idosas como uma realidade multifacetada e complexa e nos seus múltiplos fatores biopsicossociais, num contexto de trabalho em rede;

- promover o envelhecimento ativo e participativo através da mudança de mentalidades e atitudes;

- potenciar a qualificação dos voluntários por forma a serem reconhecidos como agentes de intervenção social;

- desenvolver parcerias, protocolos e acordos cooperantes com vista às ações planificadas;

- aumentar a capacidade financeira da Delegação.

Para a concretização deste alinhado de intenções gerais procurar-se-á, especificamente:

- confirmar a validade da retaguarda profissional no enquadramento do voluntariado;

- explorar a potencialidade de um elemento profissional da equipa no domínio da comunicação e do *fundraising*;



- difundir a presença da ACA na cidade, sobretudo, junto dos serviços de saúde, ou a eles complementar;
- participar em conferências, seminários, e/ou encontros tanto na área do voluntariado, como na do envelhecimento;
- desenvolver as parcerias existentes e celebrar novas com entidades que prossigam fins similares aos da ACA ou que lhe sejam complementares;
- confirmar os novos procedimentos de admissão de utentes e voluntários de acordo com a nova regulamentação legal;
- potenciar a qualificação dos voluntários através da planificação de um programa de capacitação variado ao longo de todo o ano;
- desenvolver projetos inovadores que visem contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população idosa;
- implementar iniciativas complementares à missão central da organização, numa perspetiva de comparticipação;
- contribuir para a sensibilização de uma consciência social de reconhecimento e importância da pessoa idosa.

3. Atividades previstas para 2020

3.1 Atividades de gestão

A Delegação de Lisboa continuará a apostar a sua intervenção numa abordagem social multidisciplinar para uma resposta diferenciada, personalizada e individual, por forma a promover hábitos e estilos de vida saudáveis e que contribuam para um envelhecimento ativo e participativo.

Desenvolver-se-ão ações para captação de novos voluntários para os vários projetos que a delegação de Lisboa desenvolve. Neste domínio, assume-se como determinante a captação de mais voluntariado corporativo.



Quanto aos utentes prevê-se a manutenção dos cento e cinquenta casos anuais, tendo em conta o que o acordo com o CDSS prevê para a estrutura atual da equipa.

A introdução de novas ferramentas informáticas de apoio à gestão, como sendo o sistema SGDon, facilitará o conhecimento de perfil e de compromisso quer de associados, quer de doadores.

Procurar-se-á continuar a difundir a intervenção que a ACA preconiza através da internet ou das redes sociais, apostando em publicações regulares que vão de encontro aos interesses dos utentes, dos voluntários, dos cuidadores, das famílias.

Nas áreas específicas da equipa técnica prevê-se:

A Animação é um estímulo permanente para a vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, visando múltiplos objetivos:

- promover novas descobertas e aprendizagens
- proporcionar uma vida mais dinâmica e harmoniosa
- incitar a uma ocupação adequada do tempo, contrariando a desocupação e a passividade
- valorizar as capacidades, competências e saberes do idoso, aumentando a sua autoestima
- permitir conhecer melhor os idosos, as suas características pessoais, valores, cultura, capacidades, dificuldades e gostos
- Estimular capacidades de funcionalidade cognitiva e motoras (motricidade grossa e fina), mantendo e melhorando a capacidade funcional.

Sabendo que o sucesso ou insucesso das atividades que se desenvolvem é determinado pelos recursos financeiros e humanos que estão afetos às mesmas, será necessário potenciar parcerias e apoios, colocando empenho, determinação e inovação nas atividades propostas. Continuar-se-á a trabalhar na perspetiva da melhoria das ações que queremos concretizar e na realização de um conjunto diversificado de atividades de animação sociocultural que contribuem, efetivamente, não só para o bem-estar, participação e aumento da qualidade de vida da pessoa idosa, como também para uma ocupação do tempo de qualidade. Assim, a planificação das atividades teve, em linha de conta, a caracterização de cada utente e os recursos existentes (em anexo).

No âmbito do Serviço Social trata-se da intervenção dirigida aos utentes numa perspetiva de apoio e acompanhamento social, por forma a promover a capacidade e autonomia do próprio na tomada de decisões e na procura de estratégias para uma melhor qualidade de vida. Apesar de promovida por uma



Assistente Social é planeada em equipa e na articulação com os parceiros sociais e assenta a sua atuação nos domínios e ações concretas abaixo:

Atendimento social

- Entrevistar o candidato a utente
- Informar os objetivos da Associação
- Recolher elementos da história de vida significativos
- Diagnosticar situações de carência (social, económico, habitação...)
- Apresentar estratégias de intervenção.

Avaliação social

- Avaliar utentes com a Psicóloga, na perspetiva da futura atribuição de voluntário
- Avaliar a situação do utente no contexto biopsicossocial de forma a conhecer a sua situação e planear ações de mudança, colocando hipóteses e alternativas possíveis à situação vivida.

Acompanhamento Social

- Acompanhar o utente em situação de vulnerabilidade social
- Informar, aconselhar e orientar sobre os direitos e recursos existentes
- Estabelecer proximidade com a rede de suporte informal (família, amigos, vizinhos)
- Articular, encaminhar e sinalizar com a rede de suporte formal (serviços da comunidade)
- Gestão documental de processos.

Participação nos diversos grupos de trabalho

- Rede Social de Lisboa/CLAS
- Rede Social de Lisboa/Grupo das Pessoas Idosas
- Comissões Sociais de Freguesia de Lisboa (Alvalade, Ajuda, Belém, Benfica, Olivais, Penha de França, São Domingos de Benfica)
- Reuniões e/ou eventos que sejam solicitados.

São utilizadas variadas metodologias de intervenção social com o objetivo de desenvolver um trabalho tecnicamente validado e reconhecido quer pelos parceiros, quer pelos próprios utentes, designadamente:



- Atendimento ao domicílio
- Acompanhamento ao domicílio
- Acompanhamento em parceria no domicílio
- Articulação
- Encaminhamento
- Sinalização

As metodologias em uso decorrem, de resto, da respetiva validação em sede de Rede Social da Cidade de Lisboa.

Para além das atribuições acima descritas a Assistente Social terá à sua responsabilidade a gestão de projetos de intervenção direta aos utentes: Linha de Apoio Telefónico, Gabinete de Crise e Medidas de Proteção e Apoio.

A *Linha de Apoio Telefónico* (LAT) é um projeto que tem como objetivo minimizar os efeitos da solidão, através de um telefonema semanal, que complementa o apoio prestado pelo voluntário “visitante”. As telecomunicações também contribuem para diminuir o isolamento e solidão que os mais velhos podem sentir. A proximidade estabelecida ao alcance de um telefonema entre o utente e Instituição, permite um conhecimento em tempo real do estado geral e bem-estar em que a pessoa se encontra, para a intervenção imediata da equipa técnica junto da rede de suporte formal e informal. Os “operadores” da LAT são voluntários da Delegação, com experiência e desempenho na relação de escuta e formação adequada, que se deslocam às instalações e de onde estabelecem os contactos, sempre apoiados pela equipa técnica, numa perspetiva de organização e quantificação da informação, como de supervisão de grupo. Os voluntários da LAT têm acesso a um guião e documentação de apoio, para registo e consulta de informação. A estrutura responde a todos os utentes inscritos na Delegação.

O *Gabinete de Crise* responde a pessoas idosas que por se encontrarem numa situação de solidão, isolamento ou dependência física se encontram, muitas vezes, institucionalizadas dentro da sua própria casa, sem acesso ao exterior: informação, cuidados, recursos, etc. Um projeto que vai ao encontro de um voluntariado com resposta operativa, metodológica e técnica na perspetiva holística do utente, com a finalidade de observar as necessidades dos utentes para além do estar só e isolado. As situações emergentes que possam colocar o utente em situação de risco são diagnosticadas através da proximidade e acompanhamento da equipa técnica e do voluntário. Após a avaliação, e no âmbito de um trabalho em rede, segue o processo de sinalização, encaminhamento e acompanhamento, para as instituições da comunidade.



As *Medidas de Proteção e Apoio* consistem num conjunto de informações úteis que estarão disponíveis aos utentes, de acordo com a avaliação socioeconómica, nomeadamente, na área económica, habitação, mobilidade, segurança, comunicação, entre outros, quer se concretizem através de apoios sociais ou de protocolos estabelecidos entre a ACA e entidades com responsabilidade social e solidária.

