

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2022



MÃOS UNIDAS
P. DAMIÃO - PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO MÃOS UNIDAS P.DAMIÃO

ÍNDICE



Nota Introdutória	1
Organograma	2
Breve Enquadramento	3
Áreas de Intervenção	4
Projetos em curso	5
Novos Projetos	20
Voluntariado	29
Comunicação e Imagem	31
Orçamento	35

NOTA INTRODUTÓRIA



A Associação Mãos Unidas Padre Damião, iniciou a sua atividade no ano de 1998, tendo como principal missão prestar assistência às pessoas afetadas pelas doenças endémicas.

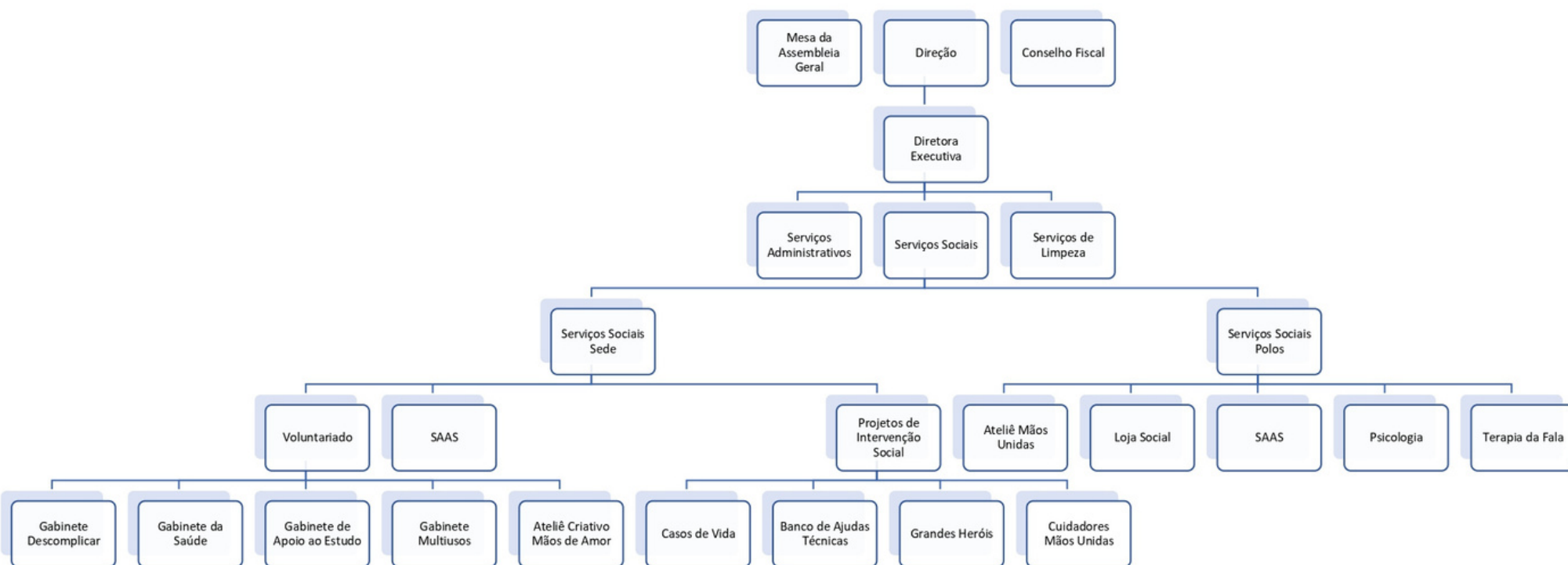
Ao longo dos anos passou por várias mudanças e adaptações, quer ao nível dos órgãos sociais, quer ao nível da equipa de trabalho, o que ficou, naturalmente, gravado na história da nossa Associação.

Foram muitas as pessoas que passaram por nós, nomeadamente, benfeitores, voluntários e utentes.

Ultimamente, em comunhão com os seus voluntários e com a imprescindível ajuda dos seus benfeitores, desenvolve uma missão substancialmente diferente daquela que motivou a sua criação.

Atualmente a nossa Associação tem uma equipa de trabalhadores e de voluntários, totalmente habilitada e motivada para chegar mais longe, no objetivo que é o cumprimento da nossa missão.

