

O FUTURO
DEPENDERÁ
DAQUILO QUE
FAZEMOS NO
PRESENTE



Relatório de Atividades

JANEIRO A DEZEMBRO 2021

Índice

1. Enquadramento	1
2. A Nossa Atividade	3
2.1. Intervenção Social e Comunitária	4
2.2. Psicologia	6
2.3. Rendimento Social de Inserção	7
2.4. Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental	8
3. Projetos e Programas	9
3.1. Infância e Juventude	10
3.2. Vida Adulta e Parentalidade	14
3.3. Envelhecimento Activo e Sénior	16
3.4. Integração Social e Comunitária	17
4. Consolidação Interna	21
4.1. Recursos Humanos	22
4.2. Voluntariado	23
4.3. Formação	24
5. Consolidação Externa	25
5.1. Aspetos Gerais	25
5.2. Amigos AJU	25
5.3. Sustentabilidade	25
5.4. Negócios Sociais	26
5.5. Imagem e Comunicação	26
6. Um Agradecimento Especial aos Nossos Parceiros	27



O que dizem os que nos conhecem

“

Profunda gratidão por tudo o que (a AJU) fez por mim e pela minha família! Resgatou-me várias vezes, não seria o que sou hoje! Obrigada.

(Ana - Participante no Gabinete de Psicologia)

“

Foi uma enorme ajuda que eu tive e tenho, é o meu apoio. É mesmo muito importante para mim.

(Jacinta - Participante no Gabinete de Psicologia)

“

A Fundação AJU é uma boa ajuda, ajuda-me muito, porque estou sem emprego, são super amigáveis, compreensivos e carinhosos

(Família Dias - Gabinete de Ação Social)

“

Deu-me muita esperança, viram em nós algo que nós não víamos, dedicaram-se bastante quando estávamos no fundo do poço

(Família Silva - CAFAP)

“

Agradeço imenso a vossa ajuda pois tenho passado momentos muito complicados. Sei que ajudam em tudo o que podem e o vosso trabalho é de louvar. Muitas vezes se não fosse o que levo daqui seria complicado de aguentar. Continuem a ajudar o próximo pois o bem volta sempre para nós.

(Família Dias - mercearia do Bairro)

“

A AJU é um apoio. É uma companhia que me ajuda a não me sentir sozinha, que eu posso contar, é uma bengala, uma ferramenta que tem estado a fazer o caminho comigo, um fio condutor que me ajuda a alcançar os meus objetivos.

(Família Sousa - RSI)

“

A AJU é um apoio, uma união de pessoas e culturas.

(Família Costa - RSI)



1. Enquadramento

Este relatório é para si, gostávamos que ao lê-lo se sinta parte da AJU.

Fazer o ponto de situação do muito que se fez, resumindo e demonstrando em poucas linhas um ano inteiro de trabalho com impacto real na vida de pessoas reais, é um enorme desafio e é sem dúvida um exercício de simplificação e desapego.

Sabemos que em 2022, 2 milhões de pessoas (19,4% da população), encontravam-se em situação de pobreza ou de exclusão social em Portugal. O aumento dos preços dos bens de primeira necessidade geraram nas condições de vida das famílias, em particular daquelas em situação mais vulnerável, efeitos profundamente negativos. São estas precisamente as famílias que acompanhamos na AJU e foi por cada uma delas que avançámos respostas e seguimos em frente.

As pessoas são muito mais do que números e é de facto um desafio, relatar projetos, contar benefícios e histórias de superação num espaço tão curto. Para além dos resultados apresentados, ficam quilómetros de histórias por contar, de padrões modificados e de vidas transformadas.

Mas este é sem dúvida um tempo para agradecer. Agradecer a quem caminha connosco e nos apoia, a uma equipa que precisa de resiliência, maturidade e paixão e que se esforça por crescer e acolher os mais frágeis. Agradecer também a quem aceita ajuda em tempos difíceis sem perder a dignidade e que através dos diversos testemunhos considera a AJU um lugar de transformação.

Este relatório é para si, gostávamos que ao lê-lo se sinta parte da AJU. É realmente imprescindível contar consigo, sem a sua ajuda não teríamos ido tão longe .

Um enorme obrigada em nome da AJU.

Ana Tojal e Álvaro Soares Correia

Direção Executiva



A nossa intervenção é motivo de esperança e transformação

O presente relatório procura de uma forma sucinta, apresentar o trabalho realizado ao longo de 2022 na Fundação AJU – Jerónimo Usera. Saídos de um contexto de pandemia encarámos este ano com a certeza de que o trabalho que procuramos desenvolver junto da comunidade, é para as famílias acompanhadas um motivo de esperança e transformação.

Continuámos focados num ciclo de melhoria com o intuito de fazer face às exigências do contexto que vivemos e às necessidades das famílias acompanhadas. Fomos surpreendidos com o início de uma Guerra na Europa, que exigiu da nossa parte uma capacidade de adaptação, acolhendo e acompanhando 199 pessoas provenientes da Ucrânia. Mantivemo-nos focados nas soluções que asseguraram a continuação das respostas necessárias, no combate à pobreza e ao acompanhamento dos mais vulneráveis.

Em 2022, acompanhámos 650 famílias concretizando a nossa atuação num universo de 1.306 pessoas. Tendo por base, o acompanhamento “da pessoa como um todo”, vários dos nossos beneficiários foram integrados em mais de uma resposta, atingindo assim, um total de 1.746 acompanhamentos, nos diversos gabinetes e projetos.

Gostaríamos muito, que a partilha deste relatório, desse visibilidade ao trabalho que desenvolvemos ao longo deste ano. Estamos certos, que com a ajuda de muitos continuámos a cumprir a nossa missão, dignificando a pessoa humana e a família.

Maria Roquette

Diretora Técnica



2. A Nossa Atividade

Através de uma equipa multidisciplinar e de um trabalho de proximidade e em rede, a AJU, em 2022, desenvolveu os seus projetos e atividades que dão resposta aos desafios das famílias ao longo de todo o ciclo de vida promovendo o seu desenvolvimento integral.





2.1. Intervenção Social e Comunitária

O Gabinete de Intervenção Social e Comunitária, à semelhança dos anos anteriores, concedeu 4 tipos de apoio para responder de forma adequada às necessidades e problemas de cada uma das famílias: Apoio Alimentar, Apoio para Bebé, Apoio Económico e Apoio para Medicação. No ano de 2022, o Gabinete de Intervenção Social e Comunitária, realizou um trabalho direto e mais aprofundado com **449 famílias**, um acréscimo quando comparado com 2021, **872 pessoas**. Foram realizadas **4.786 diligências** (2468 atendimentos, 125 visitas domiciliárias especialmente para entrega de cabazes ao domicílio, 688 articulações, 406 encaminhamentos, 79 reuniões e 1020 contatos telefónicos) tendo como principais objetivos a promoção integral da pessoa humana e a autonomização das famílias acompanhadas.

