

ENQUANTO
HOUVER VONTADE
DE LUTAR HAVERÁ
ESPERANÇA DE
VENCER.



**RELATÓRIO
DE ATIVIDADES**
Janeiro a Dezembro
2018



ÍNDICE

1. Enquadramento	1
2. Projetos e Atividades	2
2.1. Gabinete de Projetos	3
Infância e Juventude	3
Vida Adulta e Parentalidade	7
Envelhecimento Activo / Sénior	10
Integração Social e Comunitária	12
2.2. Gabinete de Ação Social	15
2.3. Gabinete de Psicologia	17
2.4. Equipa RSI – Rendimento Social de Inserção	19
2.5. Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental AJU	21
3. Consolidação Interna	22
3.1. Aspectos Gerais da Organização e Funcionamento da AJU	22
3.2. Recursos Humanos	23
3.3. Formação	23
4. Consolidação Externa	25
4.1. Aspectos Gerais	25
4.2. Amigos AJU	25
4.3. Sustentabilidade	25
4.4. Imagem e Comunicação	26



1. ENQUADRAMENTO

O presente relatório procura apresentar o conjunto de atividades que se realizaram ao longo de 2018 na Fundação AJU – Jerónimo Usera.

Compreender os projetos realizados por uma organização social é uma maneira de entender a sua eficácia, e o que gera resultados e transformação.

Queremos que este relatório traduza de uma forma sucinta, o trabalho que levámos a cabo em 2018 com as famílias vulneráveis que acompanhámos e as ações que foram decisivas para mudar para melhor a realidade dos bebés, crianças, jovens e adultos que beneficiaram da nossa intervenção.

Em 2018 prosseguimos com o nosso modelo de intervenção, consolidando o trabalho em rede e apostando nas parcerias certas.

Com o objetivo de acolher e acompanhar situações de carência e desigualdade socioeconómica, continuámos a trabalhar na prevenção e na reparação destas situações, para que com a ajuda adequada, cada família seja agente da sua própria mudança.

Através de um trabalho de proximidade, sistémico e multidisciplinar, a equipa fomentou a integração, promoção comunitária e autonomização das **350 famílias** acompanhadas- um universo de **900 pessoas**.

Este acompanhamento consistiu em **2.331 atendimentos**, **752 consultas** de psicologia e **1.150 visitas domiciliárias**.

Sendo o grande desafio a sustentabilidade, contámos também este ano com a geração de receita do nosso Quiosque solidário no Parque Marechal Carmona em Cascais, que nos permitiu prosseguir com os projetos de intervenção social.

Agradecemos a todos e a cada um individualmente, a disponibilidade e generosidade que nos permitiram gerar impacto social positivo na vida de tantos!

BEM-HAJAM!



2. PROJETOS E ATIVIDADES

Com o objectivo de contribuir para a promoção integral da pessoa humana e da família, durante o ano 2018, manteve-se a lógica da nossa intervenção, apostando em projetos e atividades que partem das necessidades sentidas tanto pela população alvo de intervenção, como pela equipa técnica que a acompanha, através de um trabalho de grande proximidade e em rede.





2.1. GABINETE DE PROJETOS

De acordo com as quatro áreas de intervenção estabelecidas, prosseguimos com os projetos em curso, iniciando novas edições adaptadas aos diferentes grupos alvo, e criando desta forma um maior impacto social. 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, promovemos o voluntariado.

INFÂNCIA E JUVENTUDE

O **PROJETO CRESCER** surge da necessidade de proporcionar às crianças e jovens um espaço saudável onde possam brincar e estudar com supervisão, intervindo de forma concertada e em articulação com os educadores e escolas. Esta resposta pode acompanhar diariamente até 65 crianças e jovens, tem como objetivo o seu desenvolvimento saudável através do

envolvimento em atividades lúdicas e pedagógicas numa perspectiva constante de valorização da escola, procurando assim apoiar na definição do percurso e projeto de vida de cada um.





Durante o ano letivo de 2017/2018 decorreu a **9ª Edição** do Projeto CRESCER que contou com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, Colégio Amor de Deus e Grupo Onyria.

Ao longo do ano letivo de 2017/2018, inscreveram-se **56 crianças** e jovens no Projeto. Destas, 50 frequentaram durante o ano as atividades desenvolvidas. De referir que no período de férias inscreveram-se no projeto CRESCER mais 4 crianças e jovens. As faixas etárias predominantes são dos 10-12 anos e dos 16-18 anos.

O projeto Crescer deu resposta a **197 beneficiários** indiretos, mais 9 que no ano anterior.

67% das crianças e jovens estão no 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 **5.775 lanches**).

