



# RELATÓRIO ANUAL

2019 / A SERVIR GERAÇÕES

**Conta para Donativos**

Caixa Geral de Depósitos

**Do Estrangeiro**

**SWIFT** CGDIPTPL

**IBAN** PT50 0035 05840002877743134

**De Portugal**

**IBAN** PT50 0035 05840002877743134

**Redação**

Constanze Manso

**Design Gráfico**

Daniela Costa

**Autores**

Telma Fernandes Teixeira, Carla Simões,  
Sandra Lucena, Dulce Glinka, Rute Almeida,  
Elsa Pereira, Marta Almeida Carreira,  
Miriam Mateus, Pedro Mateus,  
Maria João Correia, Constanze Manso

**Corpos Sociais para quadriénio**

2019, 2020, 2021, 2022

**Presidente da Assembleia Geral**

Winfried Glinka

**Primeiro Secretário**

Hans-Jürgen Meyke

**Segundo Secretário**

Elsa Pereira

**Presidente do Conselho de Administração**

Telma Fernandes Teixeira

**Secretário**

Christopher Trent

**Tesoureiro**

Manza Garcia

**Presidente do Conselho Fiscal**

Américo Marques

**Primeiro Secretário**

Claudia Black

**Segundo Secretário**

Paulo Pereira

## CONTEÚDOS

- 04** Prefácio
  - 05** Centro Infantil e Juvenil
  - 11** Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)
  - 13** Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC)  
Atividades de Animação e Apoio à Família (AAAF)  
Componente de Apoio à Família (CAF) & Ludobibliotecas
  - 18** Recursos para a Comunidade
  - 19** Apoio Social
  - 21** Rendimento Social de Inserção (RSI)
  - 24** Apadrinhamento
  - 27** Recursos Humanos, Reinserção Social e Voluntariado
  - 28** Área Sénior
  - 34** Dívida Zero
  - 35** Apoio Psicológico
  - 36** Casas de Transição
  - 39** Cooperação Para o Desenvolvimento
  - 40** Alojamento
  - 43** Glossário de siglas
- Relatório Financeiro do Ano 2019
- Balancete do Razão

## PREFÁCIO

*Caros amigos,*

2019 foi um ano marcante para a ABLA, com duas datas muito importantes: os 30 anos do Centro Infantil e Juvenil em Carcavelos celebrados em Janeiro, e os 35 anos da ABLA enquanto IPSS no mês seguinte.

A propósito dos 35 anos realizámos no dia 28 de Fevereiro a conferência “Intervenção Social: Missão, Qualidade e Sustentabilidade”, no auditório da nossa sede na qual participaram cerca de 200 pessoas, entre amigos da Instituição, parceiros de entidades concelhias, autarcas, familiares de beneficiários, empresas, doadores e voluntários. Contámos ainda com a intervenção de diversos oradores, entre os quais o Dr. Carlos Carreiras, Presidente da Câmara Municipal de Cascais e a Dra. Cecília Dionísio, Chefe do Setor de Oeiras/ Cascais da Unidade de Desenvolvimento Social, do Centro Distrital de Lisboa do ISS, I.P.

Em Março, a ABLA esteve na Expo Evangélica, em Lisboa, juntamente com outras 40 organizações sociais. Em Maio estivemos na II Conferência de Mulheres da Lapa, no Seminário da Torre da Aguilha, divulgando oportunidades de voluntariado específicas. Em Julho, a convite da União de Freguesias Carcavelos Parede, estivemos nas festas da freguesia com um stand, onde as pinturas faciais para as crianças foram um sucesso, atraindo muitos visitantes, que assim ficaram a conhecer a organização. Em Novembro, pelo segundo ano consecutivo, assinalámos a nossa presença no Impact Day na NOVA SBE.

Neste ano, também investimos na participação em programas televisivos, quer com reportagens sobre eventos realizados na ABLA, como foi o caso da Festa de Natal da ABLA Parede transmitida na RTP2, programa “Luz das Nações, Fé dos Homens”, como também através da participação de alguns colaboradores no programa “Caminhos” na RTP2 sobre temas prementes da realidade social do nosso país.

2019 ficou também marcado pela primeira candidatura da ABLA ao Orçamento Participativo da Câmara Municipal de Cascais, no qual houve uma forte aposta de divulgação do projeto candidato: requalificação dos espaços exteriores da ABLA Parede. Colaboradores, amigos, voluntários, pais, todos se empenharam na angariação de votos, totalizando 2594 votos, sendo um dos projetos vencedores, que irá envolver um investimento da Câmara Municipal de Cascais de 350.000€.

2019 foi o primeiro ano de utilização do novo flyer, onde constam números e factos importantes de todos os departamentos, sendo uma excelente ferramenta de divulgação em qualquer evento. Para além disso, foi produzido um novo vídeo institucional, que tem servido como instrumento de divulgação do nosso trabalho.

Ao longo do ano, mantivemos os posts regulares no Facebook, a newsletter bimensal e a publicação da revista anual “Atualidades” lançada em Dezembro, para além da habitual campanha de Julho, por carta, para angariação de fundos.

Em Dezembro participámos no primeiro evento Giving Tuesday em Portugal, lançando uma campanha para aquisição de livros para as crianças de famílias acompanhadas pelas nossas equipas de Rendimento Social de Inserção. Fizemos uma forte aposta na nossa imagem na Internet, com vídeo alusivo ao evento, ao qual responderam alguns doadores.

No final de 2019 também entrámos no mundo do Instagram, abrindo assim a comunicação institucional a um público mais jovem.

Ao finalizar o ano 2019 havia na equipa um espírito de gratidão. Apesar da tristeza com a partida para a Eternidade da nossa amiga, colega e sócia da ABLA – Rosa Garcia, estamos gratos a Deus pelo seu conforto, sustento e fidelidade neste ano.



## CENTRO INFANTIL E JUVENIL

### CRECHE E PRÉ-ESCOLAR

O ano de 2019 continuou a ser um ano cheio de desafios e de muito trabalho para toda a equipa da ABLA. Com os 2 Centros a funcionar em pleno, existe o compromisso de adequar, melhorar, investir no trabalho de qualidade e excelência que em cada dia nos propomos efetuar, tendo como missão desenvolver as competências de cada uma das crianças e jovens.

Com uma população infantil que estabilizou e com o preenchimento de todas as vagas existentes nos 2 Centros, demos resposta a 183 crianças de creche e 208 em pré-escolar. Com uma equipa que conta com colaboradores repartidos pelos 2 centros, 31 em Carcavelos e 28 na Parede, promovemos o cuidado com amor e sensibilidade, o apoio às famílias com compromisso e respeito e educamos com excelência e inovação.



#### FREQÜÊNCIA DE ALUNOS NA ABLA CARCAVELOS EM DEZEMBRO 2019

	Com acordo	A frequentar	Sem acordo
Creche	70	78	8
Pré-escolar	128	135	7
CATL	55	55	0

#### FREQÜÊNCIA DE ALUNOS NA ABLA PAREDE EM DEZEMBRO 2019

	Com acordo	A frequentar	Sem acordo
Creche	72	89	17
Creche Familiar	10	12	2
Pré-escolar	59	73	14

Ainda assim, e com a lotação esgotada nos 2 Centros, no final de 2019 tivemos 248 crianças em lista de espera. Na ficha de pré-inscrição os encarregados de educação continuam a expressar o desejo de que o seu educando venha a frequentar a ABLA por ser uma Instituição de referência e de qualidade, sendo razão a indicação de outras famílias cujos filhos frequentam ou já frequentaram a ABLA.

Continuou a ser um tempo de integrar/formar os novos colaboradores, alinhando-os com a missão e os valores da instituição; continuou a ser tempo de acolher as crianças que passaram a ser “nossas” para se sentirem amadas/seguras e felizes no nosso meio; continuou a ser tempo de conquistar a confiança das famílias para que estas casas possam verdadeiramente ser a extensão da família quando esta é a ideal. Todavia, para aquelas situações familiares que necessitam de uma intervenção/apoio e aconselhamento, continuámos a ser, também, resposta assertiva, garantindo que ... **toda a criança tem o direito de ser protegida e ter um desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social adequado.**

Continuámos a ser procurados por técnicos de outras entidades (CPCJ, ECJ, RSI, Centros de saúde, etc.) que recorrem à ABLA de forma a integrarmos crianças em risco, necessitando de

um acompanhamento de diferentes serviços e um trabalho intensivo e articulado com as famílias.

Neste âmbito, fomos reconhecidos e certificados pela Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDPJ) com o **Selo Protetor**, pelo trabalho desenvolvido pela ABLA, num sistema integrado de gestão do risco e perigo, com procedimentos que promovem, protegem e defendem os direitos humanos das crianças e jovens, pilares fundadores do desenvolvimento e progresso da comunidade. A ABLA com a sua atuação é uma instituição que adota medidas sobre prevenção dos maus-tratos nas crianças e jovens, garantindo, assim, os direitos dos mesmos em todos os contextos de vida. Esta certificação é para o biénio 2019/2021.

Pelo 6º ano consecutivo, em Carcavelos, e pela 1ª vez na Parede, fomos reconhecidos pelo trabalho desenvolvido no ano letivo 2018/2019 em benefício do ambiente e sustentabilidade, com o Galardão atribuído pela Associação Bandeira Azul da Europa e a Eco-Escolas.

Deste modo, a ABLA no trabalho que desenvolve com as crianças e jovens é reconhecida como uma **escola protetora das crianças e amiga do ambiente.**

#### TOTAL DE CRIANÇAS A SEREM APOIADAS/ACOMPANHADAS POR VÁRIOS SERVIÇOS COMPLEMENTARES

	ABLA Carcavelos	ABLA Parede
<b>CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens</b>	8	11
<b>ECJ – Equipa de Crianças e Jovens</b>	2	4
<b>Psicologia</b>	6	1
<b>ELI – Equipa Local de Intervenção</b>	5	6
<b>Terapia da fala</b>	9	4
<b>Terapia ocupacional</b>	1	2
<b>Apadrinhamento</b>	25	13



### › Formação para educadores e ajudantes de ação educativa:

Em 2019, continuámos a ter acompanhamento em regime de *coaching* com uma formadora do **Movimento da Escola Moderna** em 6 salas de pré-escolar e 4 educadoras de creche fizeram a sua formação na sede do MEM.

No âmbito da Plataforma do Crescer Melhor em Cascais o projeto **“Construindo Saberes”** que iniciámos em 2018, terminou em fevereiro de 2019.

No âmbito desta Plataforma promovemos, com o apoio da CMC, 2 novos projetos de formação. O 1º decorreu em continuação do projeto anterior, e intitulava-se “Água, terra e ar... isto é brincar!”, onde a sua implementação foi fundamental para capacitar os agentes educativos na nova dinâmica do brincar, valorizando os espaços exteriores como potenciadores de desenvolvimento infantil, através de uma supervisão amigável e dos objetos naturais. Para além disso, permitiu às crianças manipular e reconfigurar o ambiente e os objetos conforme a sua curiosidade, necessidades e iniciativas.



A riqueza dos espaços exteriores da ABLA, nas suas duas localizações, leva-nos à centralidade do recurso a elementos da natureza (água, terra, folhas, troncos, entre outros), conduzindo-nos, assim, à importância das experiências sensoriomotoras na infância, em que as crianças são aprendizes ativos usando o corpo para investigar o que as rodeia e na interação com os outros. Para além disto, o facto de sermos um eco-escola, reflete-se na utilização de materiais soltos de desperdício, conferindo-lhes novas utilizações, prolongando assim o seu ciclo de vida útil.

O 2º projeto consistiu numa abordagem ao Modelo Touchpoints, onde se pretendeu reforçar a importância de estabelecer um relacionamento forte com as famílias, sendo parceiros nas forças e vulnerabilidades dos pais, construindo uma compreensão partilhada que honre a singularidade de cada criança, tendo os profissionais como aliados vitais dos pais no desenvolvimento das crianças. Este Modelo reconhece um enorme valor ao papel dos profissionais de educação de infância, perspetivando-os como detentores de uma força ímpar na promoção de relações saudáveis entre as crianças e os





seus pais. Para além da sua formação especializada no trabalho com crianças, esta força relaciona-se com o poder que advém da vinculação e relação que a criança estabelece com o educador/cuidador, e do seu potencial como suporte à parentalidade. Esta relação forte que o educador estabelece com cada criança tem, por seu lado, implicações poderosas na sua relação com os pais. Esta formação teve um grande impacto nos profissionais e, no final desta sensibilização, ficou o desejo de dar continuidade em 2020 ao aprofundamento do Modelo em contexto de formação.

O Programa de Formação de Amas e outros Cuidadores de Crianças Pequenas, “*Construir Práticas Educativas 0-3*”, que contemplou 2 amas e 7 ajudantes de ação educativa que trabalham em creche, em parceria com a instituição Torre Guia de Cascais e a Fundação Aga Khan, teve



continuidade em 2019, com sessões de acompanhamento aos profissionais envolvidos.

**As Avaliações de desempenho** dos colaboradores da equipa do Departamento de infância e juventude revelam uma equipa motivada e empenhada, tendo 15 colaboradores no **nível superior** (relevante) e 30 no **nível médio** (adequado).

#### › Formação para pais: “Encontros de pais”

Durante o ano de 2019, promovemos 4 momentos no âmbito do projeto “Água, terra e ar... isto é brincar!”, 2 em Carcavelos e 2 na Parede, onde as famílias foram envolvidas, nomeadamente na sua participação em sessões Pop-Up, que terminaram com momentos de reflexão, bem como, trazendo materiais de desperdício/soltos para enriquecer os recursos (materiais soltos tais como painéis, telefones, teclados, etc.).

Sem perder de vista o tema central do nosso projeto educativo “*Eu sou especial*”, em cada dia e em cada sala há imenso a acontecer: contar, mostrar e escrever; plano do dia; projetos que nascem dos interesses das crianças; conselhos com presidentes e tarefas a realizar em pares, etc. Tudo isto acontece assegurando uma linha de continuidade do que tem vindo a ser trabalhado ao longo dos anos, valorizando cada criança como um ser único e especial e amigo do ambiente. O Movimento da Escola Moderna procura, assim, respeitar o ritmo e as características de cada aluno e garantir o sucesso de todos. Todos os alunos são implicados no sucesso de cada um. Apostamos na diversificação e enriquecimento do conhecimento das



crianças com propostas de atividades culturais e artísticas da comunidade envolvente, visitando museus, participando em workshops no Centro Cultural, idas a teatros, visitas a quintas e parques, entre outros locais de interesse lúdico-pedagógico.

