





ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

# ENGLOBALAMENTO



## EXERCÍCIO DE 2022

## DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS A 31 DE DEZEMBRO DE 2022

**Associação Coração Amarelo**

## ENGLOBAMENTO

| <b>Custos/Despesas</b>   | <b>(p/item)</b>  | <b>(subtotais)</b> |
|--|------------------|--------------------|
| 1. - PESSOAL – REMUNERAÇÕES E IMPOSTOS   | 84 452,60        |                    |
| 2. Fornecimentos e serviços externos   |                  |                    |
| - Água   | 266,20           |                    |
| - Electricidade  | 537,56           |                    |
| - Correio  | 426,79           |                    |
| - Telefone e Internet  | 5896,73          |                    |
| - Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene  | 3860,18          |                    |
| - Artigos para oferta e divulgação/merchandising   | 15664,33         |                    |
| - Produção de folhetos   | 4428,00          |                    |
| - Manutenção do Site   | 2842,53          |                    |
| - Serviços especializados( incl. q/p serviços de contabilidade)                                  | 4208,05          |                    |
| - Fotocópias/Trabalhos gráficos/Impressão  | 1636,31          |                    |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)  | 12040,18         |                    |
| 4- Seguros   | 2774,49          |                    |
| 5- Rendas das instalações  | 5282,69          |                    |
| 6- Apoio a actividades das Delegações e Cl's (rubrica a  | 3667,69          |                    |
| 7- Custos com Acções de Formação   | 296,10           |                    |
| 8- Organização de eventos (índole social, cultural ou recreativo)                                | 21310,44         |                    |
| 9- Organização e convocação de Assembleias-Gerais  | 75,00            |                    |
| 10- Diversos(v.g Quotas em organismos afins, apoios, incl. Donativos a ONG/IPSS,utentePlataforma | 316,76           |                    |
| 11. Outras despesas e Imprevistos (rubrica residual)   | 11644,66         |                    |
| 12. Apoio a Utentes  | 3591,79          |                    |
| <b>TOTAL</b>   | <b>185219,08</b> |                    |
| <b>Proveitos/Receitas</b>  |                  |                    |
| 1. Angariação de fundos  |                  |                    |
| 1.1 Organização de eventos:  |                  |                    |
| - Eventos de índole social ou cultural   | 15497,50         |                    |
| 1.2 Vendas:  |                  |                    |
| - Artigos de divulgação/merchandising  |                  |                    |
| - Livros   |                  |                    |
| - Outros Artigos e produtos  | 1725,85          |                    |
| 2. Quotas  | 7589,00          |                    |
| 3. Donativos   | 67171,88         |                    |
| 4- Subsídios e Apoios Institucionais   | 112638,53        |                    |
| 5- Receitas Diversas (discriminar se relevante)  | 7677,65          |                    |
| <b>TOTAL:</b>  | <b>212300,41</b> |                    |
| <b>Saldo</b>   | <b>27081,33</b>  |                    |
| <b>Proveitos /Receitas - Custos/Despesas)</b>  |                  |                    |

Pela Direcção Nacional

Rua Guilherme de Azevedo, 8r/c Dtº - 1700-221 Lisboa Telef: 21 795 81 67

E-mail: secretariado@coracaoamarelo.pt-www.coracaoamarelo.pt Inst. Particular Solidariedade Social -NIF 504 813 846

**BALANÇO (Individual ou consolidado) em 12 de 2022**

| Rubricas                                     | Notas | 2022              | 2021              |
|--|-------|-------------------|-------------------|
| <b>ATIVO</b>                                 |       |                   |                   |
| Ativo não corrente                           |       |                   |                   |
| Outros Investimentos financeiros             |       | 795,87            | 891,14            |
| Subtotal                                     |       | 795,87            | 891,14            |
| Ativo corrente                               |       |                   |                   |
| Clientes                                     |       | 3 000,00          | 0,00              |
| Estado e outros entes públicos               |       | 1 189,22          | 0,00              |
| Outros créditos a receber                    |       | 1 388,98          | 1 388,98          |
| Diferimentos                                 |       | 724,66            | 541,16            |
| Outros ativos financeiros                    |       | 1 500,00          | 1 500,00          |
| Caixa e depósitos bancários                  |       | 330 045,35        | 315 579,23        |
| Subtotal                                     |       | 337 848,21        | 319 009,37        |
| <b>Total do ativo</b>                        |       | <b>338 644,08</b> | <b>319 900,51</b> |
| <b>CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO</b>             |       |                   |                   |
| Capital Próprio                              |       |                   |                   |
| Resultados transitados                       |       | 296 549,09        | 271 761,83        |
| Ajust. / Outras variações de capital próprio |       | -2 487,40         | -2 487,40         |
| Subtotal                                     |       | 294 061,69        | 269 274,43        |
| Resultado líquido do período                 |       | 18 083,92         | 24 787,26         |
| Interesses que não controlam                 |       |                   |                   |
| <b>Total do capital próprio</b>              |       | <b>312 145,61</b> | <b>294 061,69</b> |
| Passivo                                      |       |                   |                   |
| Passivo não corrente                         |       |                   |                   |
| Subtotal                                     |       | 0,00              | 0,00              |
| Passivo corrente                             |       |                   |                   |
| Fornecedores                                 |       | 2 953,06          | 3 107,27          |
| Adiantamentos de clientes                    |       | 3 000,00          | 0,00              |
| Estado e outros entes públicos               |       | 900,00            | 1 931,14          |
| Financiamentos obtidos                       |       | 8 150,00          | 8 000,00          |
| Outras dívidas a pagar                       |       | 11 377,41         | 12 715,41         |
| Diferimentos                                 |       | 118,00            | 85,00             |
| Subtotal                                     |       | 26 498,47         | 25 838,82         |
| <b>Total do Passivo</b>                      |       | <b>26 498,47</b>  | <b>25 838,82</b>  |
| <b>Total do capital próprio e do passivo</b> |       | <b>338 644,08</b> | <b>319 900,51</b> |

Contabilidade - (c) Primavera BSS

A Administração/Gerência \_\_\_\_\_

O Contabilista Certificado \_\_\_\_\_

**Demonstração dos resultados por naturezas em 12 de 2022**

(ME)

| Conta<br>Pos Neg | Rendimentos e Gastos  | Notas | 2022        | 2021       |
|------------------|---|-------|-------------|------------|
| 71/72            | Vendas e serviços prestados   |       | 0,00        | 0,00       |
| 75               | Subsídios à exploração  |       | 193 388,26  | 166 779,59 |
| 73               | Variação de inventários na produção                                 |       | 0,00        | 0,00       |
| 74               | Trabalhos para a própria entidade                                   |       | 0,00        | 0,00       |
| 61               | Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas            |       | 0,00        | 0,00       |
| 62               | Fornecimentos e serviços externos                                   |       | -109 538,69 | -61 486,25 |
| 63               | Gastos com pessoal  |       | -74 977,56  | -78 501,73 |
| 762 65           | Imparidades (perdas/reversões)                                      |       | 0,00        | 0,00       |
| 763 67           | Provisões (aumentos/reduções)                                       |       | 0,00        | 0,00       |
| 78               | Outros rendimentos  |       | 17 986,39   | 12 197,43  |
| 68               | Outros gastos   |       | -8 839,13   | -14 238,39 |
|                  | Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos |       | 18 019,27   | 24 750,65  |
| 761 64           | Gastos / reversões de depreciação e de amortização                  |       | 0,00        | 0,00       |
|                  | Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos) |       | 18 019,27   | 24 750,65  |
| 79 69            | Gasto de Financiamento (líquidos)                                   |       | 64,65       | 36,61      |
|                  | Resultado antes de impostos   |       | 18 083,92   | 24 787,26  |
| 812              | Impostos sobre o rendimento do período                              |       | 0,00        | 0,00       |
|                  | Resultado líquido do período  |       | 18 083,92   | 24 787,26  |

Contabilidade - (c) Primavera BSS

A Administração/Gerência \_\_\_\_\_

O Contabilista Certificado \_\_\_\_\_

#VALUE!

Moeda: Unidade:

Eur Euros

Contribuinte: #VALUE!

DEMONSTRAÇÃO INDIVIDUAL DOS RESULTADOS POR CENTROS DE CUSTO  
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO 2021

| RENDIMENTOS E GASTOS  | NOTAS | Delegação Lisboa | Delegação Porto | Delegação Oeiras | Delegação Cacém | Delegação Dir. Nacional | Delegação Sintra | Delegação Cascais | Total       |
|---|-------|------------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------------------|------------------|-------------------|-------------|
|   |       | 001              | 002             | 003              | 004             | 005                     | 006              | 007               | 00          |
| Vendas e serviços prestados   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Subsídios , doações e legados à exploração                                  |       | 105.949,71       | 4.597,00        | 10.349,24        | 20.620,75       | 44.031,91               | 7.839,65         | 0,00              | 193.388,26  |
| Variação nos inventários da produção  |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Trabalhos para a própria entidade   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas                   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Fornecimentos e serviços externos   |       | -13.558,16       | -2.613,35       | -22.441,27       | -20.967,45      | -35.537,43              | -13.864,29       | 0,00              | -109.538,69 |
| Gastos com o pessoal  |       | -74.859,85       | 0,00            | 0,00             | 0,00            | -117,71                 | 0,00             | 0,00              | -74.977,56  |
| Ajustamentos de inventários (perdas/reversões)                              |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)                          |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Provisões (aumentos/reduções)   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Provisões específicas (aumentos/reduções)                                   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Outras Imparidades (perdas/reversões)                                       |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Aumentos/reduções de justo valor  |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| Outros rendimentos e ganhos   |       | 1.562,00         | 345,00          | 2.521,00         | 3.253,00        | 6.154,06                | 3.310,33         | 0,00              | 17.986,39   |
| Outros gastos e perdas  |       | -2.512,25        | -618,02         | 188,45           | -1.093,03       | -1.816,13               | -2.973,15        | 0,00              | -8.839,13   |
| <b>Resultado antes de depreciações, gastos de financiamentos e impostos</b> |       | 16.581,45        | 1.710,63        | -9.382,58        | 1.813,27        | 12.714,70               | -5.687,46        | 0,00              | 18.019,27   |
| Gastos/reversões de depreciação e de amortização                            |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| <b>Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)</b>  |       | 16.581,45        | 1.710,63        | -9.382,58        | 1.813,27        | 12.714,70               | -5.687,46        | 0,00              | 18.019,27   |
| Juros e rendimentos similares obtidos                                       |       | 0,00             | 0,00            | 48,12            | 0,00            | 0,00                    | 16,53            | 0,00              | 64,65       |
| Juros e gastos similares suportados   |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| <b>Resultado antes de impostos</b>  |       | 16.581,45        | 1.710,63        | -9.334,46        | 1.813,27        | 12.714,70               | -5.670,93        | 0,00              | 18.083,92   |
| Imposto sobre o rendimento do período                                       |       | 0,00             | 0,00            | 0,00             | 0,00            | 0,00                    | 0,00             | 0,00              | 0,00        |
| <b>Resultado líquido do período</b>   |       | 16.581,45        | 1.710,63        | -9.334,46        | 1.813,27        | 12.714,70               | -5.670,93        | 0,00              | 18.083,92   |

**ACTA NÚMERO SESSENTA**

No dia 24 de Março de 2023, pelas catorze horas e trinta minutos, reuniu o Conselho Fiscal da Associação Coração Amarelo, IPSS [ACA], com sede na Rua Guilherme de Azevedo, nº 8 - r/c Dto em Lisboa, com a presença de todos os seus membros que se identificam e assinam no final. A ordem de trabalhos teve como ponto único a "Análise dos Relatórios e Contas da ACA relativas ao exercício de 2022".-----

Tendo procedido à apreciação dos documentos disponibilizados relativos ao ponto único da Ordem dos trabalhos, o Conselho Fiscal verificou o efeito positivo das persistentes acções levadas a cabo, a título de exemplo na Delegação de Lisboa, em concreto no comedimento das despesas globais da Associação não obstante a dinâmica espelhada nos relatos da actividade da Direcção Nacional e das Delegações, incluindo mesmo a criação de novas Comissões Instaladoras[C.I.].-----

Observando-se uma redução nas receitas da Associação, ainda assim estas revelam montantes assinaláveis, v.g. junto de apoiantes e beneméritos, num ainda difícil contexto socio-económico na sociedade em geral e em especial nas IPSS.-----

Resultou uma ainda muito confortável tesouraria agregada, com o que o CF se congratula; apesar da deterioração adicional do resultado nas Delegações de Oeiras e de Sintra, com alguma relevância no conjunto, mas cobertas pelos respectivos meios 'próprios', aconselhando o seu acompanhamento pela Direcção Nacional.-----

WAA.  
uf  
B

Apontamos mais uma vez, como reserva, não ter sido relevada pela Contabilidade/Contabilista Certificado da Associação, por falta de informação, a documentação de custos/despesas, proveitos/receitas e patrimonial das seguintes Delegações e C.I. - contrariamente ao que deixariam supor as suas contas internas - i.e. não relevadas para a Contabilidade- anexas aos relatórios de actividades:-----

- . Delegação de Bouceiros\_Porto de Mós;-----
- . Delegação de Cascais;-----
- . C.I. de Amadora - esta, anote-se, de criação recente.--

Em função da [muito]reduzida dimensão destas Delegações e C.I. admite-se que tais faltas não tenham impacto significativo no conjunto da ACA.-----

Contudo, mais uma vez, reitera o Conselho Fiscal que todos os custos e proveitos, pagamentos e recebimentos, por insignificantes que sejam, têm de ser relevados a bem da autenticidade das contas.-----

Concluindo, o Conselho Fiscal emite o seguinte parecer": Sem prejuízo das observações e reservas expressas acima, devem ser aprovadas as Contas, v.g. o Balanço e a Demonstração de Resultados, bem como os Relatórios da Actividade apresentados pela Direcção Nacional da Associação Coração Amarelo, referentes ao exercício de 2022".-----

Não havendo outros assuntos em agenda, foi encerrada a



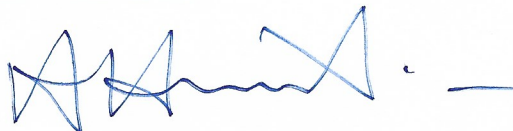
Associação Coração Amarelo  
Rua Guilherme de Azevedo, n° 8 - r/c Dto  
1700-221 Lisboa

36/50

AAA

sessão. 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)

Mª João Arriaga e Cunha

Vogal (Joaquim Nunes Barata)

Joaquim Barata



*Handwritten signature and initials in blue ink.*

**ACTA NÚMERO SESSENTA**

No dia 24 de Março de 2023, pelas catorze horas e trinta minutos, reuniu o Conselho Fiscal da Associação Coração Amarelo, IPSS [ACA], com sede na Rua Guilherme de Azevedo, nº 8 - r/c Dto em Lisboa, com a presença de todos os seus membros que se identificam e assinam no final. A ordem de trabalhos teve como ponto único a "Análise dos Relatórios e Contas da ACA relativas ao exercício de 2022".-----

Tendo procedido à apreciação dos documentos disponibilizados relativos ao ponto único da Ordem dos trabalhos, o Conselho Fiscal verificou o efeito positivo das persistentes acções levadas a cabo, a título de exemplo na Delegação de Lisboa, em concreto no comedimento das despesas globais da Associação não obstante a dinâmica espelhada nos relatos da actividade da Direcção Nacional e das Delegações, incluindo mesmo a criação de novas Comissões Instaladoras[C.I.].-----

Observando-se uma redução nas receitas da Associação, ainda assim estas revelam montantes assinaláveis, v.g. junto de apoiantes e beneméritos, num ainda difícil contexto socio-económico na sociedade em geral e em especial nas IPSS.-----

Resultou uma ainda muito confortável tesouraria agregada, com o que o CF se congratula; apesar da deterioração adicional do resultado nas Delegações de Oeiras e de Sintra, com alguma relevância no conjunto, mas cobertas pelos respectivos meios 'próprios', aconselhando o seu acompanhamento pela Direcção Nacional.-----

WAA.  
uf  
B

Apontamos mais uma vez, como reserva, não ter sido relevada pela Contabilidade/Contabilista Certificado da Associação, por falta de informação, a documentação de custos/despesas, proveitos/receitas e patrimonial das seguintes Delegações e C.I. - contrariamente ao que deixariam supor as suas contas internas - i.e. não relevadas para a Contabilidade- anexas aos relatórios de actividades:-----

- . Delegação de Bouceiros\_Porto de Mós;-----
- . Delegação de Cascais;-----
- . C.I. de Amadora - esta, anote-se, de criação recente.--

Em função da [muito]reduzida dimensão destas Delegações e C.I. admite-se que tais faltas não tenham impacto significativo no conjunto da ACA.-----

Contudo, mais uma vez, reitera o Conselho Fiscal que todos os custos e proveitos, pagamentos e recebimentos, por insignificantes que sejam, têm de ser relevados a bem da autenticidade das contas.-----

Concluindo, o Conselho Fiscal emite o seguinte parecer": Sem prejuízo das observações e reservas expressas acima, devem ser aprovadas as Contas, v.g. o Balanço e a Demonstração de Resultados, bem como os Relatórios da Actividade apresentados pela Direcção Nacional da Associação Coração Amarelo, referentes ao exercício de 2022".-----

Não havendo outros assuntos em agenda, foi encerrada a

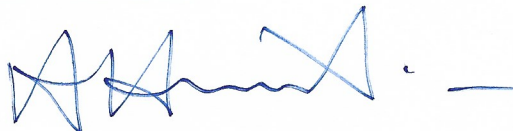
Associação Coração Amarelo  
Rua Guilherme de Azevedo, n° 8 - r/c Dto  
1700-221 Lisboa

36/50

AAA

sessão. 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)

Mª João Arriaga e Cunha

Vogal (Joaquim Nunes Barata)

Joaquim Barata

# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**DIREÇÃO NACIONAL**

ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO AMARELO  
DIREÇÃO NACIONAL  
Relatório de Atividades de 2022

## 1. Introdução

As atividades da ACA e em particular da Direção Nacional (DN) foram a concretização dos objetivos inseridos no plano de atividades proposto e aprovado para o exercício em apreciação.

As estratégias e os objetivos delineados pela Direção para o ano de 2022 reforçaram o carácter inovador de intervenção baseado no trabalho de articulação e proximidade com todas as Delegações.

A continuação da pandemia Covid -19 por todo o ano 2022 exigiu um grande esforço, muita determinação e capacidade inovadora pela obrigatoriedade de continuar ainda a desenvolver parte do trabalho online e limitando ainda os contactos pessoais. Mas com determinação e alterando e adaptando as condições impostas foi possível apoiar a população mais idosa minorando as situações de solidão e isolamento

Queremos agradecer a todas as Delegações o empenho, dedicação e determinação e a sua capacidade de adaptação e resolução das dificuldades que foram surgindo.

## 2. Atividades levadas a cabo no âmbito do Exercício em Apreciação

### 2.1. Atividades de Gestão

- A par das atividades de gestão corrente do órgão de administração que é a DN, foram mantidas as tarefas administrativas na sede, a organização de AG's presenciais e online, as reuniões ordinárias da DN e com o CF e os movimentos de tesouraria e contabilidade /controlo.
- Desenvolvimento do site da ACA como veículo privilegiado de comunicação com o exterior.
- Continuação da regularização das seguintes situações: informáticas, comunicações (voz e dados), Seguros, Bancos etc.
- Continuação do recurso aos apoios diversos no exterior em regime pro bono, ex.: contabilidade, fiscalidade, apoio jurídico, autarquias e empresas, receção de bens (ex. computadores).e aquisição de smartphones e tablets.
- Foram atualizados e impressos novos folhetos informativos e de divulgação da ACA bem como impressos novos cartões de visita e de voluntários.

### 2.2. – Atividades desenvolvidas com as delegações

A ação da DN com as Delegações centrou-se na promoção de contactos tão assíduos quanto possível com as mesmas, apoiando e fomentando iniciativas e eventos conjuntos. Reiterou ainda a colaboração presencial recíproca, com o objetivo de criar um “espírito de corpo ACA”, nomeadamente, manifestando a necessidade de contactos frequentes entre todas as Delegações, agendando reuniões mensais rotativas, individualmente e em conjunto com o objetivo de analisar o funcionamento, os aspetos fortes e fracos, com a finalidade de definir uma “política comum de intervenção social”, baseada na troca de experiências e estratégias. Este trabalho sofreu adaptações por conta das orientações emanadas pelo governo, motivadas pela continuação da pandemia Covid -19.

Salientamos algumas das atividades:

Criação de novas de Comissões Instaladoras em Chaves e na Madeira e encerramento da Comissão Instaladora de Setúbal.

Realizaram-se reuniões presenciais em Lisboa, Agualva/Cacém, Porto, Sintra, Oeiras, Cascais, Amadora, Setúbal, Madeira, Porto de Mós e Chaves.

Realizaram-se reuniões nacionais de trabalho em março em Sintra, em junho em Porto de Mós e em setembro em Cascais com corpos sociais das diversas direções das delegações.

Participámos na Corrida de Solidariedade (Tokandar), uma parceria da Câmara Municipal de Porto de Mós com a delegação da ACA local, revertendo os proventos a favor desta delegação.

Dado o estado de degradação em que se encontram as instalações atribuídas à delegação de Lisboa (nos Olivais), pela Câmara Municipal de Lisboa, foi criado um grupo de trabalho para o acompanhamento das obras com vista à reabilitação e adaptação do espaço.

Foram distribuídos alguns apoios económicos e em géneros às delegações, entre outros, cabazes de Natal.

### 2.3. Atividades de Divulgação

- A DN esteve sempre disponível e participativa em atividades que pudessem difundir a ACA e dar uma imagem real da sua atuação no campo do voluntariado com pessoas idosas em situação de solidão e isolamento, utilizando as modalidades de divulgação que considerou adequadas e ao seu alcance.

- Continuação da edição da “Folha Informativa”, embora em com periodicidade mais alargada.

- Projetou várias ações, das quais destacamos;

- O projeto “Um amigo Aqui à Mão”, sendo um projeto de continuidade, é aquele para o qual tem sido canalizada parte dos fundos angariados, visando abranger cada vez mais utentes das atuais 10 delegações e uma vez que estas se encontram em fase de expansão por mais zonas do país, principalmente as mais isoladas.

- Foram ainda feitas várias divulgações em órgãos de comunicação social, televisão e jornais com vista à angariação de sócios, VOLUNTÁRIOS e beneméritos.

- Continuaram a ser feitos contactos com entidades locais, autarquias, juntas de freguesia, Misericórdias e foram recebidos alguns apoios de pequenas e grandes empresas, das quais destacamos; Cartão Solidário, NOS, Brisa e de pessoas a título individual.

- Está em preparação a reedição do livro “Menos Solidão” que será editado no início de 2023.

### 2.4. Prémio MMMA e Menções Honrosas

O prémio MMMA (Maria Manuela Marques Alves), uma peça da Escultora Maria Morais, foi atribuído aos voluntários; António Girão (Agualva/Cacém) e Aline Bettencourt (Oeiras) após candidatura apresentada pelas delegações e decisão de um júri constituído para o efeito.

- Foi entregue pessoalmente ao Comendador Nabeiro a menção honrosa que lhe tinha sido atribuída no Seminário do 21º Aniversário da ACA.



## 2.5. Atividades no âmbito de Parcerias, Protocolos e Acordos de Cooperação

- Continuamos com o trabalho em rede com outras organizações, única forma de dar respostas eficazes às múltiplas carências das pessoas que a elas se dirigem, pelo que a ACA deu uma particular importância a esta realidade, procurando não só, manter as parcerias já estabelecidas que permitem o desenvolvimento dos seus projetos, como também evoluir no sentido da diversificação do seu voluntariado pela aquisição de conhecimentos e troca de experiências com outras entidades.

- Foi mantida a parceria com a “Plataforma Saúde em Diálogo”.
- Realizaram-se reuniões com parceiros já existentes para o reforço dos laços.
- Foram estabelecidas novas parcerias, quer locais quer a nível Nacional, na área da medicina oral, apoio psicológico, cultura e lazer, etc.

## 2.6. Atividades de Formação para Dirigentes, Técnicos e VOLUNTÁRIOS

- As atividades de formação contínua e temática, destinadas a voluntários, são na sua maioria asseguradas pelas Delegações que recorrem a entidades ou técnicos com conhecimentos e experiências diversas.
- Realizaram-se Formações, nas áreas relacional e problemática do envelhecimento, presenciais e online, com o contributo da Direção Nacional.

## 3. Conclusões

- Podemos concluir que o presente relatório da DN bem como os relatórios específicos das Delegações se enquadraram nos objetivos e no espírito da ACA, apesar da realidade vivida em 2022 motivada pela continuação da pandemia COVID 19.
- Continuamos motivados e a repensar a nossa ação e o crescimento sustentado da ACA, os seus métodos de angariação de fundos e de gestão, a sua imagem e impacto na comunidade, que nos exigem sempre mais compromisso e dedicação, uma vez que o nosso trabalho assenta exclusivamente em VOLUNTARIADO.
- Há muito ainda a fazer para se concretizarem os grandes desafios que se apresentam nesta área de intervenção, que se concretiza no apoio a pessoas idosas na luta contra a SOLIDÃO que continua a ser um problema cada vez mais preocupante na sociedade.

A Direção Nacional

DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS A 31 DE DEZEMBRO DE 2022

**Associação Coração Amarelo**

| <b>Custos/Despesas</b>   | <b>(p/item)</b> | <b>(subtotais)</b> |
|--|-----------------|--------------------|
| <b>VENC. E IMPOSTOS</b>  |                 |                    |
| 2. Fornecimentos e serviços externos   |                 |                    |
| - Água   | 266,20          |                    |
| - Electricidade  | 369,88          |                    |
| - Correio  | 70,65           |                    |
| - Telefone e Internet  | 3004,50         |                    |
| - Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene  | 1561,95         |                    |
| - Artigos para oferta e divulgação/merchandising   | 10313,59        |                    |
| - Produção de folhetos   | 4428,00         |                    |
| - Manutenção do Site   | 2842,53         |                    |
| - Serviços especializados( incl. q/p serviços de contabilidade)                                  | 1267,80         |                    |
| - Fotocópias/Trabalhos gráficos/Impressão  | 1187,11         |                    |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)  | 4744,02         |                    |
| 4- Seguros   | 252,87          |                    |
| 5- Rendas das instalações  | 2773,15         |                    |
| 6- Apoio a actividades das Delegações e CI's (rubrica a  | 3667,69         |                    |
| 7- Custos com Acções de Formação   | 0               |                    |
| 8- Organização de eventos (índole social, cultural ou recreativo)                                | 0               |                    |
| 9- Organização e convocação de Assembleias-Gerais  | 75,00           |                    |
| 10- Diversos(v.g Quotas em organismos afins, apoios, incl. Donativos a ONG/IPSS,utentePlataformã | 316,76          |                    |
| 11. Outras despesas e Imprevistos (rubrica residual)   | 2229,92         |                    |
| 12. Apoio a Utentes  | 0               |                    |
| <b>TOTAL</b>   | <b>39371,62</b> |                    |
| <b>Proveitos/Receitas</b>  |                 |                    |
| 1. Angariação de fundos  |                 |                    |
| 1.1 Organização de eventos:  |                 |                    |
| - Eventos de índole social ou cultural   | 0               |                    |
| 1.2 Vendas:  |                 |                    |
| - Artigos de divulgação/merchandising  |                 |                    |
| - Livros   |                 |                    |
| - Outros Artigos e produtos  |                 |                    |
| 2. Quotas  | 0               |                    |
| 3. Donativos   | 47073,91        |                    |
| 4- Subsídios e Apoios Institucionais   |                 |                    |
| 5- Receitas Diversas (discriminar se relevante)      Venda Veiculo                               | 6000,00         |                    |
| <b>TOTAL:</b>  | <b>53073,91</b> |                    |
| <b>Saldo</b>   | <b>13702,29</b> |                    |
| <b>Proveitos /Receitas - Custos/Despesas)</b>  |                 |                    |

**Pela Direcção Nacional**

Rua Guilherme de Azevedo, 8r/c Dtº - 1700-221 Lisboa Telef: 21 795 81 67

E-mail: secretariado@coracaoamarelo.pt-www.coracaoamarelo.pt Inst. Particular Solidariedade Social -NIF 504 813 846

ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO AMARELO – DIREÇÃO NACIONAL

SALDO DE CAIXA EM 31/12/2022..... 201.81

BANCOS

MILLENNIM A PRAZO-----5009.70

MILLINIUM A ORDEM.....31080.77

BPI.....61537.86

MONTEPIO.....48624.46

TOTAL.....146252.79

DONATIVOS

REEMBOLSO IRS.....11618.94

CONTINENTE.....10000.00

EDIÇÕES ASA.....1647.47

ALGEBRA CAPITAL.....2000.00

NOVO NORDISK PORT.....3676.20

BRISA.....5000.00

REPSOL.....3468.99

DIVERSOS.....9662.31

TOTAL.....47073.91

VENDA CARRINHA-----..6000.00...