A 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. Assim, durante o ano foram realizadas **148 atendimentos/** contactos com os pais e **80 articulações** e **31 reuniões** com Diretores de Turma. No final do ano letivo, **86%** das crianças e jovens que frequentaram o Projeto transitaram de ano. Considera-se que esta percentagem é resultado da articulação cada vez maior entre Escola-Família-AJU e também de uma maior consciência por parte das crianças e jovens participantes da importância da escola no seu futuro.

De destacar que conseguimos dar resposta a 100% dos pedidos de explicações realizados e que, durante este ano letivo, houve um maior investimento em formação com entidades exteriores como é o caso da APAV, da Polícia Judiciária e do Centro de Saúde de Cascais.

SESSÕES DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL

Durante o ano letivo de 2017/2018 foram realizadas 31 Sessões de Desenvolvimento Pessoal, foram abrangidos 10 jovens.

ESCOLINHA DE FUTEBOL AJU & PISCINA

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

Na Escolinha de Futebol, patrocinada pelo Grupo Onyria, estiveram integrados **13 jovens**, tendo sido realizados **38 treinos** e atividade física diária, torneios mensais e dois torneios inter-ludotecas, com resultados muito positivos, ficando em primeiro lugar nos 3 escalões- iniciados, juvenis e juniores.

Em 2018 dois jovens foram convidados a integrar as Academias de Futebol do Benfica e do Sporting

Em parceria com o Colégio Amor de Deus foi possível que 12 jovens acessem à piscina **35 sábados**.



COLÓNIAS DE FÉRIAS

De referir ainda que foram realizadas duas no ano de 2018, no âmbito do Programa Cascais em Férias 2017 da CMC, onde participaram **40 crianças** e jovens do Crescer; e a segunda em colaboração com a Associação de Campos de Férias "Pégadas", que contou com a participação de **56 jovens** do Crescer.



Ludoteca

BY AJU

Com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, a AJU acompanhou durante o ano de 2017/18 51 crianças e jovens tendo como principal objetivo disponibilizar um espaço atrativo onde possam brincar, promovendo o seu desenvolvimento intelectual, emocional, físico e social.



Para além do acompanhamento diário, durante o ano, foram realizadas várias atividades de ocupação de tempos livres:

- 12 Idas à Praia
- 2 dias de Atividades no Parque Marechal Carmona,
- 2 dias de Atividades Parque Palmela
- 1 dia no Parque da Liberdade em Sintra;
- Ida à Micolândia oferecido pela Micolândia
- Visita guiada ao Farol de Santa Marta e ao Museu
- Passeio de Barco no Rio Tejo oferecido pela DIATRA- Centro de Diagnóstico e Tratamento Médico
- Visita ao Museu da Electricidade;
- Visita ao Museu da Ciência Viva em Sintra;
- Visita ao Reino de Natal em Sintra;
- Visita à Vila de Natal em Cascais com apoio da CMC;
- Visita aos Bombeiros de Alcabideche;
- Insufláveis no Casino do Estoril, CMC;
- 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; dinâmicas de grupo);

||

**GOSTEI DE PASSEAR PELO
PARQUE, DE VER OS ANIMAIS
E DE BRINCAR COM OS MEUS
AMIGOS E MONITORES**

||



- Festa de Natal da Ludoteca (jogos alusivos ao Natal e lanche com as crianças e família).
- 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.
- A realização da Festa da Comunidade, a AJU, conseguiu unir toda a comunidade e contribuir para a alegria das crianças através da realização de jogos e de convidados ligados à área da música.
- Estendal dos Direitos das Crianças em parceria com a CPCJ e Junta de Freguesia Cascais-Estoril
- Rumo ao futuro /Jovens capacitados e participativos: proporcionámos aos mais novos encontros com convidados profissionais e a possibilidade de pensarem o seu projeto de vida, explorando percursos profissionais e valores.
- Sessões com convidados:
 - " À conversa com uma Advogada" - sessão abordando o o valor "Justiça".
 - " À conversa com a GNR Alcabideche " – Sessão sobre o Bullying e o perigo da internet.
- Trabalhámos os Valores em sintonia com o Colégio Amor de Deus subordinados ao tema da Escuta.



||
**GOSTEI MUITO
DE ANDAR DE BARCO
E PASSAR POR BAIXO
DA PONTE 25 DE ABRIL**

||



VIDA ADULTA E PARENTALIDADE

O **PROJETO BEBÉ AO COLO** surge para combater e prevenir a negligência parental em 12 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 proporcionou 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.

Durante o presente ano decorreu a 9ª Edição do Projeto Bebé ao Colo, que contou com o apoio da Câmara Municipal de Cascais e ACES Cascais.