Apoio Alimentar

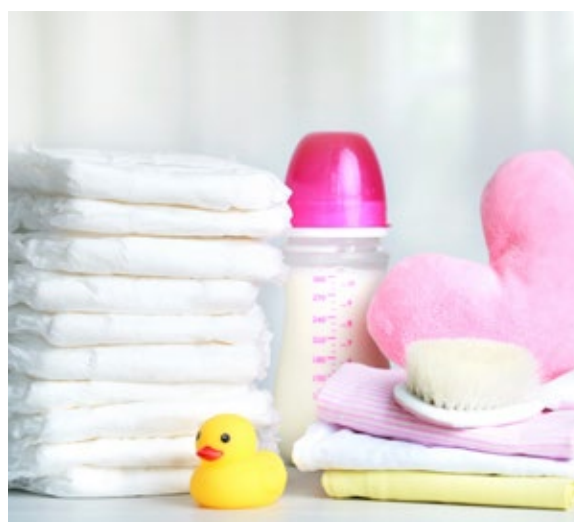
O Apoio Alimentar é disponibilizado através da Mercearia do Bairro, o que possibilita uma maior dignificação das famílias acompanhadas, liberdade de escolha e redução do desperdício alimentar.

No ano de 2022 foi distribuído um valor total de **produtos de 118.965,18€**, **65 toneladas de alimentos**.



Apoio para Bebé

Em 2022 foram apoiadas com artigos para bebé 71 famílias, que correspondem a **77 bebés**. Mensalmente são atribuídos “pontos” para as famílias gastarem em artigos de puericultura, tais como fraldas, artigos de higiene, leite fórmula ou leite UHT, papas e bolachas, para bebés até aos 30 meses. No ano de 2022 foram distribuídos géneros no valor de **13.248,63€**. Foram também distribuídos enxovais para recém-nascido e apoios pontuais, que se traduziram em artigos de higiene e puericultura.





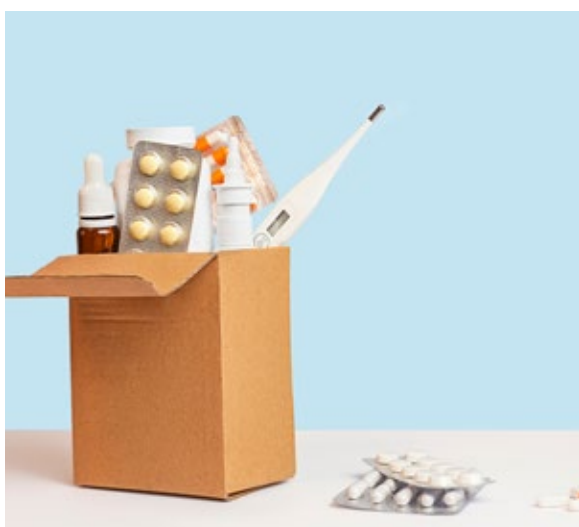
Apoio Económico

Quanto ao Apoio Económico importa salientar que foram concedidos apoios no âmbito do Programa Cascais + Solidário, com o apoio da CMC. A rubrica com maior relevância refere-se a despesas com a água, as despesas como a eletricidade, gás e saúde (medicação sem comparticipação do SNS e exames médicos) tiveram também valores significativos.

Apoio Farmácia

No que diz respeito ao Apoio para Medicação interessa referir que durante o ano de 2022 foram apoiados diversos agregados familiares através do Protocolo com a CMC. Cada utente pode ser apoiado mais do que uma vez, pelo que foram concedidos **277 apoios**.

1. Evitar a dependência dos utentes em relação ao apoio, sendo necessário que assegurem metade do valor da medicação;
2. Poder prolongar a duração do apoio, em especial para os utentes com doenças crónicas;
3. Apoiar o maior número de utentes.



Outros Dados Relevantes

Durante o ano foram suspensos **66 processos**. Verifica-se que uma das principais razões de suspensão dos processos foi a autonomização, que consideramos como um fator de sucesso (53%, que corresponde a 35 processos), sendo que 28 processos referem-se a autonomização por trabalho; 4 por deferimento de prestações sociais; 2 bolsa de formação e 1 referente a herança. Entre os restantes motivos da suspensão, temos a alteração de morada (33%, que corresponde a 22 processos), desistência (14%, que corresponde a 9 processos).

Apesar das dificuldades sentidas no ano de 2022, importa referir que os processos suspensos por autonomização são reflexo de uma melhoria do nível de vida das famílias que recorreram e solicitaram o acompanhamento do Gabinete de Ação Social.

De salientar o valor elevado do nº de processos suspensos por alteração de morada, este valor poderá refletir a dificuldade de muitas famílias em conseguir suportar o preço das rendas/imóveis, vêm-se obrigadas a encontrar alternativas habitacionais a preços mais acessíveis, fora da nossa área de intervenção.

Ao longo do ano apostámos na articulação com outras instituições e parceiros locais, potenciando sinergias e dando uma resposta estruturada para ir ao encontro das necessidades das famílias. Neste sentido, o Gabinete de Ação Social fez articulações nas mais diversas áreas, tendo sido realizadas 688 articulações com outras instituições e parceiros no concelho de Cascais.



2.2. Psicologia

Durante 2022, o Gabinete de Psicologia AJU continuou a funcionar tanto na sede AJU, como nas instalações da Escola da Vida. Acompanhámos em apoio individual (através de uma abordagem sistémica, familiar e/ou cognitivo comportamental) 4 crianças e jovens e 37 adultos. Acompanhámos também em contexto de terapia familiar 19 famílias, constituídas por 31 crianças e jovens e 35 adultos. No total foram realizadas 327 consultas nas várias áreas - avaliação psicológica, terapia individual, terapia familiar e aconselhamento parental. Foram ainda realizadas, neste ano, 18 triagens, 20 atendimentos comunitários e uma sessão informativa sobre o tema da Saúde Mental "Saúde e Bem-estar: estratégias para a sintomatologia ansiosa".

Gabinete de Psicologia

O Gabinete de Psicologia da **Fundação AJU-Jerónimo Usera** tem vindo a prestar os seguintes serviços:

- Consultas de triagem;
- Avaliação psicológica;
- Psicoterapia de apoio;
- Consultas de Apoio Psicológico;
- Terapia Familiar e Intervenção Sistémica;
- Consultas de aconselhamento parental;
- Sessões de atendimento geral em Psicologia – Atendimento à comunidade;
- Colaboração em projetos/programas da Fundação AJU – Jerónimo Usera, nomeadamente Bebé ao Colo, Crescer, Ludoteca AJU, ReCriar, Virar a Página.