ORGANOGRAMA



BREVE ENQUADRAMENTO



MISSÃO

Desenvolver projetos que visam, através de um trabalho de proximidade, apoiar pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade social.

VISÃO

Afirmarmo-nos como uma Instituição de referência, na nossa área de intervenção, criando um impacto positivo na vida das pessoas que passam por nós.

VALORES

O Respeito como fundamento base da Solidariedade.
A Dignidade, o Compromisso, a Proximidade, a Inclusão e a União.

ÁREAS DE INTERVENÇÃO

01

Pessoas diagnosticadas com paralisia cerebral, deficiência, doenças raras ou crónicas complexas, através do Projeto Casos de Vida e Grandes Heróis;

02

Situações de vulnerabilidade, exclusão e emergência social nomeadamente: cidadãos em isolamento, carência socioeconómica grave, imigrantes em situação irregular e refugiados, através do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social, do Gabinete Descomplicar e Loja Social;

03

Crianças e jovens vulneráveis, acompanhando e potenciando as suas capacidades cognitivas, sociais e pessoais, por via do Ateliê Mãos Unidas e do Gabinete de Apoio ao Estudo.



PROJETOS EM CURSO



SERVIÇO DE ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO SOCIAL

Assegurar o atendimento e o acompanhamento de pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade, exclusão e emergência social.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede, Polo de Santa Comba Dão, Polo de Carregal do Sal

ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Prestar apoio às pessoas/famílias em diferentes valências: saúde, educação, habitação, emprego, desenvolvimento pessoal e familiar.
- Receber e encaminhar utentes para Entidades Públicas e Privadas, e Serviços da Comunidade Local que prestem apoios complementares ou mais adequados a cada caso;
- Referenciar situações de maior carência económica para Rede Solidária do Medicamento – Programa ABEM;
- Atribuir produtos alimentares e outros bens de primeira necessidade;

CASOS DE VIDA



DESCRIÇÃO:

Casos de Vida é um projeto de apoio a crianças com idades entre os 0 e os 17 anos, diagnosticadas com paralisia cerebral, deficiência, doenças raras e/ou crónicas complexas, com o objetivo de criar uma resposta ajustada às necessidades específicas de cada caso, tendo sempre em vista a promoção da qualidade de vida.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

CASOS DE VIDA



ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Angariar donativos através da divulgação do projeto no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais;
- Participar sessões de fisioterapia e terapias especializadas, não suportadas pelo Estado ou de difícil acesso para as famílias;
- Referenciar situações de maior carência económica para Rede Solidária do Medicamento – Programa ABEM e, na medida do possível, participar outros produtos farmacêuticos essenciais e não abrangidos por este Programa;
- Atribuição de cabazes alimentares mensais, aos casos de maior carência socioeconómica;
- Realizar visitas domiciliárias periódicas, desenvolvendo uma intervenção de proximidade, através de uma equipa multidisciplinar disponível e atenta a cada caso.

GRANDES HERÓIS



DESCRIÇÃO:

O Projeto Grandes Heróis tem como objetivo apoiar jovens adultos, com idade entre os 18 e os 30 anos, portadores de doença mental, deficiência e/ou necessidades especiais, com vista à promoção da sua inclusão.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

GRANDES HERÓIS



ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Angariar donativos através da divulgação do projeto no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais;
- Compartilhar sessões de fisioterapia e terapias especializadas, não suportadas pelo Estado ou de difícil acesso para as famílias;
- Referenciar situações de maior carência económica para Rede Solidária do Medicamento – Programa ABEM e, na medida do possível, compartilhar outros produtos farmacêuticos essenciais e não abrangidos por este programa;
- Avaliar e encaminhar cada caso para instituições vocacionadas para o seu melhor desenvolvimento e integração.

BANCO DE AJUDAS TÉCNICAS



DESCRIÇÃO:

O “Banco de Ajudas Técnicas” é um projeto que se destina a apoiar cidadãos com dependência permanente ou temporária, com o objetivo de melhorar a sua qualidade de vida e os cuidados que lhes são prestados através da cedência de equipamentos indispensáveis à sua autonomia e integração.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

BANCO DE AJUDAS TÉCNICAS



ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Receber pedidos de apoio através de outras instituições ou por via direta das próprias famílias;
- Entregar equipamentos, a título de empréstimo, mediante uma avaliação socioeconómica de cada caso;
- Rececionar produtos de apoio em 2ª mão (cadeiras de rodas, camas articuladas, colchões anti-escaras, entre outros);
- Angariar donativos através de divulgação no jornal “Mãos Unidas”, site e redes sociais;
- Estabelecer parcerias com empresas especializadas na venda de ajudas técnicas de modo a adquirir equipamentos a preços mais reduzidos.