O *Processo Individual de Utente (PIU)* é um instrumento de trabalho que tem vindo a sofrer alterações de acordo com o desenvolvimento da prática, operacionalização do voluntariado e política de privacidade. A inscrição do utente na ACA é formalizada através da assinatura de contrato “Declaração/Termo de Aceitação” com o objetivo de informar o utente dos direitos e deveres relativos à ação do voluntariado, ao mesmo tempo que se estabelece um vínculo institucional enquanto resposta.

O campo da Terapia Ocupacional procede à:

- avaliação geral dos utentes (interesses, rotinas, competências motoras, cognitivas e de comunicação) e do seu envolvimento e participação em atividades de vida diária, atividades de vida diária instrumentais, atividades de lazer e produtividade
- avaliação do ambiente domiciliar, identificando barreiras arquitetónicas que limitem a participação ocupacional dos utentes
 - a priorização da avaliação rege-se pelos fatores isolamento, privação ocupacional, autonomia, risco de queda e dificuldades físicas.

Para tanto propõe-se intervir através da:

- promoção da independência e autonomia em todas as áreas ocupacionais e o bem-estar dos utentes
- adaptação do ambiente e/ou da ocupação através do aconselhamento aos utentes/voluntários/familiares de produtos de apoio e/ou estratégias que eliminem/diminuem barreiras arquitetónicas
- aconselhamento e treino de uso de produtos de apoio, em conjunto com utentes/voluntários/familiares
- aconselhamento e treino ao voluntário com estratégias específicas dirigidas ao seu utente, para que este possa realizar uma supervisão e estimulação das funções de forma adequada e segura: imagens, tarefas sequenciais, vídeos e explicação escrita
- encaminhamento para especialidades médicas ou ação social, em parceria com a Assistente Social



- encaminhamento para apoio psicológico, da ACA ou no exterior, em parceria com a Psicóloga
- aconselhamento para a participação em atividades da ACA, em parceria com a Animadora Sociocultural.

É objetivo desta área desenvolver este ano as parcerias com lojas de produtos de apoio para os utentes

O trabalho desenvolve-se essencialmente no local de vida dos utentes e prevê:

- visitas de avaliação – visitas de avaliação geral do utente e do seu ambiente domiciliário, com o fim de planear possíveis intervenções e/ou encaminhamentos.
- visitas de acompanhamento com o objetivo de intervenção até um total de cinco sessões, previamente a ser encaminhado para outros serviços, sempre que necessário.
- visitas com a Equipa Técnica – Visitas realizadas em parceria com outros elementos da equipa técnica, sempre que necessário.

Outras metodologias – Contatos telefónicos e/ou e-mail com utentes, familiares, voluntários e redes de suporte, articulação e/ou encaminhamento para outros serviços, registo de informação nos processos individuais dos utentes, construção de documentos que facilitem os procedimentos de acompanhamento e avaliação, reuniões e trabalho em equipa, divulgação, pesquisa virtual, entre outras metodologias consideradas mais adequadas.

Para validar e avaliar o trabalho desenvolvido, trimestralmente serão contabilizados indicadores como nº de visitas realizadas, nº de intervenções realizadas e o estado das mesmas, motivos pela não realização de intervenções, nº de articulações realizadas, levantamento das limitações nas áreas de desempenho ocupacional, tipo de acessibilidades habitacionais, nº de contatos com parceiros e o estado dos projetos da área.

Com o objetivo de melhorar as atividades e projetos a desenvolver, encontra-se abaixo um quadro descritivo dos novos projetos a desenvolver no próximo ano:

Projetos	A quem de destina	Objetivo	Procedimentos
<i>CuiDar-te</i>	Utentes que não participem nas ACA.	Visa promover/desenvolver a competência do cuidar nestas pessoas, devolvendo-lhes o princípio de	<ul style="list-style-type: none">▪ Contacto inicial com voluntários e cuidadores para explicação do projeto e respetivos objetivos;▪ Aplicação de questionários;▪ Entrega das plantas ao

		<p>responsabilidade sobre alguma coisa ou alguém. Este objetivo será espelhado nos cuidados que prestam a uma planta que semearam e da qual cuidarão até que dê flor.</p>	<p>domicílio/lar;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Acompanhamento do projeto por telefone e através de visitas; ▪ Aplicação dos questionários (6 meses depois); ▪ Análise dos resultados e impacto deste projeto nos utentes e no seu envolvimento ocupacional. <p>O desenrolar do projeto será registado em imagens, através do trabalho de uma fotógrafa profissional e no final realizar-se-á uma exposição.</p>
<p><i>Banco de Produtos de Apoio</i></p>	<p>Utentes, sócios, familiares e voluntários da Associação Coração Amarelo – Delegação de Lisboa ou de outras delegações nas mesmas condições mas com primazia da Delegação de Lisboa</p>	<p>Proporcionar uma maior qualidade de vida, autonomia e integração às pessoas dependentes e/ou idosas, através do aconselhamento técnico e do aluguer de produtos de apoio. Ao mesmo tempo, diminui a carga sobre o cuidador, permitindo também uma maior qualidade de vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Avaliação geral da situação e da necessidade da aquisição do produto de apoio; ▪ Formalização do contrato de aluguer e pagamento; ▪ Entrega e treino do uso dos produtos de apoio. ▪ Receção e avaliação do produtos de apoio. <p>No final de cada trimestre, será feita uma estatística de pedidos realizados, motivos do pedido, duração da requisição, estado dos produtos aquando a devolução e satisfação com o serviço.</p>
<p><i>Porta Aberta</i></p>	<p>Utentes acamados ou com dificuldades de mobilidade.</p>	<p>Promover alguma autonomia no controlo que poderão vir a ter no acesso à sua casa por parte de quem os visita.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fundamentação teórica e oportunidade do projeto; ▪ Contactos e reuniões com possíveis parceiros; ▪ Início do projeto com utentes; ▪ Avaliação do impacto nas vidas

			dos utentes.
--	--	--	--------------

No domínio da Psicologia, associada às restantes áreas de intervenção da delegação, pretende-se melhorar a qualidade de vida e o bem-estar psicológico, tanto de utentes como dos voluntários. A gestão do grupo de candidatos e voluntários é também da responsabilidade desta área, sendo que a intervenção se inicia quando o candidato a voluntário demonstra interesse em colaborar com ACA, até que pretende terminar o seu processo ou dá motivos para que o mesmo seja cessado pela equipa. Assim, a gestão do grupo de voluntários desenvolve-se durante todo o processo de voluntariado, passando pelo acolhimento, integração, formação, acompanhamento e avaliação. Como premissa, acreditamos que a supervisão técnica e o acompanhamento facilitado aos voluntários, proporciona um melhor enquadramento e desempenho dos voluntários, nas boas práticas evocadas pela ACA – delegação de Lisboa.

Na gestão de voluntários a atuação da Psicóloga prevê:

- envio por email do documento da Manifestação de Interesse para candidatos que se inscrevam para voluntários
- entrevista de Avaliação
- realização da Sessão de Acolhimento
- entrevista de Confirmação e assinatura de contrato de voluntariado
- caracterização de voluntários
- gestão e manutenção atualizada do processo de voluntário, contendo, toda a informação relevante desde o início do processo de candidatura até à eventual saída do voluntário
- gestão atualizada da listagem de voluntários a atribuir por área de atuação
- atribuição de voluntários a utentes, de acordo com perfis e características de ambos a avaliar em conjunto com a Assistente Social
- integração e acompanhamento na relação voluntário-utente;
- gestão e supervisão de voluntários
- avaliação do processo de voluntariado



- gestão do programa de formação para voluntários (Domicilio/LAT/ERPI) - *anexo I* - (CEV 2020 - A formação para voluntários ocorrerá de forma bimestral, com temas a avaliar a partir da informação que os voluntários facultarem no final do último encontro do Ciclo de Encontros Com Voluntários de 2019)
- possibilidade de apoio psicológico, no máximo de três sessões gratuitas de avaliação, a partir das quais se procederá, em caso de necessidade e acordo, ao encaminhamento.

