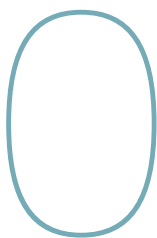


O CAMINHO
É MAIS FÁCIL SABENDO
QUE NÃO ESTAMOS SÓS



Plano de Ações 2022



ÍNDICE

1.	Nota introdutória	1
2.	Equipa AJU	2
3.	Orgãos Sociais	4
4.	Breve enquadramento – Missão, Visão, Valores	5
5.	Áreas e projetos	6
6.	Posicionamento estratégico	7
7.	Gabinetes AJU	8
8.	Projetos e Atividades	13
9.	Consolidação Interna	19
	9.1. Aspetos Gerais da Organização e Funcionamento da AJU	19
	9.2. Recursos Humanos	20
	9.3. Formação	20
10.	Consolidação Externa	21
	10.1. Aspetos Gerais	21
	10.2. Amigos AJU / Parceiros	21
	10.3. Sustentabilidade	21
	10.4. Imagem e comunicação	23



1

NOTA INTRODUTÓRIA

Perante um futuro feito de muitas incertezas, planear será talvez o maior desafio dos tempos que vivemos. No entanto, este desafio foi abraçado pela AJU durante este período de pandemia que atravessámos e continuaremos empenhados em levá-lo a cabo, tendo sempre como objetivo melhorar o nosso trabalho e continuar diariamente a promover e dignificar a pessoa humana e a família.

A incerteza do futuro, apenas nos trás a certeza, de que o trabalho que procuramos desenvolver junto da comunidade, é para as famílias acompanhadas um motivo de esperança e transformação. Continuaremos deste modo, a investir numa intervenção centrada no acolhimento e na valorização das pessoas, implementando ações que promovam a sua integração social e a sua autonomia.

Assim, manteremos uma intervenção ao longo de todas as fases do ciclo de vida implementando novas estratégias nas edições dos nossos projetos, que continuam a ser respostas essenciais para as famílias acompanhadas.

Continuaremos empenhados em motivar os nossos colaboradores, garantindo que têm as competências necessárias, para desenvolver junto das famílias acompanhadas as transformações necessárias, indo sempre ao encontro da missão, visão e valores que nos caracterizam.

O enfoque num ciclo de melhoria contínuo continuará a estar presente no nosso dia-a-dia para conseguirmos fazer face às exigências do contexto que vivemos e às necessidades das famílias acompanhadas.

Maria Roquette

Direção Executiva:

Tendo em conta o contexto económico, nacional e internacional, que trará certamente consequências para o nosso trabalho, faremos todos os esforços para continuar a nossa missão, assegurando uma gestão cada vez mais eficaz dos recursos existentes, bem como a criação de novas oportunidades.

Iremos prosseguir com os nossos negócios sociais (Quiosque Solidário – A Ver o Parque e 2nd Hand By AJU), otimizando e potenciando a gestão dos mesmos, e garantindo a existência de fontes de receita alternativas para a nossa sustentabilidade.

Sabemos e acreditamos que nada se faz sem os amigos e os parceiros certos. Convictos de que contamos convosco, agradecemos a todos a esperança que semeiam em tantos corações.

Aos amigos AJU, entidades parceiras, voluntários e todas as pessoas de boa vontade, um enorme obrigada por fazerem a diferença neste caminho que trilhamos em conjunto. É com a ajuda de cada um que conseguimos tornar possível o trabalho que desenvolvemos junto dos mais frágeis, e é convosco que criamos impactos positivos na vida de mais de 1000 pessoas acompanhadas.

Ana Tojal
Álvaro Soares Correia



2

EQUIPA AJU

Com uma equipa coesa e motivada, composta por uma direção comprometida, técnicos qualificados e voluntários empenhados, intervimos em conjunto com as famílias na reconstrução do seu projeto de vida, criando laços e sentido de comunidade.

Direção Executiva

Ana Tojal - Presidente

Álvaro Soares Correia - Vice-Presidente

Direção Técnica

Maria Roquette - Directora Técnica

Gabinete Administrativo - Financeiro

Álvaro Soares Correia

Anabela Nunes

Gabinete de Projetos

Ana Tojal

Maria Roquette - Responsável Gabinete de Projetos

Claúdia Rodo - Design e Comunicação

Ana Lopes Alves - Comunicação e Voluntariado

Vera Raposo - Comunicação e Voluntariado



Gabinete de Psicologia

Branca Sá Pires - Psicóloga- Coordenadora do Gabinete de Psicologia

Sílvia Santos - Psicóloga

Inês Rodrigues - Psicóloga

Gabinete de Ação Social

Hirondina Varela- Assistente Social - Coordenadora da Mercearia Social

Maria Roquette - Assistente Social - Coordenadora do Gabinete de Ação Social

Gabinete de Rendimento Social de Inserção

Júlia Castela - Psicóloga- Coordenadora Equipa RSI

Tiago Jorge - Assistente Social, Técnico gestor

João Lourenço - Ajudante de Ação Direta

Ana Teresa Carvalho - Psicóloga - Técnica Gestora (em substituição licença maternidade)