**RELATÓRIO**

**E**

**CONTAS**



**Delegação de Agualva-Cacém**

**Exercício de 2022**

**RELATÓRIO DE ACTIVIDADES E  
CONTAS  
DA DELEGAÇÃO DE AGUALVA-CACÉM**

**Exercício de 2022**

**INDICE:**

- 1. Introdução**
- 2. Objetivo do Relatório**
- 3. Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação**
  - 3.1. Atividades de Gestão**
  - 3.2. Atividades desenvolvidas no âmbito do apoio direto**
  - 3.3. Atividades de divulgação**
  - 3.4. Atividades de participação no âmbito de parcerias**
  - 3.5. Atividades de Formação**
  - 3.6. Outras atividades**
- 4. Caracterização dos utentes:**
- 5. Caracterização dos voluntários**
- 6. Conclusões**

**ANEXOS:**

- Contas do exercício**

## 1. INTRODUÇÃO

No decurso deste exercício deu-se continuidade às atividades desenvolvidas no ano de 2021, ainda condicionadas às oscilações decorrentes dos efeitos provocados pela COVID-19.

Ao nível dos voluntários, as visitas e/ou acompanhamentos continuaram limitados pelo receio na exposição ao contágio de ambas as partes, quem visita e quem recebe, ora impostos pela vontade de uns ou de outros, embora em alguns casos nunca deixaram de ser realizados de acordo com a programação, sobretudo nas situações em que o/a Utente vive completamente só. Em muitos casos os familiares dos nossos Utentes suspenderam as visitas, ou porque se encontravam condicionados na sua atividade laboral e davam o apoio necessário ao seu familiar, ou porque se encontravam em teletrabalho, evitando assim o contacto pessoal.

Independentemente das condições atrás referidas, os contactos foram realizados diariamente por telefone fixo ou por telemóvel e em alguns casos através de vídeo chamada ou no âmbito do programa "UM AMIGO AQUI HÁ MÃO".

Afastado aos poucos, pausadamente e com muitos cuidados o espetro da pandemia, aliada às diretrizes emanadas pelos responsáveis da Direção Geral de Saúde, a normalidade voltou também aos poucos. Com a determinação de grande parte dos nossos voluntários, face às necessidades dos seus Utentes o ritmo da atividade foi retomado e permitiu que os receios se fossem esfumando e tudo decorreu com a normalidade possível.

De todo o modo, como era previsível e foi referido no nosso Relatório de 2021, o balanço que fazemos regista que estes dois anos foram marcadamente difíceis para todos, Voluntários e Utentes particularmente para estes.

Nos voluntários a motivação de alguns deixou de ser o que era, quer pela pandemia em si quer pelo tempo que estiveram inativos. Os aspetos emocionais por um lado, as doenças e a parte psicológica por outro contribuíram para tal, não esquecendo que os nossos voluntários são na sua maioria pessoas de grupo etário acima dos 65 anos e muitos estão fidelizados à Associação há muitos anos, diremos, praticamente, desde a fundação da Delegação.

A população de idade avançada, onde se integra a maioria dos nossos Utentes, foi a mais duramente atingida, padecendo dos mesmos problemas que os referidos para os voluntários, mas seriamente agravados. A mortalidade foi devastadora, a perda irreparável de mobilidade e os aspetos do foro psicológico, foram ambas as causas que fizeram com que os idosos na sua generalidade deixassem de sair de casa.

A nossa intervenção no apoio aos mais idosos, foi para além daqueles que estão referenciados na delegação. Já não basta o apoio característico da visita a quem vive isolado e em solidão, tudo o que está relacionado com os aspetos socioeconómicos são casuisticamente acompanhados pela delegação, através da Dr.<sup>a</sup> Isabel Gomes.

Uns casos integrados na CAIF – Comissão de Acompanhamento Integração às Famílias, com origem na União das Freguesias de Aqualva-Cacém e fazendo parte da Rede Social com o nosso envolvimento efetivo e dos nossos parceiros nas correspondentes áreas de intervenção, de âmbito local, concelhio e distrital.

Outros casos resultam do contacto isolado de alguém que vive em condições que justificam a intervenção da Dr.<sup>a</sup> Isabel Gomes, enquanto voluntária e no âmbito da Associação Coração Amarelo e acompanhamento dos parceiros da Rede Social, sempre que tal se justifique e obrigue.

Vamos mantendo o fornecimento a alguns/algumas Utentes e casos de comprovada pobreza extrema, dos equipamentos de incontinência, situação que comporta um valor anualmente apreciável. Tais verbas têm origem no resultado financeiro das atividades desenvolvidas, das receitas de donativos e da quotização dos associados, geridas criteriosamente.

Felizmente que os nossos associados, onde se inclui a maioria dos voluntários, tem mantido o seu generoso contributo para com a Delegação.

Quanto às atividades de lazer, já começaram também a entrar na normalidade a justificar os apelos dos nossos Voluntários, Utentes e Associados para que possam sair do seu ambiente habitual e nesse sentido demos prioridade aos passeios ou então realizações ao ar livre.

Mantém-se o Apoio resultante do PAFI - Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem Fins Lucrativos Promotoras de Desenvolvimento Social e Saúde no Concelho de Sintra, (bem como da Direção Nacional para apoio às despesas com a renda das instalações da nossa delegação).

Apesar da visibilidade que a nossa Associação/delegação tem junto da população e das Instituições Públicas e Privadas, o nosso objetivo é de continuidade nesta vertente, graças à nossa intervenção na Rede Social, e no desenvolvimento das nossas diferentes Atividades.

Queremos finalmente deixar aqui um alerta para o final do mandato dos elementos da Direção da Delegação de Agualva-Cacém, que ocorrerá em Outubro de 2023 e pedir a especial atenção de todos e cada um para que possam iniciar-se contactos com vista ao próximo mandato.



## **2. Objetivo do relatório**

Demonstrar com o rigor possível os resultados do trabalho desenvolvido, tendo em conta o Plano de Ação e Orçamento aprovados para o ano em apreço, sobre o ponto de vista administrativo, dos diferentes tipos de apoio aos nossos Beneficiários, do recrutamento, capacitação e formação, análise e avaliação do desempenho dos nossos Voluntários, no sentido da sua valorização, da evolução do número de associados e da sua importância na vida da delegação, das diferentes atividades culturais e recreativas realizadas ao longo do ano, da divulgação, promoção e do papel que desempenha a Delegação da quantificação das ações realizadas com os nossos parceiros. A demonstração da Atividade Financeira suporta a concretização dos objetivos atrás referidos. A par de todos estes objetivos este documento de informação e consulta interna e externa espelha de forma legal e obrigatória a vida da Associação – Delegação, enquanto IPSS.

## **3. Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação**

### **3.1. Atividades de Gestão**

No início do ano deste exercício os pressupostos das Atividades de Gestão tiveram a sequência normal da situação pandémica em 2021, entretanto no decorrer do ano fomos gerindo as mesmas em função das decisões das entidades de Saúde, concretamente a DGS, da evolução favorável da pandemia e dos sinais concretos que nos foi permitido observar nos contactos que os nossos voluntários tiveram com os seus Utentes.

O retomar da receção de informação por via interna e pelos próprios interessados, sobre a existência de novos candidatos a voluntários, os meios disponíveis para a formação, através do Banco Local de Voluntariado da Câmara Municipal de Sintra, da sua realização por formadores internos na nossa Delegação ou por intermédio das Delegações da Associação, de forma presencial ou ONLINE, tiveram o seu reinício. O mesmo se verificou com as avaliações e valorização dos nossos voluntários

No apoio aos Beneficiários a situação sofreu também evolução positiva, com muitas cautelas dos nossos Voluntários, Beneficiários e seus Familiares, mantendo as visitas até ali realizadas, outras foram retomadas e os contactos à distância embora tenham sido reduzidos em alguns casos passaram a ser rotina na generalidade.

Os Eventos sócio culturais, tema prioritário e importante para os nossos Idosos,

foram retomados com menor frequência, mas gradualmente fomos imprimindo uma maior quantidade de realizações à medida que as condições sanitárias assim o permitiram. Observou-se a extrema necessidade deste tipo de atividades, sobretudo ao ar livre, pelos nossos Idosos como resultado da sua inatividade provocada pela pandemia, durante estes dois anos últimos.

Os eventos são também uma forma eficaz de divulgação da Instituição, considerado como tema de grande importância no cumprimento dos nossos objetivos.

O número de associados e o conseqüente valor das quotas manteve-se estacionário mostrando a generosa e consciente fidelização dos nossos Associados aos projetos da Associação.

Assim como aconteceu no ano anterior, no decurso deste exercício as reuniões de Direção realizaram-se de acordo com as possibilidades, tendo em conta o cumprimento das medidas de proteção a que já nos referimos e a disponibilidade dos nossos Voluntários, embora se tenha verificado que nos últimos meses do ano a normalidade teve o seu reinício.

Já o mesmo não aconteceu com as reuniões de Voluntários que apenas foram retomadas em Novembro de 2022 e divididas em duas ocasiões dado o número de Voluntários

A nossa Voluntária Dr<sup>a</sup>. Isabel Gomes, como representante da nossa Delegação, esteve envolvida em inúmeras reuniões de trabalho, em diferentes áreas de intervenção, a saber:

- Rede Social, na União de Juntas de Freguesia de Aqualva e Mira Sintra, no âmbito da Comissão do CAIF – Comissão de Acompanhamento Integrado à Família;
- Acompanhamento das técnicas sociais da União de Juntas de Freguesia de Aqualva e Mira Sintra e Câmara Municipal de Sintra, Divisão de Habitação, em visitas domiciliárias;
- Diligências de acompanhamento e para tratar de assuntos diversos em unidades de saúde (Centro de Saúde e Hospitais);
- Participação em fóruns e reuniões relacionadas com o Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo Saudável e Inclusivo (PMEASI).

### 3.2 Atividades desenvolvidas no âmbito do apoio direto

#### 3.2.1 -Visitas/Acompanhamentos

| Visitas/Acompanhamentos                                | <u>2022</u> |
|--|-------------|
| Visitas no domicílio                                   | 608         |
| Visitas em Lares                                       | 26          |
| Passeios   | 40          |
| Acompanhamentos aos hospitais (Urgências)              | 60          |
| Acompanhamento a consultas médicas/exames /tratamentos | 178         |
| Acompanhamento a farmácias                             | 48          |
| Acompanhamento em compras                              | 74          |
| Acompanhamento a convívios                             | 76          |
| Contactos Telemóvel/Telefone                           | 1355        |
|  | 4           |
| Outros (Serviços Administrativos+Reuniões)             | 177         |
| Contactos Projeto "Um Amigo aqui à Mão"                | 234         |

### 3.3 Atividades de Divulgação

As atividades desenvolvidas durante este ano no âmbito do apoio e convívio social e cultural foram:

- Feira de Chocolate – Aqualva, dias 4,5 e 6 de Março;
- Passeio à Quinta da Broeira – 23 de Março
- Passeio ao Norte, 7 e 8 de Maio;
- Aniversário da Delegação/Almoço – Instalações Missionários da Consolata – 20 de Junho;
- Passeio "Encostas do Douro", 24 e 25 de Setembro;
- Dia Internacional do Voluntariado, 5 de Dezembro, Almoço
- Magusto – Instalações Missionários da Consolata – 19 Novembro
- Almoço de Natal, 14 de Dezembro, num restaurante.

### **3.4 Atividades de participação no âmbito de parcerias**

No âmbito das parcerias, A Rede Social é o pilar da intervenção nas diferentes áreas das 2 Uniões de Freguesias que integram a cidade de Agualva-Cacém. Composta por entidades de diferente natureza jurídica e consequentemente de cariz diverso, concertam entre si o atendimento de casos pontuais e emergentes, nomeadamente o que está no âmbito da Comissão de Acompanhamento Integrado à Família. Os nossos parceiros de referência são a Câmara Municipal de Sintra, com o apoio ao PAFI – Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem Fins Lucrativos e com a responsabilidade no suporte dos custos com o seguro dos Voluntários que temos em atividade na nossa delegação, para além do apoio a programas Sócio Culturais.

As Uniões de Freguesia de Agualva e Mira Sintra e Cacém e São Marcos, apoiam a nossa delegação ao abrigo do programa financeiro ao associativismo e às atividades que desenvolvemos com os nossos Beneficiários, Voluntários e Associados em particular e com os Idosos em geral.

Continuamos a merecer a atenção generosa de algumas empresas privadas que nos têm concedido donativos, muito importantes para a manutenção e prossecução dos nossos objetivos.

### **3.5 Atividades de Formação**

Atividades que continuam a ser realizadas de forma presencial ou online, tendo em conta o número de candidatos, da sua disponibilidade e o horário da formação. Umas (Formação Inicial) organizadas e realizadas por técnicos do Banco Local de Voluntariado da Câmara Municipal de Sintra, ONLINE e presencialmente nas suas instalações, outras também de Formação Inicial realizadas nas instalações da Delegação de Agualva-Cacém, por formadores da própria Associação e outras ainda e também de Formação Inicial pela Delegação de Lisboa, por formadoras igualmente da própria Associação.

Realizam-se também formações específicas dos voluntários, organizadas pela própria Associação Coração Amarelo nas nossas instalações.

## 4 Caracterização dos utentes

O ano de 2022 fechou com um total de 32 utentes, caracterizados conforme se indica:

### 4.1 Género

- Masculino: 4
- Feminino: 28

### 4.2 Movimento de utentes

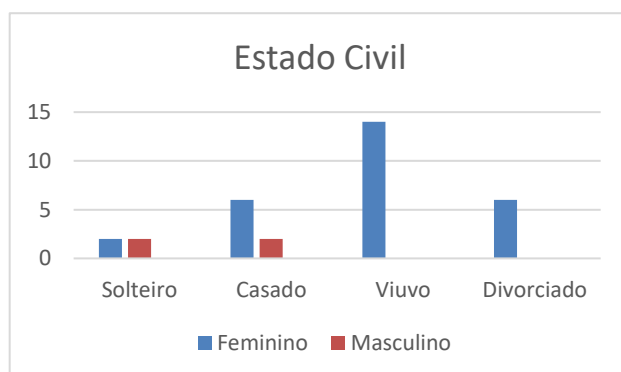
- Movimento em 2022
- Entradas: 8
- Saídas: 11
  - Lar: 9
  - Óbito: 1
  - Desistência: 1

### 4.3 Grupo etário

- 18-30:0
- 31-45:1 masculino
- 46-60:4 (4 Femininos)
- 61-75:5 (4 Femininos 1 masculino)
- +75: 22 (20 Femininos; 2 Masculinos)

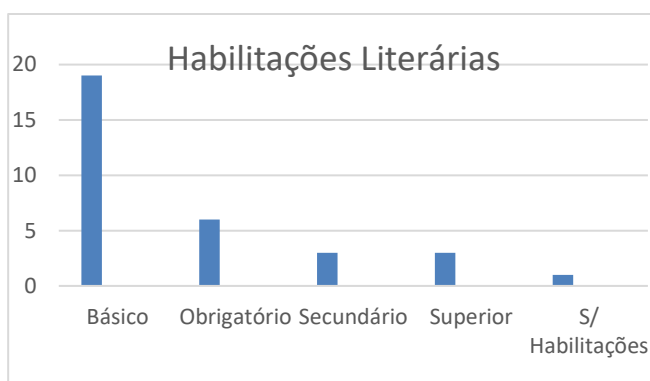
### 4.4 Estado civil

- Solteiro/a:4 (2 Femininos, 2 masculinos)
- Casado/a:8 (6 Femininos; 2 Masculino)
- Viúvo/a:14 (Femininos)
- Divorciado/a:6 (6 Femininos)



#### 4.5 Habilitações Literárias

- Ensino Básico:19
- Ensino Obrigatório:6
- Ensino Secundário:3
- Ensino Superior:3
- S/Habilitações: 1



#### 4.6 Agregado familiar

C/agregado:13

S/agregado:19

#### 4.7 Situação/problema que determinou o pedido de apoio à ACA

Isolamento/Solidão:13

Isolamento/Doença:10

Doença: 9

## 5 Caracterização dos voluntários

Abaixo se descrevem as diferentes características dos 41 voluntários no decurso do exercício de 2022:

### 5.1 Género

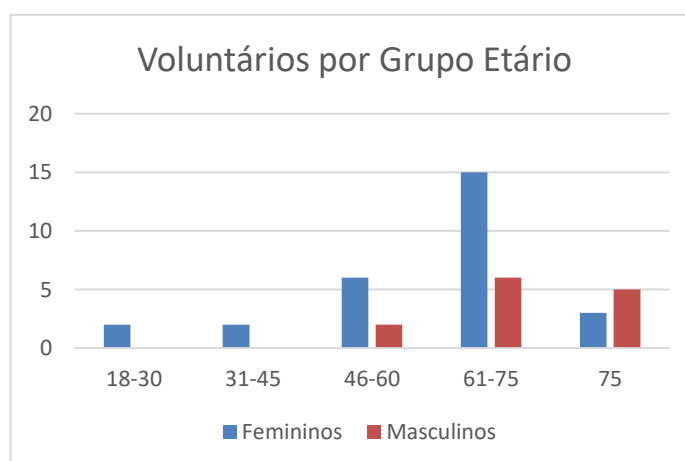
- Femininos: 28
- Masculinos:13

### 5.2 Movimento de Voluntários

- Total de Voluntários em 2022:41
- Entradas:4
- Saídas:0

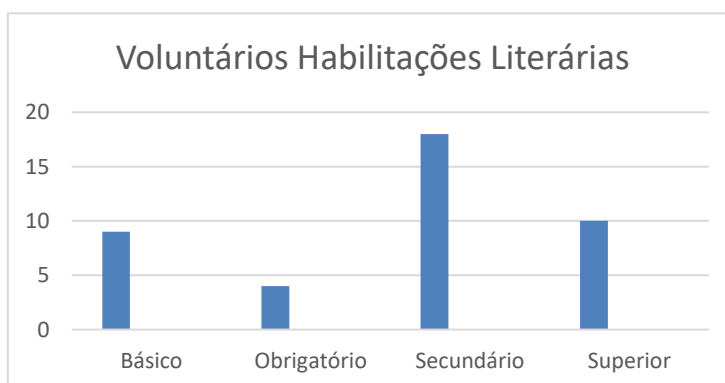
### 5.3 Grupo Etário

- 18-30:2 (Femininos)
- 31-45:2 (Femininos)
- 46-60:8 (6 Femininos; 2 Masculinos)
- 61-75:21 (15 Femininos; 6 Masculinos)
- +75: 8 (3 Femininos; 5 Masculinos)



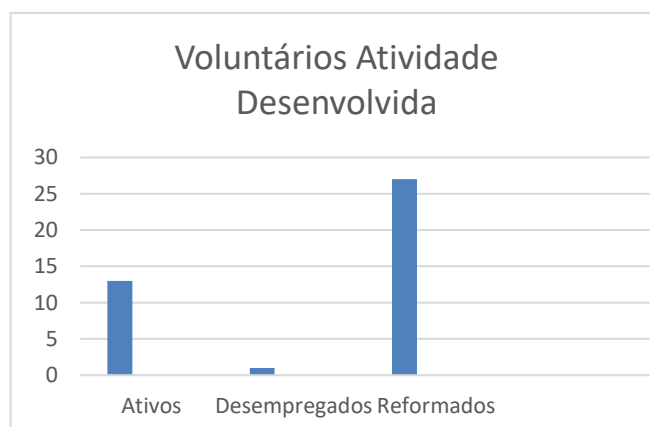
#### 5.4. Habilitações Literárias

- Ensino Básico:9
- Ensino Obrigatório:4
- Ensino Secundário:18
- Ensino Superior:10



#### 5.5 Atividade profissional desenvolvida

- Ativos: 13
- Desempregados: 1
- Reformados: 27





## 6 Conclusões

O ano de 2022 foi um ano de transição, face à pandemia. Nesse sentido toda a atividade da Delegação se desenvolveu tendo em conta as diretrizes emanadas da DGS, verificando-se na prática a manutenção dos condicionalismos mais rigorosos nos primeiros meses do ano, com o decréscimo gradual das medidas impostas pelos responsáveis pela saúde, no decorrer dos restantes meses. Pelos números apresentados no mapa constante do ponto 3.2.1 deste relatório, se pode confirmar este quadro. Uma redução acentuada do número de contactos telefónicos efetuados e um acréscimo das visitas ao Domicílio e Lares. Nos restantes apoios constata-se igualmente um acréscimo que se justifica pela necessidade de, no pós-pandemia, terem de ser acompanhamentos pelos voluntários nas diferentes deslocações.

Apesar da pandemia e das suas conseqüentes limitações, atendendo ao Plano de Ação e Orçamento elaborado para 2022, cumpriu-se dentro do possível com as necessidades de apoio aos Idosos referenciados na delegação e aos pedidos solicitados pela população Idosa, não referenciada, na medida da existência do conjunto de voluntários disponíveis.

Os apoios às atividades, passeios, visitas culturais, situações emergentes sócio económicas e de fornecimento de material de incontinência e proteção à COVID 19 foram disponibilizados na medida da incidência da pandemia.

Tivemos em consideração a habitual e prioritária necessidade de manter a divulgação da Associação – Delegação, mantendo assim os padrões de qualidade no apoio aos nossos Utentes e Sócios, como reforço da nossa visibilidade junto da população, das entidades públicas e privadas. Nos Voluntários, Utentes e Sócios, o número de Utentes decresceu como resultado da sua deslocação para lares, enquanto nos restantes grupos as alterações foram de reduzida expressão. Foi e é nossa preocupação o crescimento da delegação, alicerçado na realização de diferentes atividades culturais e de lazer que são do agrado dos grupos acima referidos.

Os nossos parceiros mantiveram a estreita e complementar ligação, assente no trabalho da Rede Social local da qual fazemos parte, respondendo na medida do possível às diferentes necessidades de uma população com recursos financeiros muito baixos e com grandes e graves carências.

No decurso deste ano a formação e ações de sensibilização dos nossos dirigentes, voluntários e candidatos não tiveram a expressão que desejaríamos, apesar do contributo sempre relevante do parceiro Câmara Municipal de Sintra – Banco Local de Voluntariado.

Outras atividades de representação de informação e de organização temática, em colóquios, encontros, palestras, seminários e workshops, não tiveram, este ano, relevância que costumavam ter no período pré-pandémico, pelas razões atrás aduzidas.



Cacém, 13 de Fevereiro de 2023

A Direção da Delegação de  
Aigualva-Cacém

## Anexos:

### RELATÓRIO FINANCEIRO DO PERÍODO DE 1 DE JANEIRO A 31 DE DEZEMBRO DE 2022

#### 1. Apresentação das Contas

As contas apresentadas respeitam ao período, de 1 de Janeiro de 2022 a 31 de Dezembro de 2022, cuja análise é sintetizada nos seguintes pontos:

- Saldo do Exercício
- Dívidas a Terceiros
- Saldo Bancário da Conta á Ordem
- Saldo em Caixa
- Execução Orçamental

As peças contabilísticas e os mapas auxiliares apresentados em anexo ao presente Relatório, iniciam-se com a integração dos saldos bancários existentes á data de 1 de Janeiro de 2022, estando organizados do seguinte modo:

- **Anexo I** – Balancete Plurianual com a discriminação das despesas e das receitas do ano N e N-1
- **Anexo II** – Mapa Anual do resumo das despesas e receitas por rubricas orçamentais, apuramento do resultado liquido e demonstração dos resultados
- **Anexo III** – Mapa da Execução Orçamental do Ano de 2022

O método de contabilização utilizado pela Delegação foi o da ótica de caixa, segundo o qual, as despesas e as receitas são contabilizadas no momento do pagamento e do recebimento.

#### 1. Saldo do Exercício

O Saldo do Exercício relevado no Mapa Anexo II e que resulta da diferença entre as Receitas (24.101,75) e as Despesas (22.085,88) é positivo em 2.015,87 euros.

#### 2. Dívidas a Terceiros

Em 31 de Dezembro de 2021, não existiam quaisquer dívidas a terceiros

#### 3. Saldo Bancário da Conta á Ordem

O saldo bancário da conta á ordem em 31/12/2022 é de 21.289,28.

#### 4. Saldo em Caixa

O valor em Caixa em 31/12/2022 é de 686,67 conforme consta do Anexo II

#### 5. Execução Orçamental

Na execução do Orçamento para 2022, o retomar da atividade normal pós pandemia, ainda que de uma forma algo condicionada, refletiu-se no aumento substancial das

despesas e receitas quando comparados com 2021, nomeadamente no capítulo da Despesa com mais 10.345,13 euros, um aumento de 88% e no capítulo da Receita com mais 9.910,05, um aumento de 70%. As diferenças mais significativas verificaram-se nas contas dos Eventos com mais 10.004,79 e 11.712,50 respetivamente nas despesas e nas receitas. Os Donativos sofreram uma diminuição de 1.119,20 e os Apoios Institucionais diminuíram em 650 euros. Nas Quotas houve uma ligeira diminuição de 168,50 que não sendo de alarmar, convém estar atento às razões. Nas Despesas não houve diferenças significativas, salvo a já referida atrás. Quanto aos desvios orçamentais mais acentuados são, no capítulo da Despesa, na rubrica "Fornecimentos e Serviços Externos " com menos 927,58 euros, na rubrica Organização de Eventos com mais 861,53 e na rubrica "Outras Despesas e Imprevistos" com mais 488,33 euros. De notar que nesta rubrica se incluiu as Despesas com Apoio a Utentes que teve um desvio para mais de 587,09 euros. No capítulo da Receita, os desvios mais significativo são na rubrica "Organização de Eventos de Índole Social ou Cultural" com mais 1.197,50 euros e na rubrica de Subsídios e Apoios Institucionais com menos 300 euros.