Para o Centro Infantil e Juvenil de Carcavelos, foi um ano muito especial, começando com as comemorações do 30º aniversário da abertura das suas portas, no dia 9 de janeiro. Foi um dia intenso que começou com um Tempo Devocional especial, uma vez que contou com a participação de 3 dos primeiros alunos da ABLA, que partilharam algumas das suas vivências, lembranças e influência que tiveram neste crescimento conjunto. Neste tempo foram, também, homenageadas 3 das primeiras professoras que ainda se encontram a trabalhar no CIJ. Houve um bolo e cantou-se os parabéns. As famílias foram rececionadas com um lanchinho no momento da entrega das suas crianças pela manhã e as crianças foram brindadas com um programa especial com a participação de 2 animadores da empresa Funtoche. Foi um dia fantástico, repleto de memórias e emoções, com um sentimento de gratidão a Deus por tudo aquilo que tem acontecido durante este tempo e pelo investimento de todos aqueles que, de muitas formas, têm contribuído para o desenvolvimento deste trabalho.

Em fevereiro, na comemoração dos 35 anos da ABLA, as crianças mais velhas do pré-escolar participaram na cerimónia comemorativa com uma canção escrita, especialmente para este evento, pela colaboradora Elsa Pereira.

Os eventos especiais são também uma forma

de envolver os alunos e famílias na escola: **3 Super dias na Páscoa** com o tema – **As aventuras do Dr. Descobertas** onde as crianças puderam aprender que Deus é o criador de todas as coisas (1º dia), Deus ajuda-nos a fazer boas escolhas (2º dia) e Deus criou-nos para sermos seus amigos (3º dia). Na Parede o Tema foi: Jesus, meu Super herói. O versículo chave foi Filipenses 4:13 - "Posso todas as coisas naquele que me fortalece". Apresentámos às crianças Jesus como aquele que tudo pode. Os seus super poderes são: força (David e Golias), perdão (Filho pródigo) e amor (Jesus Cristo) onde tivemos a colaboração do mimo/palhaço Mark Mekelburg. Ainda em abril participámos na **Campanha Laço Azul** (prevenção de maus tratos na infância), realizando-se o laço azul humano no parque da ABLA composto pelos alunos da creche e pré-escolar. Em maio comemorámos o dia da Família onde cada sala convidou e organizou uma tarde especial com as suas famílias, cimentando o relacionamento entre todos os intervenientes. No mês de junho realizaram-se as **2 Festas de Graduação**. Em Carcavelos com o tema "**No meu tempo...**", com a colaboração especial de 6 avós (uma por cada sala do pré-escolar), despedindo-nos de 40 crianças que completaram o pré-escolar. Na Parede com o teatro "**Frederico**" um ratinho especial, despedindo-nos de 18 crianças que completaram o pré-escolar. Estes alunos usufruíram de uma viagem de finalistas no Campo Jovem em Tomar, gozando de dois dias únicos com atividades tão diferentes como canoagem, rapel, slide, muitos jogos. Depois das animadas férias de Verão com dias de praia, piscina e muita animação, iniciámos o ano letivo cheios de ideias, sonhos e projetos.





Logo em outubro, no âmbito do dia da **erradicação da pobreza**, lançámos a campanha **“Vamos lá colaborar, há baldes para encher, Moçambique vamos ajudar, juntos fazemos acontecer.”** em parceria com 2 missionários que trabalham num hospital com doentes oncológicos, sensibilizando as nossas crianças e famílias para a angariação de fundos para a compra de bens alimentares, subsídios de transporte e cartões de telefones pré-pagos. Este apoio teve como objetivo proporcionar aos doentes a possibilidade de poderem na altura do natal, viajar para visitar as suas famílias, levando, ainda, bens de primeira necessidade, para colmatar algumas carências nesta quadra. Para alguns, poderia ser a última oportunidade de irem à sua terra e de se reunirem com os seus familiares. É de salientar a enorme adesão que esta campanha teve pelo valor conseguido nos 2 centros e a *Guest House*, 1500€, que foram entregues a este projeto.

O dia 20 de novembro foi vivenciado pelas nossas crianças e suas famílias com muita expectativa e alegria, uma vez que, se comemorou os 30 anos da Convenção dos Direitos da Criança. No âmbito da Plataforma “Crescer Melhor em Cascais”, todas as IPSS contribuíram para a **Mala dos Direitos**: cada escola escolheu 1 direito e em conjunto com as crianças elaborámos algo que refletisse o direito escolhido. A ABLA escolheu o **direito nº 31 - Todas as crianças têm o direito a brincar**. Em Carcavelos fizeram um jogo e na Parede um livro de flanelógrafo, que viajou durante o ano 2019 por todas as Creches do concelho e presentemente estão numa exposição na Biblioteca de Cascais. Paralelamente, foi celebrado o Dia do Pijama, relembrando a importância de todas as crianças terem uma

família única e especial. Para fechar o ano, as 2 Festas de Natal 2019 com o título “A loja do senhor Felisberto” foram momentos altos dos 2 equipamentos onde estiveram presentes cerca de 1200 pessoas no total. Tivemos o envolvimento direto dos pais e das crianças da creche que, assim, puderam ter a sua participação na festa de uma forma prazerosa e divertida, e os adolescentes do CATL como personagens principais.

Todos os **projetos que enriquecem os currículos** tiveram continuidade:

- › **Nota a nota**, música e expressão para todas as crianças
- › **Fun English**: a abordagem ao Inglês no Pré-Escolar com aulas dinâmicas e divertidas onde abrangemos todas as crianças do pré-escolar.
- › **Educação Física** com duas professoras (ABLA Carcavelos e Parede) no pré-escolar até junho, e com o Sérgio Fernandes, monitor do CATL, a partir de setembro, reconhecendo a importância das crianças movimentarem o corpo com maior precisão e coordenação, desenvolvendo resistência, força, flexibilidade, velocidade e a destreza geral;

Foi um ano de desafios e oportunidades para toda a Equipa dos Centros Infantis e Juvenil, onde todos se empenharam e entregueram de coração ao trabalho que diariamente desenvolveram. Trabalhamos com excelência para promover em cada criança e adolescente o seu harmonioso desenvolvimento físico, emocional, social, intelectual, estético e espiritual, para que se tornem cidadãos conscientes, ativos e solidários na sua comunidade.

## CENTRO DE ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES

(CATL)

Em 2019 o Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) manteve a resposta social procurada pelas famílias no período do final da tarde e nas interrupções letivas (Carnaval, Páscoa, Verão e Natal) com uma frequência média de 55 crianças e adolescentes.

A prioridade das famílias é que os educandos aproveitem o tempo para fazer os trabalhos de casa e estudar para os testes durante o tempo em que estão no CATL. Assim, mantivemos uma especial atenção ao apoio ao estudo como é habitual no final do ano letivo na preparação das provas de aferição (5º e 8º ano) e dos exames nacionais (9º ano).

Em setembro houve uma mudança na equipa do CATL, uma vez que a Cátia Pinheiro e o André Silva deixaram de ser monitores, e passámos a contar com 2 elementos novos: A Inês Melão, Licenciada em Animação sócio-cultural, e o Mouacir Có a realizar um estágio profissional.

Houve necessidade de proceder a algumas mudanças e introduzir algumas atividades e eventos, adequando o serviço prestado às necessidades sentidas no dia-a-dia com os jovens. Houve a implementação de apoios específicos, tendo a instituição contado com voluntários que se disponibilizaram para desenvolver: sessões de matemática, grupos de partilha e reflexão onde,

em conjunto, os adolescentes e jovens podiam chegar a conclusões que sozinhos não alcançariam na resolução de conflitos e problemas.

2019 foi repleto de atividades no CATL que consideramos importante relembrar.

Os eventos especiais são também uma forma de envolver os alunos e famílias nas vivências da instituição: participação na **Campanha Laço Azul** (prevenção de maus tratos na infância no mês de Abril).

Tal como nos anos anteriores, foram realizadas novas atividades em todas as interrupções letivas. Nestes períodos de férias os adolescentes realizaram atividades radicais como rapel e arborismo, paintball, participaram em workshops de culinária e em dinâmicas apreendendo valores bíblicos nos Kids Games. Nas seis semanas de férias de Verão várias foram os convidados que se disponibilizaram a vir falar um pouco aos alunos sobre a sua vida e a sua profissão. Contámos com um músico, uma arquiteta, entre outros. Além disto, também experimentaram aulas de Muay Thai e aprenderam algumas das dinâmicas em palco com um professor de teatro, realizaram alguns passeios, foram à praia e à Piscina. Mas, o mais aguardado, e que teve maior impacto na vida dos nossos adolescentes, foi o acampamento de 1 semana, no



MEIBAD em Fanhões, com o tema “Finalmente”. O grande objetivo deste acontecimento foi proporcionar aos jovens momentos de reflexão, partilha e meditação onde a introspeção pessoal e o apoio do grupo pudessem levar a mudanças de comportamentos, mas acima de tudo a alterações positivas de carácter. Para este evento, no início do ano, foram sendo realizadas algumas ações de angariação de fundos para ajudar nas despesas e baixar o preço do acampamento, entre elas, um concerto solidário onde alguns artistas participaram de forma gratuita e onde os adolescentes e jovens se envolveram na organização e logística do mesmo. Revelou ser um momento alto e de grande impacto para todos.

Ao longo do ano letivo continuámos a sensibilizar os alunos para as causas sociais, sendo o ponto alto a sua participação nas Campanhas de Recolha de alimentos em Março e em Outubro. Quer nos hipermercados, quer no armazém, muitos alunos fizeram questão de colaborar com grande empenho e motivação. Para além disso, estiveram bastante envolvidos na campanha de recolha de donativos para Moçambique, onde com as contribuições monetárias ajudámos doentes oncológicos a ter um natal melhor.

Relembramos ainda o tão aguardado Dia do Pijama, em Novembro, e no final de 2019 destacamos a participação do CATL na Festa de Natal da ABLA Carcavelos, sob o tema “A loja



do senhor Felisberto”. Nesta festa, o Catl envolveu-se de uma forma mais comprometida, uma vez que os adolescentes e jovens tiveram a possibilidade de serem os atores principais na peça apresentada.

A procura dos alunos pelo espaço da criatividade manteve-se através da sala das artes, elaborando trabalhos originais como as prendas do Dia da Mãe e do Dia do Pai, o Dia do Idoso e Natal. Todas as prendas foram feitas e personalizadas de acordo com a ocasião e o gosto de cada aluno.

Ao nível do desporto, manteve-se o futebol como a atividade mais procurada pelos rapazes, sempre acompanhada por um árbitro de futebol credenciado, mas também desenvolvendo campeonatos de matraquilhos, snooker e ténis de mesa durante os períodos de menos exigência académica.

Deu-se continuidade à realização quinzenal das reuniões de adolescentes e jovens, transmitindo princípios e valores bíblicos centrais para o seu crescimento saudável e harmonioso. Ao longo do ano alguns adolescentes tiveram oportunidade de participar no acampamento Kids Games, em Sintra, em parceria com a União Bíblica e com o apoio Junta de Freguesia de Carcavelos/Parede, e, ainda, no Surf Camp, em parceria com a Young Life.



## ATIVIDADES DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR

(AEC)

O Programa “Crescer a Tempo Inteiro” da CMC, diversifica a oferta educativa, responde às reais necessidades das famílias garantindo um prolongamento de horário a todas as crianças e famílias que dele necessitem e contribui para a qualificação do sistema educativo e para a construção de uma escola que reflete o sucesso e o bem-estar da comunidade. São princípios universais deste Programa o direito à Educação, à Participação e ao Brincar. Salienta-se este novo paradigma em que dá enfoque ao **Tempo Livre** que é tempo de brincar, tempo de crescer: “...A criança precisa de ter Espaço para criar Tempo.

*Tempo para brincar, tempo que seja Todo Tempo Inteiro. Para sentir, aprender, pensar...nas coisas sérias da vida...no brincar. Para que possa ler na Natureza, nas Pessoas e nas Coisas” (João dos Santos).*

A ABLA tem o privilégio de ser parceiro do Agrupamento de escolas da Parede e da CMC desde o ano 2006.

As respostas que a ABLA oferece são as seguintes: AAAF's, CAF's, AEC's e Ludobibliotecas.

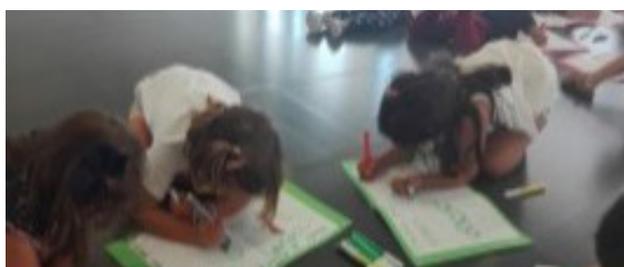
## AAAF - ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E APOIO À FAMÍLIA

A resposta AAAF desenvolvida pela ABLA para crianças que frequentam o pré-escolar, funciona entre as 15h00 e as 18h00. Neste tempo as crianças têm oportunidade de escolher as atividades (não formais) propostas pela equipa AAAF que são diferenciadas das atividades da manhã: têm música, expressão artística e criativa, psicomotricidade, hora do conto e muito

mais... este é o tempo de lazer, de brincadeira, é o seu tempo LIVRE.

Nas interrupções letivas as crianças permanecem com a nossa equipa todo dia. Há um rico programa cultural e lúdico: museus, teatros, passeios a jardins, praias, quintas, etc.

Jardim de Infância	Nº de Alunos Inscritos AAAF	Nº de Animadores	Nº de Monitores	Nº de Alunos Inscritos CAF	Nº de Monitores
AAAF Parede	45	2	3	10	1
AAAF Murtal	31	2	1	14	1
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>2</b>



## CAF - COMPONENTE DE APOIO À FAMÍLIA

A CAF continua a ser uma resposta muito procurada pelas famílias na EB.Parede, EB.Murtal e EB.Rana. A equipa manteve-se estável durante todo o ano, trazendo maior tranquilidade

aos pais, uma vez que os monitores presentes nas “franjas da manhã” (abertura às 7h30) e da tarde (encerramento às 19h) no período letivo, foram os mesmos ao longo de todo o ano.