Raquel Montalvão- Assistente Social - Ajudante de Ação Direta

Inês Valente - Socióloga - Ajudante de Ação Direta

Gabinete CAFAP

Sílvia Santos - Psicóloga- Coordenadora CAFAP

Hirondina Varela - Assistente Social

Maria Roquette - Assistente Social

Catarina Parruca - Terapeuta Ocupacional (transversal a todos os projetos)



3

ORGÃOS SOCIAIS

Conselho de Administração

Presidente - Ana Tojal

Vice-Presidente - Álvaro Soares Correia

Secretária - Maria Helena Pinheiro

Tesoureira - Ana Bela Nunes

Vogal - Maria da Graça Ribeiro Telles

Vogal - Maria Leonor Saragga

Vogal - Rosarinho Veloso

Conselho Fiscal

Presidente - Tiago Veloso

Vogal - Lígia Freitas

Vogal - Anália Guerreiro

Conselho Consultivo

Pe. Nuno Coelho

Ira. Natália Soares dos Santos

Dra. Anália Guerreiro

Prof. Filipe Santos

Enf. Helena Gonçalves



4

BREVE ENQUADRAMENTO

A Fundação AJU - Jerónimo Usera é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social - sem fins lucrativos) ao serviço das comunidades mais vulneráveis do Concelho de Cascais.

Através de um trabalho de proximidade centrado sobre a pessoa humana e a família, a AJU desenvolve projetos que dão resposta aos desafios das famílias ao longo de todo o ciclo de vida.

Apostando num trabalho em rede, na força das parcerias e com uma equipa forte, composta por técnicos e voluntários, acompanhamos um universo de mais de **1000 pessoas** na reconstrução do seu projeto de vida, dando-lhes novos modelos e oportunidades, prevenindo comportamentos de risco e actuando na crise.

Sedeada no Concelho de Cascais e inserida no contexto de um dos bairros de realojamento social do Concelho, abrange, contudo, uma área geográfica muito mais alargada.

Missão

Desenvolver ações e projetos através de um trabalho de proximidade, que contribuam ativamente para a promoção integral da pessoa humana e da família, atendendo em especial aos mais desfavorecidos e marginalizados da comunidade.

Visão

Sermos uma Instituição de referência baseada na convicção de que, com a ajuda adequada, cada pessoa pode ser agente da sua própria mudança.

Valores

O amor como critério, como fundamento, como centro. Respeito, transparência, rigor, confiança, inovação e alegria.



5

ÁREAS E PROJETOS

Com o objetivo de contribuir para a promoção integral da pessoa humana e da família, manteremos a nossa lógica de intervenção, através de um trabalho de proximidade e em rede. Continuaremos empenhados em assegurar projetos e atividades, que dão resposta às necessidades identificadas tanto pela população alvo de intervenção, como pela equipa técnica que a acompanha.



INFÂNCIA & JUVENTUDE

Projeto Bêbé ao Colo
Projeto Crescer
Ludoteca
Escolinha de Futebol



VIDA ADULTA & PARENTALIDADE

Projeto Recriar
Projeto Ser Capaz
Projeto Virar a Página



ENVELHECIMENTO ATIVO/SÉNIOR

Club Sénior
Samaritanos



INTEGRAÇÃO SOCIAL & COMUNITÁRIA

Banco do Bebê
Mercearia Social
À Mesa com Comunidade
Projeto da Horta
Loja de Roupas
Feiras de Roupas



6

POSICIONAMENTO ESTRATÉGICO

- Garantir uma resposta de qualidade mantendo o foco da pessoa acompanhada e garantindo uma intervenção ajustada às necessidades;
- Implementar boas práticas em gestão de pessoas e competências;
- Garantir a prestação de qualidade de serviços aos clientes;
- Analisar os resultados, avaliar o impacto social;
- Aperfeiçoar o modelo de intervenção;
- Criar uma estratégia de gestão de risco para a organização, incluindo estratégias específicas para os projetos;
- Atingir um modelo sustentável de funcionamento;
- Dinamizar atividades, otimizando, projetos e serviços;
- Consolidar um modelo de gestão assente no rigor, na responsabilização e na delegação baseada em competências demonstradas;
- Reforçar a imagem da AJU junto das partes interessadas;
- Promover a inclusão e o desenvolvimento comunitário numa dinâmica de parceria e de trabalho em rede com entidades públicas e privadas.