LOJA SOCIAL



DESCRIÇÃO:

A Loja Social é um projeto que surgiu com o objetivo de suprir as necessidades imediatas de famílias carenciadas, promovendo a equidade e a melhoria da autoestima das pessoas.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Carregal do Sal

ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Ir ao encontro das necessidades dos nossos utentes, disponibilizando: roupa, calçado e acessórios gratuitamente ou por valor simbólico a título de donativo;
- Receber, triar e registar bens recebidos pela comunidade;
- Organizar campanhas de angariação e doação de bens;
- Atender famílias encaminhadas pelo SAAS e outras inscritas na Loja Social para recepção de vestuário, eletrodomésticos, mobiliário, brinquedos, entre outros;
- Promover a participação de voluntários na dinâmica da Loja Social.

ATELIÊ MÃOS UNIDAS



CENTRO DE ESTUDOS:

O Ateliê Mãos Unidas é um centro de estudos direcionado para crianças do primeiro e segundo ciclo de escolaridade com o objetivo de potenciar as suas capacidades cognitivas, sociais e pessoais.

Este espaço destina-se ao desenvolvimento de competências sociais, promoção de uma cidadania ativa, ajuda nas dificuldades sentidas individuais e em grupo e de sensibilização para o futuro.

O Ateliê Mãos Unidas procura educar para os valores de solidariedade, voluntariado, união, partilha, respeito pela diferença formando cidadãos responsáveis intervenientes e criativos.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Carregal do Sal

ATELIÊ MÃOS UNIDAS



ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Prestar serviços, em regime de diferenciação positiva, de acordo com a situação socioeconómica;
- Receber encaminhamentos de crianças pelas entidades locais da rede social;
- Implementar baterias de avaliação e intervenção estandardizadas nas áreas da leitura, escrita, matemática, atenção e estimulação cognitiva nos processos individuais dos alunos;
- Despistar as problemáticas do público-alvo;
- Delinear estratégias de intervenção em grupo e individuais;
- Elaborar plano individual de intervenção;
- Apoiar na realização de trabalhos de casa;
- Preparar para os testes de avaliação;
- Desenvolver o gosto pelo estudo e pelo conhecimento através da autonomia do pensamento e espírito crítico;
- Proporcionar experiências diversificadas e motivadoras;
- Promover o conhecimento através de visitas de estudo;
- Explicar e fomentar o espírito de solidariedade e de entreajuda entre as crianças;
- Divulgar o Ateliê nas redes sociais e no Jornal Mãos Unidas

ATELIÊ MÃOS UNIDAS



TARDES TEMÁTICAS:

As tardes temáticas são realizadas nos períodos de interrupção letiva, dando respostas às famílias sem suporte familiar, com o objetivo de desenvolver atividades divertidas e lúdicas, tendo em conta o interesse das crianças e os seus programas curriculares.

LOCAL DE INTERVENÇÃO

Carregal do Sal

ATELIÊ MÃOS UNIDAS



ATIVIDADES A DESENVOLVER:

- Desenvolver atividades lúdico-pedagógicas que fomentem o espírito crítico, a curiosidade, autonomia e criatividade;
- Promover o conhecimento através de visitas de estudo;
- Realizar atividades no período de interrupção do verão;
- Realizar atividades no período de interrupção da Páscoa;
- Explorar a área de formação pessoal e social, área de conhecimento do mundo e área de expressões e comunicação (domínio das expressões, da linguagem e abordagem à escrita e no domínio da matemática);
- Desenvolver o raciocínio e resolução de problemas.