Programa de Apoios Psicoterapêuticos

(PAP) - Câmara Municipal de Cascais

No ano de 2022, o PAP não foi aprovado para nenhuma entidade do concelho. Neste sentido, o PAP apenas foi implementado na AJU nas respostas de apoio psicológico e de Terapia Familiar para terminar de utilizar o saldo de sessões e de vagas de anos anteriores. Este ano, terminamos o saldo de sessões de anos anteriores nas duas respostas de intervenção. No âmbito do protocolo foram integradas 7 famílias em Terapia Familiar e Intervenção Sistémica e 3 pessoas em Apoio Psicológico o que representa um total de **31 pessoas acompanhadas**.

Em 2022, alguns dos elementos da equipa técnica participaram como oradores na Mesa de Debate promovido pelo ISPA: "Psicologia Clínica na Prática" e na dinamização de duas aulas do 3º ano da UC Psicoterapia e Aconselhamento do Departamento de Psicologia da Universidade Autónoma de Lisboa.



2.3. Rendimento Social de Inserção

Ao longo do ano de 2022 foram realizados 1.000 atendimentos, 762 visitas domiciliárias, 2015 contactos telefónicos, 970 articulações, 519 encaminhamentos e 29 acompanhamentos e deslocações a serviços da comunidade. No decorrer do ano, foram autonomizadas da medida de Rendimento Social de Inserção 59 famílias (21 por rendimentos superiores de trabalho, 18 por integração noutros subsistemas da Segurança Social, 11 por abandono do território nacional e 9 por outros motivos).

Quanto às atividades realizadas, importa destacar:

Sessão de Esclarecimento Habitação Social

Em parceria com a Divisão de Intervenção Social da Câmara Municipal de Cascais, foram dinamizadas duas sessões, onde participaram 18 pessoas, a sessão teve como objectivo promover a informação e esclarecimento de questões relativas ao processo de pedido do Habitação Social das famílias acompanhadas, criando um espaço de atendimento individualizado, com a equipa RSI e a equipa da CMC.

Formação Emplay

É uma ferramenta de desenvolvimento pessoal para a empregabilidade que promove a autonomização, o conhecimento na área do emprego e a integração das famílias no mercado de trabalho. Esta atividade desenvolveu-se ao longo de **5 sessões** onde foram dinamizados temas como Competências digitais, Competências na Procura de Emprego, Conhecimentos sobre o mercado de trabalho, aprendizagens ao longo da vida, networking entre outros. .

Porta Aberta

Ainda no âmbito do emprego foi desenvolvida uma resposta quinzenal de apoio à procura ativa de emprego para as famílias em situação de desemprego. Este é um espaço onde se disponibilizam computadores com acesso à Internet para, com o apoio do Gabinete, apoiar as pessoas na realização de CV's, cartas de apresentação / motivação, candidaturas a ofertas de emprego, e questões colocadas nesta área. Foram realizadas neste âmbito **9 sessões** que contaram com a participação de 11 pessoas.

- Pedalar Sem Idade – Foi realizado um passeio de Trichó pelo Concelho de Cascais com o apoio do Projeto Pedalar Sem Idade. O passeio foi realizado com apoio de um voluntario do Projeto e estiveram presentes 5 pessoas (número limite de pessoas por passeio).

Questionário Saúde

Foi realizado um questionário tendo como objetivo caracterizar a população com dificuldades na área da saúde (compreender em maior profundidade as problemáticas e/ou maiores dificuldades quando recorrem aos serviços de saúde). Assim, foram aplicados um total de **92 questionários** para que possamos vir a desenvolver iniciativas que vão de encontro às necessidades identificadas.



2.4. Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental

Em 2022, o CAFAP AJU, com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, continuou a assegurar um apoio especializado às famílias com crianças e jovens, com o objetivo de diminuir a negligência parental e promover as competências parentais, pessoais e sociais das famílias.

Acompanhou um total de **21 famílias** com crianças e jovens em risco e/ou perigo, constituídas por **40 crianças** e jovens (um total de **77 pessoas**), através das modalidades de Preservação Familiar (17 famílias), Reunificação familiar (3 famílias) e Ponto de Encontro Familiar (1 família). As famílias foram, maioritariamente, referenciadas pela Equipa Multidisciplinar de Assessoria Técnica aos Tribunais (EMAT) e pelo Tribunal de Família e Menores de Cascais.

No total foram realizados **127 atendimentos** às famílias, **52 intervenções** em meio natural de vida e **2 Grupos Psicoeducativos** (em parceria com o ReCriar).

Em 2022, o CAFAP AJU manteve a supervisão com a Universidade Católica de Lisboa, bem como o apoio da Câmara Municipal de Cascais. O CAFAP AJU continua a aguardar pelo Acordo de Cooperação da Segurança Social, tendo apenas a licença de funcionamento.





3. Projetos e Programas

Continuámos a disponibilizar serviços e atividades direcionadas às necessidades específicas dos diversos grupos que acompanhamos através de 4 áreas de intervenção. Apostámos numa melhoria contínua, promovendo uma melhor planificação das fases de preparação dos projetos e a melhoria da componente experiencial dos mesmos.

Identificámos necessidades específicas, desenhamos atividades, concretizámos ações e elaborámos avaliações. Promovemos o desenvolvimento comunitário e o reforço da igualdade de oportunidades, trabalhando em parceria com entidades públicas e privadas. Pesquisámos e elaborámos candidaturas, elaborámos projetos, identificámos entidades e financiadores, promovemos/organizámos angariações de fundos, desenvolvemos a comunicação.





3.1. Infância e Juventude

Projeto Bebé ao Colo

Ao longo da 13ª Edição, contámos com uma equipa multidisciplinar e com um grupo de voluntárias que procuraram, através de sessões de formação e acompanhamento formal e informal, capacitar as famílias para responderem às principais necessidades do bebé.

Contámos com um total de **53 beneficiários**: 27 Beneficiários diretos (cuidadores e bebés até um ano de idade) que se encontram a frequentar as sessões de formação e 26 beneficiários indiretos.

A idade média dos participantes situa-se nos 27 anos, sendo a maioria proveniente de famílias nucleares com filhos (29%) e de famílias monoparentais (29%), seguidas por famílias extensas (21%) e alargadas (21%).

A parte formativa do projeto foi assegurada pela equipa técnica residente, pelas Enfermeiras da UCC – Cascais Care, através da parceria com o Agrupamento de Centros de Saúde de Cascais e das técnicas da Câmara Municipal de Cascais.