GABINETES AJU

Através de uma equipa multidisciplinar, a AJU continuará a realizar um trabalho de proximidade junto das pessoas acompanhadas, fomentando o desenvolvimento de competências pessoais e sociais e colaborando na construção dos seus projetos de vida.

A readaptação de todos os Gabinetes AJU neste período que vivemos revela-se fundamental, assim, ao longo de 2022, a AJU propõe continuar a desenvolver um trabalho de qualidade no acompanhamento das famílias. Continuaremos empenhados em dignificar a pessoa humana e a família e a assegurar que todos têm acesso a uma resposta integrada e de qualidade.

Gabinete de Projetos

Ao serviço das comunidades mais vulneráveis desenvolveremos os projetos, centrando a lógica na pessoa humana e na família. Pretendemos:

- Identificar entidades e financiadores a contactar;
- Elaborar projetos e candidaturas em colaboração com a equipa. Inovar através da implementação de estratégias de intervenção e mecanismos de atuação que se adequem ou respondam às necessidades sociais;
- Promover e organizar angariações de fundos;
- Desenvolver a comunicação interna e externa;
- Assegurar, durante todo o contexto pandémico, a readaptação dos projetos por forma a responder às necessidades das famílias acompanhadas.

Gabinete de Ação Social

O Gabinete de Ação Social tem como principal objetivo acolher, acompanhar e encaminhar situações de carência e desigualdade socioeconómica. Pretendemos:

- Acompanhar as famílias nas diferentes áreas da vida familiar: saúde, habitação, educação, formação, emprego, cidadania, desenvolvimento pessoal e familiar;
- Continuar a articular de forma diária com Entidades públicas e privadas e serviços da comunidade, no sentido de integrar e autonomizar cada família;
- Contribuir para a construção do projeto de vida;
- Garantir o apoio para responder às necessidades e problemas de cada família através de: apoio alimentar, apoio para bebé, apoio económico e apoio para medicação.



Gabinete de Rendimento Social de Inserção

O Rendimento Social de Inserção (RSI) é uma medida de proteção social criada com o intuito de apoiar as famílias que se encontram situações de grave carência económica e em risco de exclusão social, constitui-se através de um contrato de inserção de forma a apoiar todos os elementos da família no seu processo de integração social bem como no pagamento de uma prestação monetária. Assim ao longo do próximo ano pretendemos:

- Desenvolver ações para cada âmbito de intervenção da medida (Emprego - Emplay, Educação, Saúde - Questionário Saúde, Habitação - Sessão Esclarecimento e Cidadania - Pedalar sem idade) e que vão ao encontro das necessidades das famílias acompanhadas;
- Garantir o acompanhamento de 130 famílias beneficiárias de Rendimento Social de Inserção com vista à sua integração social e profissional;
- Prosseguir com o trabalho da Equipa de RSI AJU no âmbito do protocolo estabelecido com a Segurança Social.





Gabinete de Psicologia

O Gabinete de Psicologia procura assegurar um serviço especializado na área da Psicologia - avaliação e apoio psicológico para todas as idades, seguindo a abordagem Existencial, Cognitivo-Comportamental e Sistémica. Assim pretendemos ao longo do próximo, ano prosseguir com os seguintes serviços:

- Avaliação psicológica
- Psicoterapia de Apoio
- Psicoterapia Existencial
- Psicoterapia Cognitivo-Comportamental
- Terapia Familiar e Intervenção Sistémica
- Aconselhamento Parental
- Colaboração em investigação
- Atendimentos Comunitários
- Sessões abertas à comunidade sobre temas relacionados com a Saúde Mental

Ao abrigo do protocolo com o Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA) e Universidade do Minho continuaremos com estágios curriculares. Daremos seguimento aos momentos de supervisão com a Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (DICAD) e com a Universidade Católica Portuguesa (UCP), bem como ao Protocolo de Cooperação com a Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial (SPPE). No seguimento do protocolo estabelecido, em 2011 com a Câmara Municipal de Cascais (CMC), no âmbito do Gabinete de Psicologia, pretendemos continuar a integrar as respostas do PAP – Programa de Apoios Psicoterapêuticos – que incluem consultas de:

- a) Apoio Psicológico;
- b) Avaliação Psicológica;
- c) Terapia Familiar e Intervenção Sistémica para pessoas em vulnerabilidade social do concelho de Cascais.