**Balancete de Tesouraria  
Plurianual**

|                                      |                  |                  |                   |   |                  |                  | ANEXO I            |
|--------------------------------------|------------------|------------------|-------------------|---|------------------|------------------|--------------------|
| RECEITAS                             | 2021             | 2022             | Diferenças        | DESPESAS                                | 2021             | 2022             | Diferenças         |
| <b>1. - ANGARIAÇÃO DE FUNDOS</b>     |                  |                  |                   | <b>2. - FORNEC. E SERV. EXTERNOS</b>    |                  |                  |                    |
| <b>1.1 - ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS</b>  |                  |                  |                   | 2.1 - Água                              |                  |                  |                    |
| - Eventos de índole soc. ou cultural | 3 565,00 €       | 15 277,50 €      | 11 712,50 €       | 2.2 - Electricidade                     | 150,89 €         | 167,68 €         | 16,79 €            |
|                                      |                  |                  |                   | 2.3 - Correios                          |                  | 28,71 €          | 28,71 €            |
|                                      |                  |                  |                   | 2.4 - Telefone e internet               | 825,30 €         | 1 105,43 €       | 280,13 €           |
|                                      |                  |                  |                   | 2.5 - Mat.Escrit Cons.Esped.e higiene   | 442,28 €         | 165,60 €         | -276,68 €          |
| <b>1.2 - VENDAS</b>                  |                  |                  |                   | 2.6 - Artigos para Oferta e Divulgação  |                  |                  |                    |
| 1.2.1- Artigos de Merchandising      | 25,00 €          |                  | -25,00 €          | 2.7 - Produção de folhetos              |                  |                  |                    |
| 1.2.2 - Livros                       |                  |                  | 0,00 €            | 2.8 - Manutenção do Site                |                  |                  |                    |
| 1.2.3- Outras Vendas                 |                  | 60,25 €          | 60,25 €           | 2.9 - Serviços Especializados           | 4,37 €           |                  | -4,37 €            |
|                                      |                  |                  |                   | 2.10 - Trabalhos Gráficos e Impressão   |                  |                  | 0,00 €             |
|                                      |                  |                  |                   | 2.11 - Ferramentas e utensílios         | 0,00 €           | 5,00 €           | 5,00 €             |
|                                      |                  |                  |                   | <b>3. - DESLOCAÇÕES EM SERVIÇO</b>      | 192,51 €         | 79,30 €          | -113,21 €          |
|                                      |                  |                  |                   | <b>4. - SEGUROS</b>                     |                  |                  |                    |
|                                      |                  |                  |                   | <b>5. - RENDA DAS INSTALAÇÕES</b>       | 900,00 €         | 1 204,30 €       | 304,30 €           |
| <b>2. - QUOTAS</b>                   | 3 004,50 €       | 2 836,00 €       | -168,50 €         | <b>6. - APOIO A ACTIVIDADES</b>         | 14,40 €          | 0,00 €           | -14,40 €           |
| <b>3. - DONATIVOS</b>                | 2 147,20 €       | 1 028,00 €       | -1 119,20 €       | <b>7. - CUSTOS C/ ACQ. DE FORMAÇÃO</b>  | 14,44 €          | 80,00 €          | 65,56 €            |
|                                      |                  |                  |                   | <b>8. - ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS</b>      | 6 456,74 €       | 16 461,53 €      | 10 004,79 €        |
| <b>4. - SUBS E APOIOS INST.</b>      | 5 450,00 €       | 4 800,00 €       | -650,00 €         | <b>9. - ORGAN.E CONV.ASS. GERAIS</b>    |                  |                  |                    |
|                                      |                  |                  |                   | <b>10. - DIVERSOS</b>                   | 91,54 €          | 0,00 €           | -91,54 €           |
| <b>5. - RECEITAS DIVERSAS</b>        |                  | 100,00 €         | 100,00 €          | <b>11. - OUTRAS DESP. E IMPREVISTOS</b> |                  |                  |                    |
|                                      |                  |                  |                   | 11.1- Apoio a Utentes                   | 2 633,29 €       | 2 387,09 €       | -246,20 €          |
|                                      |                  |                  |                   | <b>11.2- Outras Despesas</b>            | 14,99 €          | 401,24 €         | 386,25 €           |
| <b>Total dos Rendimentos</b>         | <b>14 191,70</b> | <b>24 101,75</b> | <b>9 910,05 €</b> | <b>Total dos Gastos</b>                 | <b>11 740,75</b> | <b>22 085,88</b> | <b>10 345,13 €</b> |
|                                      |                  |                  |                   | <b>Saldo existente em Caixa</b>         | <b>30,37</b>     | <b>686,67</b>    | <b>656,30</b>      |
| <b>Resultado Anual</b>               | <b>2 450,95</b>  | <b>2 015,87</b>  | <b>-435,08</b>    | <b>Saldo existente em Depósitos</b>     | <b>19 929,71</b> | <b>21 289,28</b> | <b>1 359,57</b>    |
|                                      |                  |                  |                   | <b>Total das Disponibilidades</b>       | <b>19 960,08</b> | <b>21 975,95</b> | <b>2 015,87</b>    |

**ANEXO II**

**QUADRO DOS MOVIMENTOS DE RECEITA E DESPESA DE 1 DE JANEIRO A 31 DE DEZEMBRO DE 2022**

| RECEITA                  |                  | DESPESA                           |                  |
|--------------------------|------------------|-----------------------------------|------------------|
| Tipo de Receita          | Valor            | Tipo de Despesa                   | Valor            |
| Angariação de Fundos     |                  | Fornecimentos e Serviços Externos | 1 472,42         |
| Organização de Eventos   | 15 277,50        | Deslocações em Serviço            | 79,30            |
| Vendas                   | 60,25            | Renda das Instalações             | 1 204,30         |
| Quotas                   | 2 836,00         | Apoio às Atividades da Delegação  | 0,00             |
| Donativos                | 1 028,00         | Organização de Eventos            | 16 461,53        |
| Subsídios Institucionais | 4 800,00         | Custos Com Ações de Formação      | 80,00            |
| Receitas Diversas        | 100,00           | Diversos                          | 0,00             |
|                          |                  | Apoio a Utentes                   | 2 387,09         |
|                          |                  | Outras Despesas                   | 401,24           |
|                          |                  |                                   |                  |
|                          |                  |                                   |                  |
|                          |                  |                                   |                  |
|                          |                  |                                   |                  |
|                          |                  |                                   |                  |
|                          |                  |                                   |                  |
| <b>Total da Receita</b>  | <b>24 101,75</b> | <b>Total da Despesa</b>           | <b>22 085,88</b> |

**APURAMENTO DE RESULTADOS LIQUIDOS**

|                                      |                 |  |  |
|--------------------------------------|-----------------|--|--|
| Receita-----                         | 24 101,75       |  |  |
| Despesa-----                         | 22 085,88       |  |  |
| <b>Resultado do ano de 2021-----</b> | <b>2 015,87</b> |  |  |

**DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS**

| SalDOS em 1 de Janeiro 2022:      |                  | SalDOS em 31 de Dezembro de 2022  |                  |
|-----------------------------------|------------------|-----------------------------------|------------------|
| Em Depósitos à Ordem              | 19 929,71        | Em Depósitos à Ordem              | 21 289,28        |
| Em Caixa                          | 30,37            | Em Caixa                          | 686,67           |
| <b>Total das Disponibilidades</b> | <b>19 960,08</b> |                                   |                  |
| Resultados do ano de 2022         | 2 015,87         |                                   |                  |
|                                   | <b>21 975,95</b> | <b>Total das Disponibilidades</b> | <b>21 975,95</b> |

MAPA DA EXECUÇÃO DO ORÇAMENTO DO ANO DE 2022

| Rubrica<br>Código | Designação   | ORÇAMENTO |                  | EXECUTADO |                  | DIFERENÇAS      |               |
|-------------------|--|-----------|------------------|-----------|------------------|-----------------|---------------|
|                   |  | Parciais  | Totais           | Parciais  | Totais           | Mais            | Menos         |
|                   | <b>CUSTOS/DESPESAS</b>   |           |                  |           |                  |                 |               |
| 1                 | Pessoal - Remunerações e Honorários  |           |                  |           |                  |                 |               |
| 2                 | <b>Fornecimentos e Serviços Externos</b>   |           | <b>2 400,00</b>  |           | <b>1 472,42</b>  |                 | <b>927,58</b> |
| 2.1               | Água   | 0,00      |                  | 0,00      |                  |                 |               |
| 2.2               | Electricidade  | 150,00    |                  | 167,68    |                  | 17,68           |               |
| 2.3               | Correio  | 100,00    |                  | 28,71     |                  |                 | 71,29         |
| 2.4               | Telefone e Internet  | 750,00    |                  | 1 105,43  |                  | 355,43          |               |
| 2.5               | Material de Escritório, Expediente e Higiene   | 300,00    |                  | 165,60    |                  |                 | 134,40        |
| 2.6               | Artigos para Oferta e Divulgação/ Merchandising  | 500,00    |                  | 0,00      |                  |                 | 500,00        |
| 2.7               | Produção de Folhetos   | 100,00    |                  |           |                  |                 | 100,00        |
| 2.8               | Manutenção do Site   |           |                  |           |                  |                 |               |
| 2.9               | Serviços Especializados (inclui s. de contabilida  | 100,00    |                  | 0,00      |                  |                 | 100,00        |
| 2.10              | Fotocópias, Trabalhos Gráficos, Impressão  | 400,00    |                  |           |                  |                 | 400,00        |
| 2.11              | Ferramentas e Utensílios   | 0,00      |                  | 5,00      |                  | 5,00            |               |
| 3                 | Deslocações em Serviços (inclui comb. de veículos)   |           | 150,00           |           | 79,30            |                 | <b>70,70</b>  |
| 4                 | Seguros  |           | 200,00           |           | 0,00             |                 | <b>200,00</b> |
| 5                 | Rendas das Instalações   |           | 1 200,00         |           | 1 204,30         | <b>4,30</b>     |               |
| 6                 | Apoio às Atividades da Delegação   |           | 250,00           |           | 0,00             |                 | <b>250,00</b> |
| 7                 | Custos com Ações de Formação   |           | 200,00           |           | 80,00            |                 | <b>120,00</b> |
| 8                 | Organização de Eventos de Indole Social ou Cultural  |           | 15 600,00        |           | 16 461,53        | <b>861,53</b>   |               |
| 9                 | Organização e Convocação de Assembleias Gerais   |           |                  |           |                  |                 |               |
| 10                | Diversos (v.g.Quotas em Org. afins, Apoios, Incl. Donativos a ONG/IPSS, Assembleias Gerais/DN) |           | 200,00           |           | 0,00             |                 | <b>200,00</b> |
| 11                | <b>Outras Despesas e Imprevistos</b>   |           | <b>2 300,00</b>  |           | <b>2 788,33</b>  | <b>488,33</b>   |               |
| 11.1              | Apoio a Utentes ( medicamentos, consultas, etc)  | 1 800,00  |                  | 2 387,09  |                  | 587,09          |               |
| 11.2              | Outras Despesas  | 500,00    |                  | 401,24    |                  |                 | 98,76         |
|                   | <b>TOTAL DOS CUSTOS/ DESPESA</b>   |           | <b>22 500,00</b> |           | <b>22 085,88</b> |                 | <b>414,12</b> |
|                   | <b>PROVEITOS/RECEITAS</b>  |           |                  |           |                  |                 |               |
| 1                 | <b>Angariação de Fundos</b>  |           | <b>14 200,00</b> |           | <b>15 337,75</b> | <b>1 137,75</b> |               |
| 1.1               | Organização de Eventos de Indole Social ou Cult  | 14 080,00 |                  | 15 277,50 |                  | 1 197,50        |               |
| 1.2               | Vendas   |           |                  |           |                  |                 |               |
| 1.2.1             | Artigos de Merchandising   | 100,00    |                  | 0,00      |                  |                 | 100,00        |
| 1.2.2             | Livros   |           |                  |           |                  |                 |               |
| 1.2.3             | Outros   | 20,00     |                  | 60,25     |                  | 40,25           |               |
| 2                 | Quotas   |           | 2 800,00         |           | 2 836,00         | <b>36,00</b>    |               |
| 3                 | Donativos  |           | 1 000,00         |           | 1 028,00         | <b>28,00</b>    |               |
| 4                 | Subsídios e Apoios Institucionais  |           | 4 500,00         |           | 4 800,00         | <b>300,00</b>   |               |
| 5                 | Receitas Diversas  |           | 0,00             |           | 100,00           | <b>100,00</b>   |               |
|                   | <b>TOTAL DOS PROVEITOS/RECEITAS</b>  |           | <b>22 500,00</b> |           | <b>24 101,75</b> | <b>1 601,75</b> |               |
|                   | <b>PROVEITOS/RECEITAS - CUSTOS DESPESAS</b>  |           | <b>0,00</b>      |           | <b>2 015,87</b>  |                 |               |

# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Delegação**

**AMADORA**





Amadora

## Comissão Instaladora do Coração Amarelo da Amadora

### Balanço do Ano de 2022

A Comissão Instaladora do Coração Amarelo da Amadora tomou posse no dia 13 de Janeiro de 2022 nas Instalações da Junta de Freguesia de Alfragide, tendo a Direção Nacional da Associação do Coração Amarelo, representada pelos seus membros, empossado os membros da Comissão Instaladora do Coração Amarelo da Amadora:

Maria Elisa Pires: Presidente,  
Teresa Queiroz Romero: Tesoureira  
Maria Elsa Mateus Mourão: Vogal

No dia 31 de dezembro de 2022 a Comissão Instaladora do Coração Amarelo da Amadora era composta por 21 sócios e 15 voluntários, estando a prestar auxílio a 4 utentes.

A conta bancária, à data de 31 de dezembro tinha um saldo positivo de 569,26 euros.

A Comissão Instaladora do Coração Amarelo da Amadora está a um passo de estabelecer dois importantes protocolos de cooperação, um com a AFID e outro com a Santa Casa da Misericórdia da Amadora.

## Comissão Instaladora da Amadora      Balanço Ano 2022

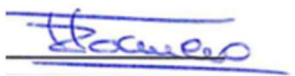
### Custos

|   | (p/item)                     | (subtotais)     |
|---|------------------------------|-----------------|
| 1. Pessoal - Remunerações e Honorários                    |                              |                 |
| 2. Fornecimentos e serviços externos:                     |                              |                 |
| Água  |                              |                 |
| Eletricidade e Gás  |                              |                 |
| Correio   |                              |                 |
| Telefone e Internet                                       | 34,90 €                      |                 |
| Material de esc./Consumíveis/Expediente e Higiene         | 57,36€                       |                 |
| Artigos para oferta e divulgação/merchandising            |                              |                 |
| Produção de folhetos                                      |                              |                 |
| Manutenção do Site  |                              |                 |
| Serviços especializados                                   |                              |                 |
| Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão                  | 418,20 €                     |                 |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos) |                              |                 |
| 4. Seguros  |                              |                 |
| 5. Rendas das instalações                                 |                              |                 |
| 7-Custos com Ações de Formação                            |                              |                 |
| 8-Organização de eventos de índole social ou cultural     |                              |                 |
| 9-Diversos (Consumíveis)                                  | 28 € (Flores)                |                 |
| 10-Outras Despesas (especificar se )                      | 33,28 € (Despesas Bancárias) |                 |
| <b>T O T A L</b>  |                              | <b>571,74 €</b> |

### Proveitos

|  | (p/item) | (subtotais)      |
|--|----------|------------------|
| 1. Angariação de fundos                          |          |                  |
| 1.1. Organização de eventos:                     |          |                  |
| - Eventos de índole social ou cultural           |          |                  |
| 1.2. Vendas:                                     |          |                  |
| - Artigos de divulgação/merchadising             |          |                  |
| - Livros   |          |                  |
| - Venda de artigos                               |          |                  |
| 2. Donativos / Subsídios e apoios institucionais | 610 €    |                  |
| 3. Quotas e receitas diversas                    | 531 €    |                  |
| <b>T O T A L</b>                                 |          | <b>1141,00 €</b> |
| <b>Saldo:</b>                                    |          | <b>569,26 €</b>  |

A Tesoureira da Comissão Instaladora da Amadora



# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Delegação  
CASCAIS**

## Relatório de Actividades – 2022

O principal objectivo da Associação Coração Amarelo, é o apoio ao idoso, com ou sem rede de apoio familiar, na sua solidão, procurando minimizar o isolamento e promover a qualidade de vida, factor essencial ao equilíbrio físico, psicológico e social, sobretudo quando se encontra em situação de maior vulnerabilidade, através de um voluntário de companhia.

Escutamos e partilhamos as suas vivências, através das visitas e acompanhamento, oferecendo disponibilidade e apoio, em visitas domiciliárias, saídas, promovendo iniciativas com espírito de cooperação, com familiares, amigos e vizinhos – construindo e reconstruindo redes de solidariedade e de afecto.

Consideramos ser fundamental o trabalho em rede alargada, efectiva e dinâmica que articula a intervenção dos diferentes agentes locais, na resposta às necessidades dos nossos beneficiários envolvendo todas as gerações.

Principais actividades: Situações de atendimento à comunidade; Reuniões periódicas de Direcção; Reuniões mensais com as voluntárias que apoiam as nossas beneficiárias. Estas reuniões servem para reflexão e partilha de experiências no acompanhamento às idosas; Todo o trabalho de organização interna e administrativa; Actualização da base de dados de sócios – beneficiários e voluntários; Contacto por ofício a todos os sócios para renovação e regularização de quotas; Visitas às beneficiárias, que passa também por contactos telefónicos periódicos; Entrevistas online com candidatas a voluntárias; Acções de formação inicial a novos voluntários em articulação com a Equipa Técnica da Delegação de Lisboa; Reuniões com a Direcção Nacional da ACA.

De referir, que a intervenção local da Associação Coração Amarelo de Cascais, tem sido alargada com os parceiros do território. O Promotor do Projecto REDE + PRÓXIMA – o Centro de Voluntariado de Cascais convocou a ACA a participar com as demais Instituições da Freguesia de Alcabideche, para avaliar a possibilidade de cooperação e potenciação dos projectos de acompanhamento a idosos e uma definição de tarefas a desenvolver por cada entidade envolvida. A Delegação de Cascais – submeteu uma candidatura à Câmara de Cascais – TÁXI SOCIAL – um projecto de apoio a idosos nas várias vertentes – deslocações a consultas médicas, tratamentos oncológicos, bem como outras necessidades sentidas pelos nossos idosos que se encontram mais fragilizados, sem rede de apoio familiar e que num futuro próximo, poder ser alargado às Instituições do Concelho.

Em Dezembro de 2022, surgiu um projecto que tivesse alguma eficácia de dinamização na comunidade residente, onde se encontra a sede da Delegação de Cascais na zona do Poço Novo. Reunimos os parceiros certos; O Agrupamento das Escolas de Cascais e a

nossa Voluntária Maria Seruya e conseguimos passar uma Mensagem de Esperança a quem mais precisa, nos momentos de SOLIDÃO. Sentimos as dinâmicas surgirem, e a MISSÃO foi cumprida.

Constam do nosso plano de acção para o ano 2023, Projectos que estamos desteterminados a implementar, no sentido de melhorar a qualidade de vida da população idosa do Concelho de Cascais.

Procuramos estar SEMPRE em parceria com a Comunidade. É um DESAFIO e um COMPROMISSO!

Dezembro 2022

A Direcção

**Demonstração de resultados até 31 de Dezembro 2022  
da Delegação de CASCAIS**

| <b>Custos/Despesas</b>                                    | <b>(p/item)</b> | <b>(subtotais)</b> |
|---|-----------------|--------------------|
| 1. Pessoal - Remunerações e Honorários                    |                 |                    |
| 2. Fornecimentos e serviços externos                      | 0               | 40,00              |
| - Água  | 0               |                    |
| - Electricidade   | 0               |                    |
| - Correio   | 0               |                    |
| - Telefone e Internet                                     | 0               |                    |
| - Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene       | 40,00           |                    |
| - Artigos para oferta e divulgação/merchandising          | 0               |                    |
| - Produção de folhetos                                    | 0               |                    |
| - Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão                | 0               |                    |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos) | 122,00          | 122,00             |
| 4. Seguros  | 39,23           | 39,23              |
| 5. Rendas das instalações                                 | 0               |                    |
| 6. Apoio a atividades das Delegações e CI's               | 0               |                    |
| 7. Custos com Ações de Formação                           | 0               |                    |
| 8. Organização de eventos de índole social ou cultural    | 0               |                    |
| 9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais         | 0               |                    |
| 10. Diversos (Quotas em organismos afins, apoios, etc)    | 0               |                    |
| 11. Outras despesas: Bancos                               | 153,03          | 153,03             |
| <b>T O T A L :</b>  | <b>354,26</b>   | <b>354,26</b>      |

| <b>Proveitos/Receitas</b>                         | <b>(p/item)</b> | <b>(subtotais)</b> |
|---|-----------------|--------------------|
| 1. Angariação de fundos                           |                 |                    |
| 1.1. Organização de eventos:                      | 0               | 249,00             |
| - Eventos de índole social ou cultural            | 0               |                    |
| - Artigos de divulgação (merchandising) da A.C.A. | 0               |                    |
| - Feiras diversas                                 | 0               |                    |
| - Outros artigos e produtos                       | 0               |                    |
| 2. Quotas   | 249,00          |                    |
| 3. Donativos - ACA                                | 300,00          | 300,00             |
| 4 - Subsídios e Apoios Institucionais             |                 |                    |
| 5 - Receitas Diversas (discriminar se relevante): |                 |                    |
| <b>T O T A L :</b>                                | <b>549,00</b>   | <b>549,00</b>      |
| Saldo<br>(Proveitos/Receitas - Custos/Despesas)   | 194,74          | 194,74             |

A Direção da Delegação de Cascais

# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Comissão Instaladora  
de  
CHAVES**



## **COMISSÃO INSTALADORA DE CHAVES**

### **RELATÓRIO DE ATIVIDADES**

A Comissão Instaladora de Chaves tem estado a envidar todos os esforços para se implementar tendo feito já várias reuniões com entidades da comunidade local e regional, estando a aguardar respostas para dar início aos trabalhos “no campo”

### **CONTAS**

Não há qualquer movimento de caixa e de bancos por sucessivas dificuldades, que se pensa que sejam brevemente ultrapassadas, impediram a abertura da conta bancária.



# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Delegação**

**LISBOA**

# **RELATÓRIO DE ATIVIDADES**

**Delegação de Lisboa**

**Exercício de 2022**

## **ÍNDICE**

1. Introdução
2. Objetivo do relatório
3. Atividades
  - 3.1 Atividades de gestão
  - 3.2 Trabalho da Equipa Técnica
    - 3.2.1 Animação Sociocultural
    - 3.2.2 Serviço Social
    - 3.2.3 Psicologia
    - 3.2.4 Terapia Ocupacional
4. Conclusões

## **ANEXOS**

- 1- Gráficos/Tabelas Equipa técnica
- 2- Contas do exercício

## 1. Introdução

Entrámos no ano de 2022 com a esperança e a expectativa de recomeços e regressos à normalidade que todos ansiávamos, na proximidade aos utentes, voluntários, cuidadores e parceiros, por forma a intensificar a presença do voluntariado e garantir o bom funcionamento, em prol da missão da Associação Coração Amarelo – acompanhar aqueles que estão e/ou se sentem mais sós.

Aprendemos a viver outra normalidade e mantendo os mesmos cuidados de proteção e higiene retomámos à intervenção *in loco* que caracteriza o voluntariado de proximidade e a intervenção social, isto é, às atividades presenciais, reuniões e encontros (in)formais, visitas de avaliação, admissão e acompanhamento, apresentação de voluntários, divulgação, informação e formação, entre outros.

A Direção da Delegação através da presença assídua e constante traçou linhas de orientação e objetivos a alcançar, com base numa perspetiva inovadora e atual de promoção do voluntariado de proximidade na cidade de Lisboa, não se afastando das características próprias de quem envelhece e está só numa cidade metrópole.

Salientamos que algumas metodologias de intervenção e projetos retomados foram diferenciadores no agir social da equipa técnica face às práticas interventivas, com a finalidade de minimizar o sentimento de solidão, resgatando boas emoções e capacidades intelectuais cognitivas e físicas, no fundo, um melhor e maior bem-estar holístico. Assim, alguns métodos por terem sido desenvolvidos durante a pandemia mantivemos pelo sucesso de proximidade e elo de confiança, como foram os contactos telefónicos com os utentes, voluntários e rede de suporte formal e informal. Salientamos a importância da intervenção direta partilhada com os técnicos de entidades parceiras na sinalização, encaminhamento e avaliação de pessoas em situação de solidão.

Por fim, ressalvamos que durante o ano de 2022 o acompanhamento técnico por parte do Centro Distrital da Segurança Social foi importante no planeamento e desenvolvimento da proposta submetida para a resposta social de Centro de Convívio, com a finalidade de otimizar recursos, abrangência comunitária e ser uma alternativa à população idosa, tendo em conta, a longa experiência e conhecimento que a Associação traz de anos de voluntariado a pessoas que se encontram em solidão, isolamento social ou dependência física.

## **2. Objetivo do relatório**

O relatório de atividades que se apresenta tem como objetivos demonstrar, analisar e refletir a dinâmica da Delegação de Lisboa, quer ao nível da intervenção direta com utentes, cuidadores e voluntários, quer ao nível da intervenção indireta com o apoio formal, parceiros, sócios e amigos da Associação. Um trabalho em conjunto com a finalidade de minimizar os efeitos da solidão e isolamento nas pessoas idosas, criando momentos de bem-estar, numa intervenção integrada com todos os elos participativos e inclusivos da comunidade.

O ano de 2022 foi de integralmente de recomeços, como bem prova o relatório que se apresenta, com a demonstração de resultados obtidos através da intervenção realizada, sempre na perspetiva e finalidade maior, de minimizar os efeitos da solidão e isolamento, criando momentos de bem-estar aos utentes e cuidadores próximos. A metodologia de intervenção sistémica permitiu criar diferentes dinâmicas, retomar atividades e consolidar a intervenção técnica no terreno.

## **3. Atividades**

### **3.1 Atividades de Gestão**

No ano de 2022 aconteceram algumas mudanças ao nível da gestão de recursos e na adaptação à nova realidade social, que com os efeitos da pandemia se alterou, atendendo ao aumento de um maior número de pessoas que se encontram sós e aos utentes acompanhados que se verificou maior fragilidade e vulnerabilidade social.

Aconteceu uma maior procura da Academia relativamente à Associação, visto que retomando ao ensino presencial a necessidade de procura por projetos de voluntariado foi maior. Assim, ao longo do ano aconteceram vários momentos e reuniões de apresentação do voluntariado de proximidade, quer por parte do Gabinete de Apoio ao Aluno, quer ao nível de trabalhos científicos, por forma a conhecerem o *know-how* sobre a intervenção.

A formação é um pilar essencial na aprendizagem de novas competências e ferramentas, a equipa técnica sempre que foi oportuno realizou ações de formação na área da gerontologia, voluntariado e formação pedagógica.

A participação na comunicação social e imprensa escrita continua a ser um meio privilegiado de divulgação e informação, também uma forma de reconhecimento da intervenção social que a Associação realiza na comunidade e, por isso, em alguns momentos utentes e voluntários deram os seus contributos sobre a experiência e a importância do voluntariado nas suas vidas.

Relativamente aos donativos recebidos foram novamente muito reduzidos, destacando-se a empresa Cofidis como principal entidade benfeitora da Delegação.

Quanto aos sócios, a 31 de dezembro, a Delegação de Lisboa contava com 115 sócios, todavia somente 22 tinham as quotas regularizadas e 93 por regularizar desde 2017. Aconteceram duas desistências, uma por motivo de óbito e outra por desvinculação à Associação.

Do ponto de vista da gestão financeira, a Direção da Delegação garantiu uma otimização dos recursos, priorizando o bem-estar dos utentes e candidatos a utentes.

### **3.2 Trabalho da Equipa Técnica**

O ano de 2022 foi um tempo de desafios para a equipa técnica. Retomar a atividade presencial, bem como, gerir alterações na equipa, que por situação de gravidez e maternidade houve mudanças nos elementos que compõem a equipa, levando a um período de adaptação e integração à dinâmica de trabalho já existente na Associação.

De salientar que o utilizando o modelo de intervenção sistémico permitiu uma visão holística de todos os elos que constituem parte integrante na proximidade ao utente e que são analisados pelas diferentes áreas disciplinares da equipa. A perceção e conhecimento sobre o fenómeno da solidão permitiu continuar a atender todas as situações de pedidos de apoio, diagnosticando situações de solidão e isolamento social, sobretudo decorrentes de uma maior dependência física, da ausência de laços sociais e de afeto. Surgiram muitos pedidos de apoio na procura de cuidador para outro tipo de tarefas e com maior tempo disponível.

Durante o ano foi possível reativar parcerias e estabelecer novos contactos com organizações, de modo a divulgar, informar e disponibilizar a missão da Associação.

A técnica de intervenção mais utilizada pela equipa foi o recurso à visita domiciliária e a articulação com a rede de suporte formal e informal, por forma a realizar o diagnóstico, avaliação, sinalização, encaminhamento e acompanhamento social.

Semanalmente foram realizadas reuniões entre a Equipa Técnica, a Equipa Técnica e a Direção da Delegação de Lisboa ou a Direção da Delegação de Lisboa e a Direção Nacional.