O Projeto contou ainda com uma equipa de 5 voluntárias de diferentes áreas de formação (entre elas uma médica e uma enfermeira) que acompanharam as mães e os bebés ao longo das sessões e em visitas domiciliárias.

Estivemos presentes, no auditório Casa das Histórias Paula Rego, na IV Jornadas Primeira Infância | Olhar a Primeira Infância em Processo de Mudança- “Que famílias? Que comunidade?”, onde representámos o projeto Bebé ao Colo, reconhecendo o trabalho que desenvolve junto da comunidade.





Crescer

Durante o ano letivo de 2021/2022 decorreu 14ª Edição do Crescer. O Programa Crescer conta com o patrocínio do Grupo Onyria, o apoio da Câmara Municipal de Cascais, Colégio Amor de Deus e Escola de Ténis André Leite. Foi garantido o acompanhamento de **63 crianças e jovens** inscritos. As faixas etárias predominantes são entre os 7-10 anos e os 11-14 anos.

Durante esta edição do Crescer foram realizadas algumas adaptações, nomeadamente através da implementação de sessões individuais de apoio ao estudo. Estas sessões tiveram como principal objetivo desenvolver estratégias e ferramentas adaptadas, a cada criança/jovem, criando métodos de estudo que os ajudaram a obter melhores resultados escolares. No total foram dinamizadas **14 sessões** de métodos de estudo.

No decorrer deste ano letivo, deu-se início à construção do programa de orientação vocacional, a ser dinamizado ao longo do próximo ano letivo 2022/2023.

As sessões de desenvolvimento pessoal foram construídas em conjunto com as crianças e jovens do projeto.

52% das crianças e jovens pertencem ao 1º escalão do abono, pelo que foram apoiadas com livros e material escolar. Como nos anos anteriores, o lanche foi garantido diariamente (durante o ano foram distribuídos **2.827 lanches**).

AJU promove a construção de relações próximas tanto com as famílias das crianças e jovens, bem como com as escolas, de forma a contribuir para o seu desenvolvimento integral. Com este propósito foram realizadas **938 reuniões/articulações** com diversas entidades da comunidade e **116 atendimentos/contatos com os pais**.

Sessões de Desenvolvimento Pessoal

As sessões de desenvolvimento pessoal foram repensadas e desenvolvidas com base num momento inicial de reflexão com as crianças e jovens, ajustando-os aos interesses dos mesmos.

Assim, durante o ano letivo 2021/2022 foi possível dinamizar **19 sessões de desenvolvimento pessoal a 20 crianças e jovens**. As sessões tem como foco o desenvolvimento de competências como a comunicação, o autoconhecimento, a gestão de conflitos, a empatia e o trabalho em equipa.





Desporto no Crescer

Escoladinha de Futebol AJU, Ténis e Natação

Durante o ano letivo foram dinamizadas atividades desportivas de forma a estimular o espírito de equipa, entreajuda e cumprimento de regras.

Foram dinamizadas **107 atividades desportivas** (escolinha de futebol, ténis e natação), tendo estado **19 crianças e jovens** inscritos nessas mesmas atividades. Estas atividades contam com o apoio de diferentes parceiros.

O Grupo Onyria financiou a participação de 8 crianças e jovens na Escolinha de Futebol AJU, através do Colégio Amor de Deus foi possível que 11 crianças participassem na Natação e no Ténis.



Campanhas de Angariação de Fundos

Durante o ano de 2022 foi realizada uma campanha de angariação de fundos "O melhor presente é a esperança" que permitiu oferecer kits de arte, atividades de férias, terapia ocupacional e bolsas universitárias às crianças e jovens desta edição.

Colónias de Férias

A AJU realizou duas semanas de colónias de férias no ano de 2022, no âmbito do **Programa Cascais em Férias 2022 da CMC**, onde participaram 45 crianças e jovens do Crescer. Durante a semana de Colónias de Férias as crianças e jovens visitaram o Planetário, o Mosteiro dos Jerónimos, o Museu da Marinha e participaram em várias atividades e passeios: idas à Praia, à Piscina, ao Parque Palmela, ao Cinema, e beneficiar de, um almoço no McDonald's, uma experiência de beach ténis.

Com o apoio da Associação Pegadas realizou-se em Coruche, mais uma campo de férias com o tema "Ainda Faltas Tu", onde estiveram presentes **49 crianças e jovens**.





Ludoteca

BY AJU

Com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, a AJU acompanhou durante o ano de 2021/2022, 63 crianças e jovens, tendo como principal objetivo disponibilizar um espaço atractivo onde possam brincar, promovendo o seu desenvolvimento intelectual, emocional, físico e social .

Realizámos três sessões em família, em parceria com o gabinete de psicologia AJU e o projeto ReCriar, com temas como a Experiência do Brincar em Família e as rotinas familiares .

Foram realizadas várias atividades de ocupação de tempos livres, nomeadamente:

- Ao longo do ano todos os meses foram desenvolvidas atividades tendo em conta os temas mensais do Colégio Amor de Deus: Acolher, Cuidar, Acompanhar, Confiar, Semear a Paz, Colaborar, Empatizar, Ser Solidário, Respeitar e Agradecer;
- Jogos tradicionais à distância (Stop, Memória, Forca, Mímica, entre outros);
- Atividade no âmbito do Dia Internacional da Criança;
- Atividade Laço Azul em colaboração com a CPCJ - no âmbito do mês da Prevenção dos Maus Tratos na Infância;



- Atividade no âmbito do Dia de S. Martinho;
- Atividades Lúdicas com temas específicos;
- Estendal dos Direitos das Crianças em parceria com a CPCJ e Junta de Freguesia Cascais-Estoril;
- Realização de Jogos ao longo de todo o ano (jogos tradicionais, futebol humano, jogo do mata, jogos de cooperação, jogos de estratégia, jogos de água, expressão plástica e dinâmicas de grupo);
- Desafios diários de Advento;
- Participação na animação da Festa da Comunidade e pintura de mural;
- Festa de Natal da Ludoteca;
- No período de férias de verão foram realizadas mais atividades fora da AJU, o que proporcionou às nossas crianças e jovens momentos de diversão, de aprendizagem e de novas experiências.





3.2. Vida Adulta e Parentalidade

Projeto Recriar

O Projeto ReCriar foi desenvolvido para pais/mães/cuidadores, com crianças e jovens até aos 18 anos de idade, que sintam dificuldades no exercício de uma parentalidade saudável. Tem como principal finalidade prevenir comportamentos de risco na parentalidade, fortalecendo as competências das/os mães/pais/cuidadores para que estes possam cuidar e promover o crescimento e desenvolvimento harmonioso dos seus filhos.