Gabinete CAFAP

O CAFAP AJU é um serviço de apoio especializado às famílias com crianças e jovens, vocacionado para a prevenção e reparação de situações de risco psicossocial mediante o desenvolvimento de competências parentais, pessoais e sociais das famílias. O CAFAP AJU assume-se como um serviço orientado para a família, mantendo presentes as necessidades de segurança e bem-estar na criança e do jovem, com uma visão multisistémica, ecológica, centrada nas forças, competências e processos de resiliência, valorizando a multiplicidade e respeitando a complexidade das vivências familiares. Assim pretendemos:

- Acompanhar 20 famílias com crianças ou jovens em risco/perigo;
- Promover o fortalecimento das famílias, diminuindo a negligência parental;
- Proteger e potenciar o bem-estar físico, psicológico e social das crianças e jovens e das suas famílias, através da aquisição de competências pessoais, sociais e parentais básicas;
- Dinamizar em parceria com o ReCriar as sessões abertas à comunidade.

Em 2022 e com o apoio de parceiros como a UCP o CAFAP AJU propõe-se a iniciar a construção de um instrumento de trabalho que permita medir os resultados da intervenção com as famílias.



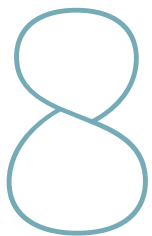
Pastoral

Orientados pelos valores cristãos acolhemos cada pessoa, seja qual for o credo, relação, situação e condição em que se encontra.

Inspirados na vida e obra do Padre Jerónimo Usera e em sintonia com a Paróquia de Cascais, continuaremos empenhados em construir uma Pastoral orientada para os desafios e problemas das pessoas que acompanhamos, promovendo atividades e tempos de reflexão ao longo do ano incluindo os colaboradores.

- Apoiar e ajudar as famílias a encontrar caminhos novos e a viver os desafios deste tempo;
- Suscitar nas famílias a certeza de que, apesar das fragilidades, são testemunho do amor de Deus;
- Oferecer às famílias acompanhadas, uma experiência nova e participativa nas várias celebrações e festas durante o ano, nomeadamente na Páscoa e no Natal;
- Proporcionar às Mães, uma celebração do dom da vida dos seus filhos, nos Projetos Bébé ao Colo (Benção das Grávidas e bebés) e Crescer;
- Prosseguir com as dinâmicas de reflexão para os colaboradores AJU;
- Realizar encontros de reflexão anual;
- Dar continuação à Pastoral Jovem animada pelos Pegadas;
- Criar oportunidades para os voluntários viverem em solidariedade e refletirem sobre o seu próprio desenvolvimento pessoal;
- Promover ações que reflitam o amor misericordioso de Deus aos mais fragilizados, com enfoque especial nos mais idosos;
- Retomar as reflexões “Família Amor de Deus” através da dinâmica de oração a partir da Palavra de Deus - Lectio divina.





PROJETOS & ATIVIDADES

Continuamos a disponibilizar serviços e atividades direcionadas às necessidades específicas dos diversos grupos que acompanhamos através de 4 áreas de intervenção. Apostaremos numa melhoria contínua, promovendo uma melhor planificação das fases de preparação dos projetos e a melhoria da componente experiencial dos mesmos, garantindo nomeadamente, a sua adaptação às exigências do contexto actual.

Novos Projetos

- **Ampliação da nossa Sede** - Contamos este ano proceder à construção do projeto de arquitectura e ampliação das instalações atuais, que no ano passado foi atrasado devido ao período de pandemia que atravessámos. Aguardamos por parte da CMC a aprovação final e o apoio financeiro que viabilizará este projeto. O novo espaço permitirá que a equipa de psicologia e diversos projetos e atividades, possam voltar para a AJU, tendo em vista a um acompanhamento mais integrado, eficaz e próximo;
- Medir e avaliar a pertinência da implementação do espaço de interação socio-cultural, que foi proporcionado, para as pessoas que frequentam a mercearia;
- **Mapear o futuro** - Aplicação de um questionário à Comunidade AJU de forma a compreender o impacto alcançado através do acompanhamento dos diferentes gabinetes e projetos;
- **Promover ações que incentivem** o desenvolvimento comunitário, promovendo a participação ativa da comunidade fomentando novas parcerias.