No apoio dirigido aos Utentes, a Psicóloga realizará:

- visitas de avaliação com a Assistente Social, na perspetiva da futura atribuição de voluntário
- visitas de avaliação ou supervisão do processo de voluntariado
- apoio psicológico a casos específicos e nas condições acima descritas para os voluntários
- intervenção em situações de crise
- articulação com serviços no âmbito da psicologia e com recursos da comunidade.

Destaca-se ainda como novos projetos nesta área:

- a criação de um gabinete de Apoio ao Voluntário, no qual os voluntários poderão com marcação prévia reunir com a psicóloga para exposição e discussão de determinadas situações, expressão de sentimentos e partilha de dificuldades ou de satisfação pessoal decorrentes da ação voluntária.
- a criação de um documento tipo “flyer” para entrega aos mesmos durante a entrevista de avaliação. Este documento refletirá qual a missão da ACA e como nasceu, relativamente à delegação: como funciona o voluntariado, quais as etapas do processo de voluntariado, como ser utente, outras atividades desenvolvidas, assim como, quais os parceiros.
- a criação de um caderno de atividades, realizado em conjunto com as restantes áreas de intervenção da delegação, com variados exercícios para estimulação cognitiva e motora, capaz de promover a saúde mental dos utentes.
- homenagear anualmente os voluntários nas diferentes áreas de intervenção (apoio ao domicílio, apoio em ERPI, apoio em LAT, apoio em atividades e Voluntário Prestige), mediante os critérios especificados no *anexo II*.
- criação de um programa de prevenção e promoção do bem-estar psicológico, com o envio de sugestões de estratégias de *coping* ou atividades a divulgar aos voluntários, por email trimestralmente. Da experiência da equipa, a gestão de sentimentos associada ao momento e impacto do voluntariado é por parte da maioria dos voluntários descurada. O pedido de apoio é raro e acontece habitualmente



apenas em situações de crise. Desta forma, torna-se importante a Como objetivo secundário, pretende-se que os voluntários assumam a importância do seu próprio bem-estar para o bem-estar do(s) utente(s) que acompanha(m).

Serão criados novos procedimentos de avaliação do voluntariado e do voluntário, a partir de questionários de avaliação a serem preenchidos pelo próprio voluntário, através de uma plataforma de questionários online. A mesma forma de avaliação será utilizada para avaliar o acompanhamento facultado pela equipa e as formações ou atividades desenvolvidas com os voluntários.

Por a Delegação de Lisboa ser composta por uma equipa multidisciplinar as reuniões semanais de equipa, serão uma fonte de planeamento e organização do trabalho a efetuar. A metodologia de trabalho focar-se-á em contactos (via e-mail, telefone, presencial) com utentes, voluntários, equipa e outras entidades/serviços e respetivos registo dos mesmos; realização de reuniões; construção de documentos que facilitem os procedimentos de acompanhamento e avaliação das atividades desenvolvidas; pesquisa virtual, ou outro tipo de metodologia que se perceba mais adequada.

3.3 Atividades na Área da Formação

A Delegação de Lisboa encontra-se muito empenhada em dar continuidade ao plano de capacitação dos voluntários que responda às verdadeiras necessidades por estes sentidas na prossecução do apoio à população idosa. A planificação dessa vertente formativa espelhará a análise à informação mensal reportada pelos voluntários à Equipa Técnica através do Relatório de Apoio Mensal (RAM).

Para além deste grupo, gostaríamos de alargar as iniciativas de formação a familiares, cuidadores ou mesmo técnicos com o duplo objetivo de difundir conhecimento, mas também de promover o voluntariado como resposta social.

4. Colaboração com outras entidades

Pretendemos manter a colaboração com todas as entidades, públicas e privadas, que ao longo de muitos anos nos têm acompanhado, mas sedimentar e acrescentar outras. Consideramos muito importante procurar desenvolver a colaboração com vários organismos, públicos, privados, de intervenção social ou com vertente lucrativa, pois, deste modo, acreditamos ser mais fácil adequar a



nossa resposta à multiplicidade de perfis, interesses, vontades daqueles com quem nos vamos cruzando, por um lado, e por outro, potenciamos a promoção e desenvolvimento de projetos de responsabilidade social de algumas entidades.

5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração

Manter-se-á, como se referiu na introdução, a incerteza da manutenção do Acordo Atípico com o Centro Distrital de Segurança Social de Lisboa. Em termos operacionais, manter-se-ão todos os protocolos e parcerias existentes e descritos em documentos anteriores.

Do mesmo modo, e validando a existência de um profissional cuja atuação central é a promoção de parcerias e protocolos, procurar-se-ão formalizar as candidaturas entendidas por adequadas à missão da ACA.

6. Atividades de monitorização e avaliação

A Delegação de Lisboa avaliará regularmente a sua ação através dos seguintes instrumentos: Processo Individual do Utente (registo da atividade da Equipa Técnica), Registo de Apoio Mensal, Indicadores Trimestrais de cada valência dentro da Equipa Técnica, Plano Anual de Atividades, Reuniões (Direção, Coordenação, Voluntários e Equipa Técnica).

7. Projetos - Eventos de divulgação e criação de receitas

Os eventos de divulgação estão descritos no ponto 3.2.

A criação de receitas serão as seguintes:

- donativos
- quotas
- financiamento de projetos
- angariação de fundos

A Direção da Delegação de Lisboa

Previsão orçamental para 2020 da Delegação de Lisboa

Custos/Despesas

	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal – remunerações, honorários, subsídios de refeição, diuturnidades e impostos	130.008,03 €	130.008,03 €
2. Fornecimentos e serviços externos		
- Água	-----	3.770,00 €
- Electricidade	-----	
- Correio	150,00 €	
- Telefone e Internet	2.000,00 €	
- Material de escritório/consumíveis/expediente e higiene	300,00 €	
- Artigos para oferta e divulgação/merchandising	-----	
- Produção de folhetos	-----	
- Manutenção do Site	-----	
- Serviços especializados	1.320,00 €	
- Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão	-----	
3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	1.980,00 €	1.980,00 €
4. Seguros	1.731,52 €	1.731,52 €
5. Rendas das instalações	915,24 €	915,24 €
6. Apoio a atividades das Delegações e C.I's	-----	-----
7. Custos com Ações de Formação	-----	-----
8. Organização de eventos de índole social ou cultural	-----	-----
9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais	-----	-----
10. Diversos (v.g. Quotas em organismos afins, apoios, incl. donativos a ONG/IPSS; Assembleias Gerais/DN)	204,07 €	204,07 €
11. Outras despesas e imprevistos (rubrica residual)	1.961,07 €	1.961,07 €
TOTAL	140.569,93 €	140.569,93 €

Proveitos/Receitas

	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:	-----	-----
- Eventos de índole social ou cultural	1.000,00 €	1.000,00 €
1.2. Vendas:		
- Artigos de divulgação/merchandising	500,00 €	500,00 €
2. Quotas	3.000,00 €	3.000,00 €
3. Donativos	1.500,00 €	1.500,00 €
4 – Subsídios e Apoios Institucionais	90.888,00 €	90.888,00 €
5 – Receitas Diversas (discriminar se relevante)	-----	-----
TOTAL	96.888,00 €	96.888,00 €
Saldo		
Proveitos/Receitas - Custos/Despesas	(-43.681,93 €)	(-43.681,93 €)

Pela Direção da Delegação de Lisboa



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Oeiras

**PROGRAMA DE AÇÃO e ORÇAMENTO 2020
da Delegação de Oeiras**

I-Programa de Ação

- 1. Introdução**
- 2. Objetivos gerais do Programa de Ação**
- 3. Atividades previstas para 2020**
 - 3.1. Atividades de Gestão**
 - 3.1.1 - Reuniões internas**
 - 3.1.2 - Reuniões Externas**
 - 3.2 Atividades de Divulgação**
 - 3.3 Contactos Periódicos com Direções e Comissões Instaladoras das Delegações da ACA**
 - 3.4. Atividades na Área da Formação**
 - 3.5. Outras Atividades**
- 4. Colaboração com outras entidades**
- 5. Protocolos, parcerias e acordos de colaboração**
- 6. Atividades de monitorização e avaliação**
- 7. Projetos – Eventos de divulgação e criação de receitas**
 - 7.1 – Eventos de divulgação**
 - 7.2 - Novos Projetos**
 - 7.3 – Criação de receitas**

II-Orçamento

1. Introdução

Na linha de continuidade da ação que vem sendo desenvolvida pela ACA de Oeiras, o Plano de Ação para o ano de 2020 continua a centrar-se na preocupação de bem servir as pessoas que beneficiam do “exercício do voluntariado” e na minimização dos problemas de solidão e dependência.