Seguindo o percurso das edições anteriores, o ReCriar contemplou duas vertentes: uma intervenção mais intensiva junto de um grupo fechado de famílias – ReCriar Famílias e sessões abertas à comunidade – ReCriar Mães e Pais.



ReCriar Famílias

Nesta vertente do projeto, enquanto os pais estão nas sessões de formação, os filhos encontram-se em salas adjacentes abordando temas associados aos dos pais ou a experienciar atividades lúdicas e estimulantes. Além das sessões de formação, foram também realizados 3 momentos específicos de atividade em família:

- Jogos de tabuleiro em família;
- Filme em família;
- Competição IntraFamílias;
- Jogos de tabuleiro em família,
- Filme em Família

Perante a questão "quais as três coisas mais importantes que aprendi no projeto", as famílias deram respostas diversificadas, incluindo:

- Aumento do tempo de qualidade em família;
- Reconhecimento e promoção de afeto positivo na relação pais-filhos;
- Reconhecimento da importância do respeito inter e intrafamiliar;
- Aumento das redes informais (conhecer novas pessoas);
- Melhorias nas interações e relações familiares;
- Reconhecimento e melhorias na organização familiar;
- Melhorias na comunicação intrafamiliar;
- Identificação e partilha de emoções e sentimentos.

Quanto às mudanças que identificaram com a participação no projeto 6 identificam que o projeto mudou alguma coisa a nível pessoal e no papel que desempenham e 10 identificam mudanças ao nível da família.

Em 2022, alguns dos técnicos do projeto ReCriar participaram como Oradores no Colóquio "Cuidar de Mim a Ser Criança", promovido pela CPCJC.



ReCriar mães e pais

Nesta edição, foram realizadas 3 Sessões informativas em parceria com o CAFAP AJU. Os temas abordados foram os seguintes:

Educar com Amor - As rotinas da minha família.

Sessão dinamizada por uma Terapeuta Ocupacional da Fundação AJU - Jerónimo Usera, Dra. Catarina Parruca.

Educar com Amor - A experiência do Brincar em Família.

Sessão dinamizada pela equipa técnica da Fundação AJU - Jerónimo Usera.

Educar com Amor - A experiência do Brincar em Família (Bingo das Rotinas e Quiz Family).

Sessão dinamizada por uma psicóloga da Fundação AJU - Jerónimo Usera, Dra. Sílvia Santos.

Educar com Amor - As rotinas da minha família.

Sessão dinamizada por uma psicóloga da Fundação AJU - Jerónimo Usera, Dra. Sílvia Santos.

Projeto Ser Capaz

O Projeto Ser Capaz tem como principal objetivo garantir a capacitação pessoal e socioprofissional de indivíduos desempregados, ajudando-os na tomada de decisão sobre os seus percursos de vida. Este projeto, pretende prevenir o isolamento social e promover estilos de vida saudáveis, através da dinamização de sessões de desenvolvimento pessoal, sessões na área da empregabilidade e de oficinas de aprendizagem. Em 2022 a equipa realizou 9 reuniões com o objetivo de reestruturar o projeto.

Projeto Virar a Página

O Projeto Virar a Página tem como principal objetivo proporcionar uma resposta de intervenção comunitária na área da saúde mental, através de uma intervenção multidisciplinar, na comunidade em 3 grandes áreas de atuação:

- Intervenção comunitária e ação social;
- Apoio psicológico e psicoterapêutico;
- Terapia ocupacional / grupos terapêuticos.

Este projeto resultou de um diagnóstico participado onde se procurou auscultar comunidade e se identificou esta necessidade. O projeto conta com o apoio da CMC e a 5ª edição irá terminar em Maio de 2023.

Ao longo ano de 2022 realizamos as seguintes ações no âmbito do projeto:

- **104 sessões individuais de Terapia Ocupacional realizadas;**
- **146 sessões de apoio psicológico individuais;**
- **72 atendimento de ação social realizados.**

As principais características dos participantes são:

- 62% estão desempregados;
- 54% tem como habilitação literária o Ensino Secundário ou o 3º Ciclo;
- 54% recebe RSI, o restante recebe outra prestação ou não dispõe de qualquer rendimento.

O projeto não pretende substituir-se às estruturas de saúde mental já existentes no terreno, mas acompanhar os participantes no seu plano pessoal de vida com o objetivo de:

- Potenciar as relações já existentes com os serviços;
- Aproximar os beneficiários dos serviços, quando a relação se perdeu durante um longo período de tempo;
- Criar novas ligações para pessoas que necessitam de intervenção na área da saúde mental, e se encontram em situação de exclusão.



3.3. Envelhecimento Ativo e Sénior

Projeto Sénior

O Projeto Sénior tem como objetivo primordial a promoção do envelhecimento ativo e saudável, bem como o combate à situação de isolamento social através da intervenção junto da pessoa idosa. O Projeto deu resposta a um total de **34 pessoas** com 65 ou mais anos. De janeiro a dezembro de 2022 foram realizados **43 encontros semanais**, três visitas culturais, um atelier de costura e quatro atividades intergeracionais com crianças e jovens. No decorrer no ano foram efetuadas **134 atendimentos** e **61 articulações com a comunidade**. Todas as atividades dinamizadas têm como objetivo a:

- Estimulação da participação ativa e satisfatória em atividades significativas e do interesse da pessoa idosa;
- Manutenção e estimulação de competências cognitivas e motoras;
- Promoção da socialização e integração na comunidade;
- Promoção de um espaço de aprendizagem contínua.

Projeto Samaritanos

O Projeto Samaritanos promove uma resposta próxima a pessoas idosas com um grau de dependência acrescido, sem capacidades para se deslocarem até às instalações da Fundação AJU, em situação de isolamento social e solidão. O acompanhamento é realizado a 4 pessoas idosas, através de visitas domiciliárias e contato telefónico, dinamizados por um grupo de voluntários orientado e monitorizado pela equipa técnica do projeto.



O objetivo passa por estimular a interação e socialização na pessoa isolada, bem como a prevenção de situações de risco, sendo identificadas possíveis respostas face às necessidades da pessoa.

Pastoral

Num ano em que a resiliência foi uma das palavras chave, a nossa pastoral apostou no amadurecimento da equipa. Reforçámos momentos de oração e formação para saber lidar melhor com o cansaço, a ansiedade, as dificuldades e os imprevistos.

Organizámos encontros semanais de “lectio divina” bem como um dia de retiro em Fátima, na Casa das Irmãs do Amor de Deus, para um tempo mais profundo de reflexão.

Acompanhámos as famílias apoiadas na AJU, acolhendo-as e ajudando-as a procurar motivação e um sentido para a vida .