Escola Básica	CAF 2018	CAF 2019	Monitores
EB Parede	71	71	4
EB Murtal	33	41	3
EB S. Rana	25	37	2
<b>Total</b>	<b>129</b>	<b>149</b>	<b>9</b>

Como se pode verificar, há cada vez mais procura nas várias interrupções letivas: Páscoa, Verão e Natal quer pela questão financeira (as famílias considerarem acessível), quer pelo programa diversificado e rico em propostas

culturais e de lazer. Para dar resposta a todas as solicitações, tivemos de reforçar a equipa a fim de garantir uma resposta de qualidade atendendo às expectativas e necessidades quer das crianças quer dos encarregados de educação.

Interrupção Letiva	Nº crianças em CAF 2018	Monitores	Nº crianças em CAF 2019	Monitores
Páscoa	77	5	98	5
Junho/Julho	129	8	174	10
Natal	73	5	86	6
<b>Total</b>	<b>279</b>	<b>18</b>	<b>358</b>	<b>21</b>



## AEC - ATIVIDADES DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR

### FOI UM ANO DE MUDANÇA NO MODELO AEC:

*O estudo de avaliação externa dos impactos do Programa de Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC), ... alertaram para uma realidade marcada pela excessiva escolarização das atividades de enriquecimento curricular, que se traduzia em ofertas de carácter segmentado, disciplinar e formal, pouco articuladas como período curricular e com o projeto educativo dos agrupamentos de escolas.” (Ministério de Educação 2013)*



A ABLA, como parceiro do Programa “Crescer a Tempo Inteiro” da CMC no Agrupamento de Escolas da Parede, acolheu esta mudança como um desafio que vem dar resposta às orientações pedagógicas que defende na sua prática, tais como: promover a livre escolha da criança e a oferta de momentos lúdico-pedagógicos desafiantes no âmbito artístico, científico e da atividade física onde a liberdade expressiva, o espaço coletivo e individual da criança sejam respeitados a favor do seu desenvolvimento e aprendizagens. Através da descoberta e experimentação de uma forma prazerosa, o carácter lúdico, mais claramente impresso nas áreas do brincar livre, são também uma estratégia na prática das oficinas temáticas tendo o jogo, o livro, as estórias, o processo criativo e o pensamento crítico como ferramenta.

Neste sentido, foi objetivo da ABLA constituir uma equipa de técnicos com um perfil específico numa área do saber, proporcionar a mobilidade entre escolas, de forma a poder oferecer variedade de oferta na escolha aos 425 alunos

nas 3 Escolas do 1º Ciclo: (Afonso do Paço, Murtal e Rana).

Esta mudança resulta num conjunto de medidas de implementação cuja filosofia principal corresponde a uma pedagogia do brincar e assenta nos seguintes pressupostos:

- › Conferir tempos de Brincar Livre, desejavelmente em espaços exteriores e alternativos à sala de aula.
- › Programar Oficinas Temáticas em consonância com o Projeto Educativo do Agrupamento, Projeto Escola e/ou relevância local.
- › Promover a organização de grupos heterogêneos de alunos no sentido de potencializar a socialização, as oportunidades assentes na autonomia e na livre escolha.

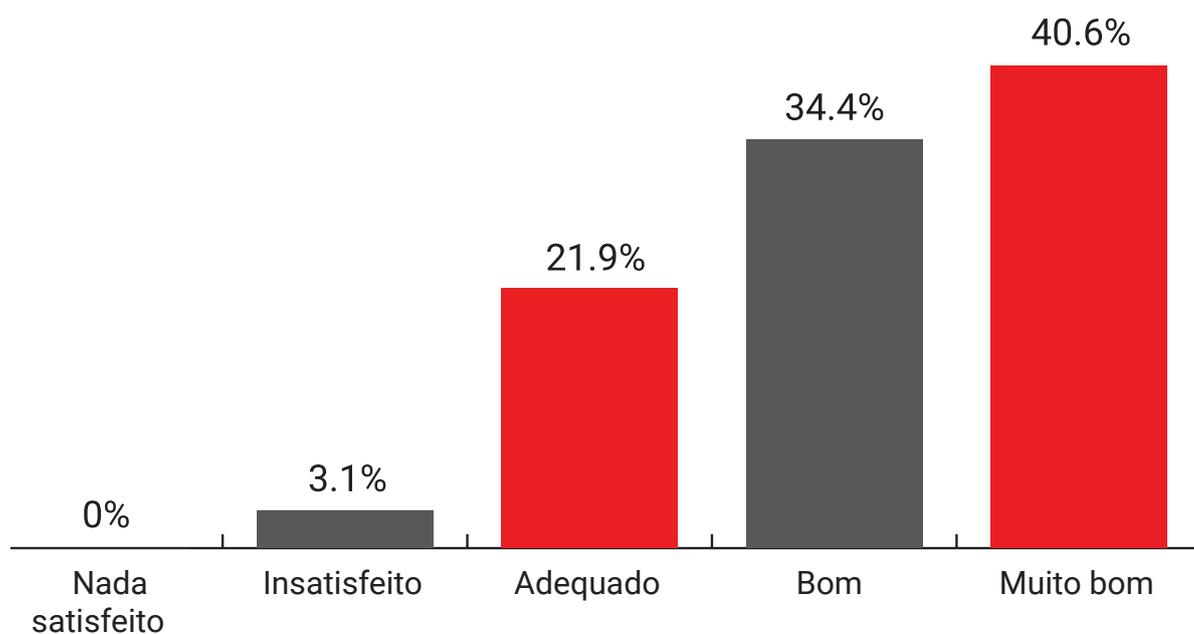
As Oficinas temáticas que os 12 professores das AEC's da ABLA ofereceram diariamente foram as seguintes:

- › **A Criar** – Universo das artes plásticas, performativas e musicais
- › **A Mexer** – Atividade física/Desportiva e Dança
- › **A Brincar** – Brincar livre (equipamento lúdico, peças soltas, e Espaços Lúdicos – Ludobibliotecas)

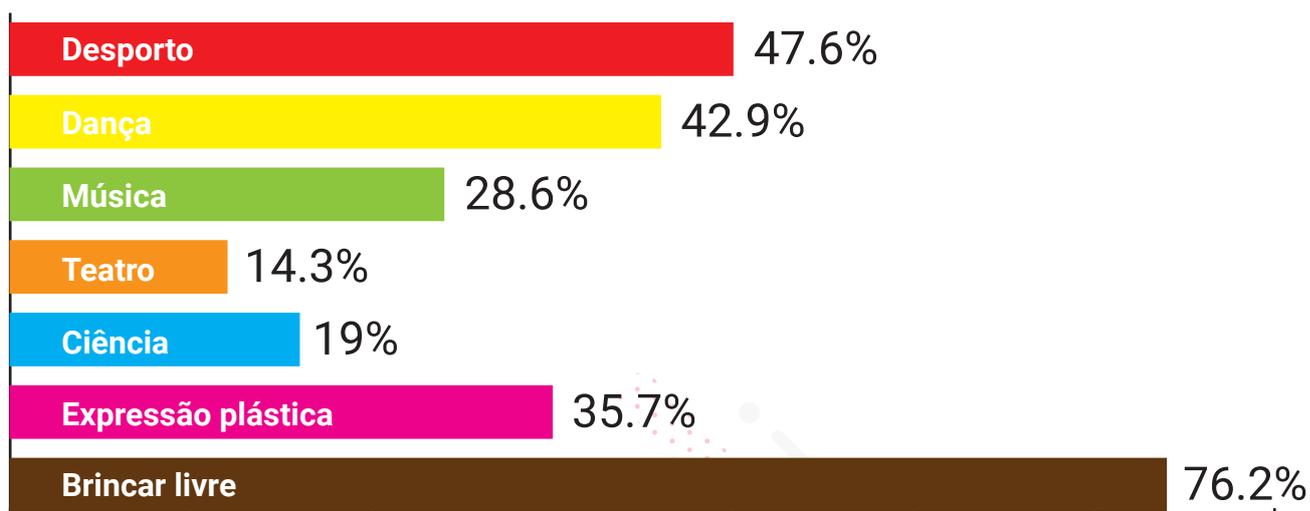
Este novo modelo permitiu que utilizássemos o espaço exterior que a escola oferece assim como estruturas e espaços da comunidade, de fácil acesso na deslocação a pé sempre que possível (por exemplo: jardins públicos, praia, passeios pelo bairro, estruturas locais de carácter comunitário, artístico, desportivo, etc).



### PERCEÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO SOBRE A MUDANÇA DO MODELO DAS AECS



### PERCEÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO SOBRE AS OFICINAS PREFERIDAS DOS EDUCANDOS NAS AECS



## LUDOBIBLIOTECA DE PAREDE E MURTAL

### TEM OS SEGUINTE OBJETIVOS:

Sendo um dos alicerces deste projeto promover a atividade lúdica e a animação socioeducativa como estratégia fundamental para o desenvolvimento da criança, do jovem e do adulto, foi objetivo primordial deste ano letivo expandir as abordagens lúdicas da ludobiblioteca da EB Parede e Murtal ao espaço exterior de ambas. Foi feito um grande investimento na criação de espaços e relações de suporte e de apoio que facilitem e estimulem as relações interpessoais e intergrupais através da valorização do brincar livre, do jogo e do livro. Para estas inovações propusemos projetos participativos com a envolvimento da equipa da escola, encarregados de educação e principalmente dos alunos.



### ESTE ANO A LUDOBIBLIOTECA DA PAREDE PROPORCIONOU O SEGUINTE:

- › **Articulação curricular** - 101 sessões
- › **Visitas externas** - 35 visitas de turmas/grupos externos
- › **Articulação com as famílias** - em período curricular tais como: Semana do livro e da Leitura (exposição de livros de autor dos alunos da escola); Exposição Plasticus maritimus - uma espécie invasora, de Ana Pêgo: Sessão para encarregados de educação, professores, educadores, direção de escolas e agrupamento e comunidade sobre o tema do plástico marítimo sob o lema "Educar para Mudar", ajudámos a

Mantivemos o desafio de motivar as crianças/jovens e a população em geral para a frequência das ludobibliotecas. Assim continua como base de desenvolvimento as atividades de Sábado, a abertura à comunidade e criação de parcerias com estruturas e ofertas culturais da comunidade local.

Continuámos a proporcionar à comunidade um espaço aberto de utilização da Ludobiblioteca com animação/formação em articulação com todos os elementos da comunidade educativa e em condições específicas com outros elementos da sociedade, bem como o apoio ao desenvolvimento do projeto educativo e PAA – Plano Anual de Atividades – do Agrupamento de Escolas de Parede assim como o apoio às atividades letivas.



repensar os hábitos de escola e pensar a mudança através da criação e implementação de estratégias práticas; Semana do Brincar (intervalos de almoço para todos); Playstreet e Festa de final do ano.

- › Foram registados 125 novos títulos no **inventário de livros**, provenientes de doações;
- › **Frequentaram** a ludobiblioteca em tempo de **intervalo** aproximadamente 96 alunos por dia (apenas espaço interior).
- › Nas **atividades de Ludodino** no Parque Morais na Parede registaram-se 400 visitantes.
- › A Ludobiblioteca de Parede com abertura aos

sábados aconteceu com uma oferta variada de oficinas de acesso livre e gratuito para famílias. Aos sábados a ludobiblioteca abre das 10h às 13h como estrutura de serviço pedagógico a toda a comunidade, dirigido especialmente a famílias, onde recebemos 281 visitantes.

### ESTE ANO A LUDOBIBLITECA DO MURTAL PROPORCIONOU O SEGUINTE:

› **Articulação curricular** - 67 sessões de articulação das quais 37 foram com duas salas de Jardim de Infância.

› **Articulação com entidades externas** - Os alunos da escola visitaram a Sociedade Cultural e Recreativa do Murtal - Murtalense e foram assistir à peça de teatro "A Zebra que perdeu a risca" da autoria e interpretação pelo Grupo de Teatro Infantil da Sociedade Muscial União Paredense (SMUP).

› **Articulação com as famílias** em período curricular: 24 de maio - Tarde aberta às famílias para brincar



› **Frequentaram a ludobiblioteca em tempo de intervalo** aproximadamente 96 alunos por dia (apenas interior).

## RECURSOS PARA A COMUNIDADE

Em 2019, a ABLA ofereceu à Comunidade apenas os serviços de reparação e limpeza de viaturas (27) e consultas de psicologia.

Uma vez que a ABLA tem vindo a alargar o seu leque de respostas sociais e aumentado em número, localizações e diversidade os projetos dinamizados, os colaboradores estão sobretudo afetos às diversas respostas sociais, razão pela qual não existiram reparações de eletrodomésticos. Por seu lado o atelier de informática e Recicl'artes funciona no nosso Centro de Convívio, através do projeto Vida+ em Trajouce.

No gabinete de psicologia, as 2 psicólogas registaram 485 consultas sendo 196 consultas ao abrigo do PAP (Programa de Apoios Psicoterapêuticos) e 289 consultas a clientes particulares (crianças e adultos) e colaboradores da Instituição. Mais informações no relatório do apoio psicológico.



## APOIO SOCIAL

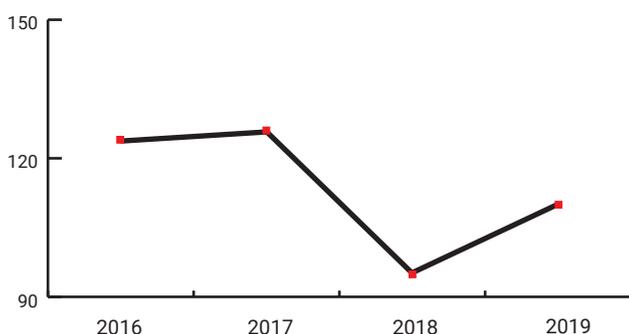
Um dos departamentos da ABLA que proporciona ajuda direta às famílias é o **Apoio Social**. Este departamento tem várias vertentes no que concerne ao tipo de apoio, nomeadamente: Atendimento e Acompanhamento Social, Farmácia Social, distribuição de produtos alimentares através do Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (PO APMC) e ainda através do Banco Alimentar.