NOVOS PROJETOS



PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO DA CONSCIÊNCIA FONOLÓGICA

CUIDADORES MÃOS UNIDAS

CAFÉ MÃOS UNIDAS

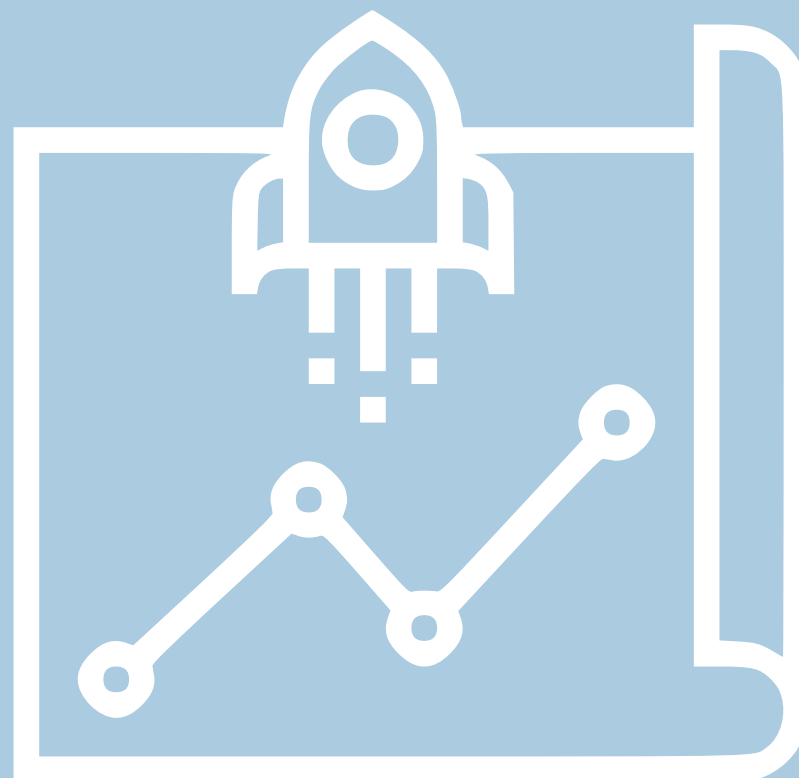
GAB. SAÚDE

GAB. DESCOMPLICAR

GAB. APOIO AO ESTUDO

GAB. MULTIUSOS

ATELIÊ CRIATIVO "MÃOS DE AMOR"



PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO DA CONSCIÊNCIA FONOLÓGICA

DESCRIÇÃO:

O “Programa de Estimulação da Consciência Fonológica” é um projeto de terapia da fala que se destina a crianças em idade pré-escolar, com o objetivo de habilitar as mesmas com capacidades metalinguísticas fundamentais para a consciencialização dos sons da fala, facilitando a aprendizagem da leitura e escrita no primeiro ano do ensino Básico. Atividades a desenvolver:

- Realizar inquérito aos educadores de infância sobre a importância e necessidade da estimulação da consciência fonológica no pré-escolar;
- Avaliar inicialmente as capacidades fonológicas das crianças do pré-escolar;
- Implementar programa de estimulação da consciência fonológica;
- Reavaliar as capacidades fonológicas das crianças do pré-escolar;
- Analisar os resultados e a influência da implementação do programa.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Carregal do Sal

CUIDADORES MÃOS UNIDAS



DESCRIÇÃO:

O Projeto “Cuidadores Mãos Unidas” pretende apoiar os cuidadores informais de crianças e jovens portadores de deficiência e/ou doenças raras.

Terá como propósito:

- Promover encontros informais, de esclarecimento e partilha, entre cuidadores, dinamizados por técnicos da área social e da área da saúde;
- Realizar encontros de formação para os cuidadores com a participação de especialistas no âmbito da educação, saúde, psicologia, entre outros;
- Organizar um espaço devidamente equipado e preparado onde os pais possam deixar as crianças em dias de encontros, supervisionado por técnicos com formação para o efeito;
- Dinamizar atividades de convívio entre cuidadores;
- Estabelecer uma parceria com a Associação Nacional de Cuidadores Informais e outros movimentos de pais cuidadores.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

CAFÉ MÃOS UNIDAS



DESCRIÇÃO:

O Projeto Café Mãos Unidas é um projeto que pretende combater o isolamento e solidão das pessoas com mais de 60 anos no concelho de Carregal do Sal, promovendo o envelhecimento ativo através de um espaço de convívio, momentos de partilha e de estimulação do idoso. Pretende-se retomar este projeto desenvolvendo as seguintes atividades:

- Organizar um encontro semanal em aldeia isolada do concelho de Carregal do Sal;
- Promover um momento inicial de “quebra-gelo” com oferta do café/chá e bolachas, de forma a promover o convívio e prevenir possíveis situações de privação alimentar/pobreza envergonhada;
- Dinamizar atividades de estimulação cognitiva e de motricidade orofacial;
- Dinamizar atividades lúdicas temáticas de acordo com a época do ano;
- Estabelecer uma parceria com a Câmara Municipal de Carregal do Sal para possível cooperação no projeto com técnicos na área da Educação Física;
- Estabelecer uma parceria com o CLDS 4-G de Carregal do Sal para possível cooperação no projeto com equipa multidisciplinar.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Carregal do Sal

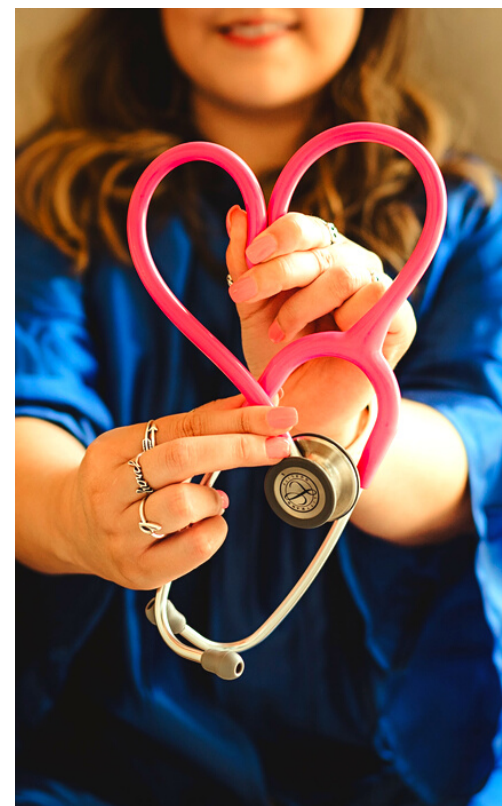
GABINETE DE SAÚDE



DESCRIÇÃO:

O Gabinete de Saúde irá proporcionar apoio médico e de enfermagem aos utentes da Associação, disponibilizando os seguintes serviços:

- Rastreio de tensão arterial
- Renovação de receituário
- Acompanhamento nutricional



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

GABINETE DESCOMPLICAR



DESCRIÇÃO:

O novo Gabinete Descomplicar nasceu com lema:

“É complicado? Nós descomplicamos!” e hoje já presta apoio a diversos utentes em diferentes tarefas que, para muitos se tornam difíceis de executar, tais como:

- Preenchimento de IRS;
- Elaboração de Curriculum Vitae;
- Apoio na procura de emprego;
- Candidaturas ao Ensino Superior e Bolsas de Estudo;
- Candidaturas a Programas de Habitação Social;
- Apoio no processo de integração de imigrantes em situação de vulnerabilidade e refugiados;
- Entre muitos outros.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

GABINETE APOIO AO ESTUDO



DESCRIÇÃO:

O Gabinete de Apoio ao Estudo "Mãos Unidas", é um espaço dedicado à aprendizagem e acompanhamento escolar de crianças e jovens com maiores dificuldades.

O novo Gabinete de Apoio ao Estudo é um convite aos nossos utentes e à comunidade em geral para que venham estudar connosco! Acreditamos no futuro e estando este nas mãos das crianças, propomo-nos a caminhar par a par com elas, naquele que é o caminho do sucesso e das realizações escolares. Este serviço inclui acompanhamento escolar, explicações, preparação para exames e orientação para alunos que frequentem desde o ensino básico até ao 12º ano.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

GABINETE MULTIUSOS



DESCRIÇÃO:

O Gabinete Multiusos irá proporcionar momentos de tranquilidade e paz, através da música, yoga e outras atividades de relaxamento aos nossos utentes, voluntários e benfeitores.

A música promove um conjunto infinito de benefícios, para Platão “a música é o grande remédio da alma” e, Aristóteles dizia relativamente à música que: “as pessoas que sofrem de emoções descontroladas, após ouvirem melodias que elevam a alma ao êxtase, regressam ao seu estado normal, como se tivessem experimentado um tratamento médico”.

Através da realização de várias atividades para as quais a música serve de pano de fundo, vamos procurar trazer aos nossos utentes momentos de boa disposição e felicidade.