Continuámos a contar com a parceria dos Pegadas que animaram a Pastoral Jovem e promovemos momentos de oração na Quaresma e Natal com a participação das crianças e jovens do Crescer e os Séniores. O Clube Sénior prosseguiu com o terço semanal pelas intenções de todas as famílias acompanhadas.



3.4. Integração Social e Comunitária

À Mesa com a Comunidade

O Projeto “À mesa com a Comunidade” surgiu da necessidade identificada de se melhorar a resposta da Mercearia Solidária, dando aos beneficiários uma oportunidade de criar novos hábitos alimentares. Constatámos que temos vindo a acompanhar um número cada vez maior de pessoas em situação de isolamento, pelo que o projeto pretende, também, estimular o desenvolvimento dos laços na comunidade. Através de atividades múltiplas proporcionámos a todos a oportunidade de criarem memórias e experiências inovadoras através dos alimentos.

Contando com a parceria do UCC Cascais Care, da nutricionista Ágata Roquette e da Chef Ana Gama, investimos nas áreas da saúde e educação, trabalhando com as pessoas de forma criativa e prática, apostando no seu empoderamento e no desenvolvimento de padrões que terão impacto no seu dia-a-dia. Assim, em 2022 foi constituído o quarto grupo de formação que integrou sessões de formação dinâmicas e criativas, workshops práticos e outras atividades.

Durante esta edição, à semelhança do que aconteceu no ano anterior, foram promovidas sessões em parceria com o gabinete de psicologia AJU e com a Terapeuta Ocupacional procurando trabalhar temas como “a fome emocional”, “a organização semanal da ementa” e “a gestão das compras”.





Projeto Recolhas

Prosseguimos com o Projeto Recolhas que se traduziu na recolha, transporte, contagem e organização de géneros alimentares, medicamentos, produtos para bebés e roupa. Em 2022 foram distribuídas **64 toneladas** de produtos alimentares, de higiene pessoal, de bebé e limpeza.

- Realizámos 1 recolha hipermercado Auchan. Para que tal fosse possível, contámos com o apoio de 15 voluntários;
- Mensalmente a AJU recebe donativos particulares em géneros. Num total, de **3828 Kgs** de alimentos equivalente a **15.000,16€ em donativos e recolhas de alimentos**.
- Mensalmente a AJU recolheu e distribuiu os géneros secos provenientes do Banco alimentar;
- Semanalmente a AJU recolheu e disponibilizou na mercearia social os géneros frescos provenientes do Banco Alimentar;
- Contámos com o apoio semanal de sopas confeccionadas por uma voluntária (**821 sopas** em 2022), bem como, do apoio dos "Cozinheiros à mão", que em 2022 entregaram, **613 refeições** completas que foram distribuídas pelas famílias com dificuldades em confeccionar de alimentos;
- A AJU recolheu os excedentes do Pingo Doce (Protocolo Zero Desperdício, produtos distribuídos na mercearia social);
- Realizámos em dezembro de 2022 uma campanha online de angariação de alimentos para as famílias acompanhadas pela Mercearia do Bairro.

O **Protocolo Cascais Mais Solidário** (Câmara Municipal de Cascais)) permitiu garantir um maior número dos produtos habituais (azeite, óleo, arroz, massa, papas, bolachas, leguminosas, leite, farinha, açúcar, enlatados e produtos de higiene), mas também de carne/peixe/ovos/fruta/legumes.

Mercearia do Bairro

Ao longo de 2022, a Mercearia Social procurou responder as necessidades das famílias, em que cada família pode escolher os produtos que mais necessita, em vez de um cabaz pré-definido.

É realizado um acompanhamento próximo com cada família, sendo disponibilizado um cartão com pontos que variam de acordo com o número de elementos do agregado familiar. Estes pontos podem depois ser gastos nesta Mercearia durante o decorrer do mês.

Durante 2022, **327 famílias usufruíram de apoio alimentar/bebé (629 pessoas)**. Foram atribuídos **45 apoios** alimentares pontuais e concedidos **71 cartões de apoio para bebé** (apoio para **77 bebés**).



“

Agradeço pela ajuda até hoje.
É uma grande ajuda para mim
e família.

(Família Abreu - Mercearia do Bairro)



No atendimento ao público contámos com a presença de uma média de **12 voluntários**.

Também foram realizadas articulações com várias entidades, com o objetivo de garantir a recolha produtos essenciais para a Mercearia bem como para assegurar o bom funcionamento do projeto.

Contámos assim com o apoio de entidades como: CMC GALP, Grupo Your, WJ, Amigos à Mão, Banco Farmacêutico, Brunosoft, Banco Alimentar, Colégio

Amor de Deus (CAD), Diginfor, Pingo Doce do Estoril Amoreira, Frutaria Francisco Santos, Auchan Cascais, Verdes Solidários, Recheio - Cash&Carry, S.A., Arcol Cash & Carry, , LiderFresh, Unipessoal, Lda, Sogenave, Lactogal-Produtos Alimentares, S.A., Pan Freixo Lda, Panegara Distribuição, Travo Fino Lda, Avibom sabe bem Lda, Fitisan- produtos de higiene embalagem Lda, Alpha food supply Lda, ENTRAJUDA, e donativos particulares dos amigos AJU.

Cartões Mercearia do Bairro	Nº Pontos do Cartão	Nº Elementos	Nº cartões/famílias	Nº de Apoios
	18	Só para famílias com bebés até aos 2 anos e 6 meses de idade	71	473
	35	1 adulto 2 adultos 1 adulto + 1 criança	154	1.120
	43	3 adultos 2 adultos + 1 criança 1 adulto + 2 crianças	56	389
	56	4 adultos 3 adultos + 1 criança 2 adultos + 2/3 crianças 1 adulto + 4 crianças	34	242
	70	5/6 elementos ou mais	12	115
Total			327	2.339



Apoio Bebê

O Apoio do Bebê é um complemento do acompanhamento social a cada família. Assim, a AJU acompanhou **77 bebês** (que incluem roupa para bebê, roupa de cama, artigos específicos e leite adaptado), cabazes mensais, pontuais e artigos de puericultura. Os produtos disponibilizados são adaptados às necessidades dos bebês (dos 0 aos 30 meses), tendo sido distribuídos **13.248,63€ em gêneros e 18 enxovais**.



Lojinha AJU

Utilizando um novo conceito de loja de vestuário, a partir de Outubro de 2021, a AJU disponibilizou roupa, calçado e acessórios a preços simbólicos às famílias mais desfavorecidas.

Um serviço de maior qualidade e mais individualizado, podendo os portadores do cartão da Mercearia Social identificar as suas necessidades, manifestar o seu interesse por determinadas peças de roupa, especificando os tamanhos e as preferências.