O **Atendimento Social** é uma componente do Apoio Social que visa o acompanhamento à família. No primeiro atendimento é realizado o diagnóstico social onde se procura, juntamente com a família, analisar o tipo de apoio que a ins-

tuição pode prestar tendo em conta as necessidades específicas de cada agregado familiar. Os atendimentos seguintes, têm como objetivo prestar algum apoio alimentar ou pecuniário e também, tal como referido anteriormente, acompanhar a família nas suas diferentes etapas. Estão previstas ainda Visitas Domiciliárias no decorrer do processo.

Neste sentido, em 2019 o Gabinete de Apoio Social da ABLA realizou 110 atendimentos. Relativamente às visitas domiciliárias foram efetuadas 34, como podemos observar no próximo gráfico.

### Nº DE ATENDIMENTOS REALIZADOS

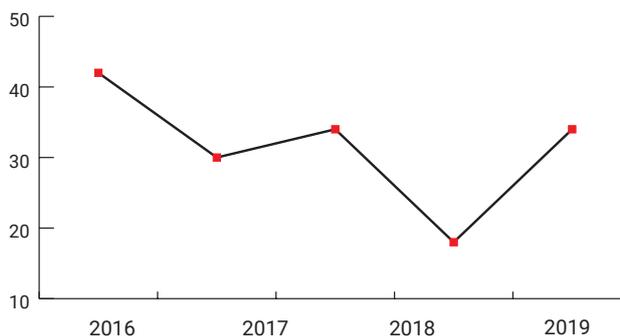


O PO APMC teve início em Setembro de 2018 e terminou em Novembro de 2019.

Este programa contempla a distribuição de produtos alimentares não perecíveis, produtos alimentares refrigerados e produtos alimentares congelados, que somam o total de 18 produtos diferenciados. A distribuição dos mesmos é efetuada consoante as necessidades nutricionais de cada indivíduo.

No decorrer do PO APMC foram distribuídos 152 332 kg de produtos secos, 9135 kg de pro-

### Nº DE VISITAS DOMICILIÁRIAS REALIZADAS



ductos refrigerados e 32 025 kg de produtos congelados. Beneficiaram deste programa cerca de 350 utentes acompanhados pelo Gabinete de Apoio Social e pelo Gabinete de Rendimento Social de Inserção.

A distribuição concretizou-se uma vez por mês por todos os beneficiários.

Em Novembro de 2019 iniciou-se a nova candidatura do PO APMC com término em Janeiro de 2023.





Em 2019, o departamento de apoio social, englobando todas as vertentes do mesmo, acompanhou 101 famílias, sendo que nesse processo foram concedidos 49 apoios financeiros, para suportar despesas pontuais tais como água, eletricidade, gás, entre outras.

A **Farmácia Social** é um protocolo da Câmara Municipal de Cascais da qual a ABLA é parceira e interveniente mediadora. Este apoio consiste em facilitar aos beneficiários, no acesso a medicamentos que não poderiam comprar apenas com os seus rendimentos.

A ABLA tem ainda protocolo com o Banco Alimentar e o protocolo Zero Desperdício com supermercados parceiros. Recolhemos também, 3 vezes por semana, pão e bolos numa padaria em Cascais. Estas recolhas possibilitaram o apoio a 60 famílias, que representam cerca de 150 beneficiários, através da atribuição de 885 cabazes alimentares ao longo do ano de 2019.

Anos anteriores	Unidades
2016	38.396
2017	35.818
2018	45.195
2019	20.416

O trabalho em rede é uma ferramenta essencial na intervenção do Assistente Social. Permite não só dar respostas mais adequadas e eficazes ao indivíduo, mas também, evita a duplica-

O protocolo **Zero Desperdício** permite às entidades fornecedoras de alimentos confeccionados (como supermercados) e às entidades doadoras diretas (como a ABLA) cooperarem entre si de forma eficaz no fornecimento dos excedentes alimentares às pessoas que mais necessitam.

O Banco Alimentar é um apoio essencial para as famílias acompanhadas pela instituição pois permite às famílias terem acesso a determinados bens alimentares de forma gratuita que não teriam possibilidades de adquirir devido às suas dificuldades económicas.

As famílias acompanhadas pelo departamento de apoio social puderam usufruir ainda dos produtos alimentares doados de uma cadeia de supermercados. Como podemos analisar no próximo gráfico, em 2019 foram doados 20.416 produtos.



ção de apoios. Neste sentido, torna-se fundamental mantermos os protocolos já instituídos e a criação de novas parcerias que proporcionem o aumento da capacidade de resposta.

## RENDIMENTO SOCIAL DE INSERÇÃO

(RSI)

A equipa de RSI tem sido reconhecida como referência no atendimento e acompanhamento social da freguesia de São Domingos de Rana, sendo constituída por seis técnicos gestores de caso e por sete ajudantes de ação direta e, em Dezembro de 2019, acompanhava **388 famílias**, o que corresponde a 886 pessoas.

Ao longo de 2019, através da intervenção da equipa, foi possível autonomizar **61 agregados familiares** da medida de RSI.

A equipa atua, sobretudo, ao nível de seis eixos, nomeadamente, emprego, educação, saúde, habitação, ação social e apoio na organização da vida quotidiana.

Ao nível da promoção da **empregabilidade**, tem sido realizado um acompanhamento individual na procura de emprego. A equipa pesquisa e

expõe, semanalmente, ofertas de emprego. Em articulação com os gabinetes de inserção profissional do concelho foi possível o encaminhamento de beneficiários para procura ativa de emprego, elaboração de CV, divulgação de medidas de apoio ao emprego e formação profissional, inscrição online dos candidatos a emprego e outras atividades consideradas necessárias para o apoio à inserção profissional. A equipa acompanhou, semanalmente, a procura de emprego de **203** beneficiários e contribuiu para a integração de **78** beneficiários no mercado de trabalho. Através do grupo GEMTE (grupo empregabilidade territorial) foi possível dinamizar um grupo de *soft skills*, de forma a promover competências para a empregabilidade, que consiste em medir a forma como se desempenham as tarefas, a preparação e competências para um desempenho eficiente, determinar a capacidade de gestão e de relacionamento interpessoal. Durante este ano foram realizadas cinco sessões que contaram com a presença de **21** beneficiários. Realizou-se uma Feira de Emprego, no âmbito da Semana de Combate à Pobreza e Exclusão Social assinalada no mês de Outubro, aberta à comunidade, com a participação de vários parceiros. Devido ao sucesso das edições anteriores, este evento tem vindo a despertar o interesse e envolvimento de parceiros e empregadores aumentando a sua dimensão. Esta edição decorreu no espaço do Grupo Recreativo e Dramático 1º de Maio, contando com dezasseis empregadores e mais de 400 ofertas de emprego. Neste evento estiveram presentes **219** pessoas, das quais **148** foram entrevistadas no próprio evento. Devido ao impacto causado por esta iniciativa, a Feira de Emprego tem sido replicada por outras entidades, sendo a nossa equipa convidada a participar como parceira.

O incentivo à **escolaridade** obrigatória é outro dos objetivos primordiais da equipa de RSI de modo a quebrar o ciclo geracional da pobreza. Assim, continuou a solicitar-se as informações escolares no final de cada período para acom-



panhar a evolução dos alunos e a prestar apoio na atribuição de material escolar no início do ano letivo aos estudantes. Nos casos em que se verificaram problemas, intensificou-se a articulação com a escola e encarregados de educação. Sempre que necessário o protocolo entrou em contacto com as escolas da freguesia a fim de delinear estratégias conjuntas, salientando-se a articulação de proximidade com a coordenadora das turmas de PIEF (Programa Integrado de Educação e Formação). Sendo a equipa de RSI uma entidade de primeira linha, houve uma articulação estreita com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cascais (CP-CJC), Equipa de Crianças e Jovens (ECJ), os Centros de Apoio Familiar e Acompanhamento Parental (CAFAP) e Movimento em Defesa da Vida (MDV) que envolveu visitas domiciliárias, reuniões e diligências nos casos em que há crianças e jovens sinalizados. Ainda no âmbito da educação, dinamizaram-se dez sessões dirigidas a **13 pais**, o Grupo de Promoção de Competências Parentais, em colaboração com O Relógio de Areia da Fundação O Século, com o intuito de partilhar experiências, estratégias educativas mais eficazes e desenvolver relacionamentos de suporte.

Ao nível da promoção da **saúde**, a equipa promoveu a Semana da Saúde, aberta à comunidade, realizando várias atividades, nomeadamente, a sessão informativa “Cuida de ti” em colaboração com o ACES de Cascais; uma Sessão informativa de nutrição em colaboração com a Macronutrição; uma aula de Defesa Pessoal para Mulheres em colaboração com o Serviço de Estrangeiros e Fronteiras; a Sessão informativa “Relacionamentos Saudáveis na Família” com uma psicóloga da ABLA; e a Sessão informativa intitulada “Criança brinca mas não é brinquedo” em colaboração com a Associação para a Promoção da Prevenção do Abuso Sexual. Durante esta semana decorreu uma exposição e divulgação de materiais alusivos à saúde e oferta de lanches saudáveis aos participantes. Esta iniciativa teve a participação de **116** pessoas. Efetuaram-se, também, dois workshops de cozinha saudável junto de **20** beneficiários. A equipa continuou a apoiar os beneficiários no pedido de isenção das Taxas Moderadoras, na marcação e acompanhamento a consultas

médicas, na articulação com os médicos de família e unidades hospitalares, com as equipas de tratamento da Parede e Alcabideche (SICAD) no âmbito da toxicod dependência, com as equipas de serviço de apoio domiciliário e na integração em equipamentos especializados (ex. CERCICA e ARIA). Com o objetivo de garantir o acesso dos beneficiários à terapêutica medicamentosa a custos reduzidos, através do protocolo de cooperação com a Câmara Municipal de Cascais, denominado Projeto Farmácias do Concelho de Cascais, coube à equipa de RSI a sinalização das famílias, bem como a gestão financeira da verba atribuída. Assim, foi possível apoiar, a 50% ou 100% de comparticipação nos medicamentos apoiados pelo Sistema Nacional de Saúde, **80** beneficiários, o que correspondeu a **311 receitas**.

De forma a facilitar a procura de **habitação**, a equipa divulgou anúncios de imóveis para arrendar, expostos num *placard* na entrada do gabinete. Esta medida tem tido procura quer dos beneficiários, quer de outros membros da comunidade. Com o intuito de melhorar as condições de habitabilidade, manteve-se a parceria com a instituição Bens de Utilidade Social (BUS) que possibilitou a entrega e montagem de mobiliário e eletrodomésticos a **60 agregados** com escassez de equipamentos domésticos.

No que respeita aos **apoios de ação social**, salienta-se o protocolo de cooperação com a Câmara Municipal de Cascais, denominado “Cascais + Solidário”, que permitiu apoiar **88** beneficiários de RSI no pagamento de contas de eletricidade, água, gás e outras situações, evi-



tando a deterioração da situação financeira e familiar, correspondendo a **175 apoios pecuniários** pontuais.

No âmbito do acompanhamento social de famílias beneficiárias de apoio alimentar (RSI e apoio social), elaborou-se o passatempo ABLA-chef, em parceria com a CMCascais, a TEKA e o LIDL, que tem como objetivo identificar e partilhar competências de gestão doméstica que possibilitem aproveitar/otimizar os alimentos fornecidos pelo apoio alimentar e, assim, evitar o desperdício alimentar. A primeira fase do projeto decorreu em 2019, em que as famílias realizaram um vídeo/fotos de receitas com produtos frequentes nos cabazes de alimentos (pão, banana, brócolos, atum e sardinha em lata). Em 2020, as receitas serão votadas pelos pares para eleger os seis finalistas que deverão fazer a receita ao vivo, num evento final, no qual um júri escolherá o vencedor.

Conjuntamente com a Cruz Vermelha Portuguesa e com os supermercados LIDL, a equipa de RSI e voluntários têm vindo a participar em diversas campanhas de recolha de alimentos, tendo sido efetuados **55 cabazes**. Em colaboração com o Banco Alimentar e o Programa Desperdício Zero foram apoiados **74 agregados** na distribuição de géneros alimentícios.

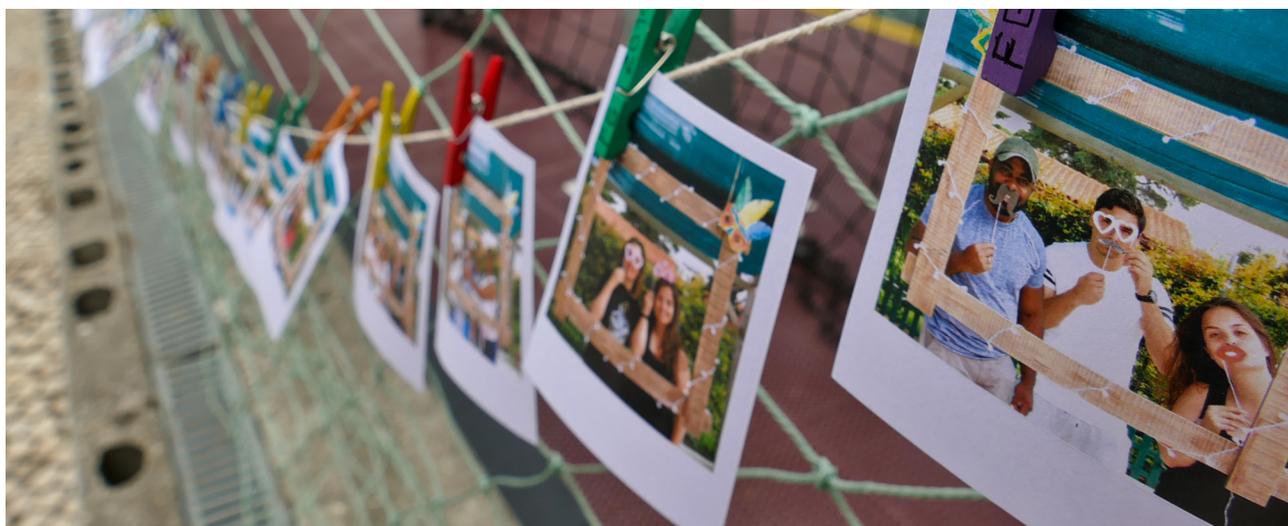
O acompanhamento ao nível da **organização da vida quotidiana** visa apoiar os beneficiários na gestão doméstica, organização de horários e rotinas, facilitar o acesso a direitos sociais tais

como: ajuda no preenchimento de impressos da tarifa social da água, passe social, na articulação com as companhias de água, eletricidade, gás e com outras entidades. A equipa continuou a acompanhar os beneficiários mais desprotegidos às consultas médicas e aos serviços sociais.