Infância e Juventude

Projeto Bebé ao Colo

O Projeto Bebé ao Colo surge para combater e prevenir a negligência parental em mulheres grávidas e/ou cuidadores de bebés até um ano de idade, através da promoção de comportamentos saudáveis. Assim, a equipa multidisciplinar que integra o Projeto proporciona sessões de formação parental, apoio social e acompanhamento formal e informal com a finalidade de capacitar as famílias para responder às principais necessidades do bebé. Pretendemos:

- Promover a 14ª Edição do projeto Bebé ao Colo, em parceria com o Unidade de Cuidados na Comunidade - UCC Cascais Care;
- Dinamizar, através do Gabinete de Psicologia, sessões abertas à Comunidade para cuidadores de bebés até 36 meses de idade sobre temas da relação mãe-bebé e do desenvolvimento infantil;
- Promover o desenvolvimento integral e saudável dos seus filhos com o objetivo de prevenir e combater a negligência parental;
- Assegurar um tempo de formação para as voluntárias antes do início do projeto;
- Apoiar as voluntárias no acompanhamento das famílias;
- Implementar novas ferramentas de avaliação do projeto.



Projeto Crescer

Destina -se a promover a inclusão social de crianças, jovens e famílias vulneráveis, com recurso a metodologias participativas, criativas.

Visa dotar os participantes de competências pessoais e sociais (relacionais, comportamentais e cognitivas) que fomentem a sua autonomia, sentimento de pertença e que sejam capazes de gerar uma mudança social. Como fator de inovação, utilizaremos a arte como instrumento facilitador e promotor da inclusão social, através de aprendizagens informais: Pintura, escrita criativa e música, os participantes poderão experimentar novas maneiras de ver, ouvir e fazer.

Continuaremos a assegurar este projeto dirigido às 60 crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 20 anos de idade e as suas famílias.

Através de um acompanhamento contínuo e personalizado, dotando as crianças/jovens de ferramentas para a sua autonomia futura. O projeto engloba as seguintes atividades:

- **Desenvolvimento Pessoal e Terapia Ocupacional** – Sessões adaptadas às diferentes faixas etárias;
- **Atividades Desportivas** – Escolinha de Futebol, Natação e Tênis;
- **Desenvolvimento Académico** – Apoio ao estudo, explicações em diferentes disciplinas, sessões de desenvolvimento de métodos de estudo;
- **Colónias de férias**

Ao longo do projeto pretendemos promover atendimentos individualizados aos pais, com o intuito de os sensibilizar para a importância do brincar, da saúde e do sucesso escolar.

Ludoteca

A Ludoteca pretende ser um espaço inspirador, concebido especialmente para os mais novos, onde possam brincar em segurança, crescer e desenvolverem a sua personalidade.

Em 2022 pretendemos:

- Divulgar e promover do espaço junto da comunidade;
- Desenvolver atividades intergeracionais entre o clube sénior e o projeto crescer;
- Dinamizar momentos de partilha/reflexão/atividades junto de outras ludotecas;
- Apostar nas artes manuais;
- Aumentar a oferta de atividades dentro dos reais interesses das crianças e jovens;
- Promover a dinamização do Torneio de Futebol interludotecas.



Vida Adulta e Parentalidade

Projeto ReCriar

O Projeto ReCriar promove modelos e comportamentos parentais saudáveis e a coesão familiar. Contempla formação, intervenção multidisciplinar, momentos lúdicos em família e acompanhamento técnico para 25 famílias, apostando na sensibilização para a prevenção comportamentos de risco ao nível da parentalidade.

Pretendemos:

- Consolidar e dar continuidade a este projeto de formação parental que contempla um modelo único e inovador de intervenção comunitária;
- Englobar todos os elementos da família;
- Realizar reuniões de apresentação do projeto a instituições de referência no concelho;
- Realizar as sessões de formação do grupo fechado;
- Desenvolver três sessões abertas à comunidade, ajustando os temas às necessidades identificadas pelas famílias ao longo do presente ano;
- Promover dois momentos em família, incluindo a oferta de Kits e Vouchers de atividades familiares;
- Assegurar momentos de lanche ou jantar em família, durante a realização das sessões formativas.

Projeto Ser Capaz

O Projeto Ser Capaz tem como principal objetivo assegurar a integração social de pessoas em situação de exclusão social, através da capacitação das competências pessoais e socioprofissionais através do processo de empoderamento. Pretendemos:

- Reestruturar o projeto e adaptá-lo às actuais necessidades da população acompanhada.