A Delegação de Oeiras da ACA irá dar continuidade ao programa de ações que caracteriza o seu trabalho junto da população idosa e/ou dependente, dentro do concelho de Oeiras, o qual se traduz em:

- Intervir junto da população idosa e/ou dependente no sentido de minimizar a solidão e proporcionar uma maior dignidade na sua vida;
- Promover a autonomia do idoso e/ou dependente, incentivando-o a adotar comportamentos de vida mais saudáveis.

2. Objetivos gerais do Programa de Ação

- Minimizar o isolamento e a solidão.
- Incentivar o respeito, cidadania e inclusão da Pessoa Idosas/ou dependente.
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos nossos utentes, valorizando as suas capacidades e competências, saberes e cultura e aumentar a auto estima e confiança.
- Criar redes de solidariedade intergeracionais.
- Dinamizar e desenvolver o apoio a pessoas idosas, dependentes e isoladas.
- Organizar eventos mensais ou participar nos organizados por outras Instituições.
- Fortalecer e adequar a formação dos Voluntários, através de Formação Inicial e Contínua.
- Colaborar com o Banco Local de Voluntariado de Oeiras.
- Divulgar a Associação Coração Amarelo no Concelho e a nível Nacional, através do seu site e facebook, de eventos, feiras, campanhas, entrevistas e artigos nos Órgãos de Comunicação locais e nacionais.
- Promover protocolos ou parcerias com Órgãos Autárquicos, Instituições, Empresas Privadas, Fundações, que tenham interesse em participar, colaborar, ou apoiar na nossa área de intervenção social.

- Captar mais apoios externos por forma a melhorar a sustentabilidade da Delegação através do novo programa de sistema de gestão de donativos bem como na apresentação de mais candidaturas.

3. Atividades previstas para 2020

3.1. Atividades de Gestão

A Delegação de Oeiras tem a sua sede no Centro de Juventude de Oeiras – Rua Monsenhor Ferreira de Melo, Oeiras – cedida por protocolo, pela Câmara Municipal de Oeiras. Tem disponível uma sala e apoio logístico (telefone e sala para reuniões).

As atividades de gestão previstas para 2020 prendem-se com as seguintes diretivas:

- Gestão de Utentes;
- Gestão de Voluntários;
- Reuniões internas e externas:
- Formações internas e externas;
- Eventos;
- Tesouraria;
- Gestão de programas e procedimentos;
- Outras, relacionadas com o funcionamento normal da delegação.

3.1.1 - Reuniões internas

Reuniões de Direção

A direção reunirá mensalmente (última terça feira do mês) para:

- Programar e avaliar projetos e eventos.
- Analisar formas de atuação e valorização dos voluntários.
- Determinar como agir com os utentes e com os voluntários.
- Apreciar e discutir as fichas de acompanhamento de atividades mensais elaboradas pelos voluntários.
- Apreciar e aprovar o ingresso de sócios, voluntários e utentes.

Reuniões de Voluntários

Os voluntários reunirão uma vez por mês com a direção (primeira terça feira do mês) para:

- Obter informações sobre os eventos a realizar e realizados.
- Entregar as fichas de acompanhamento de atividades do mês anterior.
- Apresentar e analisar casos.

- Obter formação contínua.
- Outras informações relevantes.

3.1.2 - Reuniões Externas

As reuniões externas podem ser pedidas pelos Órgãos Autárquicos, Direção Nacional da Associação Coração Amarelo, Instituições sediadas no Concelho, parceiros, empresas ou a pedido da delegação de Oeiras.

Fazendo parte a Delegação de Oeiras de vários grupos de trabalho em órgãos concelhios e instituições, deverá reunir periodicamente com:

CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS

- Para entrega de documentação:
 - “Programa de Ação e Orçamento para 2020”, em 2019 (após a sua aprovação AG/ ACA).
 - “Relatório de Atividades e Contas de 2019”, em 2020 (após aprovação AG/ACA).
 - Estudos, conclusões e outros dados que tenham interesse para o Município.
 - Iniciativas que visem a melhoria de vida dos mais idosos e/ou dependentes.

REDE SOCIAL DO CONCELHO DE OEIRAS

- Reunirá, quando convocada, com:
 - as Uniões de Freguesias (CSF).
 - as IPSS e CMO semestralmente (CLAS).

UNIÃO DE FREGUESIAS DO CONCELHO DE OEIRAS

- Para entrega de documentação:
 - “Programa de Ação e Orçamento para 2020” em 2019 (após aprovação AG/ACA).
 - “Relatório de Atividades e Contas de 2019” em 2020 (após aprovação AG/ACA).
 - Reuniões para aprovação dos Planos de Atividades das Freguesias /outubro.
 - Reuniões para preparação de eventos, festas, convívios, feiras sociais.
 - Reuniões para debate de estratégias sociais a aplicar na área do Idoso e/ou dependente.

INSTITUIÇÕES PARTICULARES DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

- Reunirá sempre que necessário com os Centros de Dia, de Convívio, Lares e outras instituições de apoio ao Idoso para conhecer e adequar em conjunto a melhoria do serviço a prestar ao Utente, com especial atenção o apoio domiciliário.

ASSOCIAÇÃO JUNTOS POR MAIS

- Reunirá, sempre que necessário, para, em conjunto com outras instituições da mesma área, estudar formas de atuação, eventos, colónias de férias e outras celebrações.

EMPRESAS, FUNDAÇÕES, CLUBES DESPORTIVOS E RECREATIVOS

- Reunirá, sempre que necessário, para obter apoio para realizações da Delegação ou que seja solicitado pelos mesmos.

3.2 Atividades de Divulgação

Para 2020 prevê-se a continuação da nossa participação nas seguintes ações/intervenções:

Venda da Primavera – <i>Paço de Arcos</i>	Data a confirmar
Mostras Sociais: <ul style="list-style-type: none">▪ União de Freguesias de Algés, Cruz Quebrada/Dafundo, Linda a Velha – Algés▪ União de Freguesias de Oeiras, Paço de Arcos e Caxias - Oeiras	Datas conforme programação das Uniões de Freguesias
Mostra “Os Saberes e Sabores”	Maio
Festas de <i>Nosso Senhor dos Navegantes - Paço de Arcos</i>	Agosto/Setembro
Concerto de Outono pela Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras (OCCO) – <i>Oeiras</i>	Outubro
Informação e atualização permanente e em cima do acontecimento das atividades desenvolvidas pela nossa delegação, permitindo assim uma maior adesão de voluntários à nossa causa no Site e Facebook.	Durante todo o ano

3.3 Contactos Periódicos com a Direção Nacional e Direções de Delegações da ACA

Sempre que solicitado pela Direção Nacional ou a pedido das Delegações, para troca de informações e experiências.

3.4. Atividades na Área da Formação

Formação Inicial

Será realizada formação inicial dirigida aos futuros voluntários, com o apoio da Direção Nacional e, eventualmente, de outras delegações, dentro do espírito de colaboração que sempre caracterizou a ACA.

Formação Contínua

A realizar pela Delegação, dirigida a todos os voluntários, em áreas que estes considerem pertinentes, ministradas por técnicos superiores, voluntários ou não, feitas trimestralmente, de preferência durante as reuniões mensais.

Outras Formações

Ao longo do ano irão surgindo formações pontuais, ministradas por outras instituições de interesse para os voluntários. Frequentaremos as formações e cursos que nos permitam adquirir e/ou consolidar as nossas competências na área de apoio ao idoso.

- Direção Nacional da Associação Coração Amarelo - DN/ ACA
- Departamento Assuntos Sociais e Cultura - CMO
- Banco Local de Voluntariado Oeiras - CMO
- Entidades de Saúde / Centros - ACES
- Plano de Desenvolvimento Concelhio - GT "Idoso" (em desenvolvimento)
- Outras Instituições.

3.5.Outras Atividades

Atividades a realizar

A Delegação de Oeiras, embora neste Programa de Ação elabore o seu programa para 2020, está sempre disponível para colaborar e participar em eventos de outras Instituições que tenham interesse para a Associação.