Com o objetivo de combater o isolamento dos beneficiários e, com o intuito de estabelecer uma relação de proximidade essencial na intervenção, promoveram-se várias atividades recreativas que contaram com **81** participações, nomeadamente: Sessões de cinema; Comemoração de dias festivos; Passeios culturais (monumentos, museus, etc); Jogos diversos; Workshops.

De referir a realização de uma ação de *Family-Games*, onde estiveram presentes **98 pessoas**. Esta atividade utiliza a metodologia da “aprendizagem por experiência” uma vez que possibilita, através de jogos, a reflexão sobre valores sociais. A equipa de RSI e respetivas famílias participaram nos jogos, conjuntamente com os beneficiários, sendo uma forma de aproximação e modelagem. O tema abordado foi: “Sem máscaras”.

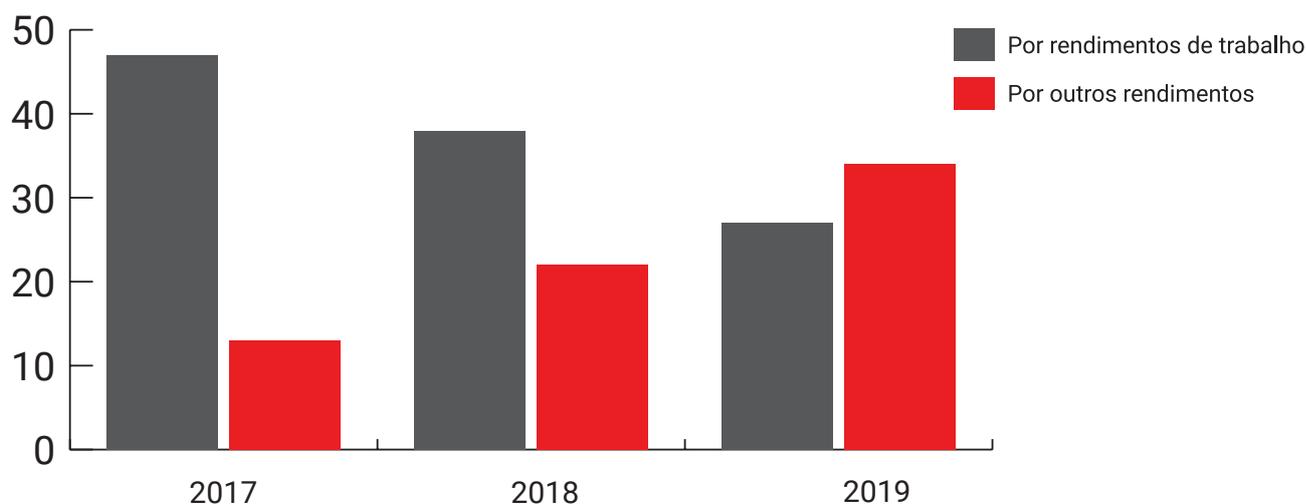
Mais uma vez, a equipa atingiu os objetivos propostos tendo realizado **2412 atendimentos** efetuados pelos técnicos e as **3201** visitas domiciliárias realizadas pelos técnicos e ajudantes de ação direta.



## Nº DE BENEFICIÁRIOS INSERIDOS NO MERCADO DE TRABALHO



## FAMÍLIAS AUTONOMIZADAS



## APADRINHAMENTO

No ano de 2019 o programa de apadrinhamento continuou a ser uma mais valia ao nível socioeconómico para as famílias que a ABLA acompanha.

O sistema de Apadrinhamento da ABLA assenta numa verba monetária mensal (que oscila entre os €28 e os €35), que o Padrinho/Madrinha dis-

ponibiliza para apoiar a família da criança apadrinhada. Essa verba pode ajudar na compra de material escolar, medicamentos, roupa, calçado, alimentação, assim como no pagamento do infantário. Pode não parecer muito, contudo é uma pequena ajuda que no seio de uma família carenciada, faz toda a diferença.

Nº de Crianças	2019
Portugal	41
Estrangeiro	18



Em 2019, 59 crianças receberam o apoio através deste programa, sendo que 12 foram novos apadrinhamentos. Das 59 crianças, 41 recebe-

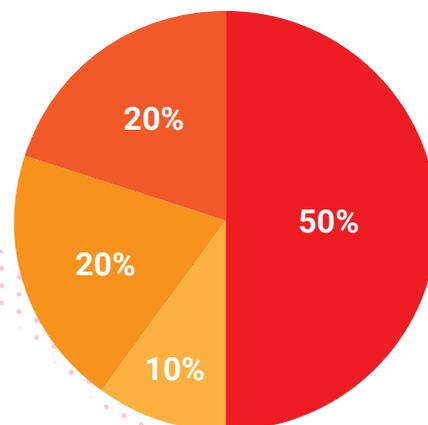
ram o apoio de padrinhos residentes em Portugal, as restantes 18 receberam o apoio de padrinhos residentes na Alemanha e Luxemburgo.

Nº de Crianças	2017	2018	2019
Portugal	37	30	41
Alemanha	18	18	18
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>48</b>	<b>59</b>



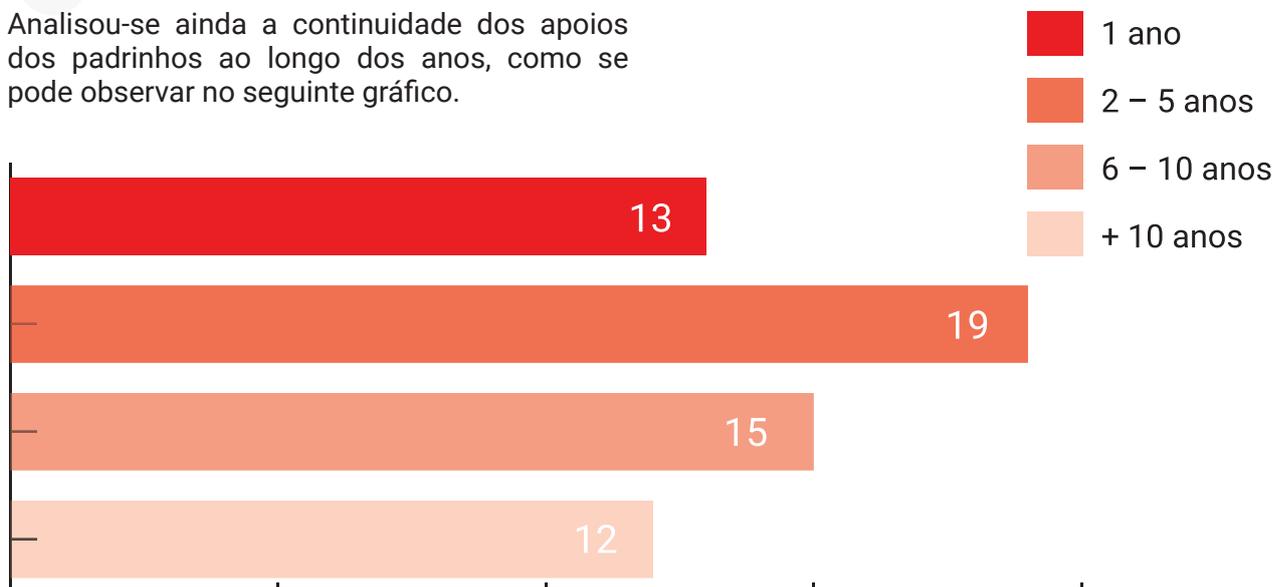
No último ano, verificou-se um aumento de 20% do número de crianças apadrinhadas levando-nos a analisar a forma como as pessoas têm conhecimento deste projeto.

Como podem verificar no gráfico seguinte, 50% dos padrinhos tomaram conhecimento do programa através de amigos, familiares ou de outros padrinhos. Outros 20% foram através da divulgação nas revistas cristãs e 20% através do flyer do programa de apadrinhamento. Por último, 10% dos padrinhos souberam do mesmo através do site/facebook da ABLA.



- Amigos, familiares ou outros padrinhos
- Divulgação nas revistas cristãs
- Flyer do Apadrinhamento
- Site/Facebook da ABLA

Analisou-se ainda a continuidade dos apoios dos padrinhos ao longo dos anos, como se pode observar no seguinte gráfico.



A escolha das crianças passa sempre pela sinlização das educadoras do nosso centro social e infantil ou pela nossa assistente social que conhece bem todas as famílias analisando ao pormenor a sua situação e por sua vez abrindo o processo que conduzirá ao apadrinhamento.



Continuamos a acreditar no nosso programa de apadrinhamento por ser um meio através do qual, para além de investirmos financeiramente na vida de uma criança, também contribuimos para melhorar o seu contexto social e familiar, ao mesmo tempo que apelamos à responsabilidade social da comunidade envolvente.

## RECURSOS HUMANOS, REINserÇÃO SOCIAL E VOLUNTARIADO

A ABLA pode contar com uma equipa de trabalho de 121 colaboradores com contrato quer a termo quer sem termo. Em 2019 tivemos também 12 pessoas com Medidas do IEFP, que explicitamos mais adiante. Temos ainda a colaborar connosco no Centro Infantil da ABLA na Parede, 3 pessoas com vínculo laboral à Segurança Social e ainda contamos com a colaboração de mais 20 pessoas em regime de prestação de serviços, afetas especialmente aos projetos nas escolas públicas.

Das pessoas inseridas em Medidas de Apoio à Contratação do IEFP tivemos: 3 em CEI (Contrato Emprego Inserção), 2 em CEI+ (Contrato Emprego Inserção +) e 7 em Estágio Profissional. Destas medidas, 6 transitaram para o ano 2020.

Os CEI (Contratos Emprego Inserção) destinam-

-se a desempregados a usufruir do subsídio de desemprego e os CEI+ destinam-se a desempregados que beneficiam do RSI. Com esta medida podemos integrar alguns beneficiários acompanhados pela nossa Equipa de RSI em São Domingos de Rana.

Os Estágios Profissionais são para pessoas com o 12.º ano de escolaridade ou superior, ou para públicos desfavorecidos específicos, e destinam-se a áreas mais especializadas de intervenção. Os estágios que tivemos a decorrer foram nas áreas de Serviço Social, Animação Sócio Cultural, Educação de Infância, Ação Educativa e Fisioterapia.

Das 5 medidas que terminaram em 2019, 4 pessoas foram integradas no quadro de colaboradores da ABLA.



### VOLUNTARIADO

A ABLA tem regularmente poucos voluntários de continuidade e algumas dezenas de voluntários que nos ajudam esporadicamente nas recolhas de alimentos nas grandes superfícies.

Os voluntários de continuidade repartem-se entre os departamentos Sénior, Infância e Juventude, Apoio Social e Dívida Zero. Alguns dos voluntários que nos procuram querem apenas ocupar o seu tempo, pois já estão reformados, enquanto outros, os mais jovens, procuram experiência e contacto com o mundo laboral.

Destes últimos, destacamos os alunos que temos recebido nos Centros Infantis e Juvenis da ABLA. Em 2019 tínhamos 12 voluntários ativos, excetuando os alunos das escolas.

A primeira escola a enviar os seus alunos para voluntariado nos nossos centros infantis foi o St. Julians, onde o voluntariado na comunidade se constitui como uma disciplina obrigatória. Assim, nos últimos 10 anos, temos recebido cerca de 9 a 12 alunos por ano, do St. Julians para fazerem algumas horas de voluntariado se-

manal com as crianças. No entanto, em 2017 e 2018, começámos a ser procurados por outras escolas, nomeadamente a Escola Secundária de Carcavelos, que também iniciou a dinamização do voluntariado e projetos de solidariedade (em parte devido a uma divulgação feita pela Comissão Social de Freguesia de Carcavelos Parede). Alguns alunos desta e de outras escolas de 3.º ciclo e secundário também nos procuram porque o voluntariado já se tornou um complemento da sua formação académica.

Mais recentemente recebemos também contactos do Colégio Marista. Nas férias do Verão, a Câmara Municipal de Cascais dinamiza o Programa Cultura Social que apoia financeiramente a integração de voluntários nas áreas sociais e ambientais. Alguns estudantes e ex-alunos da ABLA têm também, durante as férias escolares, tido a iniciativa de ajudar a ABLA para ocupar os seus tempos livres. É bom ver que as gerações mais novas estão a ser ensinadas a dar do seu tempo em favor da comunidade.

## ÁREA SÉNIOR

### SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)

**O SAD** – Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social cuja missão é prestar cuidados individualizados e personalizados no domicílio a pessoas que, por motivos vários como idade avançada, doenças agudas e motoras, doenças psiquiátricas, falta de suporte familiar, isolamento social e outros, não possam assegurar as suas necessidades básicas, instrumentais e quotidianas da vida diária.

O SAD tem uma equipa multidisciplinar, dela fazem parte uma Assistente Social, duas fisioterapeutas e quatro Auxiliares de Ação Direta. Temos também disponível uma Psicóloga Clínica,

para acompanhamento dos clientes/famílias/cuidadores.