De salientar que a coesão e o espírito da equipa técnica foram o motor para alcançar os objetivos traçados, mesmo com as vicissitudes da localização da sede da Delegação, alterações dos elementos técnicos, o regresso a uma nova normalidade e o agravamento do sentimento de solidão e isolamento dos utentes e dos novos candidatos.

### **3.2.1 ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL**

#### **Animação Sociocultural**

O fenómeno da solidão e do isolamento nos idosos é cada vez maior. A solidão é considerada um dos maiores desafios da sociedade atual, afetando sobretudo os idosos que ao longo do processo de envelhecimento vão acumulando perdas significativas, nomeadamente as pessoas próximas. A animação sociocultural tem um papel imprescindível e diferencial na intervenção com as pessoas idosas, direcionando a sua ação para momentos de convívio, cultura, estimulação física, cognitiva e social.

É de ressaltar que de 1 de agosto a 18 de setembro de 2022 a Delegação esteve em fase de entrevistas e seleção de uma nova Animadora Sociocultural. O apoio da equipa técnica foi indispensável, para assim alinhar as necessidades desta área.

O acompanhamento a estas pessoas foi imprescindível. Após dois anos de pandemia e de muitas mudanças, 2022 foi o ano de retomar as atividades de Animação em formato presencial, o que trouxe bastantes pontos positivos para atenuar o isolamento que agravou com a fase pandémica. A Animação Sociocultural pôde assim ter um acompanhamento mais direto, através das visitas ao domicílio, com o objetivo de ficar a conhecer melhor os utentes, criando um plano sociocultural individual de acordo com as necessidades e interesses do utente, com este objetivo, foram feitas cerca de 7 visitas. O acompanhamento através das chamadas telefónicas e atividades on-line foram-se mantendo ao longo do ano, quer para os utentes, quer para os voluntários.

É importante referir que a colaboração e a participação de voluntários no acompanhamento das atividades foi uma mais valia apreciável, para os utentes onde assim, puderam (re)estabelecer laços afetivos, reviver memórias e recuperar hábitos culturais, diminuindo o sentimento de solidão.

Os parceiros continuaram a ter um papel de destaque no apoio e promoção das atividades, quer através da sua presença e participação, quer na facilitação de espaço e outros aspetos logísticos.

Foram desenvolvidas, ao longo do ano de 2022, vinte e nove atividades. O voltar à normalização do dia a dia, fez com que o número de atividades crescesse em comparação aos anos anteriores. As atividades permanentes realizadas ao longo do ano foram: “Os Contos com Coração, Numa Biblioteca Viva” em parceria com a Biblioteca de São Lázaro; “Horo do Conto” em parceria com o Hospital Dona Estefânia e a Biblioteca de São Lázaro e a “Tertúlia Amarela” no espaço cedido pela Santa Casa da Misericórdia, Centro Intergeracional Ferreira Borges.



## **Atividades**

Sabemos que com o envelhecimento a maioria dos idosos diminui a sua participação na sociedade, o que faz gerar sentimentos menos positivos, como a tristeza, a solidão, a baixa auto-estima. Ao criarmos este tipo de atividades, que envolvam a socialização e o aumento do bem-estar do idoso faz com que consigam aos poucos ter um envelhecimento mais ativo.

Importa referir que no final de cada atividade os participantes são convidados a fazer uma avaliação com o carácter de anonimato, tendo como objetivo a melhoria das mesmas.

De seguida apresenta-se uma breve descrição e reflexão sobre as atividades desenvolvidas.

### **Projeto “Os Contos com Coração, Numa Biblioteca Viva”**

A atividade “Os Contos com Coração, Numa Biblioteca Viva” foi desenvolvida através da parceria estabelecida com Junta de Freguesia de Arroios e a Biblioteca de São Lázaro, no qual um dos nossos voluntários se disponibiliza para ler um conto ou excerto de um texto, previamente escolhido em articulação com a equipa técnica e a Biblioteca.

A atividade é abrangente para os utentes em domicílio e residentes em lar, bem como para os voluntários. Após a leitura, foi dinamizado um espaço onde permite haver uma reflexão e discussão sobre o tema escutado. Os objetivos deste projeto foram:

- Minimizar a solidão e o isolamento social;
- Promover a participação ativa dos voluntários e utentes;
- Estimular as relações interpessoais;
- Promover a cultura;
- Promover a partilha de experiências.
- Trazer à leitura obras e textos de autores significativos.

Após a pandemia, este foi um dos projetos que se foi mantendo vivo ao longo do ano. Tem sido bastante importante as atividades realizadas no domicílio, principalmente se minimizarem o isolamento, pois são indispensáveis para os utentes, estimulando assim a socialização e o bem-estar dos mesmos e entre pares.

Esta atividade contou com 10 sessões, acompanhados por temas relacionados com as épocas festivas, memórias e experiências passadas.

Por ser uma nova atividade, no início começou com bastantes participações, com cerca de 10 a 20 participantes, mas ao longo do ano, a frequência de participações diminuiu. Foi necessário reavaliar a dinâmica da atividade e percebeu-se que era necessária uma melhor gestão do espaço entre a leitura, reflexão e partilha.

Um dos fatores da diminuição das presenças na atividade deveu-se ao facto, de que a maior da população idosa se encontra infoexcluída e que não reúne condições para obter equipamento, bem como a dificuldade das equipas das ERPI's acederem à sessão.

Assim sendo, no final do ano foi realizada uma reunião com o voluntário e com a responsável da biblioteca, onde refletimos e nos debruçamos em novas estratégias, para melhorar e satisfazer a necessidade deste público.

### **Projeto, “Tertúlia Amarela”**

A “Tertúlia Amarela” é desenvolvida através de uma parceria feita com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa por cedência de espaço do Centro Intergeracional Ferreira Borges, para a partilha mensal de um espaço e de atividades, entre ambas as entidades. Sabemos a importância do convívio partilhado à mesa e, nesse sentido, no fim da atividade é oferecido aos utentes um lanche, onde a reflexão e partilha sobre a atividade é discutida e analisada.

É de ressaltar que a Tertúlia retomou as sessões presenciais a partir de abril e que de certa forma ajudou bastante na diminuição da solidão e do isolamento, após estes dois anos de pandemia, no qual não havia contacto presencial. Este projeto acaba por ser muito importante na vida dos utentes, pois faz com que pelo menos uma vez por mês possam sair à rua, partilhar as suas experiências, reforçar laços, ter momentos de convívio e adquirir/aprofundar conhecimentos e a possibilidade do grupo se reencontrar mensalmente.

Os voluntários são uma “bengala” preciosa nesta atividade, para além de criarem vínculos com os utentes, acabam também por se sentirem úteis enriquecendo o seu papel enquanto voluntários. Ao longo do ano a adesão dos mesmos foi diminuído, por se encontrarem mais ocupados profissionalmente.

Em 2022, realizaram-se 10 sessões com temas direcionados virados para a música, a gastronomia e os hábitos saudáveis, a cultura e passeios exteriores, bem como jogos. A Tertúlia é das atividades com mais participantes ao longo do ano, onde rondava com a participação de 10 a 30 pessoas, dependendo do tema.

Pode-se refletir que estas sessões foram facilitadoras do estímulo cognitivo; ajudam na interação entre pares promovendo uma maior autoestima; facilitam momentos de bem-estar e estimulam a atividade física.

### **Projeto, “Hora do Conto”**

A “Hora do Conto” surge através de uma parceria estabelecida entre a Escola Básica Rainha D. Estefânia/Hospital e a Junta de Freguesia de Arroios integrada no Projeto de Leitura “Ler Faz Bem à Saúde”.

Mensalmente, um voluntário da Associação lê um livro para os alunos, que previamente é selecionado entre as professoras e a animadora. Realizaram-se sessões presenciais e por zoom. Em 2022 foram realizadas 8 sessões.

## **Facebook**

A gestão do Facebook é repartida entre a Animadora Sociocultural e a Terapeuta Ocupacional. A TO trata de publicar os conteúdos e a Animadora trata do design e dos cartazes, sendo eles publicações do Facebook, ou outros, como por exemplo, cartazes de anúncio das Tertúlias/CEV ou outros eventos.

Através deste meio potencia-se a promoção e a divulgação da ACA, as atividades da mesma, bem como divulgação de outros eventos que tenham ligação a nossa Associação na promoção do voluntariado.

## **Outras atividades**

### **Olhar e sentir Lisboa**

No mês de junho visitámos a cidade de Lisboa e os locais mais emblemáticos, lembrando memórias, momentos e vivências. O passeio consistiu num tour pela cidade onde utentes e voluntários relataram o percurso e recordavam os locais mais carismáticos e histórico. Uma pausa no jardim dos Moinhos de Santana, para respirar ar puro, aproveitar o sol e aragem primaveril.

### **Celebrar o Natal**

O parceiro Cofidis e os seus colaboradores presentearam os utentes com maior carência económica ofertando um cabaz de produtos alimentares para uma ceia mais aconchegante, numa época em que sabemos ser mais difícil para os que estão mais sós.

Como já vem sido hábito nos últimos anos, mais uma vez os utentes receberam um postal de boas festas escrito pelos alunos dos diferentes cursos do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, articulação estabelecida através da Associação de Estudantes.

Tendo em conta que a festividade do Natal termina com a chegada do Dia dos Reis, após dois anos de celebrações suspensas, realizámos o almoço de natal em janeiro de 2023.

## **Parcerias**

As parcerias são um elo muito importante na promoção das atividades criando a possibilidade de planear e realizar momentos sociais e culturais. No ano em análise contamos com a colaboração dos seguintes parceiros: Cofidis; Campo de Ourique; SCML/Centro Intergeracional Ferreira Borges; Biblioteca de São Lázaro; Escola Básica Rainha D. Estefânia/Hospital; Junta de Freguesia de Arroios; Casa Fernando Pessoa; Leões de Portugal; Associação Música nos Hospitais; Radisson Blu Hotel.

### **3.2.2 SERVIÇO SOCIAL**

#### Acompanhamento Social

As visitas de avaliação e acompanhamento social foram realizadas presencialmente com a equipa técnica ou em parceria com técnicos de entidades que sinalizaram situações, nomeadamente do Projecto RADAR.

A delegação de Lisboa rececionou 57 pedidos de apoio. Foram realizadas 46 visitas, das quais 21 foram de avaliação a candidatos a utentes; 13 visitas com técnicos que sinalizaram a situação, por serem um elemento facilitador. Foram efetuadas 12 visitas de acompanhamento e 3 visitas de apresentação de voluntários a utentes.

Para além dos pedidos rececionados para voluntariado de proximidade, recebemos ainda 58 situações que mereceram a nossa análise. Destes, 36 estavam fora do âmbito (doença mental); 18 não estavam interessados (procura por cuidadores formais); 1 faleceu e 3 transitaram para avaliação em 2023.

Todos os pedidos de apoio rececionados foram atendidos por forma a aferir o motivo da candidatura articulando com o próprio, a pessoa próxima ou o técnico que sinalizou, de modo a saber se o tipo de necessidade se enquadra na resposta de voluntariado de proximidade. Ao longo do ano foram admitidos 20 novos utentes.

O formulário de candidatura a utente compreende alguns indicadores para perceber se a situação poderá ser enquadrada na ACA ou terá de ser sinalizada/encaminhada para outro parceiro, ou até iniciar uma intervenção articulada.

Sempre que o motivo se enquadra na resposta foram realizadas visitas de avaliação, onde a caracterização do utente ou família foram relevantes para desenhar o plano de intervenção e proceder ao match de voluntário.

Uma grande parte do trabalho do assistente social direciona-se na articulação com respostas sociais encaminhando as necessidades e sinalizando situações emergentes de apoio especializado.

Para além de todas as situações serem formalizadas por email, a maioria das articulações continuam a ser realizadas pelo meio telefónico. Foram realizadas 837 chamadas.

Destacar o número de 418 chamadas telefónicas para utentes, sobretudo para situações em que a fragilidade social foi mais preocupante.

O número de 297 chamadas realizadas para agilizar recursos, sinalizar e encaminhar as necessidades que surgiram aos utentes acompanhados, como também apoiar os cuidadores informais e parceiros.

No âmbito do atendimento realizado a todos os pedidos de apoio, foram acompanhadas 41 pessoas, em domicílio e/ou em instituição, de uma forma mais sistemática e interventiva, articulada entre a equipa técnica e com a rede de suporte formal e informal, sempre atendendo às necessidades expressas, do foro individual, social, saúde, habitacional, etc.

Acompanhámos utentes em 15 Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas. A articulação com as respetivas equipas técnicas foi relevante para a relação entre a Associação e o voluntário, a ERPI e o utente, no sentido de agendarmos as visitas ainda com medidas de proteção, bem como planear a intervenção em prol do bem-estar do utente.

Terminámos o ano a acompanhar 28 utentes integrados em ERPI, 10 entidades em Lisboa e 05 fora da cidade (estas últimas associadas a utentes que por vários motivos saíram de Lisboa, mas solicitaram a continuidade do apoio prestado pela Delegação).

As reuniões de equipa técnica tiveram a frequência semanal e foram realizados 32 momentos. Espaço que serviu para aferir os métodos de trabalho, discussão de casos, partilha de responsabilidades, diagnóstico e avaliação de situações que todas as semanas a equipa verificava serem mais vulneráveis, bem como estabelecer o plano de intervenção individual do utente. Foram também realizadas 10 reuniões com a Direção da Delegação e 2 momentos com a Direção Nacional e delegações da ACA.

## **Linha de Apoio Telefónico**

No ano em análise, a Linha de Apoio Telefónico beneficiou da presença de 6 voluntários permanentes que realizaram no total **3027** chamadas, tendo sido o pilar para que este projeto pudesse continuar. distante fisicamente, presente através de uma chamada com a finalidade de manter a relação com os utentes, da distância fazer proximidade.

Os contactos telefónicos foram estabelecidos por um grupo de voluntários que de forma regular/semanal contactaram um determinado grupo de utentes, construindo um vínculo de confiança de relação utente – voluntário da linha telefónica.

Os voluntários operadores da Linha de Apoio foram semanalmente acompanhados pela equipa técnica de modo a reunir saberes para gerir situações, momentos e emoções, que possam receber dos utentes que expressam sentimentos ao telefone. Deste modo, os voluntários foram desenvolvendo uma escuta ativa e um contacto empático, permitindo identificar situações pertinentes que reportadas à equipa técnica são imediatamente tratadas para melhorar o bem-estar, conforto e segurança

do utente. Todas estas informações são analisadas com a Assistente Social, antes e depois de cada sessão de telefonemas. É à técnica de Serviço Social que cabe igualmente a gestão deste ficheiro, importando e exportando conteúdos relevantes para o estabelecimento destas conversas semanais e na discussão de casos em equipa técnica.

Continuamos a verificar que a maioria dos assuntos observados se direcionam para a preocupação com a própria saúde e dos seus próximos, mas também identificámos uma maior preocupação com a situação socioeconómica do país e o agravamento da solidão.

## **Rede Social / Parceiros**

Durante o ano de 2022 mantivemos o estreito contacto com as 10 Comissões Sociais de Freguesias no âmbito dos grupos de trabalho na área do envelhecimento (Ajuda, Alcântara, Alvalade, Avenidas Novas, Belém, Benfica, São Domingos de Benfica, Penha de França, Olivais, Campo de Ourique).

De seguida, designamos as várias entidades com as quais mantivemos articulação permanente, de acordo com a situação: Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, ao nível das Unidades de Desenvolvimento e Intervenção de Proximidade (UDIP), Equipas de Apoio Idosos, Equipa de Apoio às Famílias, Serviço de Apoio Domiciliário e Linha de Apoio Psicológico; a Câmara Municipal de Lisboa, Departamento de Divisão Social (Habitação e teleassistência); Juntas de freguesia sinalizando utentes para aquisição de bens essenciais (alimentação e medicamentos); IPSS, nomeadamente com o Serviço de Apoio Domiciliário ou ERPI; Articulação com as forças locais, designadamente com a PSP / Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade (MIPP); Bombeiros Sapadores de Lisboa; Serviço Social das unidades hospitalares e das Unidades de Saúde Familiar; Universidade Católica Portuguesa; Instituto de Ciências Sociais e Políticas. Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa. Escola Superior de Educação de Lisboa. Também a procura de informação e esclarecimento de respostas sociais para os utentes que assim o necessitavam.

## **Integração estágio aluno 2º ano ISCTE Serviço Social**

De janeiro a junho de 2022 decorreu um estágio de uma aluna de 2º ano da Licenciatura em Serviço Social do Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa (ISCTE). A aluna teve oportunidade de experienciar a dinâmica do trabalho em equipa multidisciplinar na resposta social de voluntariado às pessoas em solidão na cidade de Lisboa. O estágio possibilitou a observação da metodologia de trabalho em

serviço social bem como o agir profissional, assim como, momentos em equipa multidisciplinar, em contacto com as diferentes áreas. Duas vezes por semana a estagiária acompanhou o trabalho da equipa técnica, com orientação e supervisão do serviço social.

### **Formação / Participações em eventos**

No ano em análise foi possível obter o Curso de Formação Pedagógica Inicial para Formadores, uma mais valia para valorizar a formação de voluntários administrada pela Associação. O curso teve a duração de 90 horas para obtenção de CCP – Certificado de Competências Pedagógicas.

No que se refere à divulgação da Associação, ao longo do ano aconteceram momentos em que a Delegação de Lisboa esteve representada pela sua equipa de colaboradores, nomeadamente, na comunicação social, na academia e em espaços públicos dos parceiros locais, como forma de divulgação da intervenção em voluntariado de proximidade. As ações de proximidade a vários sectores da comunidade tiveram vários objetivos, como informar, sensibilizar e demonstrar a intervenção realizada, como também angariação de voluntários, utentes, sócios e donativos.

### **Coordenação**

No último quadragésimo período do ano, foi necessário coordenar, acompanhar e analisar o trabalho realizado pela equipa técnica, em substituição da Coordenadora da equipa, que por motivos de licença de gravidez e posteriormente de maternidade esteve ausente. A gestão e coordenação foi sempre de acordo com as diretivas da Direção e fazendo cumprir o plano de ação do ano em análise. No âmbito do Serviço Social, também houve um investimento de desenvolvimento profissional acompanhado em supervisão profissional com uma especialista na matéria em serviço social, gerontologia e supervisão.

### **Caracterização dos Utentes**

No ano em análise, a Delegação de Lisboa apoiou 146 utentes. Os dados abaixo indicados referem-se aos utentes acompanhados ao longo do ano de 2022, distribuídos da seguinte forma:

- 1 utentes acompanhados desde o ano de 2009;
- 7 utentes acompanhados desde o ano de 2010;
- 9 utentes acompanhados desde o ano de 2011;

- 15 utentes acompanhados desde o ano de 2012;
- 5 utentes acompanhados desde o ano de 2013;
- 4 utentes acompanhados desde o ano de 2014;
- 11 utentes acompanhados desde o ano de 2015;
- 10 utentes acompanhados desde o ano de 2016;
- 6 utentes acompanhados desde o ano de 2017;
- 6 utentes acompanhados desde o ano de 2018;
- 24 utentes acompanhados desde o ano de 2019;
- 0 utentes acompanhados desde o ano de 2020.
- 25 utentes acompanhados desde o ano de 2021.
- 23 utentes acompanhados desde o ano de 2022.

Relativamente aos processos encerrados, 20 utentes terminaram a relação com a ACA pelos seguintes motivos: 12 óbitos, 2 fora do âmbito (demência instalada), 3 não estavam interessados (psiquiatria), 1 transferido para outra Delegação e 2 mudaram de residência (localização sem delegação da ACA).

Em anexo, apresentam-se os gráficos de caracterização geral dos utentes. De uma forma sintética, apresentamos a caracterização da população utente:

- **Sexo:** 123 feminino e 23 masculino

- **Grupo etário:** 30-40: 01; 41-64: 05; 65-79: 38; 80-89: 48; + de 90 anos: 54

- **Estado Civil:** Viúvo(a) 66; Casado(a) 17; Solteiro(a) 32; Divorciado(a) 27; Separado(a) 0

**Nota:** existem 4 utentes que não temos conhecimento do seu estado civil.

- **Habilitações literárias:** sem habilitações – 05; ensino primário – 25; diferentes graus do ensino liceal/curso comercial – 24; formação universitária – 29.

**Nota:** 63 utentes que não temos conhecimento do seu grau académico.

- **Atividade profissional:** sector terciário – 100; sector secundário - 13; sector primário – 02; doméstica – 06; sem profissão – 11

**Nota:** existem 14 utentes que não temos conhecimento da atividade profissional.

- **Agregado Familiar:** isolado – 82; cônjuge, filhos ou outros familiares – 27; ERPI ou em residências assistidas – 37.

- **Situação problema que determinou o pedido:** necessidade de companhia - 89; sentimento de solidão – 37; outros motivos – 20.

- **Quem pediu a intervenção da ACA:** o próprio - 37; instituição – 71; família – 29; outros pedidos foram encaminhados por amigos do utente ou por voluntários da ACA que conhecem a atividade realizada – 07.



Importa ainda refletir alguns dados de caracterização do grupo de utentes e pessoas atendidas. É de conhecimento geral, que as pessoas idosas foram gravemente afetadas pela situação pandémica e voltamos ao tema, porque os efeitos do isolamento e ausência de cuidados de saúde, principalmente fisioterapia e cuidados de bem-estar, relações sociais e de convivência à distância e com menor contacto foram prejudiciais para os que vivem mais sós e têm propensão para sentir mais a solidão.

Sabemos que a esmagadora maioria dos utentes reside há mais de tempo em Lisboa e na mesma residência do que viveu noutra local, o que faz com que esteja próximo da comunidade. Contudo, a rede de vizinhança e a malha urbana nem sempre são facilitadores de proximidade e de manter ou estabelecer laços sociais, por isso a importância de um voluntário na diferença dos dias são iguais.

O agravamento do estado de saúde e a comorbilidade existente, são potenciadores de maior isolamento, assim como, uma maior verbalização de sentimentos negativos e tristes, sem sentido de vida e interesses. Referir que a maioria dos utentes refere sofrer de doenças do foro osteoarticular, cardíaco e um grupo considerável em situação de baixa visão.

Continuámos a apoiar os utentes em domicílio e em ERPI, bem como utilizadores de outras respostas sociais, sobretudo utentes de SAD. A rede de suporte foi sempre uma articulação privilegiada, como facilitador de comunicação e confiança entre a equipa e o utente.

O fenómeno da solidão tornou-se mais evidente durante e após a pandemia, sendo reconhecido e sentido pelos diferentes grupos etários, como um flagelo das sociedades modernas. É preciso potencializar os recursos da comunidade e colocá-los mais disponíveis às pessoas idosas. Hoje sabemos, melhor que nunca, que estar só e socialmente isolado não traz mais valias para o bem-estar físico, social e cognitivo. O voluntariado é uma resposta positiva para contrariar o sentimento que a solidão provoca nas pessoas com mais idade.

### **3.2.3 PSICOLOGIA**

#### **Acompanhamento a Voluntários e Utentes**

Efetivar a atribuição do voluntário ao utente e elaborar o plano de intervenção, requer uma análise prévia do perfil de ambos, visando uma maior assertividade quanto a relação de proximidade e de duração. Os procedimentos para o efeito mantêm-se, sendo a visita de apresentação da responsabilidade da psicóloga e realizada em colaboração com os elementos da equipa técnica. O desafio para a conjugação dos pares, debruça-se sobretudo

nas diferenças de interesses, aptidão e desenvolvimento pessoal, experiência em voluntariado e localização geográfica, resultando num intervalo maior para a conclusão do *matching* pretendido.

Durante o ano de 2022 foram realizadas 9 visitas de admissão de utentes.

No ano em questão, foram rececionadas 98 candidaturas para voluntariado, no entanto, apenas 38 candidatos realizaram a entrevista de avaliação, sendo uma primeira abordagem com intuito de conhecer o candidato, recolher informações necessárias e apresentar o trabalho que será efetuado enquanto voluntário. O índice de candidaturas teve um aumento significativo em relação ao ano anterior, uma vez que as inscrições pelo site voltaram à normalidade. Contudo, alguns candidatos chegam a Associação por intermédio de conhecidos, amigos e familiares.

As entrevistas decorreram maioritariamente em formato online, a pedido dos próprios, por uma questão logística e gestão de tempo. Foram realizadas 16 entrevistas de confirmação, concluindo o processo com assinatura de contrato presencialmente, de forma a confirmar o seu interesse e compromisso, quanto a prática a que assumem a responsabilidade. Dos candidatos mencionados, 6 encontram-se disponíveis para *matching*, 2 estão indisponíveis temporariamente e os restantes 8 encontram-se a realizar o voluntariado presencial semanalmente ao utente atribuído.

A psicóloga efetuou 5 visitas de apresentação. Ressalva-se alguns casos em que o *matching* não é concretizado por insatisfação de uma das partes, em relação à localização, meio envolvente ou indisponibilidade de tempo.

Como é da responsabilidade da psicóloga, o foco foi impreterivelmente na gestão de voluntários, nomeadamente, recrutamento, acompanhamento, capacitação e supervisão dos mesmos.

O retorno à normalidade, pós pandemia, possibilitou a diminuição de suporte emocional havendo apenas 2 casos de voluntários e 3 de utentes, necessitados de suporte emocional. Mantiveram-se os contatos àqueles que apresentam situações de maior vulnerabilidade.

Ressalva-se que na sua maioria, os utentes ou candidatos a utentes, afirmam não aceitar encaminhamento para apoio psicológico, referindo não valorizar apoio quando não é sugerida ação medicamentosa e/ou por considerarem que a sua experiência de vida oferece todos os instrumentos para ultrapassar os momentos mais desafiantes. Assim, considera-se necessário continuar a sensibilizar e desmistificar o apoio da saúde mental e, especificamente, da área da psicologia.

Ao nível dos pedidos de acompanhamento para utentes, tem-se também demonstrado a crescente necessidade de avaliação no âmbito da saúde mental, sendo que os voluntários da Delegação não têm formação específica sobre esta área e, por isso,

é difícil o acompanhamento de determinadas situações, com o apoio de voluntários.

A articulação é a técnica mais eficaz quanto à intervenção, podendo ser por via telefone, troca de e-mails e presencialmente, tendo sido realizadas pela psicóloga 711 articulações com utentes, 463 com voluntários, 292 com candidatos a voluntários, 46 com cuidador informal, 87 com cuidados informal e 207 com parceiros. Os registos de todas as chamadas encontram-se nos respetivos processos. O acompanhamento ao voluntário é crucial para o bom desempenho na sua prática, assim, podem em qualquer momento, solicitar apoio da psicóloga na gestão de emoções/sentimentos ou de situações anómalas; para a colaboração no sentido de esclarecimento de dúvidas sobre as boas práticas no voluntariado, ou para a resolução ou encaminhamento de diversas situações. Neste sentido, foram realizadas reuniões sempre que considerado necessário, maioritariamente por telefone ou via Zoom.

Face à importância de a equipa técnica manter-se informada quanto a prática desenvolvida, o voluntário deve registar as informações pertinentes no Registo de Apoio Mensal, uma plataforma online criada para facilitar a articulação entre ambos mensalmente. Podendo manter a atualização de dados e intervir em situações peculiares. Outra forma de interação com os voluntários no acompanhamento e supervisão da prática é através dos contactos telefónicos e reuniões informais.

Ressalta-se ainda, que 87,9% dos voluntários reconhece que o problema não é do âmbito de intervenção da ACA; 93,1% confirma que tem articulado com a equipa todas as necessidades sentidas enquanto voluntário e 96,1% afirma que o apoio da equipa tem sido eficaz.

A motivação é fundamental para o desenvolvimento do trabalho enquanto voluntário, neste contexto foi efetuado o levantamento estatístico que demonstra motivação contínua dos voluntários quanto a sua prática, sendo referenciado questões de saúde como o único obstáculo para o mesmo, em alguns casos.