Atividades com os Utentes

- Melhorar as visitas domiciliárias semanais.
- Acompanhar o Utente ao médico, nos tratamentos ao hospital e a outros locais necessários.
- Facilitar o convívio do utente com a família e vizinhos.
- Telefonar semanalmente aos utentes mais frágeis: Projeto "*As nossas segundas-feiras*".
- Acompanhar telefonicamente utentes sem voluntário ainda atribuído.
- Enviar cartões de felicitações pelo Aniversário, Natal e Páscoa.
- Realizar, sempre que possível, passeios ou visitas a locais de interesse cultural ou de lazer.

- Intensificar o convívio entre Utentes e Utentes/Voluntários, através de lanches mensais ou outras formas de diálogo.
- Convidar os Familiares dos utentes para a Festa de Natal.
- Realizar “ Colónias de Férias” abertas, na praia e/ou piscina.
- Levar ofertas personalizadas, os “Miminhos” no Natal e na Páscoa.
- Continuar a participar em projetos Intergeracionais com escolas, escuteiros, etc.
- Esclarecer sobre os direitos da Pessoa Idosa e/ou deficiente.

Atividades com os Voluntários

- Promover Convívios (almoço ou jantar) com os Voluntários.
- Realizar reuniões mensais, precedidas de um pequeno convívio.
- Apoiar voluntários em situações de fragilidade emocional ou física.
- Enviar cartões de felicitações pelo Aniversário.
- Utilizar processos diversificados para aumentar a união e a amizade entre Voluntários.
- Valorização através de atividades de formação, contribuindo assim para a realização pessoal e motivacional.

4. Colaboração com outras entidades

A delegação de Oeiras continuará a privilegiar a colaboração que tem mantido com diversas entidades do concelho, públicas ou privadas, sem prejuízo de outras que certamente irão aparecer.

ASSOCIAÇÃO REGASTE

- Projetos Intergeracionais

CENTRO NUNO BELMAR DA COSTA

- Apoio à instituição por voluntários da Delegação através de acompanhamento nas refeições, aulas e passeios.
- Participação nos seus eventos.

CENTROS DE DIA E DE CONVÍVIO CONCELHIOS

- Continuação do apoio em eventos comuns.
- Melhor conhecimento do seu funcionamento.
- Respostas para o isolamento.

ASSOCIAÇÃO JUNTOS POR MAIS

- Colaboração mútua em eventos e realizações que tenham como finalidade a Pessoa Idosa.

ESCOLAS, UNIVERSIDADES, INSTITUTOS

- Continuaremos disponíveis para integrar pedidos de Projetos ou estágios académicos de alunos do ensino secundário e superior, preferencialmente das áreas relacionadas com os seniores.

ACADEMIAS E UNIVERSIDADES SENIORES

- Estágios ou trabalhos a efetuar por alunos interessados na área do Idoso
- Prosseguiremos com a orientação de aulas semanais em estabelecimentos de ensino.

MINISTÉRIO DA JUSTIÇA

- Aceitaremos e acompanharemos cidadãos para cumprimento de penas na área do Voluntariado.

CAMARA MUNICIPAL DE OEIRAS – UNIÕES DE FREGUESIAS

- Colaboração, sempre que for solicitada, na realização de diversos eventos no concelho.

EMPRESAS

- Estamos disponíveis para, mediante acordo ou protocolo, realizar Ações de voluntariado empresarial.

5. Protocolos, parcerias e acordos de colaboração

PARCERIAS

2004 - SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE OEIRAS - Acordo de Parceria de 10 de novembro de 2004, encaminhamento de casos para Apoio Domiciliário e Clínico, Centros de Dia, eventos conjuntos.

2006 - ASSOCIAÇÃO JUNTOS POR MAIS - Acordo de Parceria de 8 de setembro de 2006, realização de eventos.

2016 - ASSOCIAÇÃO RESGASTE - Parceria no âmbito de projetos intergeracionais.

CENTRO PAROQUIAL DE PAÇO DE ARCOS - Parceria na cedência do Salão Paroquial e de todo o apoio logístico aquando da Venda de Primavera.

HOTEL REAL DE OEIRAS - Nossos parceiros de há muitos anos na organização das festas de Natal e de encontros de voluntários.

RESTAURANTE BAÍA DOS GOLFINHOS - Parceiros na organização das Colónias de Férias em Junho e em Setembro.

PISCINA OCEÂNICA DE OEIRAS – Parceiros na entrada gratuita de dois dias por ano, aquando das Colónias de Férias.

2018 – FARMÁCIA HOLON, FIGUEIRINHA (OEIRAS) - Parceria no âmbito da saúde (rastreios), bem-estar e ainda ações formativas.

PROTOSCOLOS

2004 - CAMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - Protocolo nº 89/2004, de 6 de setembro de 2004, cedência de instalações, apoio logístico.

2008 - COMISSÕES SOCIAIS DE FREGUESIA - Ao abrigo da Constituição do Projeto de Trabalho de Rede Social, de que a CMO é dinamizadora e a Delegação de Oeiras, membro a nível Concelhio (CLAS), e a nível de Freguesias e União de Freguesias

- 2005 - Junta de Freguesia de Oeiras.
- 2007 - Junta de Freguesia de Paço de Arcos.
- 2008 - Junta de Freguesia de Algés.
- 2010 - Junta de Freguesia de Carnaxide.
- 2011 – Centro Social e Paroquial de Nova Oeiras 1
- 2016 – Centro Social e Paroquial de Oeiras

2012 - FUNDAÇÃO CASA DE MACAU

2013 - COMFORT KEEPERS

2013 - FUNDAÇÃO MARQUÊS DE POMBAL

2018 - NOVA SCHOOL OF BUSINESS AND ECONOMICS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA, (Carcavelos), com o Programa de Voluntariado “Comunidade Nova”.

2019 – ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES DO INSTITUTO SUPERIOR TÉCNICO – Angariação de voluntários através do site da Associação.

6. Atividades de monitorização e avaliação

O trabalho efetuado na Delegação de Oeiras será avaliado através dos seguintes instrumentos:

- Reuniões mensais de Direção.

¹ Cedência de uma carrinha de 9 lugares para utilização de utentes com dificuldades motoras (oferta da SIC Esperança e Delta Cafés)

- Reuniões mensais de Voluntários.
- Projeto “As nossas Segundas-Feiras” e diversos telefonemas.
- Ficha de acompanhamento de atividades do voluntário com o seu utente.
- Inquérito de Satisfação do Voluntário e do Utente.
- Relatório anual de avaliação.

7. Projetos – eventos de divulgação e criação de receitas

7.1 – Projetos – Eventos de divulgação

Os eventos de divulgação encontram-se descritos no ponto 3.2.

7.2- Novos Projetos

A delegação de Oeiras foi contactada por um grupo de teatro com gente bastante nova para, primeiramente, conhecer o trabalho de algumas instituições de solidariedade social que já operam em Oeiras, e para, no futuro, desenvolver um projeto artístico que seja pertinente e complementar ao papel social dessas instituições.

Com a implementação do Sistema de Gestão de Donativos, torna-se premente desenvolver esta ferramenta no sentido de nos ajudar, não só na angariação de novos doadores/sócios, mas também na consolidação dos já existentes. Consideramos por isso um novo e importante projeto.

7.3 – Criação de receitas

Acreditamos que em 2020 a Câmara Municipal de Oeiras nos continuará a apoiar com um subsídio fixo anual, com o seu apoio na divulgação da nossa causa e nas ajudas previstas no seu Plano para 2020.

Continuaremos também a contar com a ajuda das Uniões de Freguesia do concelho de Oeiras e de inúmeros amigos que, graciosamente, nos oferecem o seu apoio e tempo para minimizar a solidão dos nossos utentes, quer seja culturalmente ou em géneros. Tudo isto se traduz em receitas para a delegação.

As restantes receitas serão obtidas, como de costume, através de:

- Quotizações, Vendas e Feiras.
- Eventos Culturais e “Concerto de Outono”.
- Apoio de Empresas.
- Donativos particulares e de comerciantes.