4. Consolidação Interna

Aspetos Gerais da Organização e Funcionamento da AJU

- Assegurámos doze reuniões de Administração;
 - Realizámos encontros Direção Executiva/ Equipa Geral;
 - Realizámos uma paragem de avaliação com toda a equipa técnica da AJU com o objetivo de uma melhor intervenção;
 - Avaliámos todas as edições dos projetos adaptando os mesmos às necessidades identificadas;
 - Realizámos reuniões regulares (semanais) da coordenação para discussão/avaliação de casos; e de reuniões mensais com toda a equipa e direção;
 - Cada responsável de área ou projeto reuniu semanalmente com a sua equipa para assegurar o bom andamento de todas as atividades e respostas;
 - Aplicámos sistemas de registo de informação em cada projeto a fim de os monitorizar para podermos analisar resultados e proceder a melhorias;;
 - Continuámos a desenvolver o processo de medição de impacto para uma melhor gestão interna, melhor posicionamento externo que se traduza num valor aumentado para a sociedade;
 - Promovemos a qualidade, melhoria e gestão documental e melhoria contínua do processo de gestão;
 - Elaborámos um relatório anual de cada Projeto;
- Mantivemos a limpeza e higienização dos espaços garantindo as condições de salubridade exigidas;
 - Procedemos à conservação das instalações e equipamentos tendo em conta a sustentabilidade económica e ambiental, pintura e restauro de paredes exteriores da sede da AJU;
 - Garantimos a segurança e vigilância.





4.1. Recursos Humanos

- Planeámos e avaliámos o acolhimento de novos colaboradores;
- Motivámos e orientámos a equipa para a maximização da sua eficácia e eficiência através de um Plano de Desenvolvimento Profissional;
- Adequámos, dentro do possível, o quadro de colaboradores face às necessidades presentes, tendo integrado na Equipa de RSI;
- Procedemos à avaliação de desempenho dos colaboradores;
- De acordo com protocolos estabelecidos integrámos estagiários curriculares (ISPA-UI e Universidade Católica Portuguesa) e profissionais;
- Contámos com a supervisão do Professor Doutor Rui Pedro Silva (DICAD - Equipa de Prevenção do CRI de Lisboa Ocidental da ARSLVT), das Professoras Doutoras Marta Pedro e Rita Francisco (Universidade Católica Portuguesa);
- Procedemos à avaliação de satisfação dos colaboradores;
- Implementámos boas práticas de gestão de pessoas e competências;
- Promovemos encontros periódicos com os colaboradores de todas as atividades da AJU para reforço dos laços entre os voluntários e a Instituição;
- Melhorámos os níveis de qualificação / competências dos colaboradores;
- Promovemos a responsabilidade ambiental.





4.2. Voluntariado

- Contámos com **65 voluntários** empenhados que realizaram mais de **18.200 horas de voluntariado** e integrámos **15 novos voluntários**;
- Realizámos encontros com os voluntários dos varios projetos/ programas (Bébé ao Colo, ReCriar, Crescer, Samaritanos, Distribuição Roupas, Mercearia Social e Campanhas Alimentares);
- Contámos com o apoio de voluntários na realização da Feira de Natal;
- Recrutámos e congregámos voluntários, nomeadamente no Projeto Crescer que garantiram as explicações/apoio ao estudo;
- Prossequimos com os melhoramentos do programa de voluntariado, fazendo ajustes necessários para o sucesso do mesmo.

“

Acho que a AJU tem um impacto enorme na comunidade. As pessoas que aqui trabalham são muito atentas e é muito gratificante fazer parte deste projeto porque sei que muda realmente a vida de muita gente.

Joana Branco - Voluntária





4.3. Formação

- Apoiámos a formação contínua desenvolvendo competências dos colaboradores;
- Desenvolvemos as atividades de formação para voluntários e colaboradores da AJU procedendo periodicamente à avaliação/atualização de formatos e conteúdos em função da readaptação dos diversos projetos/atividades;
- A Equipa Técnica participou ao longo do ano em várias ações de informação/formação (v. Gabinete de Ação Social, Gabinete de Psicologia e RSI e os vários projetos).

Formações da Equipa Técnica 2022

- I Encontro na área da Justiça Camisola do Aveso – Pelos direitos das crianças acolhidas, promovido Plataforma Interinstitucional CMC - Casas de Acolhimento do Concelho de Cascais;
- Iniciativa "Camisola do Aveso - Pelos direitos das crianças acolhidas" - Encontro na área da Justiça, promovido Plataforma Interinstitucional CMC - Casas de Acolhimento do Concelho de Cascais;
- Encontro "Adolescência hoje: (novas) Perspetivas, um desafio crescente", promovido pelo MDV, Lisboa;
- Formação "A Aliança Terapêutica no âmbito da intervenção na preservação Familiar", promovido pelo MDV, Lisboa;
- 4º GOS (Gestão de Organizações Sociais) da AESE - Business School;
- Workshop "Preparação de candidaturas - Como maximizar hipóteses de sucesso?";
- Formação - Hospital de Cascais - Gestão do Comportamento Agressivo" dinamizado pela Enfermeira Sara Ribeiro;

- Workshop para técnicos e líderes de equipa - Primeiros Socorros em Saúde Mental;
- Workshop - Rotas da Participação
- "Castelos de Riscos" - Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais;
- Sessão formativa "Roteiro Rede Segura - Procedimentos de intervenção em rede em situações de violência doméstica", promovida pelo Fórum Municipal contra a Violência Doméstica de Cascais;
- Curso Intermédio de Excel | Universidade Católica Portuguesa promovido pela ENTRAJUDA;
- Formação sobre ferramenta Employ, promovida pela Câmara Municipal de Cascais.





5. Consolidação Externa

5.1. Aspetos Gerais

- Investimos numa maior proximidade, consolidação e articulação do trabalho em rede – Participação na Rede Social, CLAS, nas Comissões Sociais de Freguesia, Protocolo Cascais Mais Solidário, Rede de Recursos Prioritários de Combate à Privação, Fórum da Saúde, PAP, Fórum da Violência, Plano Concelhio para a Integração de Pessoas Sem-Abrigo, Comissão Alargada da CPCJ Cascais, GEMTE;
- Com objetivo de partilharmos os nossos projetos e promover soluções em conjunto, reunimos em vários momentos com elementos da CMC nomeadamente o Presidente da CMC; Vereadores de diversos pelouros, Diretores e Técnicos;
- Desenvolvemos/promovemos contatos e relações com entidades públicas e privadas no sentido de criarmos plataformas de cooperação/ estabelecer parcerias de investigação e desenvolvimento ou outros que promovam conhecimento e melhoria dos projetos;
- Desenvolvemos também com a Paróquia de Cascais/ Amigos à Mão, a distribuição dos cabazes de Natal inseridos na nossa resposta Mercearia Social;
- Promovemos o aumento da satisfação dos beneficiários / colaboradores / parceiros / financiadores;
- Participámos no mês da Prevenção dos maus tratos na infância promovida pela CPCJ em Abril

5.2. Amigos Aju

Continuámos a trabalhar na fidelização dos Amigos

AJU. Promovemos, fidelizámos e estabelecemos relações com parceiros e com a nossa rede de apoio.