### **Sessão de Acolhimento – Formação Inicial para Candidatos a Voluntários**

A sessão de Acolhimento tem uma duração de 4 horas, dividida em duas sessões, de presença obrigatória. A primeira sessão tem como tema os pressupostos da Lei e as boas práticas na ACA Delegação de Lisboa (2h) e tem como oradoras responsáveis a Psicóloga e a Assistente Social. A segunda sessão tem como temas as atividades de Animação Sociocultural e a Terapia Ocupacional no voluntariado de proximidade (2h), cujas oradoras responsáveis são a Animadora Sociocultural e a Terapeuta Ocupacional.

No ano referido, realizaram-se 6 ações de formação (4 direcionadas para Lisboa e 2 abertas as outras delegações) todas em formato online, com participação total de 49

candidatos a voluntários (31 referentes a Lisboa e 18 de outras delegações). Relativamente à delegação de Lisboa, dos 31 candidatos, 23 foram admitidos no mesmo ano, os restantes 8 transitaram para o ano seguinte, devido à continuidade do processo de recrutamento.

Os candidatos das outras delegações deram seguimento ao processo de voluntário na respetiva área.

Surgiu a necessidade de realizar 2 sessões de acolhimento direcionadas aos candidatos de outras delegações, tendo a participação de 12 candidatos da delegação da Amadora, 2 de Cascais e 4 do Cacém. Alguns elementos das Direções das respetivas delegações estavam presentes.

## **Capacitação para Voluntários**

A formação contínua para voluntários permite a aquisição de novos conhecimentos e adaptação a sua prática voluntária, para além do enriquecimento e desenvolvimento pessoal. Os temas referenciados são selecionados de acordo com as necessidades expressas dos voluntários.

As formações são realizadas via Zoom, devido a praticidade, gestão de tempo e maior aderência dos participantes.

Ao longo do ano, foram realizadas 3 sessões de *Ciclo de Encontro com Voluntários*, com os seguintes temas:

- **Primeiros Socorros.** Suporte Básico de Vida (SBV), Posição Lateral de Segurança (PLS), Desobstrução da Via Aérea (DVA) e Emergências Médicas. Bombeiros do Regime de Bombeiros Sapadores de Lisboa.
- **Vamos falar de luto?** LinQue.
- **Doenças Neurodegenerativas - Prevalências e como lidar com a perda de capacidades do utente.** Associação Alzheimer Portugal.

## **Formações/ Participação em Eventos**

Durante o ano de 2022, a psicóloga participou em eventos formativos, cujos temas se relacionaram com o voluntariado, contribuindo para o bom desenvolvimento do trabalho em questão.

A realização do Curso de Formação Pedagógica Inicial para Formadores foi oportunidade para valorizar a formação de voluntários administrada pela Associação. O curso teve a duração de 90 horas para obtenção de CCP – Certificado de Competências Pedagógicas

## **42º Congresso Português de Geriatria e Gerontologia – “Pessoais mais velhas resilientes num mundo em mudança”**

Partilha de informação para sensibilização a importância da gestão das síndromes geriátricas, e estratégias adequadas para os doentes idosos, de forma a melhorar a sua qualidade de vida.

### **Universidade Nova – Faculdade de Ciências e Tecnologia**

Participação presencial em feira de divulgação da Associação Coração Amarelo

### **Caracterização de Voluntários**

No ano de 2022, a Delegação de Lisboa contou com a colaboração de 116 voluntários.

- Sexo: Feminino – 85; Masculino – 31 (anexo 2.1).
- Grupo etário: 18 aos 25 anos – 12; 26 aos 40 anos – 33; 41 aos 65 anos – 43; 66 aos 80 anos – 25; > 80 anos – 03 (anexo 2.2).
- Habilitações Literárias: Ensino superior – 90; Ensino secundário – 26; (anexo 2.3).
- Situação Profissional: Ativo – 70; Aposentado – 26; Estudante – 11; Desempregados – 09; (anexo 2.4).
- Como conheceram a ACA: Comunicação Social – 24; Amigos ou conhecidos – 36; Outras instituições – 15; Site ACA – 30; Internet – 8; Sites de Voluntariado – 1; Universidade – 2; (anexo 2.5).

Torna-se evidente que a caracterização dos voluntários se alterou exponencialmente, visto que a esmagadora maioria dos voluntários se encontra em idade ativa, com uma disponibilidade diferente dos voluntários em situação de reforma.

A gestão de voluntários, engloba também um grupo de voluntários distinto dos restantes, pois a sua ação decorre de protocolos assinados com duas entidades empregadoras, que facilitam aos seus trabalhadores condições para o exercício do voluntariado:

#### **• Grupo José de Mello:**

A parceria com o Grupo José de Mello é facilitadora para aquisição de novos voluntários. Uma vez encaminhados, serão submetidos ao processo de recrutamento para análise de perfil e, caso seja adequado, passará a prática do voluntariado. A articulação com a entidade é contínua, prestando as informações acerca do estado do processo dos seus colaboradores enquanto voluntários. No ano referente, foram encaminhados 2

candidatos a voluntários, não obtendo a conclusão do processo de recrutamento, devido a contratempos de carácter pessoal e indisponibilidade.

No seguimento da gestão de voluntários, os dados apresentam o encerramento de 2 processos por falta de disponibilidade.

Relativamente aos voluntários retirados temporariamente, têm como justificação os óbitos dos utentes a quem estavam atribuídos e, por isso a necessidade de pausa por situação de perda/luto, mas também por indisponibilidade temporária devido a situações de saúde/pessoais/laborais. Encerrou-se o ano com 6 voluntários disponíveis, estando atualmente a aguardar atribuição de utente.

O voluntariado tem apresentado retorno positivo em relação ao combate à solidão e isolamento, contudo, a percentagem de situações aumenta constantemente, havendo maior necessidade de aumentar o grupo de voluntários. No último trimestre do ano as candidaturas a voluntário aumentaram significativamente.

Face às alterações das necessidades da população idosa, atualmente verificou-se que vão além da relação de proximidade, tais como, auxílio em tarefas que os utentes apresentam dificuldades em executá-las devido à diminuição de capacidade física e motora, por isso a procura de outro tipo de cuidados.

Na sua grande maioria, os voluntários demonstram a sua disponibilidade para interação com um utente, sendo à priori avaliadas as capacidades comunicacionais, motivações e as expectativas de cada candidato.

Durante o acompanhamento ao voluntário, são visíveis as variáveis à qual é preciso desmistificar para tranquilizar e motivar o voluntário, prever e diminuir o risco de conflitos. As dúvidas, os desafios, os receios podem influenciar no comportamento do mesmo, afetando sobre tudo, a sensibilidade emocional.

### **Coordenação Técnica**

A psicóloga manteve funções de coordenação técnica durante a maior parte do ano em análise, tendo depois por motivos de gravidez/maternidade estado ausente (tendo sido substituída nesta função temporariamente pela assistente social). A gestão de equipa torna-se menos difícil, quando existe a coesão dos elementos da equipa técnica e a disponibilidade dos mesmos, para a colaboração e participação em todas as dinâmicas de intervenção da Delegação, no entanto, atendendo e valorizando sempre os conhecimentos de cada área.

Sempre que considerado útil foram encetados contactos para parcerias ou projetos que beneficiassem os utentes, voluntários ou a Associação, assim como, foram dadas respostas a todas as solicitações consideradas.

### **3.2.4 TERAPIA OCUPACIONAL**

No processo de integração, a terapeuta ocupacional empenhou-se na familiarização com os processos e procedimentos realizados na Associação Coração Amarelo (ACA) a partir da leitura de documentos internos, processos de utentes e do acompanhamento do trabalho dos outros profissionais da equipa.

Procurou-se dar segmento às ações já desenvolvidas, cujo trabalho centra-se em:

- Avaliação e intervenção aos utentes da Delegação que apresentam comprometimento ou risco no de empenho e participação nas atividades de vida diária, atividades instrumentais da vida diária e/ou de lazer;

- Estabelecimento de parcerias com instituições que favoreçam o bem-estar e a participação social dos utentes;

- Ações de divulgação da ACA em diferentes contextos;

- Colaboração nas atividades Tertúlia Amarela, Hora do Conto, Contos com o Coração, atividades de dias celebrativos e outros, além das articulações e reuniões necessárias com a Junta de Freguesia de Arroios, Escola Hospital Rainha Dona Estefânia e Biblioteca de São Lázaro.

Para avaliação dos utentes, tem sido utilizado o instrumento de avaliação *EasyCare*, traduzido e validado para a população portuguesa por Sousa, Galante e Figueiredo (2002), com preenchimento através da observação e entrevista. Quando o utente já foi avaliado por meio deste instrumento e necessita da avaliação de outras dimensões ocupacionais, é realizado um mapeamento do quotidiano, que se dá de maneira processual, incluindo seus interesses, rotinas, o que a pessoa fala sobre si; o que se observa do que o sujeito faz e como ele qualifica suas produções; o que parece estar paralisando o sujeito na realização de atividades em seu quotidiano e o que parece favorecer a sua ação (Mello, 2019; Marcolino et al., 2020).

A avaliação do contexto ocupacional também inclui a análise e considerações acerca das barreiras arquitetónicas, que muito impendem a participação social, a realização de atividades no domicílio e ambiente exterior.

A princípio as avaliações e intervenções deram-se a partir da sugestão da equipa técnica para os casos com maior necessidade, da identificação de fatores

de risco apontados pelos voluntários da Linha de Apoio Telefónico ou sinalização do voluntário que acompanha presencialmente o utente, levando-se em consideração os fatores isolamento, alteração/redução de funcionalidade, privação ocupacional, autonomia, risco de queda e dificuldades físicas.

Após cada avaliação, sempre que considerado, foi elaborado um plano de intervenção individual com o objetivo de promover, quando possível, a independência e autonomia, ou auxiliar no processo de adaptação a perdas funcionais irreversíveis, sempre com vistas ao bem-estar dos utentes. Para a intervenção foram consideradas ações voltadas para adaptação do ambiente e/ou da ocupação através do aconselhamento de produtos de apoio e/ou estratégias que eliminem/diminuem barreiras arquitetónicas, orientações verbais e por escrito; mediação da relação triádica (utente-terapeuta ocupacional-ocupações) para estimular o engajamento produtivo em ocupações significativas e com segurança.

Por vezes, foi necessário articular e encaminhar o utente para a Rede Social e de Saúde - em parceria com o Serviço Social.

No decorrer do ano de 2022, devido à situação anteriormente descrita realizaram-se 12 visitas ao domicílio no âmbito da Terapia Ocupacional, distribuídas da seguinte forma:

- 9 visitas de avaliação;
- 2 visitas de admissão;
- 1 visita de apresentação utente-voluntário.

As visitas de admissão foram realizadas juntamente com a Assistente Social da equipa para que, além da apresentação da ACA ao candidato a utente, recolha de informações e avaliação inicial geral, a terapeuta ocupacional pudesse contribuir através da observação dos aspetos ocupacionais, ambientais e no encaminhamento das necessidades identificadas. Nas duas visitas não foram realizadas avaliações específicas com usos de escalas ou instrumentos padronizados.

As visitas de avaliação de terapia ocupacional caracterizaram-se pela apresentação da nova profissional assim como reavaliação do utente que vivenciou alguma intercorrência, seja por queda, alta hospitalar ou piora funcional. Um dos utentes recebeu 2 atendimentos para que se pudesse elaborar o plano de intervenção e outra utente informou prescindir do apoio da Associação por se sentir mais acompanhada, não sendo possível realizar a avaliação. Os dados



apresentados baseiam-se nas informações do instrumento *EasyCare*, mapeamento do quotidiano e do plano de intervenção elaborado.

As áreas de desempenho ocupacional onde todos os utentes apresentam alguma limitação são aquelas que exigem maior mobilidade e força, nomeadamente os trabalhos domésticos e aquisição de compras. Dos utentes avaliados, 85,7% necessitam de auxílio para o preparo das refeições, entretanto todos eles são capazes de se alimentarem de maneira independente. Somente dois dos utentes necessitam de auxílio para cuidados pessoais e de higiene. (ver anexo 3.1).

Em relação aos componentes de desempenho ocupacional, a maior parte deles apresenta alguma dificuldade de locomoção (85,7%) e somente uma pequena parcela algum comprometimento cognitivo (28,6%) que não interfere em sua funcionalidade. (ver anexo 3.2).

No que diz respeito à acessibilidade e segurança no domicílio, somente dois utentes possuem casa de banho adaptada e três têm acesso a elevador. A existência de escadas para vários utentes torna o acesso à rua complicado, exigindo auxílio em alguns dos casos e aumentando o risco de queda (ver anexo 3.3). Esta característica reforça a necessidade de ações voltadas para a adequação arquitetónica.

A partir da observação do terapeuta ocupacional e do mapeamento do quotidiano, foi possível identificar que a maior parte dos utentes (71%) apresenta poucas atividades no dia a dia, permanecem grandes períodos sentados, sem realizarem qualquer atividade física.

Devemos levar em consideração que a breve síntese das avaliações apresentadas retrata contextos específicos onde a reavaliação/avaliação de terapia ocupacional aconteceu perante alterações na funcionalidade do utente devido a alguma intercorrência de saúde ou por uma sinalização mais urgente da Equipa Técnica. Assim, são dados que não representam a totalidade dos utentes da ACA. Pretende-se para o próximo ano alargar a quantidade de utentes avaliados e em acompanhamento por esta área.

As intervenções presenciais realizadas tiveram como base a sugestão de atividades para ampliação do quotidiano, aconselhamento e orientação para prática de exercícios físicos e cognitivos, adequação/adaptação do ambiente e/ou da ocupação. Apesar de se tratarem de intervenções pontuais, considera-se a

necessidade de um breve acompanhamento desses utentes ao longo do ano de 2022 para que as ações sejam mais efetivas e impactem na qualidade de vida e bem-estar.

Dada a característica da população que é atendida pela ACA e, muitas vezes, a necessidade de produtos de apoio, foi estabelecido o contacto com o Serviço de Gestão de Produtos de Apoio da Santa Casa de Misericórdia de Lisboa no intuito de estabelecer relação mais estreita e suprimir a necessidade dos utentes. Considera-se ainda a importância de estabelecer novas parcerias com lojas de produtos de apoio ou protocolar com organizações com banco de produtos de apoio.

No intuito de manter relação mais próxima dos utentes, assim como dar resposta às necessidades levantadas, a terapeuta ocupacional realizou 306 chamadas telefónicas a utentes, voluntários, rede suporte formal e informal. No intuito de retomar as parceiras e realizar novas, foram efetuadas 75 chamadas telefónicas a parceiros.

Através deste acompanhamento técnico, foi possível realizar sinalizações para outros membros da equipa e/ou encaminhamentos à Rede Social e de Saúde quando necessário, assim como definir estratégias de forma a colmatar as necessidades dos utentes.

Paralelamente a este acompanhamento ao utente, a equipa técnica manteve-se sempre em articulação através de reuniões semanais e contactos telefónicos. Devido aos projetos comuns entre a área da Terapia Ocupacional e a Animação Sociocultural, as duas técnicas realizaram algumas reuniões entre si, assim como a terapeuta ocupacional deu orientação e suporte nas atividades de Animação Sociocultural no período de integração da colega.

### **Projeto – Facebook**

Este projeto tem como finalidade potencializar a promoção e divulgação da ACA e suas atividades. Ao decorrer do ano as publicações no Facebook foram sendo retomadas aos poucos após a alteração da equipa e por alguns períodos sem a presença de todos os técnicos. Desta forma, contabilizou-se um total de 55 publicações (ver anexo 3.4).

A gestão do Facebook passou a ser da responsabilidade da área da Terapia Ocupacional, a criação de conteúdos é partilhada entre todos os membros da equipa técnica e a Animadora Sociocultural fica responsável pelos grafismos.

### **Projeto – Viver a Casa**

Com vistas a minimizar o efeito de institucionalização habitacional, Viver a Casa é um projeto pensado para os utentes que desejam sentir (novamente) o seu espaço como pertença e sentido da sua própria vida. Buscou-se desenvolver intervenções mais personalizadas, com ênfase nas potencialidades e habilidades já existentes em cada pessoa, assim como no ambiente, para que o utente pudesse, a partir de casa, do seu próprio espaço, sentir-se com maior inclusão social e participação ativa em seu quotidiano.

Este é um projeto a ser desenvolvido em parceria com a área de Animação Sociocultural, com a colaboração dos demais técnicos da equipa. Neste ano foi possível realizar algumas avaliações e intervenções que favorecessem a participação social de alguns utentes. Entretanto, com a consolidação e melhor integração da equipa, pretende-se para o ano de 2023 ampliar as ações de maneira a envolver voluntários, parceiros e rede de cuidadores (formais/informais) para uma intervenção mais colaborativa e holística.

### **Projeto – Just a Change**

O Just a Change é uma Associação sem Fins Lucrativos que reconstrói casas de pessoas em Pobreza Habitacional. Este projeto transitou para o ano de 2023, onde pretende-se contratualizar uma parceria, permitindo sinalizar e realizar melhoramentos em diversas habitações de utentes da ACA.

### **Projeto – CuiDar-te**

O Projecto “CuiDar-te” propõem a realização da atividade de cuidar de uma planta no espaço doméstico ou em lar, com apoio do cuidador, seja informal (voluntário, familiar, vizinho, amigo) ou formal (ajudante de ação direta, outros). Neste ano foi possível compilar as informações e contacto dos 12 participantes que, devido à situação pandémica foi suspenso. Para o ano de 2023 objetiva-se reestabelecer a parceria com o Jardim Botânico da Ajuda ou estabelecer novas parcerias para a continuidade e ampliação do projeto.

## **Outras Atividades**

A terapeuta ocupacional participou ainda noutras atividades que não aquelas exclusivas da sua área funcional, designadamente:

- Colaboração nas Sessões de Acolhimento;
- Colaboração no Ciclo de Encontros com Voluntários;
- Colaboração na organização dos cabazes de natal a entregar aos utentes;
- Colaboração no “Um amigo aqui à mão”;
- Divulgação da ACA na Feira de Voluntariado promovida pela FCT NOVA, Almada;
- Colaboração nas entrevistas de emprego para a Animação Sociocultural e Psicologia;

## **Formação**

A terapeuta ocupacional participou nas seguintes formações:

- 43º Congresso Português de Geriatria e Gerontologia;
- Aula: Exercícios de Estimulação em casa. Ministrado por Joana Pinto. *Apoio Psicopedagógico para Familiares e Cuidadores de Pessoas com Demência*. Unidade de Diagnóstico e Intervenção UDI. Centro Hospitalar Psiquiátrico.

## **Observações Finais**

No ano de 2022 as atividades presenciais promovidas pela ACA retornaram, assim como a possibilidade do contacto mais próximo da equipa com os utentes. Em decorrência das mudanças de técnicos, houve um período de adaptação de maneira que este contato mais próximo se deu paulatinamente, ao mesmo tempo em que os procedimentos de trabalho foram sendo incorporados à nova equipa.

Neste processo de integração priorizou-se que os valores humanos, a ética no trabalho e a assistência de excelência pudessem ser garantidos aos utentes, assim como o suporte aos voluntários, cuja colaboração e empenho são fundamentais para a ACA.

No próximo ano, na área da Terapia Ocupacional ponderam-se a continuidade dos projetos já iniciados, assim como ações que poderão enriquecer

as atividades e ocupação dos utentes, em estreita articulação com a área da Animação Socio Cultural.

### **Referências Bibliográficas**

Mello, A.C.C. A construção de sentidos nas intervenções em Terapia Ocupacional. Dissertação (Mestrado em Terapia Ocupacional) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/11371>.

Marcolino, T. Q., Benetton, J., Cestari, L. M. Q., de Mello, A. C. C., & Araújo, A. da S.. Diálogos com Benetton e Latour: possibilidades de compreensão da inserção social. Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional, 2020; 28(4): 1322–1334.

Sousa L, Galante H, Figueiredo D. EASYcare: um sistema de avaliação de idosos (qualidades psicométricas). Rev Estat 2002; 26:10-25.

#### 4. Conclusões

Através do relatório apresentado percebemos que o ano de 2022 foi um ano de novos desafios, de retoma de atividades presenciais, formação temática e contínua para os voluntários, avaliação e acompanhamento ao domicílio e a importante formação pedagógica realizada pela psicóloga e a assistente social valorizando, desse modo, a formação para voluntários da Associação

O regresso dos voluntários às visitas aos utentes foi o ponto alto do ano. Ultrapassados os receios, mesmo continuando com as regras de proteção e segurança, foi notório o contentamento de ambos, na possibilidade semanal de se poderem olhar e escutar a viva voz, voltar aos passeios na zona envolvente, trocar histórias e memórias. Também sentimos uma maior procura de candidatos a voluntários, por terem vivenciado por si ou pelos seus, o estar só e estar socialmente isolado e distante.

De uma forma sintética, gostaríamos de destacar alguns dados que servem de reflexão e conclusão da atividade. Durante o ano de 2022 foram realizadas **11.856 horas de voluntariado**. O grupo de 6 voluntários da Linha de Apoio Telefónico disponibilizou no total **864 horas** de contactos para os utentes. Recebemos **98 candidaturas de voluntários**, embora somente 38 tenham realizado entrevista. Registamos **57 pedidos de apoio para voluntariado de proximidade** e atendemos **58 pedidos** que não se enquadravam na resposta, mas que foram sinalizados e encaminhados para as respetivas áreas de apoio. A intervenção em rede foi notória na reção de pedidos e nas vistas de avaliação em conjunto, nomeadamente em parceria com o projeto RADAR da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa. Participámos em **8 reuniões** no âmbito da Comissão Social de Freguesia.

A Direção da Delegação continuou na busca incessante por um espaço com área envolvente mais acolhedora e segura, para os colaboradores, utentes, voluntários, sócios e amigos da Associação. No âmbito de uma intervenção inovadora e modernizada aos novos tempos, foi proposto ao Centro Distrital da Segurança Social a possibilidade de um centro convívio, possibilitando aos utentes e comunidade, diferentes atividades do âmbito cultural, ocupação, atividade física, cognitiva e social.

Por fim, salientar a cooperação, o reconhecimento e valorização por parte da Direção Nacional e outras Delegações, num trabalho em conjunto em que o *modus operandi* teve como finalidade minimizar a solidão e o isolamento social em diferentes territórios nacionais.

Lisboa, 15 fevereiro de 2023

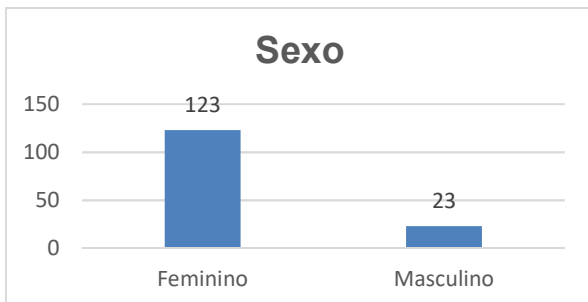
A Direção da Delegação de Lisboa

---

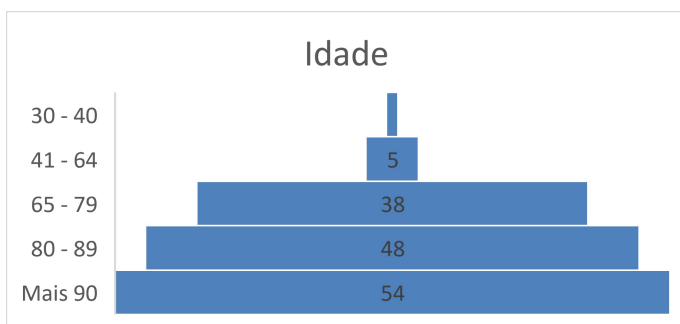
## ANEXOS AO RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2022

### Caracterização dos Utentes

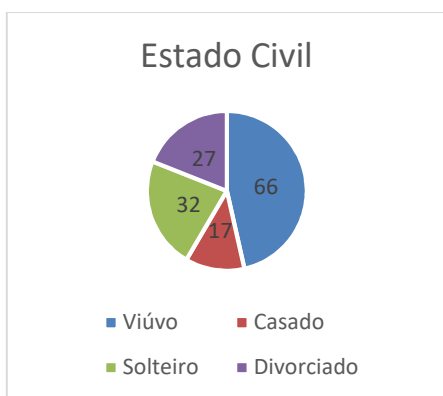
#### Anexo 1.1 – Sexo



#### Anexo 1.2 – Idade

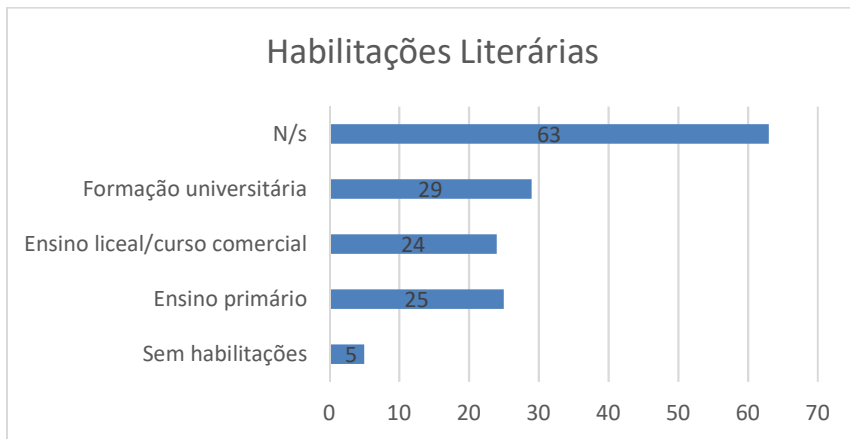


#### Anexo 1.3 – Estado Civil

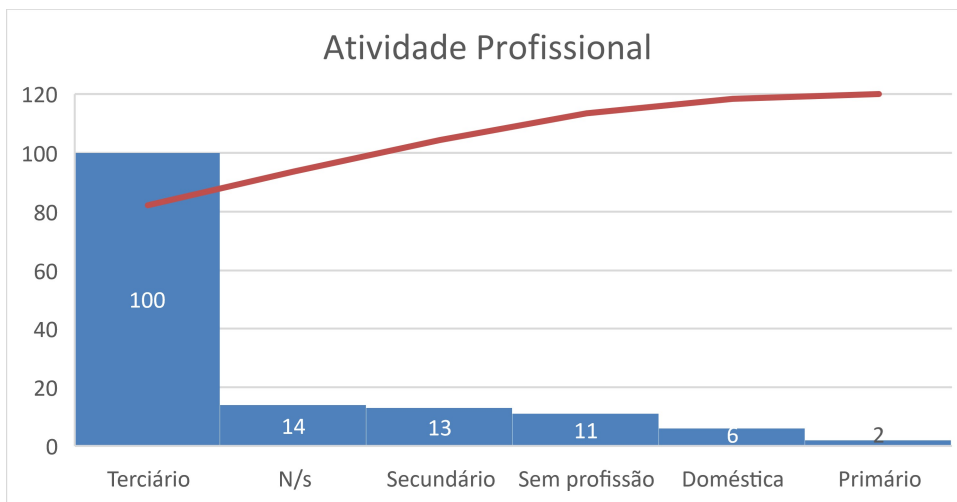




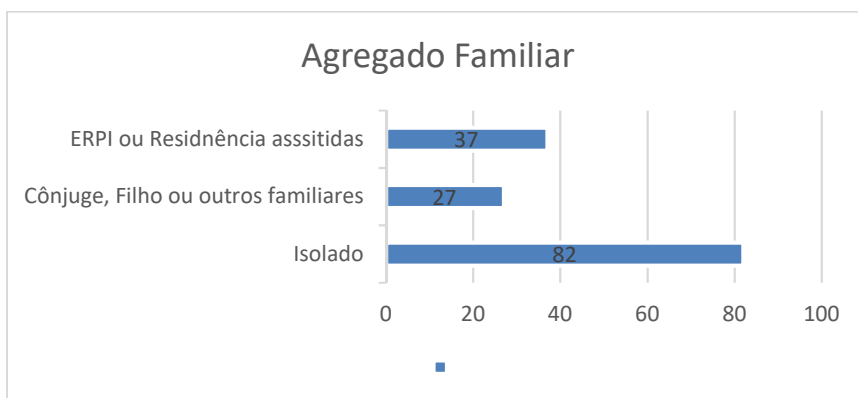
#### Anexo 1.4 – Habilitações Literárias