II – Orçamento da Delegação de Oeiras

Custos/Despesas	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal – Remunerações e Honorários	7800	7800
2. Fornecimentos e serviços externos:		
- Água		
- Eletricidade		
- Correio	150	
- Telefone e Internet	180	
- Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene	400	
- Artigos para oferta e divulgação/merchandising	300	
- Produção de folhetos		
- Manutenção do Site		
- Serviços especializados (incl.q/p serviços de contabilidade)		
- Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão	50	1080
3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	600	600
4. Seguros	350	350
5. Rendas das instalações		
6. Apoio a actividades das Delegações e CI's		
7. Custos com Ações de Formação	70	70
8. Organização de eventos de índole social ou cultural	3000	3000
9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais		
10. Diversos (v.g Quotas em organismos afins, apoios, incl. Donativos a ONG/IPSS; Assembl. Gerais/DN)		
11. Outras despesas (Apoio e ofertas a utentes)	2500	2500
T O T A L :		16400

Proveitos/Receitas	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:		
- Eventos de índole social ou cultural (Concerto)	2500	2500
1.2. Vendas :		
- Artigos de divulgação/merchandising	1100	
- Vendas diversas (Venda da Primavera reuniões; festas; feiras)	2100	3200
2. Quotas	2500	2500
3. Donativos	3000	3000
4. Subsídios e apoios institucionais	3000	3000
5. Outras Receitas	2200	2200
T O T A L :		16400
Saldo Proveito/Receitas – Custos/Despesas		

Pela Direção da Delegação de Oeiras:



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Porto

PROGRAMA DE ACÇÃO e ORÇAMENTO 2020
da Delegação do Porto

I. Programa de acção

- 1. Introdução**
- 2. Objectivos gerais do Plano de actividades**
- 3. Actividades previstas para 2020**
 - 3.1 Actividades de gestão**
 - 3.2 Actividades de divulgação**
 - 3.3 Contactos periódicos com A Direcção Nacional e Direcções de Delegações e Comissões Instaladoras**
 - 3.4 Actividades na Área da Formação**
- 4. Colaboração com outras entidades**
- 5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração**
- 6. Actividades de monitorização e avaliação**
- 7. Projectos – Eventos de divulgação e criação de receitas**

II. Orçamento

1. Introdução

... 135% é o aumento do número de portugueses a viverem sozinhos entre 1991 e 2018, segundo o INE. Há 27 anos eram 400 mil e agora são 939 mil.

Os sociólogos e demógrafos sublinham, porém, que viver sozinho não é necessariamente sinónimo de solidão. Ainda assim, os idosos são particularmente expostos à solidão, designada até como a 'nova epidemia'. Essa solidão não acontece só nas zonas rurais e pouco populosas. Nas zonas com mais população também é real. O anonimato que impera nas grandes cidades, a elevada percentagem de habitações em que é necessário um uso de escadas e o afastamento que normalmente existe entre os locais de habitação, trabalho, consumo e lazer, são exemplos de fatores que, quando se é mais velho, potenciam a solidão nas áreas urbanas" ...

É esta situação, que se vai agravando, conforme revela esta transcrição parcial do artigo publicado no Jornal Expresso de 20-07-2019, que procuramos atenuar com a nossa acção de voluntariado.

2. Objectivos gerais do Programa de Acção

Cumprimento estatutário da missão principal de apoio a pessoas idosas que vivem sós, na solidão, sem esquecer contudo, todo o contexto socioeconómico em que se inserem e que, indubitavelmente, agrava o estado, já de si gravoso da solidão.

Neste sentido iremos dar continuidade a todas as parcerias, com entidades públicas ou privadas, suscetíveis de melhorarem o bem-estar físico e psíquico dos idosos necessitados da nossa solidariedade, consolidando as parcerias existentes, com a Universidade do Porto, Câmara Municipal do Porto, Juntas de Freguesia, Entidades Privadas, Casa da Misericórdia do Porto (programa de teleassistência) e outras IPSS.

3. Actividades previstas para 2020

3.1 Actividades de gestão

1. Desenvolvimento e aprofundamento do programa de gestão de voluntários, reforçando a formação inicial e continua.
2. Apoio/supervisão do trabalho dos voluntários, articulando com os serviços sociais locais e polícia de proximidade quando tal se afigura conveniente.

3.2 Actividades de divulgação

1. Ligação com os meios de comunicação social; página digital da Associação Coração Amarelo e suas Delegações, edição de folha informativa mensal a enviar a voluntários, sócios e simpatizantes.
2. Participação em eventos de diversa natureza.

3.3 Contactos periódicos com a Direcção Nacional e Direcções de Delegações e Comissões Instaladoras

Disponibilidade para encontros a nível nacional e regional para trocas de informações, experiências e formação mútua.

3.4 Actividades na Área da Formação

Recrutamento, seleção e formação de novos voluntários.

4. Colaboração com outras entidades

1. Celebração de novos protocolos e continuação de colaboração com IPSS e outras entidades, nomeadamente PSP – Serviço de Proximidade, “Atmosfera m” da iniciativa do Grupo Montepio e Entreatajuda, serviço de teleassistência no âmbito do Programa Chave de Afectos da Santa Casa da Misericórdia do Porto e Banco de fraldas da IPSS Passo Positivo.
2. Participação na Rede Social da Câmara Municipal do Porto e Banco de Voluntariado
3. Colaboração com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto no programa curricular de formação Social e Humana daquela Faculdade, aceitando a inscrição dos estudantes que, em cada ano letivo, se voluntariam para, através da ACA-DP, adquirirem formação humana e social, ajudando-nos a minorar a solidão de quem vive só.

4. 5. Protocolos, Parcerias e Acordos de Colaboração

1. Aprofundamento / implementação dos protocolos com a Universidade Católica, Santa Casa da Misericórdia do Porto, Junta de Freguesia de Ramalde, Junta da UF de Cedofeita, Sto. Ildefonso, S. Nicolau, Sé, Vitória e Miragaia e com a EDP, Grupo Mello Saúde e Fundação Amélia de Mello.
2. Continuar a desenvolver o protocolo com o Grupo Mello Saúde, nomeadamente o grupo de voluntariado do Hospital da CUF do Porto.

3. 6. Actividades de monitorização e avaliação

Avaliação sistemática e contínua do trabalho desenvolvido pelos voluntários através dos relatórios mensais por eles remetidos, de contactos telefónicos, de visitas de supervisão aos beneficiários e de reuniões de formação/avaliação.

7. Projectos - Eventos de divulgação e criação de receitas

Angariação de patrocinadores, individuais e empresas.

1. Proporcionar aos nossos beneficiários, acompanhados pelos nossos voluntários, atividades de confraternização e de lazer.

Novembro, 2019 Pela Direcção da Delegação do Porto

Orçamento para 2020

da Delegação do Porto

Custos/Despesas

	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal - Remunerações e Honorários		
2. Fornecimentos e serviços externos		390,00
- Água		
- Electricidade		
- Correio	40,00	
- Telefone e Internet	350,00	
- Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene		
- Artigos para oferta e divulgação/merchandising		
- Produção de folhetos		
- Manutenção do Site		
- Serviços especializados (incl.q/p serviços de contabilidade)		
- Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão		
1. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	160,00	160,00
2. Seguros	560,00	560,00
3. Rendas das instalações		
4. Apoio a actividades das Delegações e CI's		
5. Custos com Acções de Formação		
6. Organização de eventos de índole social ou cultural		
7. Organização e convocação de Assembleias-Gerais		
8. Diversos (v.g Quotas em organismos afins, apoios, incl. Donativos a ONG/IPSS; Assembl. Gerais/DN)		
9. Outras despesas e Imprevistos (rubrica residual)		
T O T A L :		1110,00

Proveitos/Receitas

	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:		
- Eventos de índole social ou cultural		
1.2. Vendas:		
- Artigos de divulgação/merchandising		
- Venda de.....		
- Venda de		
- Venda de		
2. Quotas	340,00	340,00
3. Donativos	1000,00	1000,00
4 - Subsídios e Apoios Institucionais		

5 - Receitas Diversas (discriminar se relevante)		
T O T A L :		1340,00
Saldo		
Proveitos/Receitas - Custos/Despesas		230,00

Pela Delegação do Porto:



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Porto de Mós (Bouceiros)

PROGRAMA DE AÇÃO E ORÇAMENTO 2020

da Delegação de Bouceiros – Porto Mós

I. Programa de ação

1. Introdução
2. Objetivos gerais do Plano de atividades
3. Atividades previstas para 2020
 - 3.1 Atividades de gestão
 - 3.2 Atividades de divulgação
 - 3.3 Contratos periódicos com a Direção Nacional e Direções de Delegações

Direções de Delegações

- 3.4 Atividades na área da Formação
4. Colaboração com outras entidades
5. Protocolos, Parcerias e Acordos de colaboração
6. Atividades de monitorização e avaliação
7. Projetos – Eventos de divulgação e criação de receitas

II. Orçamento

1. Introdução

A nossa intervenção procura incidir na comunidade local e regiões limítrofes numa simbiose local-global.