Projeto Virar a Página

O Virar a Página visa proporcionar uma resposta de intervenção comunitária na área da saúde mental, em três grandes áreas de atuação: intervenção comunitária e ação social, apoio psicológico e psicoterapêutico e terapia ocupacional/ grupos terapêuticos. Pretendemos:

- Promover a 5ª Edição do Virar a Página;
- Encontrar formas criativas de divulgação do projeto junto das entidades locais;
- Dinamizar internamente sessões de sensibilização sobre a intervenção com pessoas com problemas de saúde mental;
- Dinamizar duas sessões de sensibilização da comunidade sobre saúde mental;
- Fortalecer as relações estabelecidas com as entidades de referência na Intervenção em Saúde Mental no Concelho de Cascais.



Envelhecimento Ativo / Sênior

Clube Sênior

O Clube Sênior tem como objetivo promover o envelhecimento Ativo e saudável e combater a situação de isolamento social, através da intervenção junto de pessoas idosas. Pretendemos:

- Promover a valorização e capacitação da pessoa idosa, com recurso a uma intervenção específica e adequada às possíveis limitações, capacidades e necessidades;
- Dinamizar e promover o Clube Sênior junto da comunidade;
- Prosseguir este projeto de apoio ao envelhecimento ativo promovendo o bem-estar físico, psicológico e social através de atividades socioculturais, passeios e tempos de férias;
- Dinamizar ateliers e dinâmicas intergeracionais encarando o envelhecimento como a continuação de um processo de desenvolvimento;
- Desenvolver contactos semanais entre os voluntários e os sêniors;
- Instituir o “padrinho do jovem Crescer”;
- Dinamização de sessões na comunidade, em parceria com Centros de Dia e Lares do concelho;
- Garantir o transporte dos participantes para as sessões semanais, com ajuda de um voluntário, se possível;
- Realizar três a quatro saídas à comunidade.

Projeto Samaritanos

Este projeto promove visitas e acompanhamento a pessoas sós e em situação de dependência com o objetivo de combater a solidão e a exclusão. Pretendemos:

- Alargar o número de voluntários participantes no projeto.





Integração Social e Comunitária

Banco do Bebê

O Banco do Bebê tem como objetivo proporcionar apoio específico a famílias, com bebés até 2 ano e meio de idade, ao nível da alimentação, higiene (enxoval, fraldas, leite adaptado/artigos de higiene), conforto e segurança. Pretendemos:

- Continuar a assegurar o acompanhamento social e o apoio aos cerca de 70 bebés que apoiamos anualmente.

Mercearia Social

A Mercearia do Bairro continuará a ser um espaço acolhedor, onde as famílias, em situação de carência económica, podem escolher os bens alimentares, bebé, higiene e limpeza que necessitam, dando-lhes uma maior liberdade na escolha e permitindo igualmente a redução do desperdício alimentar.

A resposta dada é assim personalizada às necessidades de cada família levando apenas os bens de que necessitam e reduzindo o tempo de espera nas distribuições alimentares. Redobramos esforços para criar uma maior autonomia e auto-estima nas famílias acompanhadas e aumentar o grau de satisfação das mesmas nesta resposta. Pretendemos:

- Continuar a assegurar o apoio das mais de 250 famílias;
- Prosseguir com as campanhas de recolha de alimentos e outros bens essenciais, fundamentais para assegurar as necessidades das famílias acompanhadas;
- Garantir a readaptação do funcionamento da Mercearia Social às exigências do contexto actual procurando sempre assegurar a maior segurança de todos.

Contaremos com os seguintes apoios:

- Programa Cascais+Solidário (CMC);
- Banco Alimentar contra a Fome;
- Zero Desperdício;
- Banco de Bens Doados.





“À mesa com a comunidade”

O Projeto “À Mesa com a Comunidade” procura disponibilizar aos beneficiários da Mercearia do Bairro, o acesso a um acompanhamento personalizado ao nível de consultas de nutrição e enfermagem, bem como formações que promovem uma melhor gestão doméstica e dos recursos, da saúde e das relações. Todas as ações visam promover uma lógica de autonomia, dignidade e empoderamento.

Em 2022, pretendemos:

- Dinamizar em parceria com o Gabinete de Psicologia, duas sessões de sensibilização da comunidade sobre a relação da alimentação e do bem-estar emocional, relação corpo-mente e imagem corporal.

Este projeto conta com a parceria da UCC Cascais Care, da nutricionista Ágata Roquette e da Chef Ana Gama.

Projeto Horta

O Projeto da Horta pretende incentivar o consumo de produtos frescos, biológicos e sazonais, promovendo uma vida ativa e saudável ao ar livre. Assim pretendemos:

- Continuar a assegurar o funcionamento deste projeto;
- Garantir a dinamização da Horta e uma diversidade de produtos.