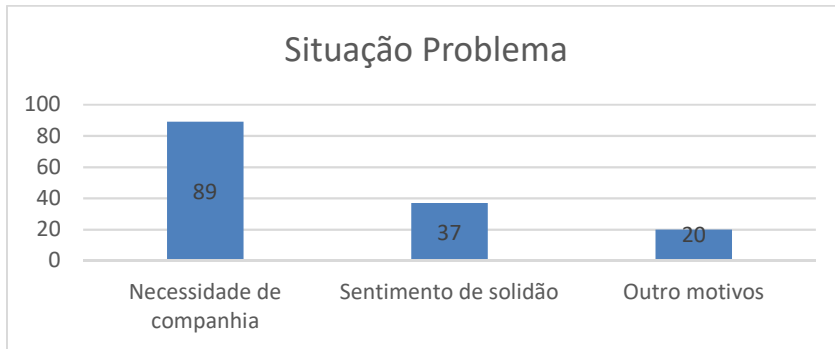
#### Anexo 1.4 – Atividade Profissional



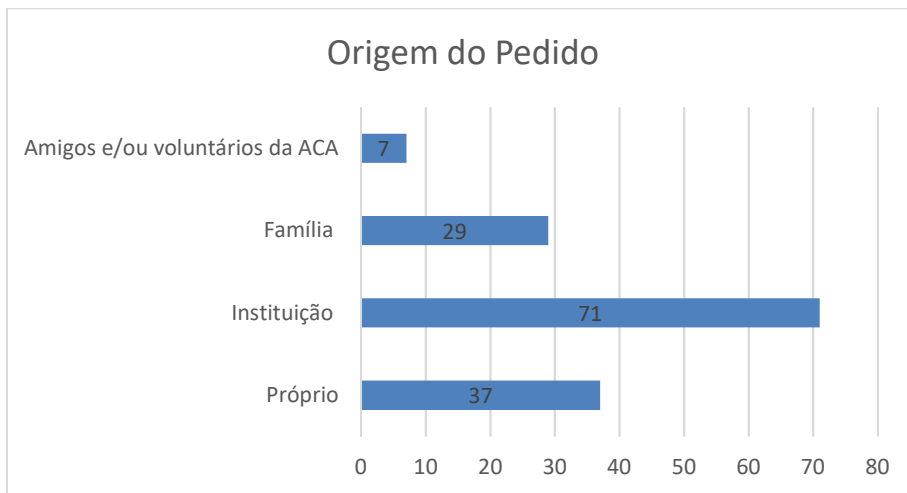
#### Anexo 1.5 – Agregado Profissional



### Anexo 1.6 – Situação problema que determinou o pedido

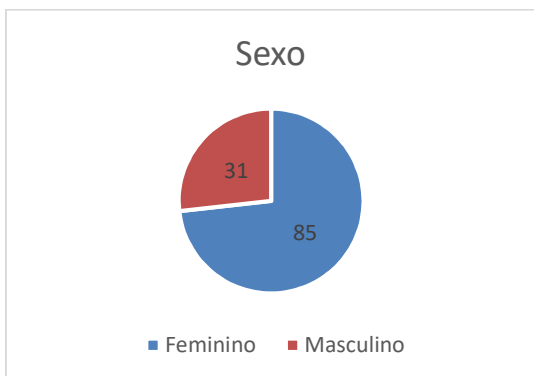


### Anexo 1.7 – Origem do Pedido

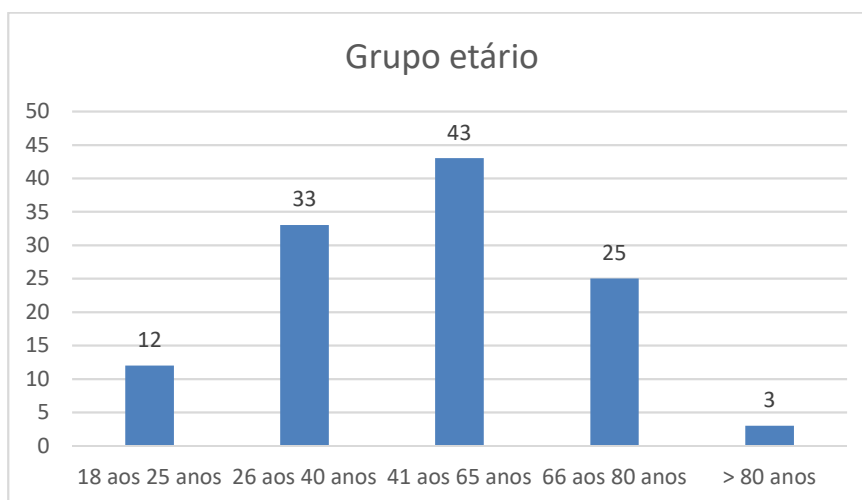


## Caracterização dos Voluntários

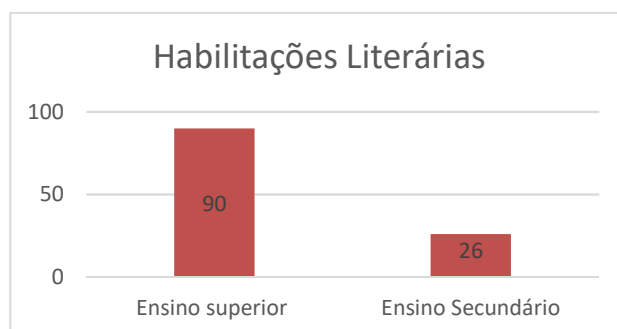
### Anexo 2.1 – Sexo



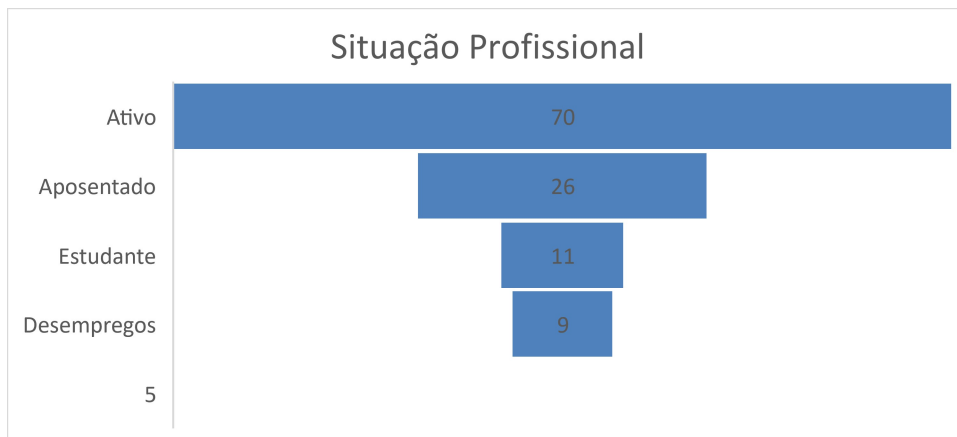
### Anexo 2.2 – Grupo etário



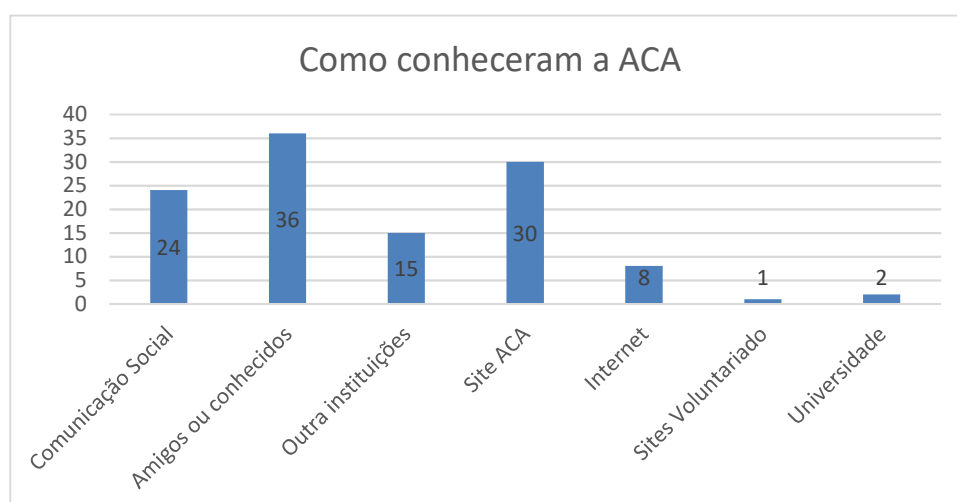
### Anexo 2.3 – Habilitações Literárias dos Voluntários



## Anexo 2.4 – Situação Profissional dos voluntários

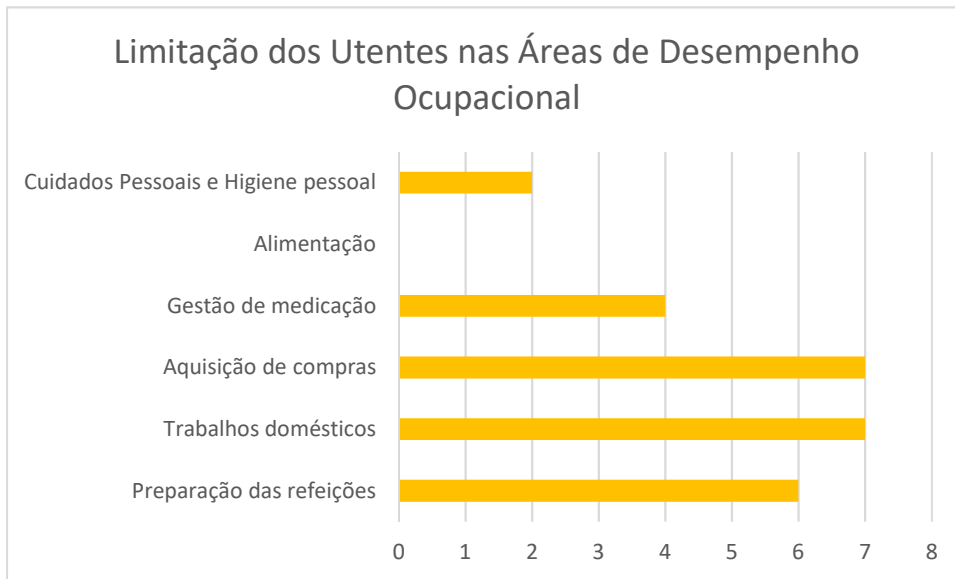


## Anexo 2.5 – Como os voluntários conheceram a ACA

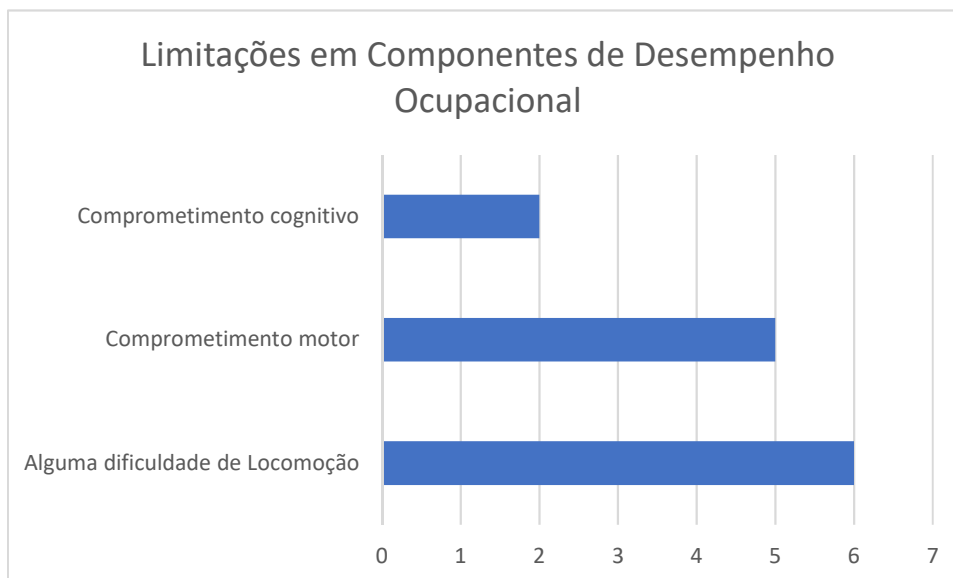


## Terapia Ocupacional

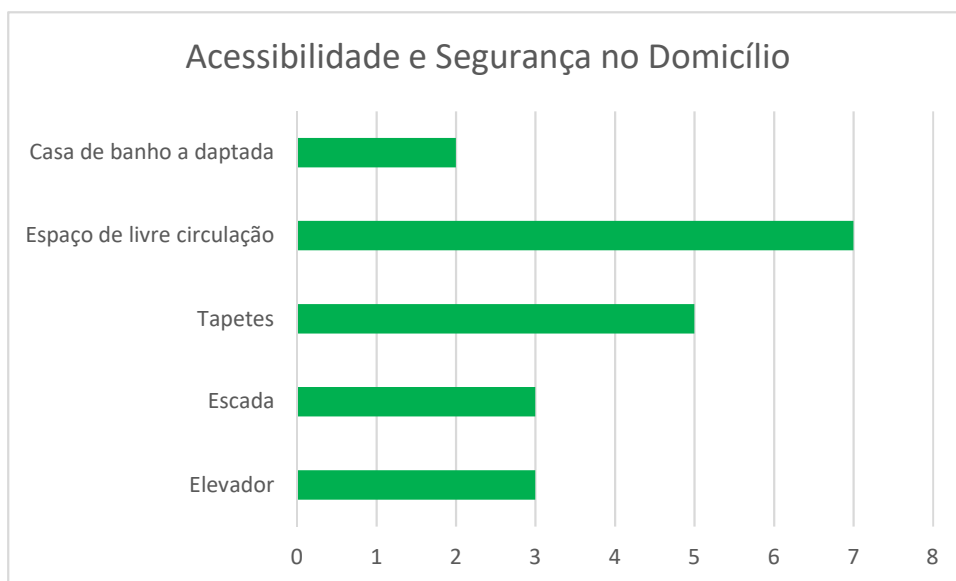
### Anexo 3.1 – Limitações nas Áreas de Desempenho Ocupacional



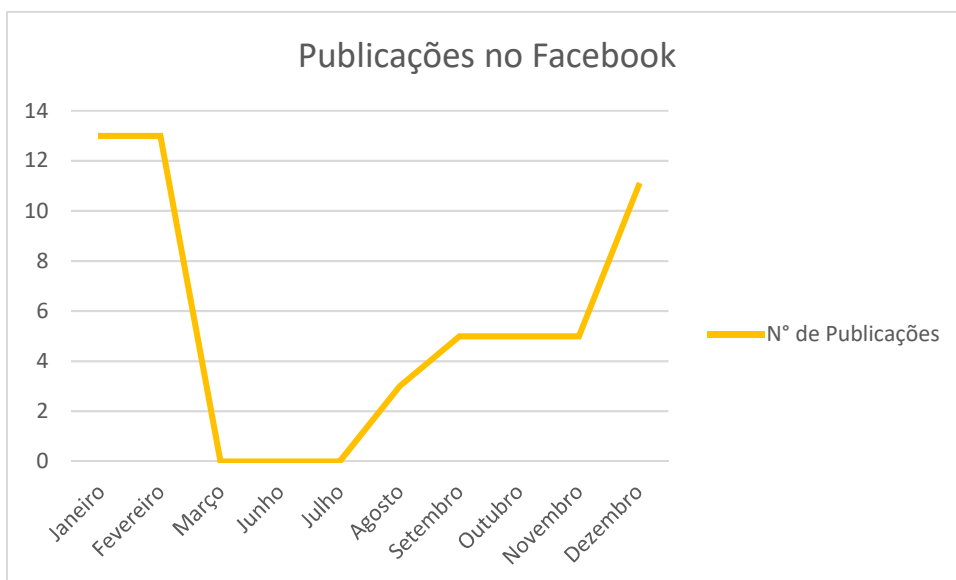
### Anexo 3.2 – Limitações em Componentes de Desempenho Ocupacional



### Anexo 3.3 – Acessibilidade e Segurança no Domicílio



### Anexo 3.4 – Publicações Facebook



## Demonstração de resultados até 31 de dezembro 2022 – Delegação de Lisboa

|   | (p/item)               | (subtotais)      |
|---|------------------------|------------------|
| 1. Pessoal – Remunerações e Honorários<br>Impostos (TSU, IRS, FC) | 50.736,74<br>24.978,36 | 75.715,10        |
| 2. Fornecimentos e serviços externos                              |                        |                  |
| - Água  |                        | 5.258,89         |
| - Eletricidade  |                        |                  |
| - Correio   | 191,91                 |                  |
| - Telefone e Internet   | 1.352,74               |                  |
| - Material de esc./consumíveis/expediente e higiene               | 918,99                 |                  |
| - Artigos para oferta e divulgação/merchandising                  |                        |                  |
| - Produção de folhetos  |                        |                  |
| - Manutenção do site  |                        |                  |
| - Serviços especializados (Servilimpe, Springzone e Your Care)    | 2.795,25               |                  |
| - Fotocópias /trabalhos gráficos/impressão                        |                        |                  |
| 3. Deslocações em serviço   | 6.280,26               | 6.280,26         |
| 4. Seguros  | 1.851,75               | 1.851,75         |
| 5. Rendas das instalações   | 915,24                 | 915,24           |
| 6. Apoio a atividades das Delegações e C.I.'s                     |                        |                  |
| 7. Custos com ações de formação                                   | 216,10                 | 216,10           |
| 8. Organização de eventos de índole social ou cultural            | 749,86                 | 749,86           |
| 9. Organização e convocação de Assembleias-Gerais                 |                        |                  |
| 10. Outras despesas e imprevistos – ajudas de custos              | 432,90                 | 432,90           |
| 11. Diversas (florista)   | 385,00                 | 385,00           |
| <b>TOTAL:</b>   |                        | <b>91.805,10</b> |

### Proveitos

|  | (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  |                   |                  |
| - Livros                               |                   |                  |
| - Outros artigos e produtos            |                   |                  |
| - -----                                |                   |                  |
| 2. Quotas                              | 1.632,00          |                  |
| 3. Donativos                           | 520,73            |                  |
| 4. Subsídios e apoios institucionais   | 106.038,53        |                  |
| 5. Receitas diversas                   |                   |                  |
| <b>TOTAL:</b>                          | <b>108.191,26</b> | <b>16.386,16</b> |
| Saldo                                  |                   |                  |

|                              |            |
|------------------------------|------------|
| <u>Resultado:</u>            | 16.386,16€ |
| <u>Saldo de caixa:</u>       | 4,28€      |
| <u>Saldo bancário:</u>       | 43.402,21€ |
| <u>Saldo contabilístico:</u> | 43.406,49€ |

- Valor cativo para as obras na Rua da Manhiça: 12.302,04€

Lisboa, 06 fevereiro de 2023

A Direção da Delegação de Lisboa

Presidente: Maria José Relvas

Tesoureira: Luísa Santos Cunha

Vogal: Conceição Lira

Vogal: Teresa Dornelas

Vogal: Sara Castro



# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Comissão Instaladora  
da  
MADEIRA**



## **COMISSÃO INSTALADORA DA MADEIRA**

### **RELATÓRIO DE ATIVIDADES**

A Comissão Instaladora de Madeira tem estado a envidar todos os esforços para se implementar tendo feito já várias reuniões com entidades da comunidade local e regional, estando a aguardar respostas para dar início aos trabalhos “no campo”

### **CONTAS**

Não há qualquer movimento de caixa e de bancos por sucessivas dificuldades, que se pensa que sejam brevemente ultrapassadas, impediram a abertura da conta bancária.

# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Delegação  
OEIRAS**

**RELATÓRIO DE ATIVIDADES E  
CONTAS  
DELEGAÇÃO DE OEIRAS  
EXERCÍCIO 2022**

# **RELATÓRIO DE ATIVIDADES E CONTAS DELEGAÇÃO DE OEIRAS ~ Exercício de 2022~**

## **INDICE:**

**1. Introdução**

**2. Objetivo do Relatório**

**3. Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação**

**3.1 Atividades de Gestão**

**3.2 Atividades desenvolvidas no âmbito no período em apreciação**

**3.2.1 Atividades no apoio direto aos utentes**

**3.2.2 Atividades de divulgação/Formação**

**3.2.3 Atividades de participação no âmbito de parcerias**

**3.3 Outras atividades**

**4. Caracterização dos Utentes**

**5. Caracterização dos Voluntários**

**6. Conclusões**

## **ANEXOS:**

**- Contas do exercício**

## **1. Introdução**

O ano 2022 foi um ano de recomeço com readaptações que felizmente com trabalho e dedicação de todos conseguimos cumprir, tanto a nível do Plano de Atividades como também noutras iniciativas e apoios que nos foram solicitados.

Os voluntários, suporte de todo o nosso projeto, têm vindo a aumentar o que por um lado é uma mais valia por outro é todo o aumento de trabalho em entrevistas, integrações e acompanhamento.

As parcerias e os Protocolos com Empresas e Instituições têm trazido um valor acrescentado nomeadamente a parceria com a Nova SBE de Carcavelos que temos conseguido adaptar aos nossos procedimentos e com isso agilizar trabalho burocrático.

## **Objetivo do Relatório**

O objetivo deste relatório é o de demonstrar com o maior rigor possível, tendo em conta o Plano de Ação e Orçamento, todo o trabalho feito pela delegação de Oeiras, no apoio aos seus utentes, no recrutamento de novos voluntários bem como a análise e valorização do seu desempenho, na pesquisa, realização e continuidade de diversos projetos e ainda todo o trabalho administrativo que decorre das atividades atrás descritas.

Este relatório, para além de ser um documento obrigatório por lei, vem também confirmar a necessidade do projeto Coração Amarelo junto da população idosa e isolada no Concelho de Oeiras.

## **2. Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação**

### **3.1 Atividades de Gestão**

#### **REUNIÕES INTERNAS**

- De Direção - realizadas quando necessário, *online* e presenciais, para apresentação, apreciação, elaboração e votação das orientações a tomar pelo executivo.
- De Voluntários - realizadas mensalmente, *online* e presenciais, (primeira sexta-feira de cada mês) de informação, análise de casos e de formação.
- Com Grupos de Trabalho – realizadas sempre que se justificaram, *online* e presenciais.
- Com a Direção Nacional e as diferentes Delegações da ACA.

## **REUNIÕES EXTERNAS**

Estivemos presentes, como habitualmente, em diversas reuniões promovidas pelas entidades concelhias, e não só, concretamente:

- Sessão Plenária do Conselho Local de Ação Social (CLAS) da Rede Social de Oeiras, onde ficámos a conhecer os novos documentos de planeamento da Rede Social o Diagnóstico Social e o respetivo Plano de Desenvolvimento Social.
- Reuniões com o Departamento de Desenvolvimento Social, da Divisão da Coesão Social da Câmara Municipal de Oeiras.
- Reuniões com todas as Comissões Sociais de Freguesia (CSF) incluindo Barcarena e Porto Salvo de quais ainda não fazia parte.
- Reuniões com o Grupo de trabalho da Pessoa Idosa (GTPI).

## **3.2 Atividades desenvolvidas no âmbito do período em apreciação**

### **3.2.1 Atividades no apoio direto aos utentes**

No presente ano retomámos alguns dos nossos passeios, visitas lúdicas e culturais, os lanches e as colónias de férias, facto que contribuiu para “matar saudades” e encorajar os nossos voluntários e utentes.

## **EVENTOS**

Em **março** tivemos a distribuição de uma gerbera amarela às nossas utentes pelo Dia Internacional da Mulher.

O nosso primeiro passeio, depois de dois anos tão difíceis foi uma visita ao Oceanário de Lisboa.

Tivemos ainda o Baile da Primavera a convite da UFOPAC na Cooperativa Nova Morada em conjunto com outras Instituições da freguesia.

Em **abril** foram distribuídos aos nossos utentes 106 Miminhos da Páscoa.

Também estivemos presentes na celebração do Dia Mundial da Consciencialização da Violência contra as Pessoas Idosas, realizado a 15 de junho no Palácio dos Aciprestes, em Linda a Velha.

No pátio exterior da delegação de Oeiras foi comemorado o “**Dia dos Avós**” a convite da PSP/Esquadra de Oeiras e Queijas e em conjunto com as crianças do Colégio da Linha. Realizaram-se jogos, deram-se abraços e terminou-se com um lanche oferecido pela delegação.

Em **junho** comemorámos com a Associação Resgate os Santos Populares.

A nossa Colónia de Férias, com praia e esplanada na Baía dos Golfinhos contou com uma média de 14 pessoas.

No edifício do Templo da Poesia assistimos a conferências incluídas no Mês da

Saúde Mental, nomeadamente "Consciencialização em populações vulneráveis, organizado pela ARIA.

Em **julho** tivemos a nossa sardinhada no Restaurante SIMPS em Porto Salvo. Esta é já uma tradição da nossa delegação, que só foi parada, infelizmente, pela pandemia.

Em **agosto e setembro** retomámos a participação nas "*Festas em honra de Nosso Senhor Jesus dos Navegantes*", que decorreram durante 10 dias no Jardim de Paço de Arcos. Tivemos rifas sempre com prémio, bolos e cafés para vender.

Em **outubro** fomos convidados pela SIC a participar no programa "Alô Portugal" com a demonstração do nosso projeto "Pedalar com um Amigo"

Tivemos convites para assistir ao musical, "O Corcunda de *Notre Dame*" no Casino do Estoril.

**Em novembro** realizou-se mais um encontro de voluntários da nossa Delegação, que se realizou no Restaurante Bérrio, para disfrutar de um belo almoço e o mais importante o convívio e a companhia uns dos outros.

Em **dezembro**, e como de costume, realizou-se a entrega dos Miminhos de Natal, tendo sido entregues 127 Miminhos. Salientamos que este ano, como não houve a oferta de cabazes de Natal pela CMO, os mesmos foram adquiridos pela delegação com a oferta de um carrinho para as compras oferecido pela empresa *DLL Finance* e com um cartão feito pelos nossos parceiros da Associação Resgate. É sempre um momento reanimador, tanto para utentes como voluntários.

Finalmente pudemos retomar a nossa Festa de Natal, como habitualmente no Hotel Real de Oeiras. Contámos com a animação do grupo coral "da Universidade Sénior de Barcarena" que tocaram músicas tradicionais portuguesas e algumas de Natal.

Durante todo o ano continuámos a participar do projeto intergeracional "**Ao Encontro**" com a Associação Resgate, (Instituto Condessa de Cuba) ICC. Desde 2016 este projeto tem sido uma mais valia quer para utentes quer para as crianças, pois promove a partilha, os saberes, a gentileza e respeito para com os mais idosos. Participámos em várias ações, tais como: o Dia das Boas Ações, os postais escritos pelas crianças pelo aniversário de cada utente, assim como pelo Natal e Páscoa e ainda a troca de prendas temáticas (ovos da páscoa, pedrinhas decoradas, leitura e oferta de poesias e quadras). Citamos ainda a realização do Carnaval e o Lanche da Amizade.

Continuação da implementação do projeto "**Um Amigo aqui à Mão**" agora também com a atribuição de "*tablets*". Está a ser um grande desafio, mas consideramos ser



uma mais-valia não só na aprendizagem com as videochamadas como também na forma de contactar voluntários, familiares e amigos.

As “**Conversas Amarelinhas**” continuam na forma de telefonemas semanais onde para além do acompanhamento habitual, são feitas diligências (se necessário) para apoio em situações pontuais, como ajuda na compra de medicamentos, idas ao hospital, etc.

### **3.2.2 Atividades de divulgação/formação**

Foram várias as formações e *workshops* em que participámos a convite ou por nossa iniciativa, uns *online* outros presencialmente.

Participámos ainda na 3ª edição do Simpósio Interações da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML), organizado pela Unidade de Missão “Lisboa Cidade de todas as Idades”.