2. Objetivos gerais do Programa de Ação

Expandir o raio de ação com o aumento do apoio a situações de solidão e simultaneamente promover um maior envolvimento da comunidade de modo a garantir o aumento do número de sócios.

3. Atividades previstas para 2020

3.1 Atividades e gestão

Reuniões mensais da Delegação para planeamento das ações a desenvolver.

3.2 Atividades e gestão

Participação nas festas do Município com destaque para a feira de São Pedro com stand de divulgação da Associação.

Planeamento e dinamização do evento Viver Porto Mós, em articulação com o Município e outras Instituições do Concelho.

3.3 Atividades e gestão

Participação nas reuniões convocadas pela Direcção Nacional.

Participação em eventos organizados pela Direcção Nacional ou Delegações.

3.4 Atividades e gestão

Realizar uma ação de formação inicial.

4. Colaboração com outras entidades

Dinamização de atividades conjuntas com o Município, Rede Social e Junta de Freguesia, nomeadamente a Festa de Natal e o Almoço Solidário.

Reuniões mensais com as IPSS do Concelho para planear, monitorizar e avaliar as atividades a realizar: Carnaval dos Idosos; Chá da Primavera; Mês do Idoso (passeios e convívios).

5. Protocolos, Parcerias e Acordos de Colaboração

Protocolo com a Administração regional de Saúde do Centro para acompanhamento de pessoas em solidão encaminhadas pela Unidade de Cuidados na Comunidade D. Fuas Roupinho – Porto Mós.

6. Atividades de monitorização e avaliação

Reuniões e visitas de acompanhamento.

7. Projetos – Eventos de divulgação e criação de receitas

Feira de São Pedro e Viver Porto de Mós.

Porto de Mós, outubro de 2019

Pela Delegação
Maria Filomena de Morais Sarmiento Machado Matos

Orçamento para 2020
Delegação de Bouceiros – Porto Mós

Custos/Despesas

	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal – remunerações e honorários		
2. Fornecimentos e serviços externos		
- Água		
- Electricidade		
- Correio		
- Telefone e Internet		
- Material de escritório/consumíveis/expediente e higiene		
- Artigos para oferta e divulgação/merchandising		
- Produção de folhetos		
- Manutenção do Site		
- Serviços especializados		
- Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão		
3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	200,00	
4. Seguros		
5. Rendas das instalações		
6. Apoio a atividades das Delegações e C.I's		
7. Custos com Ações de Formação		
8. Organização de eventos de índole social ou cultural	300,00	
9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais		
10. Diversos (v.g. Quotas em organismos afins, apoios, incl. donativos a ONG/IPSS; Assembleias Gerais/DN)		
11. Outras despesas e imprevistos (rubrica residual)		
TOTAL	500,00	500,00

Proveitos/Receitas

	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:		
- Eventos de índole social ou cultural	100,00	
1.2. Vendas:		
- Artigos de divulgação/merchandising		
2. Venda Livros	200,00	
3. Quotas	100,00	
4 – Subsídios e Apoios Institucionais		
5 – Receitas Diversas (discriminar se relevante)	100,00	
TOTAL		500,00
Saldo		
Proveitos/Receitas - Custos/Despesas		

Nota: O Município cede as instalações e suporta as despesas de manutenção, de água e de luz. Todas as atividades são realizadas, sobretudo, com o trabalho em rede com as Instituições.

Porto de Mós, outubro de 2019.

Pela Delegação
Maria Filomena de Morais Sarmiento Machado Matos



ASSOCIAÇÃO

Coração Amarelo

Programa de Acção e Orçamento 2020

da

Delegação de Sintra

INDICE

1. Introdução	4
2. Objetivos gerais do Plano de Atividades	5
3. Atividades previstas para 2020	6
3.1. Atividades de gestão	6
3.2. Atividades a desenvolver no âmbito do apoio direto.	
3.3. Atividades culturais, recreativas, criativas de ocupação e animação	6-7-8-
3.3.1. CLUB+ (Sénior)	9
3.3.2. Outras Atividades	
3.3.3. Novos Projetos	
3.4. No âmbito da divulgação da Delegação.	
3.5. Contactos periódicos com direções e comissões Instaladoras das Delegações	9,10
3.6. Atividades na área da Formação	
3.7. Atividades de participação no âmbito de parcerias	10-11
4. Recursos	11

5. Atividades de Monitorização e Avaliação

12

Anexos - Orçamento para 2020

1. INTRODUÇÃO

Conforme instituído pelos seus Estatutos, a Associação Coração Amarelo (ACA), Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, dotada de personalidade jurídica e declarada Pessoa Coletiva de Utilidade Pública prossegue os seguintes objetivos:

- a) Promover iniciativas que visem apoiar pessoas em situação de solidão e/ou dependência, preferencialmente as mais idosas;
- b) Promover, junto das entidades responsáveis, iniciativas tendentes à sua sensibilização para a necessidade de melhorar a qualidade de vida das pessoas nas situações referidas na alínea anterior, incluindo a implementação e desenvolvimento nas comunidades de um serviço de apoio domiciliário integrado e de qualidade, em articulação com os serviços de saúde e de ação social;
- c) Promover um espírito de solidariedade e cooperação entre os familiares, vizinhos e amigos dos beneficiários, através de pessoas voluntárias que possam oferecer o seu tempo e o seu saber.

A Delegação de Sintra tem vindo a contribuir ativamente para o cumprimento destes objetivos, pretendendo continuar a alargar a sua atividade para abranger um cada vez maior número de pessoas beneficiárias, de voluntários e de sócios na sua área de intervenção geográfica.

A dinâmica de implementação da Delegação iniciou-se em 2008 e 2009, tendo durante os anos seguintes apostado na dinamização de parcerias e da intervenção local, reforçando a sua ação.

Pretende-se em 2020 continuar a consolidar um papel ativo e de proximidade, nas vertentes social, cultural e recreativa, para além do reforço crescente do trabalho integrado e em rede através das sinergias comunitárias fortificando a Delegação no meio local com parcerias estabelecidas com entidades como , a Câmara Municipal de Sintra, GNR ,Cruz Vermelha Portuguesa, os Lyons, Juntas de Freguesias e as empresas Resiquímica, Delta e Montepio e outras. Com a União das Freguesias de Sintra- St^a Maria e S. Miguel, S. Martinho e S. Pedro de Penaferrim pretende-se manter a estreita colaboração estabelecida desde o seu início.

2. OBJECTIVOS GERAIS DO PLANO DE ATIVIDADES

O presente Plano é reflexo da visão estratégica da Delegação, de acordo com a sua missão estatutária e pretende operacionalizar a intervenção prevista para 2020 de acordo com os seguintes objetivos:

- Assegurar o funcionamento da Delegação de acordo com os objetivos estatutários da ACA e com as necessidades locais;
- Divulgar a Associação junto dos meios de comunicação social e de entidades públicas e privadas da comunidade;
- Desenvolver o apoio às pessoas mais idosas em situação de dependência, solidão e/ou isolamento;
- Promover a Associação junto das entidades responsáveis pelo apoio a pessoas mais idosas;
- Estabelecer parcerias formais e informais com entidades e serviços que prestem apoio a pessoas mais idosas em situação de dependência, solidão e/ou isolamento.

3. ATIVIDADES PREVISTAS PARA 2020

3.1. Atividades de Gestão

- Manutenção da sede da Delegação;
- Elaboração de candidaturas a Programas de Apoio Financeiro a Instituições sem Fins Lucrativos, quer oficiais quer particulares,
- Angariação de sócios, com vista à consolidação do tecido associativo da Delegação;
- Angariação de voluntários;
- Aumentar o número de beneficiários bem como o apoio qualitativo e quantitativo;
- Angariação de receitas;
- Realização de reuniões periódicas de Direção e voluntários.
- Realização de reuniões com entidades e parceiros.