O yoga visa a tranquilidade do corpo para chegar ao sossego da mente, por outro lado fortalece e tonifica todos os músculos do corpo, tornando-os mais resistentes.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

ATELIÊ CRIATIVO MÃOS DE AMOR



DESCRIÇÃO:

O Ateliê Criativo - “Mãos de Amor” é um projeto solidário, criativo e ecológico que utiliza desperdício têxtil e outros materiais aparentemente já sem utilidade, para lhes dar uma nova vida, reutilizando-os e transformando-os em produtos de costura ou artesanato. Toda esta transformação é elaborada com muito amor por voluntários que se dispõem a ensinar tanto utentes, como qualquer outro elemento da comunidade que tenha o desejo de aprender ou dar o seu contributo para o desenvolvimento deste projeto.

Desde malas, carteiras, sacos de pano, a roupas para bonecos que chegarão às mãos de crianças apoiadas pela nossa Associação, não falta lugar para a imaginação, criatividade e o amor que colocamos em cada artigo que fazemos.



LOCAL DE INTERVENÇÃO

Sede

VOLUNTARIADO



*"Aquele que tem caridade
no coração tem sempre
qualquer coisa para dar."*

I Santo Agostinho

VOLUNTARIADO



A criação da equipa de voluntários teve como principal objetivo a conceção de um conjunto de diferentes valências que fossem ao encontro das necessidades dos nossos utentes. Motivando a interação da associação com a comunidade, concebendo um espaço acolhedor para as pessoas disponíveis e alinhadas no nosso objetivo de fazer chegar ajuda a quem mais precisa.

Atividades desenvolvidas e a desenvolver nos gabinetes recentemente criados:

GAB. SAÚDE

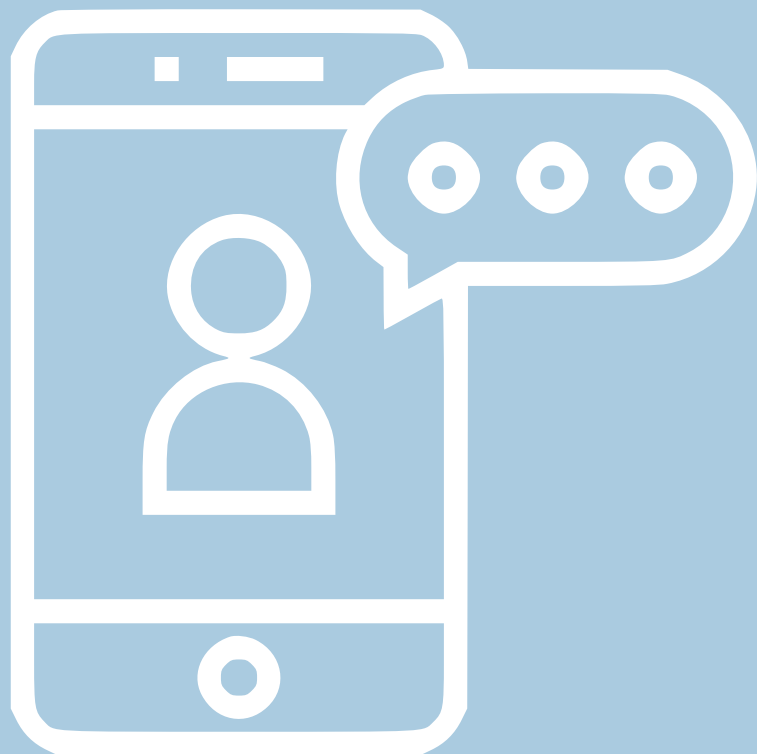
**GAB.
DESCOMPLICAR**

**GAB. APOIO
AO ESTUDO**

**GAB.
MULTIUSOS**

**ATELIÊ CRIATIVO
MÃOS DE AMOR**

COMUNICAÇÃO E IMAGEM



COMUNICAÇÃO E IMAGEM

JORNAL

O Jornal Mãos Unidas é um canal de comunicação tradicionalmente privilegiado, no sentido em que ainda é o canal mais utilizado pelas faixas etárias mais elevadas, muito atentas à nossa missão. Este canal de comunicação tem vindo a sofrer uma reestruturação e modernização ao longo dos últimos 2 anos, com o objetivo de se tornar o melhor retrato da imagem da nossa ação e intervenção.