Junto de algumas Universidades Seniores e em parceria com o projeto Razões de Sobre, da casa de Saúde do Telhal, fizemos a divulgação do nosso projeto de combate à solidão.

### **3.2.3 Atividades de participação no âmbito de parcerias**

A delegação de Oeiras continuou ao longo do ano a trabalhar em parceria, pois assim podemos fazer mais e melhor com menos recursos. A nossa delegação conta com parceiros como as Uniões de Freguesia do concelho de Oeiras, com a Câmara Municipal de Oeiras, Centros de Dia e Centros Sociais e Paroquiais, além de outras. Dentro destas, outras como a Novartis empresa farmacêutica que colabora com a delegação na formação e dentro do projeto “Caixa Solidária”. A parceria já longa com a Associação Resgate dentro do âmbito dos projetos intergeracionais.

A delegação de Oeiras candidatou-se a um projeto de consultoria da *Nova School of Business and Economics* (NOVA SBE) de Carcavelos, que consistiu no acompanhamento de estudantes de mestrado durante 3 meses em que estes desenvolveram um trabalho de consultoria para a nossa delegação com o objetivo de rentabilizar os recursos e definir estratégias para um maior impacto do nosso projeto.

O fruto desta parceria tem já operacional a aplicação móvel *Instagram* e conta com o apoio de um voluntário para manter esta rede social atualizada. A nossa delegação também já está inscrita em alguns clubes da NOVA SBE, que são responsáveis por promover e divulgar iniciativas e eventos da Associação. Também já constamos na plataforma *Role To Play* da mesma Universidade que nos vai servir

como uma ferramenta de gestão de voluntariado interna, e convidar os alunos a envolverem-se connosco nas demais iniciativas que vamos realizando.

Também já temos voluntários inscritos que estão alocados ao projeto pedalar com um amigo/Voluntário, e momentos de partilha presenciais com o objetivo de contar histórias.

### 2.3 Outras Atividades

A Delegação de Oeiras, em conjunto com as instituições que fazem parte do “Juntos por Mais” e outras instituições no âmbito do idoso tem como objetivos:

- Promover a socialização das utentes;
- Promover a autoestima das utentes;
- Fomentar o contacto entre técnico e utentes (sem pôr em causa a sua segurança de ambos);
- Manter o contacto dos utentes com as instituições de apoio.

**FACEBOOK** - Esta plataforma de divulgação tem sido alimentada com algum “feedback” do nosso trabalho e com notícias e conselhos importantes.

**INSTAGRAM** - Rede social iniciada pelos alunos da Nova SBE de Carcavelos cujo objetivo é chegar aos jovens.

**FICHAS DE ACOMPANHAMENTO DE ATIVIDADES** - No ano de 2022 as fichas de acompanhamento de atividades no exercício do voluntariado não vão ser contabilizadas neste relatório uma vez que não são representativas da realidade vivida.

## 4. Caracterização dos Utentes

Terminámos o ano de 2022 com 110 utentes, caracterizados de acordo com os seguintes parâmetros:

### GÉNERO

|           |    |
|-----------|----|
| Masculino | 12 |
| Feminino  | 96 |

### GRUPO ETÁRIO

|                 |    |
|-----------------|----|
| 48-54 anos      | 4  |
| 60-69 anos      | 12 |
| 70-79 anos      | 18 |
| 80 aos 89 anos  | 44 |
| 90 aos 101 anos | 32 |

#### AGREGADO FAMILIAR

|                      |    |
|----------------------|----|
| Vive só              | 53 |
| Com família          | 27 |
| Lar/Resid/Unid Saúde | 30 |

Não se realizaram os INQUÉRITOS DE SATISFAÇÃO DE UTENTES

### **5. Caracterização dos Voluntários**

Terminámos o ano de 2022 com 42 voluntários. Devido a várias doenças, alguns pedidos de suspensão e mesmo desistências, os nossos voluntários continuam a ser insuficientes para todos os utentes.

#### GÉNERO

|           |    |
|-----------|----|
| Masculino | 9  |
| Feminino  | 33 |

#### GRUPO ETÁRIO

|            |    |
|------------|----|
| 20-49 anos | 3  |
| 50-58 anos | 7  |
| 61-68 anos | 8  |
| 69-84 anos | 24 |

#### HABILITAÇÕES LITERÁRIAS

|                   |    |
|-------------------|----|
| Ensino básico     | 12 |
| Ensino secundário | 22 |
| Ensino superior   | 8  |

#### SITUAÇÃO LABORAL

|            |    |
|------------|----|
| Reformado  | 24 |
| Ativo      | 17 |
| Estudantes | 1  |

### **6. Conclusões**

O ano de 2022 foi um ano de recomeços. As portas abriram-se novamente para a rua, inclusive as dos nossos utentes. Por causa disso, pudemos fazer mais

atividades, participar em novos projetos, retomar os antigos e dar mais Abraços, Carinhos e mostrar mais Sorrisos.

Por tudo isto e porque não o fizemos sozinhos deixamos um Obrigada aos nossos parceiros e sobretudo á nossa equipa de voluntários.

Oeiras, 14 de fevereiro de 2023

Pela Direção da Delegação de Oeiras

**Demonstração de resultados até 31 de dezembro 2022**  
**da Delegação de Oeiras**

| <b>Custos/Despesas</b>  | (p/item)        | (subtotais)        |
|---|-----------------|--------------------|
|   | <b>(p/item)</b> | <b>(subtotais)</b> |
| 1. Pessoal - Remunerações e Honorários  | 7200,00         | 7200,00            |
| 2. Fornecimentos e serviços externos  |                 |                    |
| - Água  |                 |                    |
| - Electricidade   |                 |                    |
| - Correio   | 51,15           |                    |
| - Telefone e Internet   | 399,16          |                    |
| - Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene   | 1009,03         |                    |
| - Artigos para oferta e divulgação/merchandising  | (*)5350,74      |                    |
| - Produção de folhetos  |                 |                    |
| - Manutenção do Site  |                 |                    |
| - Serviços especializados (incl.q/p serviços de contabilidade)  |                 | 6810,08            |
| - Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão  |                 |                    |
| -   |                 |                    |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos)   | 455,83          | 455,83             |
| 4. Seguros  | 409,57          | 409,57             |
| 5. Rendas das instalações   |                 |                    |
| 6. Apoio a atividades das Delegações e CI's   |                 |                    |
| 7. Custos com Ações de Formação   |                 |                    |
| 8. Organização de eventos de índole social ou cultural  | 3859,08         | 3859,08            |
| 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 a utentes; Imprevistos   | 173,32          | 173,32             |
| <b>T O T A L :</b>  | <b>18907,88</b> | <b>18907,88</b>    |
| <b>Proveitos/Receitas</b>   | (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) da A.C.A.   |                 |                    |
| - Feiras diversas   | 940,00          | 940,00             |
| - Outros artigos e produtos   |                 |                    |
| - ....  |                 |                    |
| 2. Quotas   | 1921,00         | 1921,00            |
| 3. Donativos  | 6692,24         | 6692,24            |
| 4 - Subsídios e Apoios Institucionais   | 1800,00         | 1800,00            |
| 5 - Receitas Diversas (discriminar se relevante):   | 497,52          | 497,52             |
| <b>T O T A L :</b>  |                 | <b>11850,76</b>    |
| Saldo (Proveitos/Receitas - Custos/Despesas)  |                 | <b>-7057,12</b>    |

A Direção da Delegação de Oeiras

|               |         |   |  |  |
|---------------|---------|---|--|--|
| Resultado :   | 0,00€   |   |  |  |
| Saldo Caixa:  | 89,96 € |   |  |  |
| Saldo Bancos: |         | MONTEPIO<br>40 000 €<br>89,96 €<br>4089,96€ |  |  |

(\*) Em relação à situação financeira da delegação no ano de 2022 houve a necessidade de adquirir artigos de divulgação e merchandising, compra não prevista, mas que se mostrou necessária. A delegação de Oeiras continua a ter uma "bolsa financeira" para futuras necessidades.



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

***DELEGAÇÃO DO PORTO***

***RELATÓRIO DE ACTIVIDADES E CONTAS***

***EXERCÍCIO DE 2022***

## ***DELEGAÇÃO DO PORTO***

### ***RELATÓRIO DE ACTIVIDADES E CONTAS***

#### ***EXERCÍCIO DE 2022***

#### **ÍNDICE:**

1. Introdução
2. Objectivo do Relatório
3. Actividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação
  - 3.1 Actividades de gestão
  - 3.2 Actividades desenvolvidas no âmbito do apoio directo
  - 3.3 Actividades de divulgação
  - 3.4 Actividades de participação no âmbito das parcerias
  - 3.5 Actividades de formação
4. Caracterização dos Utentes
5. Caracterização dos Voluntários
6. Conclusões

#### **ANEXOS:**

Contas do Exercício



## **1. Introdução**

Este ano as nossas actividades retomaram o seu ritmo normal, felizmente, sem as restrições da pandemia, ao contrário dos dois anos anteriores. Assim, mantivemos a ajuda aos nossos Utentes graças à generosidade e solidariedade dos nossos Voluntários. Procurámos não esmorecer nos nossos objectivos, aumentando mesmo a nossa resiliência, pois sabemos que, nas circunstâncias adversas dos dois anos anteriores, o isolamento e a solidão se acentuaram, exigindo de nós um esforço acrescido.

Voltámos a privilegiar as visitas, sem descurar as abordagens telefónicas, considerando o binómio Utente / Voluntário e em função da especificidade de cada caso, das idiosincrasias de cada Utente.

Mantivemos, e inclusive reforçámos, o apoio em artigos de incontinência e higiene.

Organizámos um encontro de Natal, com a atribuição de um cabaz, tendo em conta os poucos recursos financeiros da nossa Delegação.

A divulgação da nossa Associação continuou a ser uma das nossas prioridades, procurando dar a visibilidade que a Instituição carece e merece.

À semelhança do ano transacto, mantivemos todas as nossas parcerias.

No que concerne as actividades de formação, organizámos duas, ministradas pela Direcção e dedicada aos Voluntários e a candidatos a Voluntários.

As contas, contabilizadas e conferidas com rigor, relevam uma situação financeira estável, antevendo uma gestão tranquila para o próximo ano.

## **2. Objectivo do Relatório**

O escopo deste Relatório é, de uma forma sucinta, a demonstração do trabalho efectuado na vertente do apoio aos Utentes, da divulgação da nossa Associação, das sinergias com os nossos parceiros, do recrutamento e formação.

Finalmente, a demonstração dos resultados financeiros espelha os objectivos referidos.

### **3. Actividades levadas a cabo no âmbito do Exercício em apreciação**

#### **3.1 Actividades de gestão**

A gestão corrente, à semelhança do pretérito ano, sofreu mudanças. Contudo, mantivemos as reuniões da Direcção com a periodicidade bimensal; o contacto telefónico e reuniões com os Voluntários, procurando coordenar e supervisionar o seu trabalho; e as reuniões, sempre que necessário e oportuno, com as Juntas de Freguesia e demais Instituições com quem mantemos protocolos.

#### **3.2 Actividades desenvolvidas no âmbito do apoio directo**

Para além das visitas ao domicílio e dos contactos telefónicos sempre que necessário, acompanhámos os Utentes a consultas médicas, farmácias e outros locais, de acordo com as necessidades de cada um.

Mantivemos, e reforçámos mesmo, o apoio em artigos vários de incontinência e higiene.

No Natal, os nossos Utentes foram contemplados com um cabaz apropriado à época festiva, num convívio realizado no salão nobre da Junta de Freguesia de Ramalde, espaço gentilmente cedido.

Este ano não tivemos oportunidade de participar em actividades culturais.

### **3.3 Actividades de divulgação**

Para além de continuarmos a divulgar a nossa acção junto da comunidade, participámos em vários *workshops*.

### **3.4 Actividades de participação no âmbito de parcerias**

Proseguimos com a parceria com a Junta de Freguesia da União de Freguesias de Santo Ildefonso, Cedofeita, Sé, São Nicolau, Miragaia e Vitória, bem como com a de Ramalde.

Mantivemos sinergias com as seguintes entidades:

EFACEC, PSP – Serviço de Proximidade, Grupo Mello Saúde e EDP.

Continuámos com os Protocolos celebrados com as seguintes entidades: Santa Casa da Misericórdia do Porto - cedência de uma sala para sede, assim como colaboração com o Programa "Chave de Afectos".

Renovámos o protocolo com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto para o novo ano escolar e que se traduz na participação de estudantes em regime de voluntariado, para efeito de estágio curricular semestral.

### **3.5 Actividades de formação**

Fez-se formação aos Voluntários, bem como a candidatos a Voluntários, no salão nobre da Junta de Freguesia de Ramalde.

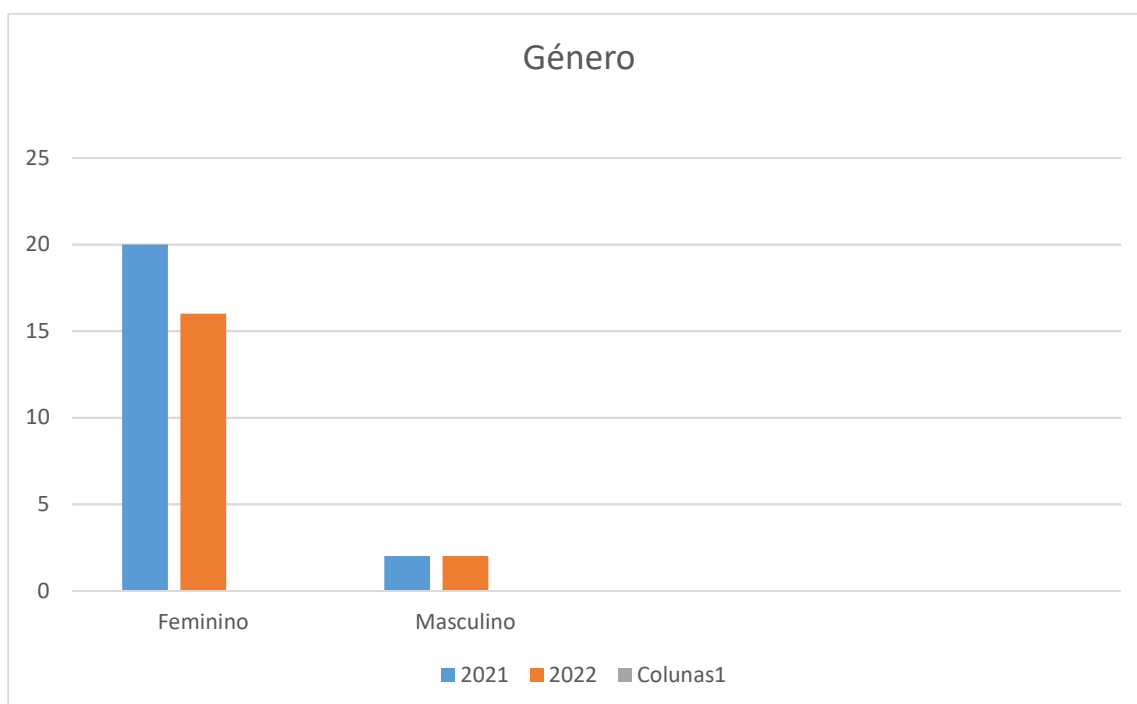
## 4. Caracterização dos Utentes

Integram a nossa Delegação dezoito Utentes. De registar o falecimento de quatro.

Género:

Feminino: 16

Masculino: 2



**Grupo etário:**

51/60: 1

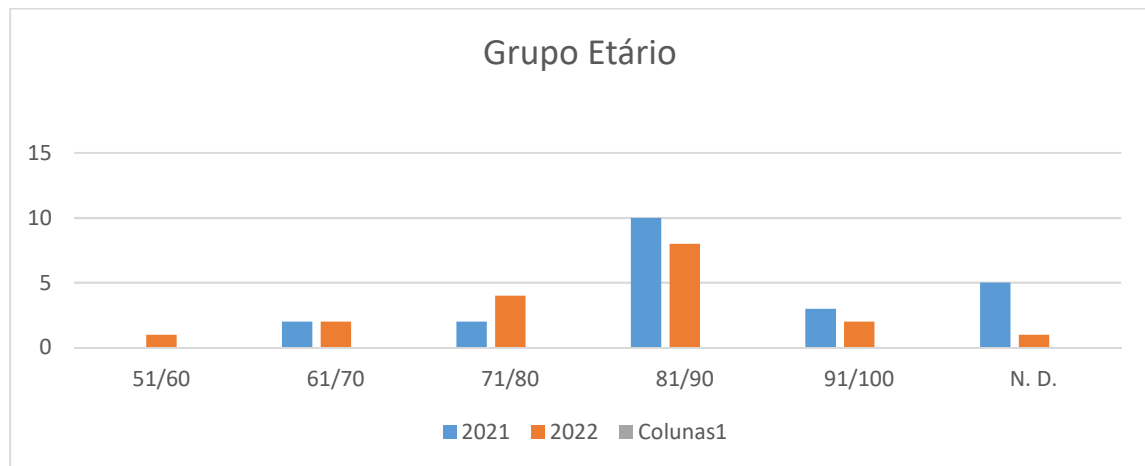
61/70: 2

71/80: 4

81/90: 8

91/100: 2

N. D.: 1



**Estado Civil:**

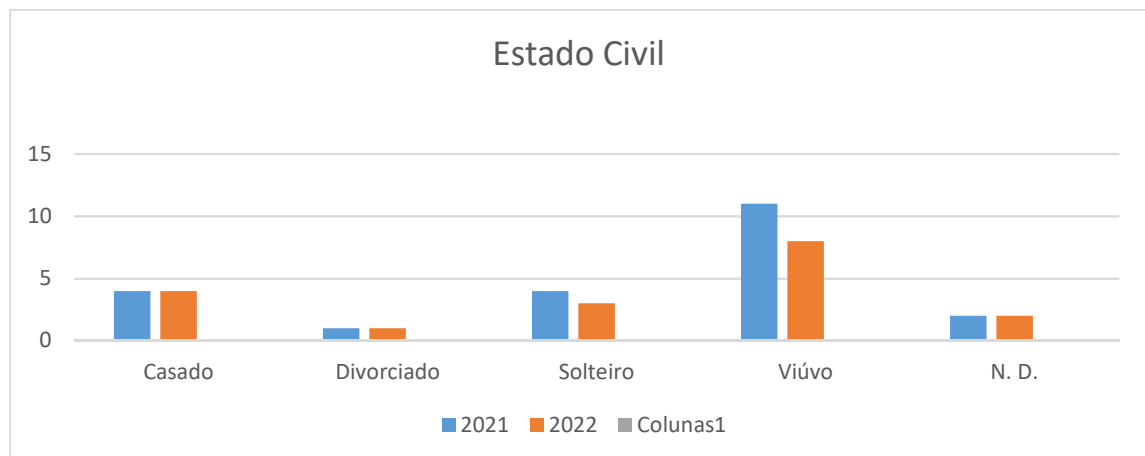
Casado: 4

Divorciado: 1

Solteiro: 3

Viúvo: 8

N.D.: 2

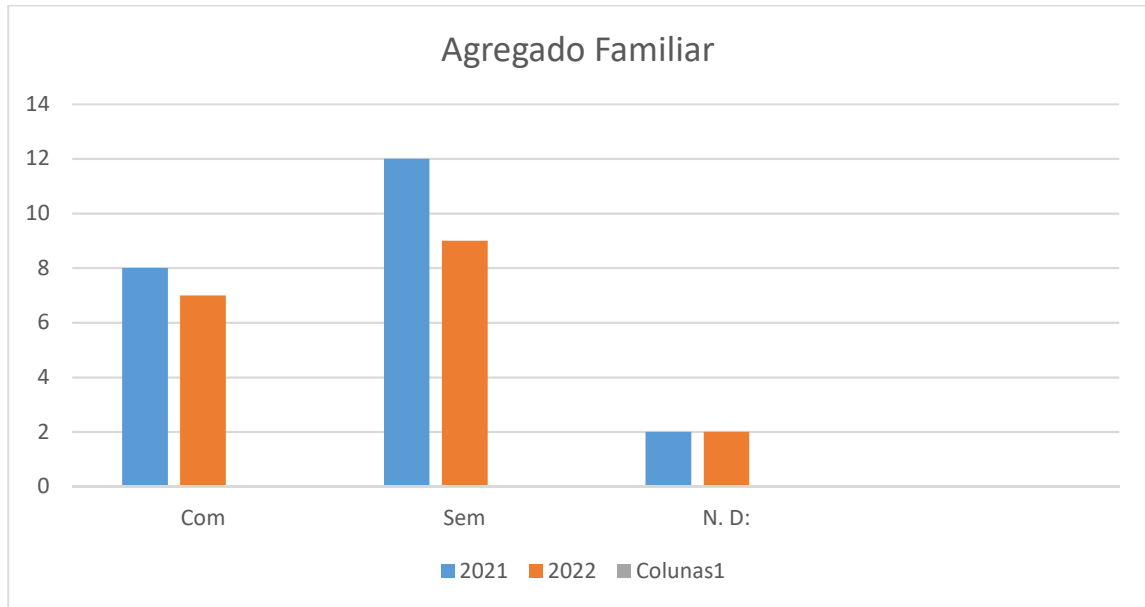


**Agregado Familiar:**

Com Agregado: 7

Sem Agregado: 9

N. D.: 2

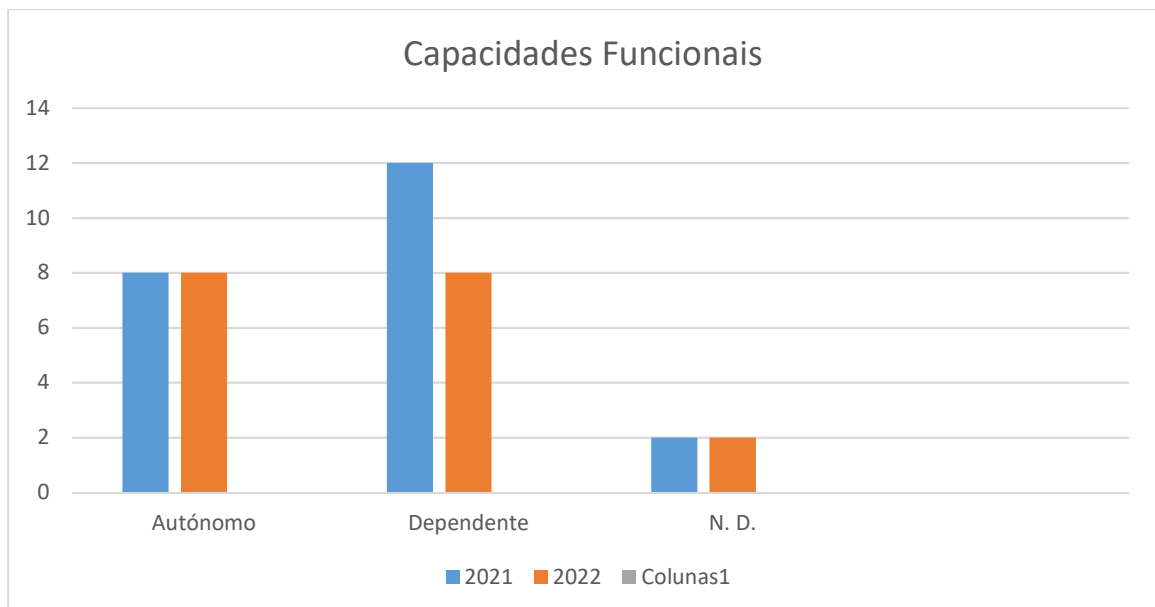


**Capacidades Funcionais:**

Autónomo: 8

Dependente: 8

N. D.: 2



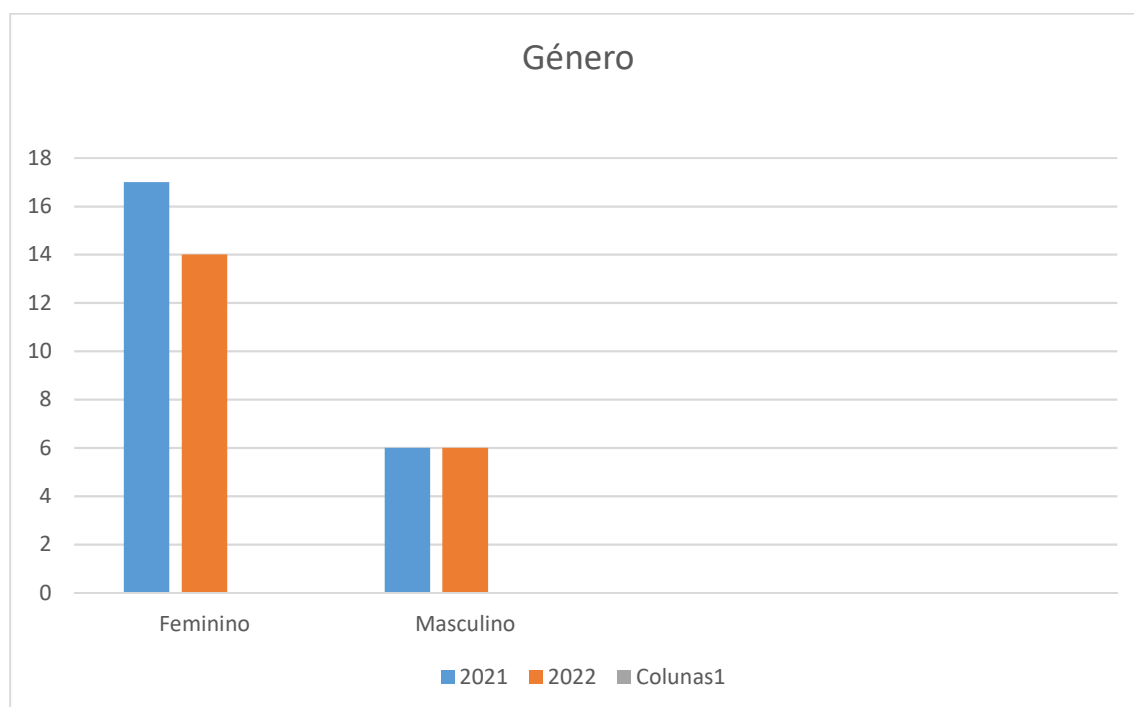
## 5. Caracterização dos Voluntários

Fazem parte da nossa Delegação vinte Voluntários. De referir que dois demitiram-se por motivos de saúde e um por razões profissionais.