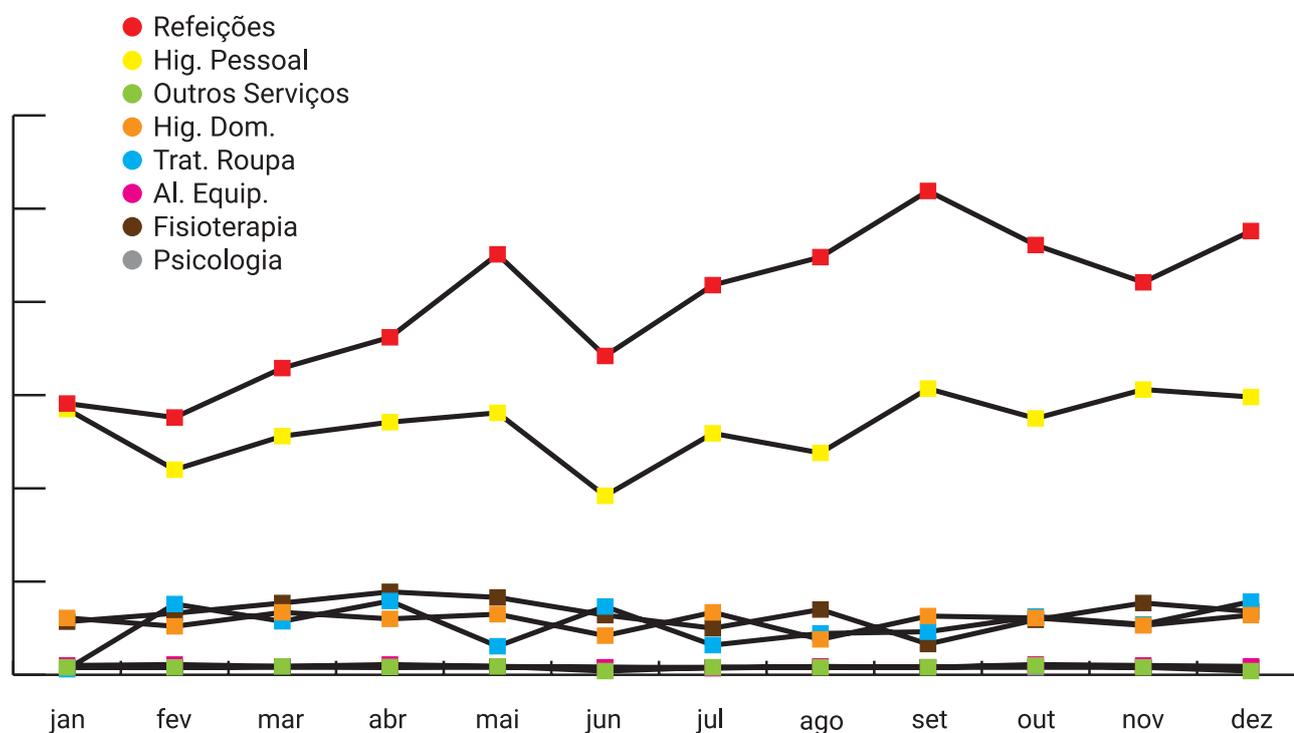
Mensalmente atendemos 38 clientes, com serviços diversificados, entre os quais confeção e entrega de refeições, higiene pessoais, higiene habitacional, tratamento de roupa na lavandaria, acompanhamentos na área da saúde e ao exterior, oficina social e outros.

Em 2019 foram feitas 24 visitas domiciliárias de avaliação para entrada em SAD e 54 atendimentos sociais na Instituição.



## ANO 2019 - Nº DE SERVIÇOS PRESTADOS

Serviços Prestados	Quantidade
Psicologia no Domicílio	96
Fisioterapia no Domicílio	794
Confeção e Entrega de Refeições	4794
Higiene Pessoal	3188
Higiene Habitacional	693
Lavandaria (quantidade em KG de roupa lavada e tratada na Instituição)	640
Cuidados de Imagem (manicure, pedicure, cortes de cabelo e barba)	395
Outros Serviços (ida ao médico, compras, farmácia)	170



## AJUDAS TÉCNICAS

Temos disponível na Instituição um stock de ajudas técnicas que visa dar apoio às pessoas

em situação de dependência e aos cuidadores informais, de forma a facilitar a autonomia, manutenção e reabilitação das capacidades funcionais dos beneficiários.

Em 2019 abrangemos um total de 13 beneficiários, com 112 **cedências anuais de ajudas técnicas**:

- › com prevalência em beneficiários do sexo feminino;
- › com maior incidência em beneficiários com idade superior a 80 anos;
- › verificando-se como principal motivo de recurso a ajudas técnicas, situações relacionadas com doenças degenerativas, seguidas de doenças cardiovasculares, AVC e outras.
- › maior cedência de material para acamados

### MELHOR SAÚDE

O protocolo “*Melhor saúde*” estabelecido com a Câmara Municipal de Cascais, visa apoiar ajudas técnicas percíveis em contexto de incontinência, contribuindo assim para que os idosos/ dependentes com menos recursos económicos possam ter acesso a este produto.

Foi possível abranger mensalmente 25 **utentes/famílias** num total de 9000 **unidades (fraldas)**.



### PREVENÇÃO DO ISOLAMENTO DO IDOSO

O envelhecimento da população portuguesa é cada vez mais reconhecido como um problema e no concelho de Cascais este panorama não é exceção. Em apenas duas décadas o número de pessoas com 80 ou mais anos duplicou em Portugal.

No trabalho desenvolvido junto do nosso público-alvo temos identificado diversas necessidades e problemas:

- › Isolamento social, grande sentimento de solidão - os clientes encontram-se muitas vezes sozinhos, sentindo necessidade de conversarem e conviverem com outras pessoas;
- › Baixa auto-estima - muitos dos nossos clientes consideram-se já um fardo para as suas famílias e para a sociedade, desenvolvendo estados depressivos);
- › Poucas condições socio-económicas das famílias, quer pela ausência das mesmas, quer por rendimentos diminutos.

Temos vindo a agir na comunidade onde nos inserimos, não só para os nossos clientes do SAD, mas de uma maneira geral para os nossos Seniores, intervindo de uma forma holística: física, social e psíquica, proporcionando aos mesmos um envelhecimento com qualidade e uma vida mais prazerosa e dinâmica.

Neste âmbito, realizámos diversas atividades fora do seu domicílio: “**A festa da Sardinha**” (Convívio e almoço onde o ingrediente principal foi a sardinha; comemoração do “**Dia Internacional do Idoso**” em Outubro; Festa de Natal e almoço comemorativo com atuação do coral sénior do nosso Centro de Convívio de Trajouce.

No âmbito do projeto “**Encontros com Sentido**” temos mensalmente uma sessão de cinema, com lanche convívio para os seniores da nossa comunidade.

### PARCERIAS

Entendemos que face aos fatores de risco identificados na população sénior que servimos, como o isolamento social, a precaridade

económica e as condições de habitabilidade, o Serviço de Apoio Domiciliário é um território de intervenção que tende a privilegiar a ação de uma equipa interdisciplinar e intersectorial. Esta equipa intervém em situações de maior complexidade, com vista à prossecução de objetivos comuns que sozinhos jamais seríamos capazes de alcançar. Assim, destacamos as seguintes parcerias:

› **Câmara Municipal de Cascais Plataforma “Envelhecer Melhor em Cascais”** estrutura de parceria que visa uma intervenção qualificada, articulada e sustentável na área do envelhecimento, pela prossecução de uma visão estratégica comum, objetivos e atuações estruturantes e integrados.

Esta parceria reúne 19 IPSS, 4 Uniões de Freguesia, Agrupamento dos Centro Saúde da Grande Lisboa, Instituto da Segurança Social - Centro Distrital de Lisboa e Escola de Saúde de Alcoitão. Através desta parceria foi concedida formação Méteis “Comunicação em Gerontologia” que inclui 8 laboratórios e teve a participação 1 técnico e 1 auxiliar de ação direta.

› **Centro de Saúde da Parede** – através dos serviços de cuidados continuados, mensalmente as várias técnicas coordenadoras dos SADS das freguesias da Parede/Carcavelos e São Domingos de Rana, reúnem-se para discutir os seus casos com a responsável da área da saúde, e uma técnica da Segurança Social tendo havido 12 reuniões no ano 2019.

› **União das Freguesias Carcavelos/Parede**, Programa “*Mais Próximo menos só*”, onde os técnicos sociais das Instituições locais e os outros parceiros públicos (Uniões de Freguesia e PSP),

discutem casos de idosos em isolamento social e estratégias de ajuda, assim como as diversas atividades que estão disponíveis para dar resposta a esta população.

› **Centro Distrital da Segurança Social de Lisboa** – desde 2009 temos acordo de cooperação com o Instituto da Segurança Social para 10 utentes. Estamos a aguardar a abertura de novas candidaturas para a resposta social SAD, visto termos capacidade atribuída para 100 Utentes/clientes.

## NOTAS CONCLUSIVAS

Importa ter presente que a procura dos serviços de âmbito gerontológico está associada, por um lado à evolução demográfica, em especial ao envelhecimento, e por outro lado aos contextos do envelhecimento. O recuo acentuado da idade em que a morte acontece, a valorização da autonomia, a poli-segmentação das estruturas familiares, o prolongamento da esperança de vida após a cessação da atividade profissional, são alguns dos traços que atravessam os percursos de envelhecimento das nossas sociedades.

Vive-se mais anos, com maior saúde, mas também com maiores riscos e/ou com riscos acrescidos, ao mesmo tempo que mudam as nossas expectativas de qualidade de vida, de participação e de desenvolvimento pessoal.

A evolução dos conhecimentos e dos saberes sobre o envelhecimento e o cuidar, das tecnologias e das ajudas técnicas ao serviço de um habitat seguro e de qualidade, estão na base de uma nova geração de serviços de Apoio Domiciliário, pautados por uma grande exigência a ní-



vel dos conhecimentos, da ética e dos direitos, das metodologias e técnicas de intervenção, como resposta às necessidades e expectativas das pessoas de idade avançada e/ou com situação de maior dificuldade quer social, quer de saúde.

**Como Instituição, em que o foco são as “Pessoas” queremos continuar a estar à altura des-**

## CENTRO DE CONVÍVIO “CONVIDA”

De acordo com a Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade, um Centro de Convívio é uma “resposta social, desenvolvida em equipamento, de apoio a atividades sócio-recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com participação ativa das pessoas idosas de uma comunidade”. Tendo como base este conceito de centro de convívio, o centro ConVida procura ser uma resposta social destinada às pessoas a partir dos 55 que visa prolongar e melhorar a qualidade de vida, bem como prevenir o isolamento social, através da implementação e desenvolvimento de várias atividades que se adequem às necessidades da população-alvo.

Temos parceria com a Câmara Municipal de Cascais, fazemos parte da Plataforma de Qualificação dos Centros de Convívio, Espaços - Academias – Universidades Sêniores, constituída por 15 IPSS, 2 Juntas de Freguesia com Centros

**te desafio.**

*“Todos os cuidados que propiciam bem – estar, psíquico e físico, conforto, prazer, que vivificam a auto-confiança e a auto-estima, que autorizam a pessoa a fazer escolhas; que lhe permite utilizar as suas capacidades físicas, psíquicas, e relacionais, são cuidados libertadores” Yves Gineste*

de Convívio, Espaços - Academias Universidades Seniores.

Esta Plataforma visa uma atuação estratégica que responda aos desafios deste público alvo, contribuindo para se envelhecer bem “Ageing Well”.

A equipa técnica é composta por um assistente social, uma animadora sociocultural e uma fisioterapeuta.

Os clientes do Espaço ConVida podem participar em diversas atividades semanais como: aulas de informática, medição da tensão arterial e aconselhamento em termos de saúde com uma enfermeira, classes de movimento com uma fisioterapeuta, atividades de estimulação cognitiva, atividades lúdicas e recreativas, hidroginástica (protocolo CMC – Seniores em Movimento), tardes de cinema, passeios, entre outras.



Durante o ano de 2019, foram ainda realizadas várias atividades com os Seniores:

› **Atividades físicas e motoras**, realizaram-se várias caminhadas (caminhada saudável), passeio no paredão com lanche especial no jardim da ABLA; “Baile de Prata” no Casino do Estoril; realização de jogos tradicionais, trabalhos manuais, croché; aulas semanais de ginástica geriátrica, Hidroginástica (Seniores em movimento).

› **Atividades cognitivas e/ou mentais**: Aulas de informática (1x semana), Sessões de educação para a saúde, Palestra com a Enf. Aline.

› **Atividades Socioculturais**: ida ao Teatro “Selva com Elas”, concerto *Living Motion*, passeio ao jardim zoológico, passeio a Constância em parceria com o Centro de Convívio do Centro Social e Paroquial de São Domingos de Rana, ida ao cinema, filme “Variações”, passeio *hippo-trip*.

Houve ainda diversas atividades e datas comemorativas com outros Seniores do SAD e da comunidade – Festa da Sardinha (almoço convívio) na ABLA, comemoração do dia Internacional do Idoso e almoço de Natal.

› Dia do Amor – lanche especial e piscina nas instalações da ABLA

› Dia da Mulher – brunch especial com a participação da Dra. Paula Gabriel

› Almoço de Páscoa partilhado no centro de convívio

› Dia mundial dos correios: – “À conversa: “No meu tempo...” - cartas elaboradas pelos idosos

› Comemoração do Dia Mundial da Alimentação: “pesquisa de receitas e lanches saudáveis”.

› Sessões de prevenção com a PSP de Trajouce.

› Partilha intergeracional - os seniores do Centro de Convívio foram partilhar com as crianças do CAF da Parede, sob o tema foi “Natal Intergeneracional”.

### Projetos da Câmara Municipal de Cascais

› Palco de Vida: este projeto foi desenvolvido ao longo do ano pela Psicóloga Ana Paula Reis, com sessões semanais, do qual resultou o livro “Memórias que contam”, onde estão inseridas 7 histórias dos nossos seniores.

› Projetos de parceria com outros centros de convívio.

› “1, 2, 3: diga lá outra vez” – quiz: este projeto pretendeu estimular o cérebro e proporcionar um ambiente de diversão, ao mesmo tempo que promoveu a partilha, o saber e o espírito de grupo dos Sêniores, valorizando a sua sabedoria e potenciando a partilha de experiências com os pares (encerramento do projeto no Centro Paroquial de Carcavelos).

› “1 semana nas termas de S. Pedro do Sul”: atividades desenvolvidas para o bem estar físico dos seniores, com tratamentos para reumatologia e vias respiratórias, com animação diária, (em conjunto com os seniores do Centro Social e Paroquial de S.D. Rana).



## PROJETO VIDA+

Este projeto destina-se à população de S. Domingos de Rana e está sediado na localidade de Trajouce. Pretende promover o bem estar global dos seniores da Comunidade, intervindo em diferentes áreas: social, física e psíquica.

Atividades desenvolvidas:

- › Ginástica geriátrica: 22 Sessões
- › Sessões de fisioterapia: 86 sessões
- › Atelier de artes decorativas: 11 sessões
- › Atelier de informática: 24 sessões
- › Acompanhamento psicológico: 9 consultas
- › Grupos psicoeducativos: 4 grupos
- › Gabinete Médico/enfermagem: 6 consultas (Obs. Iniciou-se em Outubro)



## DÍVIDA ZERO

Desde que foi criado, em 2009, o Gabinete Dívida Zero já prestou atendimento a 809 utentes/famílias. O Desafio Miqueias propôs à ABLA e à atual União de Freguesias de Carcavelos e Parede o seu início a que se juntou depois a Câmara Municipal de Cascais.