COMUNICAÇÃO E IMAGEM



SITE

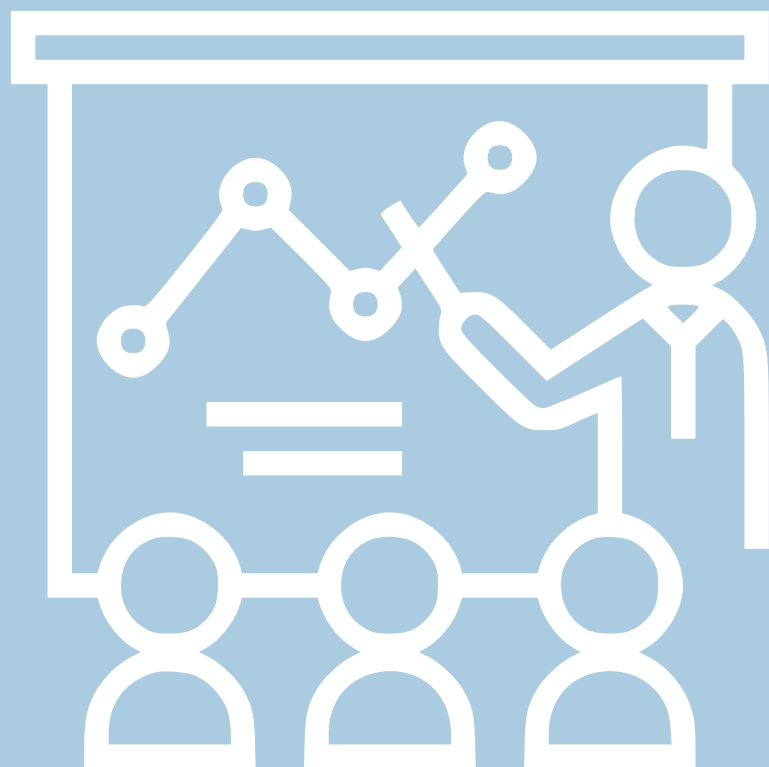
No Site da Associação, por ser o meio de comunicação e imagem que a apresenta, deverá expor a sua credibilidade institucional, nomeadamente a nível organizacional.

Temos como principal objetivo que o mesmo reflita da forma mais verdadeira e apropriada a realidade institucional da AMU, nomeadamente quanto aos seus Estatutos, Atividades e Relatório de Contas.

COMUNICAÇÃO E IMAGEM

REDES SOCIAIS

A crescente utilização das redes sociais e a sua constante presença, no dia a dia das pessoas, fazem com que tenhamos como objetivo a promoção e o desenvolvimento das redes sociais, nas quais a Associação se encontra presente. Atualmente a Associação tem presença no Instagram, no Facebook e no TikTok mas, estamos a trabalhar no sentido de tornar essa presença mais visível e dinâmica, partilhando as atividades efetivamente exercidas pela Associação, de forma a que a nossa missão chegue cada vez mais longe e se torne conhecida do público em geral.



ORÇAMENTO

ORÇAMENTO

Contas	Designação	Valor
62	Fornecimento e serviços externos	82 849,91
622	<i>Serviços Especializados</i>	26 944,29
623	<i>Materiais</i>	2 415,93
624	<i>Energia e Fluidos</i>	6 296,00
625	<i>Deslocações e estadas</i>	15,80
626	<i>Seviços diversos</i>	47 177,89
63	Gastos com o pessoal	163 232,75
632	<i>Remuneração do pessoal</i>	124 851,02
635	Encargos sobre remunerações	34 541,73
636	Seguros acidentes no trabalho	1 452,50
638	Outros gastos com o pessoal	2 387,50
64	Gastos de depreciação e amortização	3 295,59
6424	Equipamento de transporte	0,00
6425	Equipamento Administrativo	3 295,59
68	Outros e Gastos e Pedras	60,00
68	Outros Gastos e Perdas	60,00
Total dos gastos e perdas		249 438,25
71	Vendas	6 678,04
72	Prestação de serviços	1 945,00
78	Outros rendimentos e ganhos	161 957,74
788	Consignação IRS	11 406,99
788	Beneficio de 15% IVA suportado	550,75
788	Donativos	150 000,00
79	Rendimentos e ganhos de financiamento	153,58
Total dos rendimentos e ganhos		170 734,36

*"Escolhe um trabalho de que
gostes e não terás que trabalhar
nem um dia na tua vida."*

I Confúcio