Lojinha AJU

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

Assim pretendemos:

- Substituir o Feirão Mensal por um serviço de maior qualidade e mais individualizado, promovendo uma maior segurança e distanciamento social;
- Disponibilizar aos portadores do cartão da Mercearia Social um espaço onde possam identificar as suas necessidades, manifestando o interesse por determinadas peças de roupa, especificando os tamanhos e as preferências;
- Dinamizar o trabalho voluntário de forma a responder às necessidades de vestuário identificadas pelas famílias acompanhadas.

A Loja funcionará na nossa sede todas as 4ª Feiras entre as 14H00 e as 16H00.



9

CONSOLIDAÇÃO INTERNA

9.1. *Aspetos gerais da organização e funcionamento da AJU*

- Garantir o modelo de funcionamento da AJU;
- Assegurar pelo menos doze reuniões do Conselho de Administração;
- Realizar 12 encontros anuais da Direção Executiva com toda a equipa;
- Realizar reuniões semanais da reunião de coordenadores;
- Consolidar a maneira como se comunica a missão da AJU interna e externamente, garantindo que todos os colaboradores a conhecem e sabem comunicá-la;
- Sistematização e otimização do processo de compras, tornando-o mais fácil de utilização e mais eficiente;
- Realizar reuniões regulares com a equipa técnica (semanalmente);
- Realizar reuniões regulares com voluntários;
- Promover a avaliação periódica das atividades em curso na AJU;
- Assegurar a melhoria contínua dos processos e serviços através da análise crítica dos resultados e de uma abordagem reflexiva;
- Criar mecanismos que permitam a monitorização constante dos planos (com indicadores e instrumentos de recolha de informação) e a sua avaliação final;
- Reconsolidação e uniformização dos instrumentos de trabalho;
- Desenvolver um processo de medição de impacto para uma melhor gestão interna, melhor posicionamento externo que se traduza num valor aumentado para a sociedade;
- Assegurar o registo, produção, armazenamento e análise da informação de apoio à tomada de decisões;
- Promover a melhoria contínua do processo de gestão;
- Planear as atividades procurando minimizar os impactos ambientais que daí decorrem;
- Limpeza e higienização dos espaços garantindo as condições de salubridade exigidas;
- Proceder à conservação das instalações e equipamentos tendo em conta a sustentabilidade económica e ambiental;
- Garantir a segurança e vigilância;
- Garantir a readaptação do funcionamento da instituição tendo em conta as regras definidas pela Direção Geral de Saúde (DGS);
- Garantir a implementação do plano de contingência.



9.2. Recursos Humanos

- Melhorar a gestão e optimização do tempo;
- Motivar e orientar a equipa para a maximização da sua eficácia e eficiência;
- Implementar boas práticas de gestão de pessoas e competências;
- Alinhar o desempenho de cada colaborador com os objetivos organizacionais para o bom desempenho organizacional;
- Integrar de forma sinérgica os contributos dos diferentes membros da instituição;
- Proceder à avaliação de desempenho dos colaboradores;
- Proceder à avaliação de satisfação e avaliação de desempenho dos colaboradores.;
- Promover espaços/situações de motivação individual e colectiva;
- Promover encontros periódicos com os colaboradores de todas as atividades da AJU para reforço dos laços entre os voluntários e a Instituição (teambuilding);
- Definir uma estratégia clara de captação e gestão de voluntários;
- Integrar estagiários ao abrigo de Protocolos com ISPA-IU e SPPE, assim como alunos da Universidade Católica Portuguesa e da Escola Profissional Val do Rio;
- Melhorar os níveis de qualificação /competências dos colaboradores;
- Recorrer a estágios profissionais no âmbito dos programas de IEFP;
- Promover a responsabilidade ambiental;
- Continuar a promover supervisão regular com o DICAD, UCP e SPPE.

9.3. Formação

- Continuar a assegurar supervisão externa regular com o Prof. Rui Pedro Silva (DICAD) Divisão da Intervenção dos Comportamentos Aditivos e nas Dependências e Prof. Daniel Sousa (S.P.P.E) Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial;
- Continuar a assegurar supervisão externa regular com Professoras Dr. Marta Pedro e Dr. Rita Francisco da Universidade Católica Portuguesa;
- Criar um plano de formação anual;
- Apoiar a formação contínua (desenvolver competências dos colaboradores);
- Desenvolver as atividades de formação para voluntários e colaboradores da AJU procedendo periodicamente à avaliação/atualização de formatos e conteúdos em função dos diversos projetos/ atividades;
- Ministrando formação aos voluntários nas diversas áreas, de forma, a melhorar a nossa atuação;
- Lançar/dinamizar programas de formação e sensibilização vocacionados para o exercício do voluntariado em geral, promovendo o voluntariado AJU.