Durante 2019, foram atendidas no Gabinete **119 novas famílias e mais 64 de continuidade. Este foi o ano com maior procura de sempre.**

Alguns dados a salientar sobre o público que nos procurou em 2019:

### Caracterização dos beneficiários do Gabinete Dívida Zero

› Número total de atendimentos	367
› Percentagem de utentes entre os 40 e 64 anos de idade	45,4%
› Percentagem de cidadãos da União das Freguesias de Carcavelos e Parede que frequentaram o gabinete	47,1%
› Percentagem de utentes com ensino secundário	31,1%
› Percentagem de trabalhadores por conta de outrem.	42%
› Percentagem de famílias com o salário inferior a 550€.	37%

Efetuámos 3 ações de sensibilização/formação.

Atendemos às terças e quintas, atendimentos feitos pelo coordenador e por um voluntário, com pré-marcação num total de 11 horas semanais.



## APOIO PSICOLÓGICO



O Gabinete de Psicologia da ABLA funciona desde 2008 e visa a realização de avaliações psicológicas e psicoterapia a crianças, jovens, adultos e seniores. As dificuldades que mais frequentemente se observam nas crianças prendem-se com o comportamento disruptivo, problemas de sono e de alimentação, medos, dificuldades de aprendizagem, atraso no desenvolvimento, entre outros. Nos adolescentes, deparamo-nos com os problemas relacionais com pais e pares, com a desmotivação escolar e dificuldades na aprendizagem, com dificuldades relacionada com o humor, com problemas com imagem pessoal e corporal, entre outros.

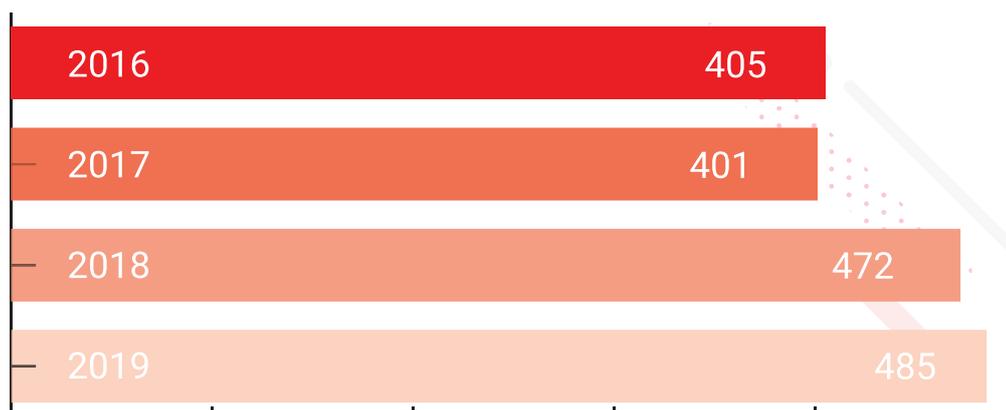
Em 2014, foi disponibilizado mais um espaço de consultas de Psicologia, quer para funcionários da ABLA, quer para pessoas da comunidade que recorrem a este apoio por um leque diversificado de situações, destacando-se relações

afetivas/conjugais em condição de fragilidade/rutura; quadros de “crise” familiar associada, ou não, a precaridade económica; perturbação da ansiedade; depressão; necessidade de definir e consolidar projetos de vida, entre outros.

Foi renovado o protocolo com a Câmara Municipal de Cascais, denominado Programa de Apoios Psicoterapêuticos (PAP), que visa garantir a equidade no acesso a munícipes em situação desfavorecida a uma resposta especializada de apoio psicológico individual e familiar. Assim, foi possível continuar a responder a vários pedidos de ajuda a custos reduzidos.

O Gabinete de Psicologia conta com duas psicólogas que, ao longo do ano, efetuaram 485 consultas de psicologia clínica sendo 196 realizadas no âmbito do PAP e 289 dadas a clientes particulares ou colaboradores da ABLA.

### NÚMERO DE CONSULTAS DE PSICOLOGIA 2016–2019



## CASAS DE TRANSIÇÃO

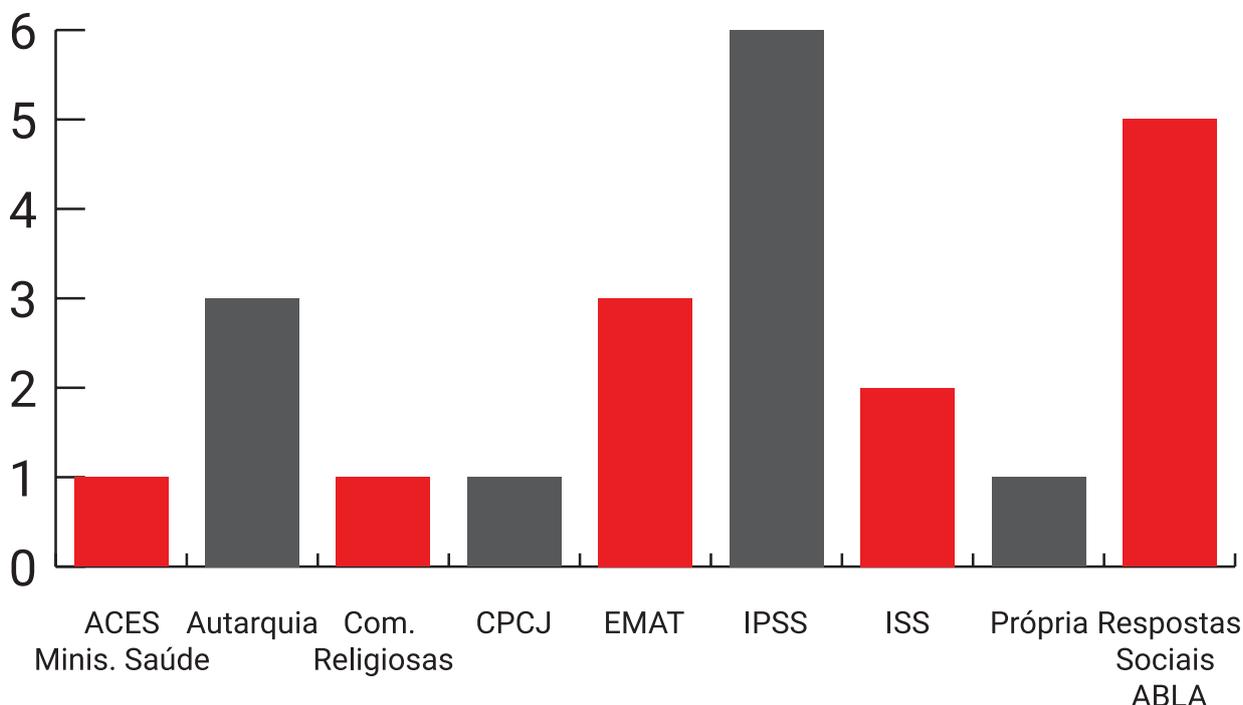
Em 2019 as Casas de Transição estiveram em pleno funcionamento, tendo sido feita uma estreita articulação das vagas na Casa da Âncora, em Colares, com as vagas na Casa do Farol, na Parede como forma de assegurar uma melhor e mais profícua inserção das beneficiárias. O processo de acolhimento e iniciado na Casa da Âncora com um acompanhamento muito próximo, diário, com a aprendizagem, nalguns casos, de gestão de finanças pessoais, aconselhamento psicossocial e treino de competências parentais, pessoais e sociais. A transferência para a Casa do Farol e feita cerca de 2 ou 3 meses após o acolhimento na Casa da Âncora, quando a equipa técnica considera que a mulher já tem o nível de maturidade necessário para uma vida mais autónoma, tendo um acompanhamento

bissemanal, e sempre que considerado necessário. Os pedidos de acolhimento em 2019 totalizaram os 23, aumentando ligeiramente face a 2018 com 18 pedidos.

Esta nova resposta social suscitou o interesse de alguns doadores, pelo que foram recebidos donativos de produtos de higiene pessoal e habitacional especificamente para as mulheres e crianças acolhidas nas casas.

Caracterizando as situações de acolhimento de 2019 de ambas as casas, apresentamos os dados seguintes, salientando apenas que agrupámos os dados das duas casas pelo facto de algumas beneficiárias terem feito o processo de transição em ambas, sendo mais perceptível os números globais.

### ENTIDADES SINALIZADORAS



Sendo esta uma resposta social inovadora, ainda com pouca expressão a nível concelhio, e até nacional, são várias as entidades que nos procuraram. Como podemos observar no gráfico anterior o maior número de sinalizações foi feito por outras Instituições Particulares de So-

lidariedade Social (de vários pontos do país) seguido dos técnicos de outras respostas sociais da ABLA (equipa de RSI na maioria, gabinete de apoio social e Centro Infantil e Juvenil), das autarquias e das Equipas Multidisciplinares de Apoio ao Tribunal (EMATs).

**PROBLEMÁTICAS SINALIZADAS**

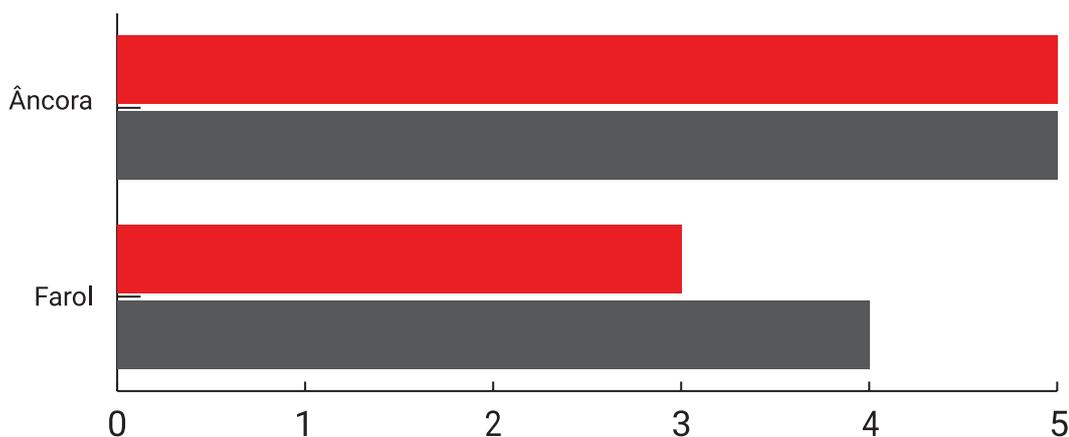
Vulnerabilidade Social	4
Violência Doméstica	1
Refugiada	1
Pós-dependências	1



Quanto às situações referenciadas destacam-se a vulnerabilidade social, sem qualquer suporte familiar não tendo, portanto, onde ficar. Salientamos a falta de respostas no concelho

para mulheres saídas de comunidades terapêuticas, como foi um dos casos em que a IPSS tinha uma casa de saída, no período pós-programa terapêutico mas apenas para homens.

**Nº DE NOVAS MULHERES E CRIANÇAS ACOLHIDAS**



● Nº de novas mulheres acolhidas    ● Nº de novas crianças acolhidas

Quanto às mulheres e crianças que entraram nas casas pela primeira vez em 2019, salientamos o facto de ter havido transferência de uma mulher e do seu filho da Casa da Âncora para

a Casa do Farol, bem como de uma mulher e da sua filha do Farol para a Âncora, totalizando assim 7 novos acolhimentos de mulheres nas duas casas e 6 crianças ao longo de 2019.



### ESCALÃO ETÁRIO DAS MULHERES E CRIANÇAS À DATA DO ACOLHIMENTO

18 – 25	1	0 – 3 anos	4
25 – 35	3	4 – 6 anos	2
36 – 45	1	7 – 10 anos	0
46 – 55	1	11 – 14 anos	0
56 – 65	1		

No que se refere ao escalão etário das mulheres acolhidas, predomina a dos 25 aos 35 anos, sendo, portanto, bastante jovens com filhos ainda pequenos, tal como se pode ver nos gráficos anteriores, sendo dois rapazes e quatro raparigas.

#### CASA DO FAROL

Iniciámos 2019 com três mulheres na Casa do Farol, sendo que uma se autonomizou em Janeiro e as duas restantes no mês seguinte, todas dentro prazo máximo de 12 meses estabelecido no contrato de prestação de serviços. Todas as beneficiárias estavam já inseridas no mercado de trabalho pelo que conseguiram alguma estabilidade financeira, tendo encontrado como única alternativa habitacional quartos em casas partilhadas com outras pessoas, dados os elevadíssimos valores das rendas praticadas na Área Metropolitana de Lisboa.

De forma célere foi feito o processo de seleção de novas beneficiárias para acolhimento, entrando a primeira em Fevereiro, e as outras duas nos dois meses seguintes.

Em 2019 alterou-se o procedimento referente às refeições, incentivando ainda mais a autonomia das beneficiárias, atribuindo o apoio quinzenal do banco alimentar, de modo a ajudá-las a gerir o orçamento familiar (Rendimento Social de Inserção, bolsa do Instituto de Emprego e Formação Profissional, etc) para uma saída mais preparada e competente.

Mantiveram-se as visitas semanais à casa, a horas e dias diferentes para avaliar o estado da casa, quer nos espaços comuns quer nos quartos.

Todas as beneficiárias acolhidas em 2019 tiveram uma atividade regular no que se refere ao estudo e emprego, quer em curso profissional, quer em cursos do IEFP, e uma delas com um emprego estável a partir de meados do ano. Assim, houve menor necessidade de atendimentos semanais, até pela pouca disponibilidade em termos de horários das mulheres acolhidas. Deste modo, fizeram-se algumas visitas ao fim-de-semana, esporadicamente, e ao final da tarde, chegando a estar presente na hora do jantar por exemplo, até para perceber as dinâmicas familiares das beneficiárias com os seus filhos.

Salientamos a existência de uma estreita relação com outros serviços e entidades da comunidade, pelo facto de haver processos abertos de acompanhamento pelo tribunal e por IPSS na área das competências parentais entre outras.

#### CASA DA ÂNCORA

Em 2019 na Casa da Âncora manteve-se o projeto “(Re)começo com sentido” apoiado pela Fundação EDP, que terminou em Agosto. Foi um projeto que superou os números previstos na candidatura relativamente ao número de mulheres acolhidas (previstas 5, acolhidas 7) mas um menor número de crianças (previstas 10, acolhidas 6).