5.3. Sustentabilidade

No ano de 2022 renovámos esforços no sentido de manter e potenciar os negócios sociais que asseguram em grande parte o equilíbrio financeiro da AJU.

Procurámos identificar novas oportunidades tanto no Quiosque Solidário como na Loja 2nd Hand para fazer face ao aumento das despesas. As Campanhas de Angariação de Fundos, foram fulcrais para a nossa estabilização, nomeadamente as campanhas alimentares que garantiu o apoio regular a 603 pessoas.

- Promovemos um modelo sustentável e equilibrado de funcionamento;
- Identificámos recursos-chave tendo em vista a inovação, a eficácia e a redução de custos;
- Venda de produtos e prestação de serviços;
- Dinamizámos campanhas promovendo a participação da sociedade civil;
- Promovemos a transformação das partes interessadas em parcerias chave visando alinhar objetivos entre os parceiros e a nossa iniciativa;
- Promovemos e apoiámos ações de angariação de fundos;
- Procurámos aumentar o financiamento proveniente de protocolos ou outros acordos;
- Participámos nas Jornadas de Recolha de Medicamentos promovida pelo Banco Farmacêutico;
- Promovemos recolha e reciclagem de roupa.



As Campanhas de Angariação de Fundos que desenvolvemos foram vitais para a nossa estabilização:

- Voltámos a promover a Feira de Natal AJU, no Hotel Villa Itália sendo esta iniciativa muito importante para garantirmos algumas das nossas respostas;
- Utilizámos os meios disponíveis – redes sociais/media/internet– para divulgação da causa, garantindo um maior articulação com a sociedade civil e tivémos a oportunidade de termos estado presentes em reportagens e programas de televisão;
- A Campanha de consignação do IRS foi fundamental permitindo-nos assegurar um total de 500 cabazes de alimentos, 386 cabazes de bebé, 370 acompanhamentos sociais e 500 consultas de psicologia;
- Procurámos definir prioridades e identificar novas oportunidades para fazer face ao aumento das despesas e à ausência de receitas provenientes do Quiosque Solidário e da Loja 2nd Hand.

5.4. Negócios Sociais

No ano de 2022 lutámos por encontrar o equilíbrio financeiro e a sustentabilidade que nos permitiu prosseguir com o nosso trabalho, através dos nossos negócios sociais

2nd Hand by AJU

Continuámos empenhados, em reciclar, recuperar e proporcionar roupa, calçado e acessórios a preços simbólicos a famílias desfavorecidas,



bem como a um público mais alargado. Todo o valor angariado foi totalmente reinvestido nos programas de acompanhamento às famílias AJU. Foram vendidas **3128 peças de roupa**.

Quiosque a Ver o Parque

Continuámos empenhados em dar uma resposta de qualidade o nosso quiosque solidário que já é uma referência em Cascais.

No 2022 a afluência de turistas excedeu as expectativas que deixaram muitos comentários positivos sobre este negócio social, a sua missão, lugar e simpatia serviço. Realizámos em parceria com a nossa 2nd Hand by AJU uma Feira de Verão com resultados muito positivos e uma grande adesão de público.



5.5. Imagem e Comunicação

- Promovemos a divulgação da AJU enquanto Instituição Privada de Solidariedade Social;
- Utilizámos os meios disponíveis – redes sociais/media/internet– para divulgação da causa, garantindo um maior articulação com a sociedade civil e tivémos a oportunidade de termos estado presentes em reportagens e programas de televisão;
- Contámos com o apoio da Cláudia Rodo - Design Gráfico, para o desenvolvimento de toda a imagem
- Promovemos a divulgação da AJU enquanto Instituição Privada de Solidariedade Social;
- Utilizámos os meios disponíveis - redes sociais/media/internet – para divulgação da causa.
- Promovemos encontros com o projeto VASTO para nos ajudar a planear a nossa participação das redes sociais.



6. Um agradecimento especial aos nossos parceiros

Patrocínios

- Onyria
- CARMO Estruturas
- CESCE imobiliária
- Futuro-Sociedade Gestora de Fundos de Pensões, S. A.
- Schuss

Apoios

- Agata Roquette- nutricionista
- ACES CASCAIS
- Associação São Bartolomeu dos Alemães Banco Alimentar Contra a Fome de Lisboa
- Amigos à mão (Paróquia de Cascais)
- Brunosoft - Serviços de Informática
- Cerbe serviços de contabilidade
- Cláudia Rodo Design gráfico
- Congregação das Irmãs do Amor de Deus
- Delta Cafés
- DICAD - Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (Equipa de Prevenção do CRI de Lisboa Ocidental da ARSLVT)
- Entreatuda - Banco de Bens Doados
- Farmácia das Fontainhas
- Farmácia do Alto da Castelhana
- Femacosa Lda.
- Fundação AGEAS
- Filipa Galvão – PR & Branding Communications Futuro
- Grande Real Villa Itália Hotel & Spa
- Modelo e Continente Supermercados

- M. J. Machado Ávila & Associados
- Nova School of Business & Economics
- Plurifil - Produtos Químicos, Lda .
- Grupo Auchan
- Grupo Jerónimo Martins
- Instituto do Emprego e Formação Profissional
- Sovena S.A.
- Verde Clássico unipessoal Lda.

Parcerias

- Associação Pegadas
- Banco Alimentar Contra a Fome
- Câmara Municipal de Cascais
- Instituto Superior de Psicologia Aplicada - ISPA
- Univ Católica
- Univ. Minho
- BUS - Bens de Utilidade Social
- Câmara Municipal de Cascais
- Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Cascais
- EMAT - Equipa Multidisciplinar de Assessoria Técnica aos Tribunais;
- Junta de Freguesia de Alcabideche
- Junta de Freguesia de Cascais
- Instituto da Segurança Social
- Ordem dos Psicólogos Portugueses
- Paróquia de Cascais
- Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial (SPPE)
- Sarah Trading - Gestão e Reciclagem de Têxteis
- Tribunal de Família e Menores de Cascais
- Zero desperdício



Renovar o mundo pelo amor

Rua Amália Rodrigues, 159
Abuxarda - 2755-020 Alcabideche
Tel. 214 821 442
Tlm. 927 404 853
ajusera@gmail.com

ajusera.com