A 9ª Edição do Projeto Bebé ao Colo contou com um total de **59 beneficiários**. Consideram-se 38 participantes como beneficiários directos (cuidadores e bebés até um ano de idade que frequentaram as sessões de formação) e 21 beneficiários indirectos, ou seja, familiares que fazem parte do Agregado Familiar e que beneficiam indirectamente com a intervenção

realizada no âmbito do projeto. A idade média do grupo foi de 25 anos, 33% famílias são monoparentais e 58% encontra-se em situação de desemprego.

A parte formativa foi assegurada pela equipa técnica residente e pela parceria com o Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) de Cascais. Contámos ainda com uma equipa de 5 voluntárias de diferentes áreas de formação (entre as quais uma médica e uma enfermeira) que acompanharam as mães e os bebés ao longo das sessões e em visitas domiciliárias.

Tendo presente os objetivos do projeto foram realizadas **12 sessões** de formação ministradas pela Equipa Técnica AJU e Enfermeiras do ACES Cascais, e **91 visitas** domiciliárias realizadas pelas voluntárias do Projeto.

Os beneficiários desta edição consideram-se satisfeitos de forma geral com o projeto, avaliando-o positivamente com um grau de **satisfação de 96.5%**





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 10 famílias, apostando na sensibilização para a prevenção de comportamentos de risco ao nível da parental idade.

Tal como nos anos anteriores, o ReCriar contemplou duas vertentes: Sessões abertas à comunidade, e uma intervenção mais intensiva junto de um grupo de famílias fechado. No grupo fechado enquanto os pais estão nas sessões de formação, os filhos estão em salas adjacentes, dando temas associados aos temas dos pais ou a experienciar atividades lúdicas e estimulantes.

Este ano, no seguimento de reflexão acerca de edições passadas e adaptando-nos às necessidades da população, tivemos 3 novidades:

- Enfoque em diferentes faixas etárias mantendo as características originais do projeto:
 - ReCriar Famílias (grupo fechado) enfoque no pré-escolar – temáticas mais focalizadas no pré-escolar;
 - ReCriar Mães e Pais (sessões abertas à comunidade) enfoque na adolescência.
- Lanche em família ReCriar em vez de jantar ReCriar e adaptação dos horários do projeto.
- Atividades em Família – Atividades lúdicas em família, trabalhando as temáticas de uma maneira divertida para todos os participantes.



**FEZ TODA A DIFERENÇA
NA FORMA COMO FALO
COM OS MEUS FILHOS**



**FOI FANTÁSTICO,
APRENDI A ORGANIZAR-ME
E A GERIR MELHOR AS EMOÇÕES
DOS MEUS FILHOS**



O Projeto ReCriar contou com o apoio da Câmara Municipal de Cascais e da pastelaria Bonjour, bem como de um grupo de voluntários, apoios essenciais para o bom funcionamento do projeto.

Participaram um total de **29 famílias** (16 famílias nas sessões abertas à comunidade e 13 famílias no grupo fechado).

Nesta edição, foram realizadas 3 sessões abertas à comunidade, em vez de duas. Estas sessões tiveram como enfoque a Adolescência:

- **Sessão 1** – 16/10/2018
“Adolescência – O que precisamos de saber?”
- **Sessão 2** – 15/11/2018
“Sexualidade na Adolescência – O que precisamos de saber?”
- **Sessão 3** – 13/12/2018
“Emoções na Adolescência – O que precisamos de saber?”

Segundo as famílias, as áreas em que as atividades foram mais significativas, são as seguintes:

- Gestão das emoções
- Utilidade prática
- Bom exemplo para replicarem em casa
- Promoção da coesão familiar
- Incentivo a realizarem mais atividades em família em casa
- Atividades sentidas como especiais
- Atividades adequadas para o desenvolvimento dos filhos, que participaram com gosto.



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. Mais especificamente, 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 2018 o projeto esteve em fase de reestruturação.

||

**ESTOU MUITO MELHOR,
AGORA JÁ TENHO VONTADE
DE FAZER COISAS**

||



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 resulta de um diagnóstico participado onde se procurou auscultar comunidade e se identificou esta necessidade. O projeto conta com o apoio da CMC e da Junta de Freguesia de Cascais-Estoril.

O projeto-piloto encontra-se a decorrer e irá terminar em maio de 2019, com follow-up a até outubro de 2019.

- 21 pessoas inscritas – **14** atualmente em acompanhamento
- Sessões de Terapia Ocupacional: **30 sessões** de grupo (Café terapêutico, Saúde e bem-estar – caminhadas, TOH20, sessões de relaxamento), **86 sessões** individuais.
- **29%** freguesia de Alcabideche
- **67%** recebe RSI, o restante recebe outra prestação ou sem rendimentos
- Só uma pessoa é que não acompanhada na AJU
- **24%** sem acompanhamento psicológico ou psiquiátrico

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 objectivo 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.