Com a participação ativa das mulheres foi criada uma horta para auto-consumo e para venda para o exterior. Foram dadas quatro sessões de formação em horticultura pelo jardineiro da ABLA, com aplicação imediata no desenvolvimento da horta. Assim, foram produzidas 15 espécies das quais resultou a colheita, faseada, de 103 unidades, sobretudo de alfaces, cebolas, couves e tomates. Os produtos para venda fo-

ram adquiridos tanto por pais do centro infantil e juvenil da Parede e de Carcavelos, como por colaboradores da ABLA. Relativamente ao acompanhamento técnico das mulheres, foram realizadas 135 diligências na Casa da Âncora.

Foi sem dúvida um ano desafiante, como é, aliás, próprio do trabalho que envolve vidas humanas.

## COOPERAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO



No ano 2019, a ABLA continuou a ajudar além-fronteiras: Guiné Bissau, S. Tomé e Príncipe, Brasil, Bulgária e Moçambique.

Em fevereiro, os nossos colaboradores, Winfried Glinka e Vitor Costa, deslocaram-se à Guiné-Bissau, para mais uma visita de trabalho, tendo em vista acompanhar os trabalhos sociais aí desenvolvidos pela ABLA. Mas desta vez não foram sozinhos e levaram consigo dois ex-alunos da instituição, Suel Mendes e Ailton Biai, ambos guineenses, sendo que ambos agora também colaboram connosco. Atualmente temos nas três escolas (Ambancana, Ametite e Soga), 539 alunos e 22 professores a trabalhar, sendo que seis deles são ex-alunos. Todos os dias estas crianças recebem educação e alimentação. As nossas escolas são as únicas que podem assegurar todo o ano letivo, e só através da educação se pode melhorar o sistema existente neste momento na Guiné-Bissau.

Mas para além da educação, existe um problema relativamente à água potável. As pessoas bebem água dos poços, sendo que esta tem alta concentração de bactérias e fungos preju-

diciais à saúde, o que os leva a ficar doentes. Para combater este problema criou-se um sistema de filtros de água em vaso, produzidos em Bissau e que têm a durabilidade de 7 anos.

A única questão é que custam 28 €/cada e apenas se filtra 1,2 litros de água a cada meia hora, o que é muito pouco para toda a população que dela necessita. Para que cada criança beba um litro de água nas 4 horas que se encontra na escola, precisamos de pelo menos 54 vasos para distribuir pelas 3 escolas e isto só para falar nas crianças e não em toda a população das ilhas.

Continuamos também a apoiar o Casal Orei e Isabel Quemol e os seus trabalhos sociais, edu-

17 OUTUBRO  
DIA INTERNACIONAL  
DA ERRADICAÇÃO  
DA POBREZA



VAMOS LÁ COLABORAR  
HÁ BALDES PARA ENCHER  
MOÇAMBIQUE VAMOS AJUDAR  
JUNTOS FAZEMOS ACONTECER



cacionais e cívicos nas aldeias no interior da Guiné.

Em Abril, a nossa diretora viajou até ao Piauí (Brasil) para estar com os mentores do Projeto missionário que a ABLA apoia naquele país, A Escolinha Vinde a Mim, Loja Social e Biblioteca Social.

O dia 17 de outubro foi assinalado como o **Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza**. À semelhança dos anos anteriores, a ABLA apoiou um projeto que procura diminuir os efeitos da pobreza. Este ano a campanha de recolha de fundos decorreu entre os dias 14 de outubro e 5 de novembro, e contou com a participação de alunos, familiares, colaboradores e amigos da ABLA. **Todo o valor angariado reverteu a favor de doentes oncológicos em estado terminal, internados no Hospital Central de Maputo (Moçambique)**. Estes doentes, impedidos de trabalhar e levar sustento às suas famílias devido à doença, têm agora uma oportunidade de nas suas últimas visitas natalícias, proporcionarem às mesmas, um apoio às necessidades básicas, trazendo um sentido de dignidade, pois mesmo estando doentes, ainda poderão apoiar os seus familiares. Os fundos recolhidos (1500€) foram utilizados para compor **baldes (cabazes) com produtos variados**, tais como, arroz, esparguete, sabão, pasta de dentes, fósforos, entre outros, sendo que o próprio balde servirá posteriormente para o transporte de água. Foi ainda entregue ao missionário Jorge Pratas 2000€ para apoio às famílias vítimas do ciclone Idai na Beira.

## ALOJAMENTO

Receber bem os clientes e proporcionar-lhes uma estada em ambiente agradável foram o alvo e esforço do nosso empenho durante o ano de 2019.

Na sequência de um estudo realizado por estudantes da Nova SBE, que analisaram o perfil comercial da Guest House, e apesar de darmos continuidade à parceria com a empresa de vendas online BOOKING.COM, fizemos alterações impactantes na área das reservas através de um novo site proporcionando um sistema de reser-



Relativamente ao México, a ABLA atribuiu um apoio financeiro mensal ao trabalho da Missionária Isabel Jorge. O seu trabalho realiza-se fundamentalmente em Pachuca e Faraona. Nesta segunda cidade, existem muitas crianças carenciadas que a missionária acompanha social, educacional e espiritualmente, bem como as suas famílias. Também são realizadas sessões de sensibilização sobre higiene e saúde. Em Pachuca, existem várias situações de saúde sensíveis e a Missionária tem conseguido o apoio dos jogadores do clube local para pagamento dos tratamentos médicos.

Além destes projetos, apoiámos ainda com uma verba mensal o trabalho da Missionária Marina Dimitrova, em parceria com a LOGOS Bulgária, no combate ao tráfico de seres humanos, apoio aos refugiados e capacitação do povo cigano.

vas diretas, disponível nos idiomas português e inglês. Assim os nossos clientes podem, além de terem uma melhor visualização da oferta, fazer pesquisas de disponibilidade e marcações imediatas, o que é vantajoso sobretudo nas horas fora de expediente. O novo sistema permite igualmente a conexão com outros canais de venda aumentando o potencial de conseguir mais reservas e também evita que paguemos tanto de comissão à *booking.com*.

A ABLA Guest House é um lugar de alojamento

especial pelo fato do lucro desta atividade reverter a 100% para os vários trabalhos sociais da Instituição. Esta forma de ajudar na concretização dos projetos sociais foi uma forte aposta por parte de clientes nacionais que abraçaram este tipo de iniciativa. Para melhor informação do cliente temos disponíveis folhetos em português, inglês e alemão.

A Guest House dispõe, no total, de 16 quartos com uma capacidade máxima para 45 pessoas nas diversas tipologias nomeadamente quartos singles/duplos/triplos e quartos familiares para

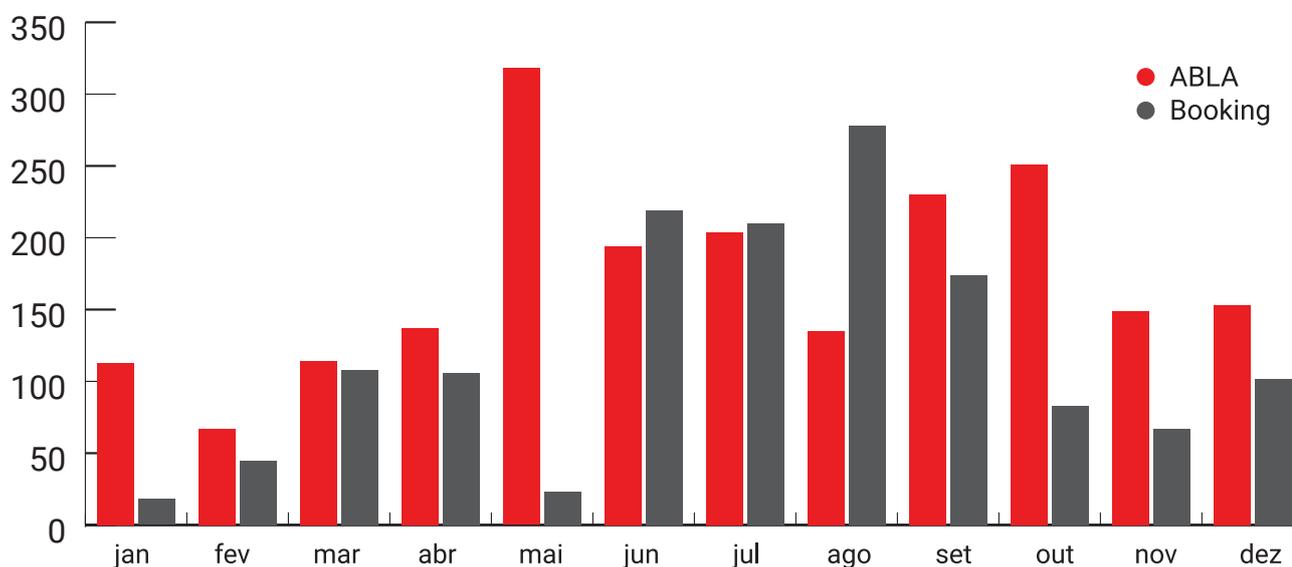
receber 4, 5 ou 7 pessoas. Os hóspedes são acompanhados por duas equipas, a receção (3 pessoas) e o serviço de andares / lavandaria (6 pessoas). O nosso forte, segundo a avaliação dos clientes, é o atendimento ao público com simpatia e profissionalismo (numa escala de 1 a 10 a equipa alcançou 9.1 pontos). A nossa pontuação do grau de satisfação do cliente manteve-se nos **8.5** na *booking.com*.

Em análise e comparação com os anos anteriores, os dados da ocupação dos quartos no ano 2019 apresentam-se como se segue:

### TAXA DE OCUPAÇÃO MENSAL DE 2013 A 2019

	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
<b>2013</b>	28%	29%	27%	46%	50%	51%	58%	63%	51%	50%	18%	17%
<b>2014</b>	13%	15%	8%	19%	57%	60%	57%	91%	77%	69%	30%	22%
<b>2015</b>	27%	33%	41%	67%	89%	89%	87%	95%	92%	57%	18%	25%
<b>2016</b>	17%	18%	65%	61%	82%	89%	94%	97%	90%	82%	41%	14%
<b>2017</b>	25%	31%	53%	67%	69%	85%	83%	92%	84%	82%	40%	24%
<b>2018</b>	36%	37%	47%	35%	77%	75%	89%	96%	78%	69%	46%	28%
<b>2019</b>	28%	27%	48%	54%	73%	92%	89%	89%	90%	72%	46%	28%

### Nº DE NOITES VENDIDAS EM 2019





As estatísticas de 2019 mostram que, em nove de doze meses, a venda direta da ABLA Guest House é superior às vendas pela booking.com. Salienta-se, contudo, que as vendas diretas da época alta foram menores devido à colocação *online* do site apenas em março. Sobretudo em agosto não conseguimos obter um número considerável nas vendas diretas. Todavia, comparando o resultado geral obtido em 2019 com o ano anterior, não houve qualquer diminuição da percentagem relativamente aos quartos vendidos, (permanece a taxa média de ocupação de 64%). De referir ainda que a política de cancelamento da *booking.com* foi alterada pela empresa (cancelamento gratuito até 5 dias antes da chegada), trazendo desvantagem financeira à ABLA no sentido de nem sempre conseguirmos revender a totalidade dos quartos cancelados.

Semelhantemente aos anos anteriores recebemos vários grupos, entre eles grupos desportivos, encontros de finalidade espiritual (retiros/almoços de convívio) e grupos turísticos que contribuíram para aumentar a taxa de ocupação. Além disso, recebemos um número cres-

cente de empresas que, solicitaram alojamento sobretudo na época baixa do ano; cedemos um quarto para uma ocupação permanente durante um ano. Houve, ao longo do ano, várias formações profissionais de uma empresa luso-alemã que alugou quartos e a sala de conferências para esse efeito.

Em novembro, a Guest House tornou-se gratuitamente sócio (sem direito a voto) da Associação de Turismo de Cascais que nos proporciona uma maior visibilidade na divulgação do nosso serviço.

A cedência do pavilhão *Espaço Arco Íris* para festas familiares, entre outras, teve novamente uma boa procura, registando 81% de ocupação. Clientes satisfeitos com um espaço ideal para a realização dos seus eventos, contribuíram para uma publicidade positiva "boca a boca", além da distribuição do nosso folheto informativo. Os clientes são maioritariamente pais com filhos pequenos. Durante o ano 2019 cedemos o espaço ao domingo de manhã para uma comunidade cristã evangélica, contando com 31 frequências.

#### TAXA DE OCUPAÇÃO DO ESPAÇO-ARCO-ÍRIS DE 2016 A 2019



## GLOSSÁRIO DE SIGLAS

**AAAF** Atividades de Animação de Apoio à Família

**ACES** Agrupamento de Centros de Saúde

**AEC** Atividades de Enriquecimento Curricular

**BUS** Bens de Utilidade Social

**CAF** Componente de Apoio à Família

**CAFAP** Centro de Apoio Familiar e Acompanhamento Parental

**CATL** Centro de Atividades de Tempos Livres

**CEI** Contrato Emprego Inserção

**CIJ** Centro Infantil e Juvenil

**CMC** Câmara Municipal de Cascais

**CPCJ** Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

**CV** Curriculum Vitae

**EB Parede** Escola Básica da Parede

**EB Murtal** Escola Básica do Murtal

**EB Rana** Escola Básica de Rana

**ECJ** Equipa de Crianças e Jovens

**EMAT** Equipa Multidisciplinar de Apoio aos Tribunais

**GEMTE** Grupo de empregabilidade Territorial

**IPSS** Instituição Particular de Solidariedade Social

**MEIBAD** Monte Esperança Instituto Bíblico das Assembleias de Deus

**MEM** Movimento da Escola Moderna

**PAP** Programa de Apoios Psicoterapêuticos

**PIEF** Programa Integrado de Educação e Formação

**POAPMC** Programa Operacional de Apoio às Famílias Mais Carenciadas

**PSP** Polícia de Segurança Pública

**RSI** Rendimento Social de Inserção

**SAD** Serviço de Apoio Domiciliário

**SICAD** Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências



**Associação de Beneficência Luso-Alemã**

Praceta Infante Dom Henrique, N°80

Quinta do Junqueiro

2775-584 Carcavelos

Telefone: (+351) 214549000

Fax: (+351) 214549001

E-mail: [geral@abla.org](mailto:geral@abla.org)