Género:

Feminino: 14

Masculino: 6



### Grupo etário:

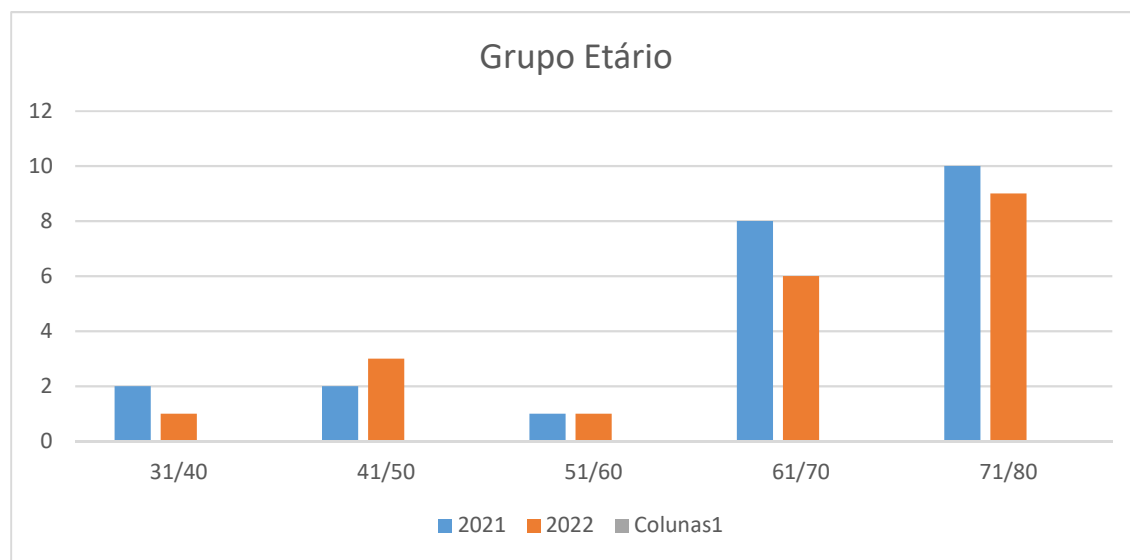
31/40: 1

41/50: 3

51/60: 1

61/70: 6

71/80: 9

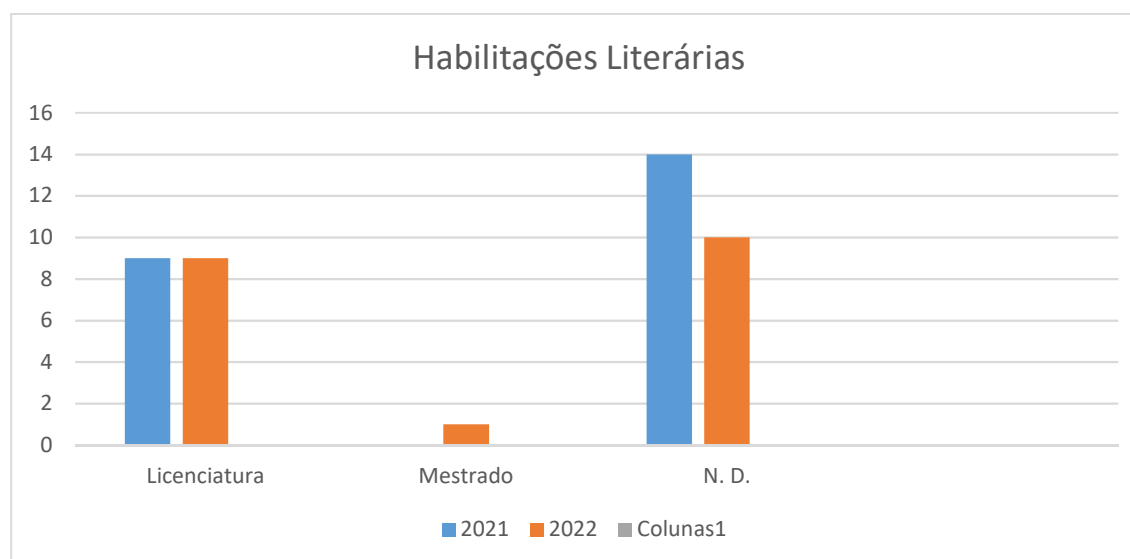


### Habilitações Literárias:

Licenciatura: 9

Mestrado: 1

N. D.: 10

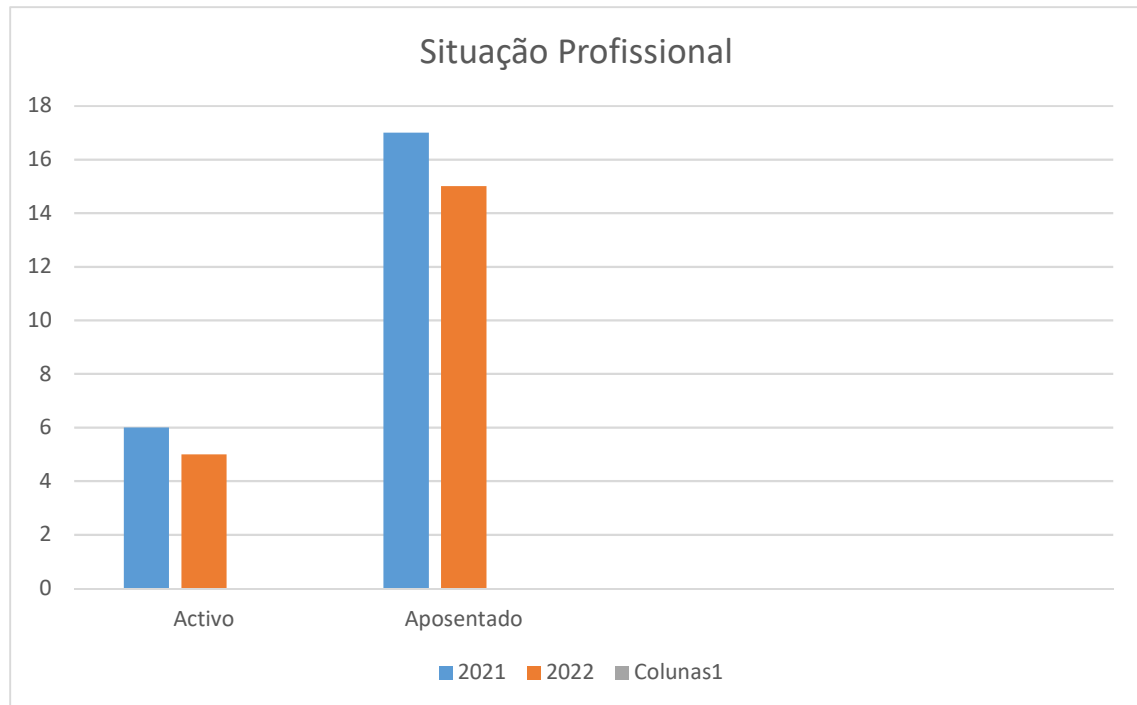




## Situação Profissional:

Activo: 5

Aposentado: 15



## **6. Conclusões**

De acordo com o planeado conseguimos cumprir os objectivos a que nos propusemos, pesem embora as dificuldades e os obstáculos de ordem vária com que nos deparámos.

No essencial satisfizemos as solicitações dos nossos Utentes com o apoio atrás referido, desta feita com um evento de índole social, um convívio natalício.

No que concerne as actividades de divulgação e representação, nomeadamente colóquios, palestras e seminários, os mesmos ainda não tiveram a expressão pretendida.

Mantivemos a estreita colaboração com os nossos habituais parceiros, procurando consolidar as sinergias existentes e gerar novas.

Quer o número de Utentes quer de Voluntários mantiveram-se no essencial estáveis. Contudo, este último é maioritariamente constituído por séniores, havendo necessidade de tentar recrutar Voluntários mais jovens.

# **ANEXOS**

## **Relatório Financeiro**

### **1. Apresentação das Contas**

As peças contabilísticas apresentadas em anexo, integram os saldos de Caixa e Bancos existentes à data de 31 de Dezembro de 2022, organizadas do seguinte modo:

Anexo I – Balancete Plurianual com a discriminação das Receitas e Despesas do ano N e N-1.

Anexo II - Mapa anual sucinto das Receitas e Despesas por rubricas orçamentais, apuramento dos Resultados Líquidos e Demonstração dos Resultados.

Anexo III – Mapa de execução do Orçamento.

O método de contabilização utilizado foi o da óptica de Caixa, segundo o qual as Receitas e Despesas são contabilizadas no momento do recebimento e do pagamento.

### **2. Saldo do Exercício**

O saldo do Exercício plasmado no Anexo II, resultante da diferença entre as Receitas (€ 5 258,13) e as Despesas (€ 3 183,03), é positivo em € 2 075,10.

### **3. Dívidas a Terceiros**

Em 31 de Dezembro de 2022 não existiam dívidas a terceiros.

#### **4. Saldo da Conta de Caixa**

O saldo da Conta de Caixa em 31 de Dezembro de 2022 é de € 169,78, constante do Anexo II.

#### **5. Saldo da Conta de Depósitos à Ordem**

O saldo da Conta de Depósitos à Ordem em 31 de dezembro de 2022 é de € 12 361,47, constante do Anexo II.

Porto, 25 de Janeiro de 2023

A Presidente da Direcção da Delegação do Porto  
Maria Áurea Neto Abrantes Serra Martins

## DELEGAÇÃO DO PORTO

### BALANCETE PLURIANUAL DE TESOURARIA

ANEXO I

| RECEITAS                                       | 2021     | 2022     | DIF.    | DESPESAS  | 2021     | 2022     | DIF.    |
|--|----------|----------|---------|---|----------|----------|---------|
| 1 ANGARIAÇÃO DE FUNDOS                         |          |          |         | 1 PESSOAL - REMUNERAÇÕES E HONORÁRIOS                           |          |          |         |
| 1.1 Organização de Eventos:                    |          |          |         | 2 FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS                             | 284,34   | 58,75    | -225,59 |
| - Eventos de índole social ou cultural         |          |          |         | 2.1 - Água  |          |          |         |
|  |          |          |         | 2.2 - Electricidade   |          |          |         |
| 1.2 Vendas:                                    |          |          |         | 2.3 - Correio   | 74,99    | 48,25    | -26,74  |
| - Artigos de Divulgação e <i>Merchandising</i> |          |          |         | 2.4 - Telefone e Internet                                       |          |          |         |
| - Livros                                       |          |          |         | 2.5 - Material de Escritório, Consumíveis, Expediente e Higiene | 40,22    | 3,00     | -37,22  |
| - Outros Artigos e Produtos                    |          |          |         | 2.6 - Artigos para Oferta e Divulgação e <i>Merchandising</i>   |          |          |         |
|  |          |          |         | 2.7 Produção de folhetos  |          |          |         |
| 2 QUOTAS                                       | 699,00   | 345,00   | -354,00 | 2.8 Manutenção do site  |          |          |         |
|  |          |          |         | 2.9 Serviços especializados                                     |          |          |         |
| 3 DONATIVOS                                    | 4 549,00 | 4 597,00 | 48,00   | 2.10 Fotocópias, Trabalhos gráficos e Impressão                 | 169,13   | 7,50     | -161,63 |
|  |          |          |         | 3 DESLOCAÇÕES EM SERVIÇO  | 152,94   | 113,27   | -39,67  |
| 4 SUBSÍDIOS E APOIOS INSTITUCIONAIS            |          |          |         | 4 SEGUROS   | 276,34   | 221,07   | -55,27  |
|  |          |          |         | 5 RENDAS DAS INSTALAÇÕES  |          |          |         |
| 5 RECEITAS DIVERSAS                            | 10,00    | 316,13   | 306,13  | 6 APOIO A ACTIVIDADES DAS DELEGAÇÕES E C. I. 's                 |          |          |         |
|  |          |          |         | 7 CUSTOS COM ACÇÕES DE FORMAÇÃO                                 |          |          |         |
|  |          |          |         | 8 ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS DE ÍNDOLE SOCIAL OU CULTURAL           |          | 239,97   | 239,97  |
|  |          |          |         | 9 ORGANIZAÇÃO E CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIAS GERAIS                |          |          |         |
|  |          |          |         | 10 DIVERSOS   | 2 404,78 | 2 439,97 | 35,19   |
|  |          |          |         | 11 OUTRAS DESPESAS E IMPREVISTOS                                | 92,40    | 110,00   | 17,60   |
| TOTAL DAS RECEITAS                             | 5 258,00 | 5 258,13 | 0,13    | TOTAL DAS DESPESAS  | 3 210,80 | 3 183,03 | -27,77  |

## DELEGAÇÃO DO PORTO

### SÍNTESE DOS MOVIMENTOS DE RECEITA E DESPESA

ANEXO II

| RECEITA                 |                 | DESPESA                           |                 |
|-------------------------|-----------------|-----------------------------------|-----------------|
| DESCRIÇÃO               | VALOR           | DESCRIÇÃO                         | VALOR           |
| Quotas                  | 345,00          | Fornecimentos e Serviços Externos | 58,75           |
| Donativos               | 4 597,00        | Deslocações em Serviço            | 113,27          |
| Receitas Diversas       | 316,13          | Seguros                           | 221,07          |
|                         |                 | Organização de Eventos            | 239,97          |
|                         |                 | Diversos                          | 2 439,97        |
|                         |                 | Outras Despesas                   | 110,00          |
| <b>Total da Receita</b> | <b>5 258,13</b> | <b>Total da Despesa</b>           | <b>3 183,03</b> |

### APURAMENTO DOS RESULTADOS LÍQUIDOS

|                               |                 |
|-------------------------------|-----------------|
| Receita .....                 | 5 258,13        |
| Despesa .....                 | <u>3 183,03</u> |
| <b>Resultado do Ano .....</b> | <b>2 075,10</b> |

### DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS

| SALDOS EM 01 DE JANEIRO    | VALOR           | SALDOS EM 31 DE DEZEMBRO   | VALOR     |
|----------------------------|-----------------|----------------------------|-----------|
| Caixa                      | 88,50           | Caixa                      | 169,78    |
| Depósitos à Ordem          | 10 367,65       | Depósitos à Ordem          | 12 361,47 |
| Total das Disponibilidades | 10 456,15       |                            |           |
|                            |                 |                            |           |
| <b>Resultado do Ano</b>    | <b>2 075,10</b> |                            |           |
|                            |                 |                            |           |
|                            | 12 531,25       | Total das Disponibilidades | 12 531,25 |

## DELEGAÇÃO DO PORTO

### MAPA DE EXECUÇÃO DO ORÇAMENTO

ANEXO III

| RECEITAS                                       | ORÇAM.   | EXECUT.  | DIF.     | DESPEASAS   | ORÇAM.   | EXECUT.  | DIF.    |
|--|----------|----------|----------|---|----------|----------|---------|
| ANGARIAÇÃO 1DE FUNDOS                          |          |          |          | 1 PESSOAL – REMUNERAÇÕES E HONORÁRIOS                         |          |          |         |
| 1.1 Organição de Eventos:                      |          |          |          |   |          |          |         |
| - Eventos de índole social ou cultural         |          |          |          | 2 FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS                           | 330,00   | 58,75    | -271,25 |
|  |          |          |          | 2.1 Água  |          |          |         |
| 1.2 Vendas:                                    |          |          |          | 2.2 Electricidade   |          |          |         |
| - Artigos de Divulgação e <i>Merchandising</i> |          |          |          | 2.3 Correio   | 80,00    | 48,25    | -31,75  |
| - Livros                                       |          |          |          | 2.4 Telefone e Internet                                       |          |          |         |
| - Outros Artigos e Produtos                    |          |          |          | 2.5 Material de Escritório, Consumíveis, Expediente e Higiene | 100,00   | 3,00     | -97,00  |
|  |          |          |          | 2.6 Artigos para Oferta, Divulgação e <i>Merchandising</i>    |          |          |         |
| 2 QUOTAS                                       | 500,00   | 345,00   | -155,00  | 2.7 Produção de Folhetos                                      |          |          |         |
|  |          |          |          | 2.8 Manutenção do <i>Site</i>                                 |          |          |         |
| 3 DONATIVOS                                    | 2 800,00 | 4 597,00 | 1 797,00 | 2.9 Serviços Especializados                                   |          |          |         |
|  |          |          |          | 2.10 Fotocópias, Trabalhos Gráficos e Impressão               | 150,00   | 7,50     | -142,50 |
| 4 SUBSÍDIOS E APOIOS INSTITUCIONAIS            |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 3 DESLOCAÇÕES EM SERVIÇO                                      | 200,00   | 113,27   | -86,73  |
| 5 RECEITAS DIVERSAS                            |          | 316,13   | 316,13   |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 4 SEGUROS   | 300,00   | 221,07   | -78,93  |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 5 RENDAS DAS INSTALAÇÕES                                      |          |          |         |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 6 APOIO A ACTIVIDADES DAS DELEGAÇÕES E C. I.'s                |          |          |         |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 7 CUSTOS COM ACÇÕES DE FORMAÇÃO                               |          |          |         |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 8 ORGANIAÇÃO DE EVENTOS DE ÍNDOLE SOCIAL OU CULTURAL          |          | 239,97   | 239,97  |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 9 ORGANIAÇÃO E CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIAS GERAIS               |          |          |         |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 10 DIVERSOS   | 1 800,00 | 2 439,97 | 639,97  |
|  |          |          |          |   |          |          |         |
|  |          |          |          | 11 OUTRAS DESPESAS E IMPREVISTOS                              |          | 110,00   | 110,00  |
| TOTAIS DAS RECEITAS                            | 3 300,00 | 5 258,13 | 1 958,13 | TOTAIS DAS DESPESAS   | 2 630,00 | 3 183,03 | 553,03  |

# RELATÓRIO E CONTAS



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Exercício de 2022**

**Delegação  
PORTO DE MÓS  
(Bouceiros)**



## RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2022

### Delegação da Associação Coração Amarelo – Bouceiros – Porto de Mós

O ano de 2022 foi um ano de alguma retoma de atividades de grupo, embora o início tenha sido ainda de restrições.

Realizámos o atendimento e acompanhamento a pessoas idosas, recorrendo algumas vezes ao telefone.

No dia 24 de abril realizamos uma caminhada “primeira rota do coração amarelo”.

A 18 de junho de 2022 tivemos a honra de receber as delegações da Associação Coração Amarelo na nossa sede nos Bouceiros. Tivemos a presença do Sr. Presidente da Câmara de Porto de Mós e Clarisse Louro como preletora.

Foi entregue pela Direção Nacional pela pessoa da Dra. Rosa Araújo o prêmio Manuela Marques Alves.

Ao longo do ano reunimos com a Rede Social para resolução de problemas com idosos de modo a proporcionar maior bem estar a esta faixa etária.

O nosso modo de estar é dar o que temos de melhor e juntarmo-nos a outros que nos ajudam na nossa Missão ou seja: **Minorar a Solidão.**

Porto de Mós, 15 / 02 / 2023

A Presidente da Delegação dos Bouceiros-Porto de Mós



# Relatório de Contas da delegação Bouceiros/Porto de Mós

da ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO AMARELO - ano 2022

| Receitas diversas | Despesas diversas | Saldo                     |
|-------------------|-------------------|---------------------------|
| 75€ cotas         |                   |                           |
| 300 deposito DN   |                   | Saldo ano 2021 2.346.40   |
| 200 +20 caminhada |                   | Saldo disponível 2.866.40 |

Nota:-Todas as despesas foram oferta e trabalho voluntário

Pela Direção

Maria Filomena de Morais Sarmento Machado Matos



ASSOCIAÇÃO

*Coração Amarelo*

**Relatório de atividades  
E  
contas**

**\*\*\***

**Delegação de Sintra  
2022**

## INTRODUÇÃO

A Associação Coração Amarelo (ACA) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos e dotada de personalidade jurídica reconhecida, cuja publicação vem veiculada no Diário da República n.º 159, III Série, de 12 de Julho de 2000. Foi declarada Pessoa Coletiva de Utilidade Pública registada com a inscrição nº 113-00 a fl. 99 v.º e fl. 100 do livro nº 8 das Associações de Solidariedade Social.

Os seus Estatutos foram, pela primeira vez, publicados no Diário da República n.º 4, III Série, de 5 de Janeiro de 2001, tendo-se posteriormente procedido a várias revisões estatutárias.

No seguimento da expansão da atividade da ACA e das necessidades sentidas no Concelho de Sintra, em 2008 foi criada a Delegação de Sintra em articulação com a já existente na freguesia do Cacém, tendo em conta que este é um dos Concelhos com maior densidade populacional do País.

Relativamente à atividade desenvolvida em 2022, sobre a qual incide o presente Relatório, são de destacar o fortalecimento das parcerias na comunidade, com especial incidência na articulação interinstitucional com a Juntas de Freguesia da área de intervenção da Delegação, o aumento e a diversificação das atividades socioculturais, a preocupação na expansão do voluntariado e de sócios

### 2. Objetivo do Relatório

Constituíram objetivos do Plano de Acção da Delegação para o ano de 2022:

Consolidar a constituição e o funcionamento da Delegação;

Divulgar a Associação junto dos meios de comunicação social e de Entidades públicas e privadas da comunidade;

Desenvolver e estabelecer parcerias com entidades e serviços que prestem apoio a pessoas mais idosas em situação de dependência, solidão e/ou isolamento

### 3- Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação

### 3.1 - Atividades de gestão

A sede da Delegação, mantém-se em espaço cedido pela União das Freguesias de Sintra, mantendo-se assim, uma relação de estreita articulação e parceria com esta Junta, a qual tem continuado a prestar um apoio fundamental ao funcionamento da Delegação, incluindo também no apoio a várias das atividades desenvolvidas;

Foram elaboradas candidaturas ao “Programa de Apoio Financeiro às Instituições sem Fins Lucrativos” da Câmara Municipal de Sintra, e ao Programa de Apoio ao Associativismo da União das Freguesias de Sintra,

Contamos ainda com o apoio de algumas empresas particulares, que com a sua boa vontade muito têm ajudado a Associação na realização de atividades com mais qualidade.

Foram organizadas outras iniciativas para angariação de receitas nomeadamente contactos formais e informais com empresas, Juntas de Freguesia e execução de trabalhos artesanais para vendas em atividades colectivas e de outras entidades locais.

Realizaram-se vários contactos ou reuniões com entidades e parceiros nomeadamente com as Juntas de Freguesia da área de intervenção desta Delegação, para concretização de atividades conjuntas, bem como com a Câmara Municipal de Sintra, o Banco de Voluntariado de Sintra, Lyons Clube de Sintra, GNR, Bombeiros, Rotários, entre outras.

Realizaram-se reuniões mensais de Direcção e contactos periódicas com o grupo de voluntários

Mantiveram-se atualizados os ficheiros dos sócios, beneficiários e voluntários.

Com os esforços desenvolvidos houve um aumento do nº de sócios. Verificou-se uma ligeira recuperação de quotas em 2022.

Promover a Associação junto das entidades responsáveis pelo apoio a pessoas mais idosas; em dependência; em solidão ou isolamento;

Estabelecer parcerias com entidades e serviços que prestem apoio a pessoas3- Atividades levadas a cabo no âmbito do exercício em apreciação

. Foram angariados e seleccionados voluntários, em articulação com o Banco de Voluntariado, e de acordo com o perfil definido pela delegação. Tem-se verificado alguma mobilidade nos voluntários.

Presentemente há 16 voluntários distribuídos pelas seguintes funções:

- Voluntariado de apoio direto personalizado; voluntariado de apoio através do telefone; voluntariado de apoio nas atividades sócio culturais; voluntários para atividades pontuais, através de parcerias no âmbito de responsabilidade social. O número de beneficiários com carácter mais regular tem aumentado progressivamente havendo cada vez maior adesão as nossas atividades. Pelas características regionais, meio essencialmente rural, a população tem preferido o apoio que possibilita a interação social em grupo, ao contacto individual, bem como o desenvolvimento de atividades recreativas e culturais.

### 3.2 - Atividades desenvolvidas no âmbito do apoio direto

O apoio a idosos e/ou pessoas dependentes em situação de solidão, abrangeu um total de 200 beneficiários, cerca de 80 dos quais de forma sistematizada e periódica. De referir que tem havido mobilidade nas pessoas apoiadas.

Reforçou-se o apoio no combate à solidão através de encontros individuais e regulares a pessoas em situação de dependência e contactos telefónicos semanais,

Foram feitos análises de alguns pedidos (tipo de pedido, situação sócio familiar e outras) sendo definidas prioridades no atendimento.

Foi assegurado o encaminhamento de situações para outras entidades, quando assim se justificou, nomeadamente Cruz Vermelha, Segurança Social, Santa Casa da Misericórdia de Sintra, entre outras.

A intervenção complementar na área cultural e recreativa, por ser a que tem maior adesão, foi amplamente desenvolvida.

## 4

4.1 - O CLUB + criado em 2012 passou a funcionar em instalações cedidas pela Paróquia de Stª Maria e S. Miguel, desenvolvendo-se vários ateliês na área da saúde, recreativa, cultural ou formativa, etc.

O desenvolvimento das actividades é coordenado por elementos da Direção e voluntários.

Nos ateliers, com carácter semanal, fizeram-se vários trabalhos artesanais em malha, renda, madeira, azulejos, pinturas, etc. Recorrendo sempre que possível ao aproveitamento de

desperdício; Realizaram-se ainda sessões musicais, poesia e teatro.

O grupo Coral passou a ser ensaiado pelo Maestro Paulo Taful e acompanhado pelo músico Hugo Janota.

Comemoraram-se os aniversários das participantes nas atividades do clube.

Continuaram a realizar-se passeios às zonas de origem das pessoas que

Apoiamos e outros de interesse nomeadamente a Fátima e Caldas da Rainha, Elvas e Badajoz.

Que abrangeram um grupo de 200 pessoas. Estes passeios pelo seu carácter social, recreativo e cultural tiveram uma adesão muito grande, pelo que nem sempre foi possível satisfazer todos os interessados.

Participámos em todas as iniciativas direcionadas para a população sénior organizadas pela Câmara Municipal de Sintra e Junta de Freguesia, com grupos de 15 pessoas e mais, que acolhem estas iniciativas sempre com muita satisfação.

Organizámos mais uma vez uma Colónia de Férias em regime fechado na Praia Azul durante 10 dias. Participaram 26 pessoas. A actividade teve o apoio da União de Freguesias de Sintra no projecto do Apoio ao Associativismo. Voltou a ser um êxito pela satisfação manifestada pelos participantes.

Foi dinamizado o 10º Mega Piquenique Inter - Freguesias e de nível Concelhio, que não se concretizou por motivos de intempéries nas datas programadas

5.

O magusto de S. Martinho, este ano foi realizado no Cas Praia Azul, para grande agrado dos sócios e utentes, contando com a participação de 60 pessoas.

A Festa de Natal contou com a participação de 70 pessoas igualmente realizado no Cas Praia Azul.

O Grupo de teatro, da Associação Coração Amarelo continua a desenvolver-se com muito empenho e entusiasmo.

A Presidente

Maria Clarinda Rodrigues



## Demonstração de resultados até 31 de Dezembro 2022

### Da Delegação de SINTRA

#### Custos

|   | (p/item)        | (subtotais) |
|---|-----------------|-------------|
| 1. Pessoal - Remunerações e Honorários                    | 1.537,50        | 0           |
| 2. Fornecimentos e serviços externos:                     |                 |             |
| Água  | 0               |             |
| Eletricidade  | 0               |             |
| Correio   | 36,12           |             |
| Telefone e Internet                                       | 0               |             |
| Material de escº/consumíveis/Expediente e Higiene         | 104,25          |             |
| Artigos para oferta e divulgação/merchandising            | 0               |             |
| Produção de folhetos                                      | 0               |             |
| Manutenção do Site  | 0               |             |
| Serviços especializados                                   | 145,00          |             |
| Fotocópias /Trabalhos gráficos/Impressão                  | 23,50           |             |
| 3. Deslocações em serviço (incl. combustível de veículos) | 245,50          |             |
| 4. Seguros  |                 |             |
| 5. Rendas das instalações                                 | 390,00          |             |
| 6. Apoio a actividades                                    | 1,204,70        |             |
| 7. Custos com Acções de Formação                          | 0               |             |
| 8. Organização de eventos de índole social ou cultural    |                 |             |
| 9. Diversos   | 190,00          |             |
| 10. Outras Despesas                                       | 5.063,00        |             |
| <b>T O T A L :</b>  | <b>8.939,57</b> |             |

#### Proveitos

|  | (p/item) | (subtotais) |
|--|----------|-------------|
| 1. Angariação de fundos                          |          |             |
| 1.1. Organização de eventos:                     |          |             |
| - Eventos de índole social ou cultural           |          |             |
| - ....   | 0        |             |
| 1.2. Vendas:                                     |          |             |
| - Artigos de divulgação/merchandising            |          |             |
| - Livros   |          |             |
| - Venda de ....venda de natal ,passeios ,etc.    | 725,60   |             |
| 2. Donativos / Subsídios e apoios institucionais | 6.050,00 |             |
| 3. Receitas diversas,quotas, saldos,etc          | 764,00   |             |

|                    |                   |  |
|--------------------|-------------------|--|
| <b>T O T A L :</b> | <b>7.539,60</b>   |  |
| <b>Saldo:</b>      | <b>- 1.399,97</b> |  |

Sintra 15/02/2023

a Presidente

Maria Clarinda Rodrigues

|                       |            |          |           |           |
|-----------------------|------------|----------|-----------|-----------|
| <b>RESULTADO</b>      | - 1.399,97 |          |           |           |
| <b>SALDO DE CAIXA</b> | 1.530,00   |          |           |           |
| <b>SALDO BANCOS</b>   |            | MONTEPIO | Á ordem   | A prazo   |
|                       |            |          | 15,139,51 | 18.000,00 |