10

CONSOLIDAÇÃO EXTERNA

10.1. *Aspectos gerais*

- Desenvolver ferramentas e estratégias de comunicação e visibilidade que nos permitam comunicar melhor;
- Desenvolver/promover contactos e relações com entidades públicas e privadas no sentido de criar plataformas de cooperação;
- Consolidar e articular o trabalho em rede;
- Estabelecer parcerias de investigação e desenvolvimento, ou outros, que promovam conhecimento e melhoria dos projetos;
- Promover a participação da sociedade civil nos projetos;
- Aumentar a satisfação das pessoas/colaboradores/parceiros/financiadores.

10.2. *Amigos Aju / Parceiros*

- Reforçar a relação com os atuais parceiros;
- Promover encontros anuais com as empresas parceiras, como parte integrante do planeamento do ano seguinte;
- Identificar novos parceiros;
- Promover a entrada de novos amigos da AJU;
- Fidelizar e estabelecer relações de confiança com os doadores.

10.3. *Sustentabilidade*

A sustentabilidade financeira é um fator decisivo para assegurar a nossa atividade e a implementação de futuras iniciativas, utilizando os recursos disponíveis através dos seguintes pontos:

- Controlar os custos e otimizar os recursos;
- Procurar novas fontes de financiamento e estratégias de auto-financiamento, reforçando a autonomia financeira e promovendo o equilíbrio e a sustentabilidade da organização;
- Atingir um modelo sustentável e equilibrado de funcionamento;
- Identificar recursos-chave tendo em vista a inovação, a eficácia;
- Transformar as partes interessadas em parcerias chave /alinhar objetivos entre os parceiros e a nossa iniciativa;



- Diversificar as estratégias de angariação de Fundos e revisão das mesmas para focalização no curto, médio e longo prazo;
- Dinamizar os amigos AJU de forma a motivar e angariar novos elementos, bem como apostar numa melhor comunicação com todos;
- Aumentar o financiamento proveniente de protocolos ou outros acordos;
- Aproveitar recursos (reciclagem de roupa e materiais). Venda de produtos e prestação de serviços;
- Desenvolver ações que respeitem a nossa missão através de um programa de realização de eventos/campanhas para promoção/divulgação dos projetos em curso com vista a angariar fundos assegurando a sustentabilidade da Instituição;
- Utilizar os meios disponíveis – redes sociais/media/internet;
- Dinamizar campanhas promovendo a participação da sociedade civil;
- Desenvolver Negócios Sociais.

Quiosque A VER O PARQUE

Com o apoio da Paróquia de Cascais e da Câmara Municipal de Cascais continuaremos, este ano, a gerir e dinamizar o quiosque solidário “A ver o Parque” no Parque Marechal Carmona. Um espaço aberto ao público em geral, que garante a criação de valor e permite melhorar a sustentabilidade dos projetos da instituição preservando o foco na missão social da AJU.

2nd Hand by AJU - Roupa por uma causa.

A 2nd Hand by AJU é uma loja solidária onde o lucro das peças vendidas é totalmente reinvestido nos projetos sociais que contribuem para a melhoria de vida das famílias carenciadas. A ideia é reaproveitar a roupa da melhor forma possível, lutando contra o desperdício e criando uma alternativa comercial que é socialmente responsável e ecológica.



10.4. Imagem e Comunicações

- Assegurar a comunicação interna e externa e o seu alinhamento;
- Melhorar a comunicação externa, sobretudo junto dos parceiros mais recentes, informando-os da visão, missão e valores nos documentos institucionais;
- Construir um plano de comunicação e marketing anual;
- Continuar com os instrumentos de comunicação específicos para apoiantes e voluntários, promovendo a circulação da informação entre os colaboradores;
- Promover a divulgação da AJU enquanto Instituição Privada de Solidariedade Social através de pelo menos duas ações de comunicação, press releases, eventos, vídeos, site atualizado, redes sociais, artigos/revistas/jornais;
- Atualizar as redes sociais da AJU bem como da página do quiosque “A ver o Parque”;
- Continuar a desenvolver a nova imagem de comunicação com uma mensagem clara que o público identifique imediatamente, como reforço da reputação;
- Promover a partilha de informação dos resultados e impactos dos projetos para ser utilizada em termos de comunicação;
- Criar uma relação de proximidade com os meios de comunicação gerais e específicos;
- Desenvolver um questionário para medir o impacto das nossas ações na comunidade.

Obrigado por ter ficado a par dos nossos planos!



RENOVAR O MUNDO PELO AMOR!



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