3.2. Atividades a desenvolver no âmbito do apoio direto

- Registo e análise dos pedidos de apoio (tipo de pedido, situação sócio familiar e outras), com definição de prioridades no atendimento;
- Manutenção e atualização do ficheiro de beneficiários, voluntários e sócios.

- Apoio e acompanhamento aos beneficiários com base num Plano de Desenvolvimento Pessoal /Plano de ajuda individualizado, de acordo com necessidades específicas dos pedidos de apoio

- Acompanhamento de beneficiários quando solicitado por outras entidades e instituições, de acordo com os critérios de apoio definidos.
- Encaminhamento de situações para outras entidades, quando assim se justificar

- Desenvolvimento de atividades de carácter recreativo e cultural de acordo com as expectativas, interesses e capacidades individuais ou de grupo das pessoas apoiadas
- Fazer rastreios de saúde
- Dinamização de espaços de debate e/ou discussão de temas que interessem às pessoas apoiadas;

3.3. Atividades culturais, recreativas, criativas de ocupação e animação

3.3.1. Clube + (sénior)

O *Club + funciona em instalações cedidas* pela Paróquia de St^a M^a e S. Miguel. Abrange um conjunto de atividades integradas no desenvolvimento da área social, cultural e recreativa da intervenção da ACA, tais como:

- - Atividade complementar junto dos beneficiários apoiados com acompanhamento ao exterior, passeios diversos, lanche /almoços e momentos de convívio.
- Celebração de datas festivas tais como: Aniversários, dia da pessoa idosa, dia dos avós, etc.
- Dinamização de vários ateliers:

Pintura

- Costura
- Malhas e rendas
- Trabalhos manuais
- Informática
- Leituras
- Alfabetização
- Organização de atividades gastronómicas
- Visitas a museus
- Vendas de Natal e em feiras temáticas
- Rastreios de saúde
- Teatro
- Cantares Populares
- Experiências Gastronómicas
- Etc.

3.3.2. Outras Atividades

- Organização de Festas de Aniversário para os beneficiários;
- Organização de Festa de Natal para todos os beneficiários e voluntários da Delegação, prevendo-se cerca de 100 pessoas;
- Organização de Passeios culturais a várias zonas do país e locais de origem dos beneficiários prevendo-se abranger no total aproximadamente 200 beneficiários;
- Visitas a locais de interesse em Sintra
- Organização de colónia de férias prevendo-se abranger cerca de 200 beneficiários;
- Dinamização da IX Edição do Mega Pic Nic de Verão, com a participação de idosos de todo o Concelho, em articulação com a Câmara Municipal, as Juntas de Freguesia e com diversos apoios de IPSS outras organizações e empresas;
- Magusto de S. Martinho
- Organização ou participação de Ciclo de Conferências sobre diversas temáticas, na área da população idosa.

3.3.3. Outros projetos

- Projeto “Conversas ao Entardecer” – Organização de 3 Tertúlias destinadas ao público em geral, a realizar em Casas de Chá na Vila de Sintra;
- Tardes de animação;
- Encontro convívio de homenagem a pessoas com mais de 90 anos.

3.4. No âmbito de divulgação da Delegação

- Realização de campanhas de sensibilização e informação junto de órgãos da comunicação social local sobre a atividade da ACA e da Delegação de Sintra em particular;

- Divulgação da ACA junto da população em geral, serviços e comércio local;
- Realização de encontros e reuniões com parceiros da comunidade, entre os quais, Juntas de Freguesia, Centros de Saúde, Esquadras da Polícia de Segurança Pública e GNR, Centro Sociais e Comunitários, com vista a divulgar os objetivos da Associação e a intervenção da Delegação;
- Articulação com a Rede Social Local;
- Organização de eventos para angariação de fundos ou divulgação da ACA
- Organização em Maio do “Chá das Margaridas”
- Venda dos livros “Solidão”, “Menos Solidão ”e “Singularidades” livro de Receitas de Culinária, a Serigrafia de Maria de Moraes, garrafas de vinho com logótipo da ACA e outros artigos.

3.5. Contactos periódicos com Direções e Comissões Instaladoras das Delegações

Participação em reuniões e contactos periódicos com algumas Delegações e Direção Nacional com vistas a um melhor funcionamento ou organização de atividades conjuntas.

3.6. Atividades na Área da Formação

- Formação dos voluntários, com colaboração com a Direção Nacional, e estruturas locais;
- Continuação da colaboração com o Banco de Voluntariado de Sintra;
- Organização de reuniões periódicas de voluntários para informação, formação e avaliação das intervenções efetuadas.

3.7. Atividades de Participação no âmbito das parcerias

Dinamização e/ou formalização de Parcerias com as seguintes entidades:

- Câmara Municipal de Sintra;
- União das Freguesias de Sintra – Santa Maria e S. Miguel, S Martinho e S. Pedro de Penaferrim;
- Outras Juntas de Freguesia do Concelho
- Centro “Ciência Viva”
- Banco de Voluntariado de Sintra;
- Cruz Vermelha – Delegação de Sintra;
- Escola de Hotelaria e Turismo;
- Centro Equestre de Sintra;
- Vila Alda, C M Sintra
- Liga dos Amigos “Os Avós”;
- Lares privados para população idosa;
- Fábrica da Igreja de Santa Maria e S. Miguel;
- Centro de Saúde de Sintra;
- Lyons Clube de Sintra Romântica;
- Academia de Terceira Idade de Sintra;
- Exército de Salvação
- Omnova (ex.- Resiquímica)
- Delta Cafés
- Restaurantes e Comércio Local
- Outras a definir.

4. RECURSOS

Recursos Humanos:

- Voluntários da Direção da Delegação
- Voluntários de acompanhamento a beneficiários.

Recursos Logísticos:

- Utilização de sala equipada com mesas e cadeiras, com linha telefónica e acesso à Internet, disponibilizada pela União das de Freguesia de Sintra Santa Maria e S. Miguel, S. Martinho, e S. Pedro de Penaferrim;
- Utilização do salão Paroquial da Igreja de Santa Maria e São Miguel

Recursos Financeiros:

- Quotas dos Sócios;
- Angariação de fundos e de apoios junto de entidades oficiais, empresas e população em geral.

5. ATIVIDADES DE MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO

Paralelamente à implementação do Plano de Ação de 2020, propõe-se a constante monitorização e o registo das atividades desenvolvidas, tendo em vista o aperfeiçoamento de toda a intervenção e por sua vez a definição de novos desafios de acordo com um permanente diagnóstico de necessidades e potencialidades.

A Presidente da Delegação

.....
Maria Clarinda Rebelo Rodrigues

Orçamento para 2020 da Delegação de Sintra

Custos

	(p/item)	(subtotais)
1. Pessoal – Remunerações e Honorários	----	
2. Fornecimentos e serviços externos:		
Água		
Eletricidade e Gás	500	
Correio	40	
Telefone e Internet	----	
Material de esc./Consumíveis/Expediente e Higiene	250	
Artigos para oferta e divulgação/merchandising	300	
Produção de folhetos		
Manutenção do Site	----	
Serviços especializados	
Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão	100	1190
3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)	150	150
4. Seguros	400	400
5. Rendas das instalações	-----	
	1000	
6 -A POIO A ACTIVIDADES		
a -Picnic de Verão	3600	
b - Colónia de Férias		
c -Passeio ao concelho de Sintra, Lisboa, Costa Vicentina	7200	
,Elvas Alcobaça ,Tapada de Mafra,Coimbra		
d - Lanches de Aniversário e convívio de homenagem	1500	
e - Festa de Natal e homenagem aos mais idosos de		
g - Encontro Gastronómico	1400	
h - Aquisição de Materiais para ateliers		
	200	21240
	4600	
7-Custos com Ações de Formação	200	200
8-Organização de eventos de índole social ou cultural	500	500
9-Diversos	400	400
10-Outras Despesas (especificar se)	500	500
TOTAL	22840	22840

Proveitos

	(p/item)	(subtotais)
1. Angariação de fundos		
1.1. Organização de eventos:		
- Eventos de índole social ou cultural	3800	
-		
1.2. Vendas:		
- Artigos de divulgação/ <i>merchadising</i>	500	
- Livros	480	
- Venda de artigos	560	
2. Donativos / Subsídios e apoios institucionais	10200	
3. Quotas e receitas diversas	7300	
TOTAL	22840	22840
Saldo:	000	000

Pela Presidente da Direção da Delegação de Sintra