A 2ª edição do projeto começa em **Junho de 2019** e terá a duração de 1 ano.



ENVELHECIMENTO ATIVO / SÉNIOR

O **PROJETO SÉNIOR** tem como objetivo promover o envelhecimento ativo e saudável e combater a situação de isolamento social, através da intervenção junto de pessoas idosas.

O Projeto dá resposta a 24 beneficiários diretos com 65 ou mais anos. Durante o presente ano foram dinamizados 46 encontros, nos quais foram realizados ateliers de expressão plástica, dinâmicas intergeracionais (Baile de Prata no Casino Estoril a convite da Câmara Municipal de Cascais, Festa dos Santos Populares e Festa de Natal em conjunto com as crianças e jovens do Projeto Crescer), aulas de ginástica, idas ao Teatro, momentos de oração e reflexão e encontros de convívio com outros parceiros da comunidade. Foram realizados também dois passeios, um a Fátima e outro à Nazaré.

Este projeto é dinamizado por duas voluntárias com o apoio da Equipa Técnica AJU.

O **Projeto SAMARITANOS** promove visitas e acompanhamento a pessoas sós e em situação de dependência com o objetivo de combater a solidão e a exclusão.



Contamos com o apoio de 4 voluntários que numa base semanal visitam os beneficiários apoiando os mesmos através de um processo de escuta ativa. Asseguram ainda a entrega dos cabazes alimentares.





NOVOS PROJETOS

- **O Projeto “À mesa com a Comunidade”** surge da necessidade identificada de se melhorar a resposta da Mercearia do Bairro (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 2018 já foi constituído o primeiro grupo de formação que integrou sessões de formação dinâmicas e criativas, workshops práticos e outras atividades.

- **Projeto da Horta** - iniciámos o projeto da Horta com uma nova voluntária, especialista nesta área, promovendo uma vida ativa e saudável ao ar livre. Pretende-se incentivar o consumo de produtos frescos, biológicos e sazonais. Este projeto é aberto a todas as idades.





INTEGRAÇÃO SOCIAL E COMUNITÁRIA

Prosseguimos com o **PROJETO RECOLHAS** que se traduziu na recolha, transporte, contagem e organização de géneros alimentares, medicamentos, produtos para bebés e roupa. Em 2018 foram distribuídas **150 toneladas** de produtos alimentares, de higiene pessoal, de bebé e limpeza.

- Foram realizadas 6 recolhas (3 no hipermercado Continente e 3 no hipermercado Jumbo). Para que tal fosse possível, tivemos o apoio de 30 voluntárias.
- Mensalmente a AJU recebe donativos particulares em géneros. De forma a aumentar estes géneros, em 2018, o contacto com escolas (Colégio Amor de Deus, Escola Val do Rio e Kairos Montessori) foi intensificado, tendo sido realizadas recolhas significativas para a Mercearia Social;
- 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;
- Diariamente a AJU recolheu os excedentes do Pingo Doce (Protocolo Zero Desperdício, produtos distribuídos na mercearia social).





O **Protocolo Cascais Mais Solidário** (Câmara Municipal de Cascais) permitiu a aquisição 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.

Continuámos com o funcionamento da **MERCEARIA DO BAIRRO** com o objetivo de **dignificar o acesso a bens alimentares** por pessoas com carência económica. Neste espaço organizado e acolhedor cada família pode escolher os produtos que mais necessita, em vez de um cabaz pré-definido.

A cada família, de acordo com uma avaliação técnica realizada **mensalmente**, é 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 de segunda a quinta-feira das 14h30 às 17h30.

Durante 2018, **224 famílias** usufruíram do apoio mensal alimentar (**672 pessoas**). Adicionalmente, durante este ano foram atribuídos mais **32 apoios alimentares** pontuais (69 pessoas). Foram ainda concedidos 41 cartões de apoio para bebé (apoio para 46 bebés).

Cartões Mercearia do Bairro	Nº Pontos do Cartão	Nº Elementos	Nº Famílias Beneficiárias
	18	Só para famílias com bebés até aos 2.5 anos de idade Cartão extra para quem tem bebés	41
	35	1 adulto 2 adultos 1 adulto + 1 criança	133
	43	3 adultos 2 adultos + 1 criança 1 adulto + 2 crianças	40
	56	4 adultos 3 adultos + 1 criança 2 adultos + 2/3 crianças 1 adulto + 4 crianças	34
	70	5/6 elementos ou mais	17



No atendimento ao público contámos com a presença de 6 voluntárias. Na organização do stock contámos com mais 2 voluntários, que estão na AJU diariamente. Importa referir que durante este ano foram emitidas 4838 faturas na Mercearia do Bairro, o que corresponde ao número de atendimentos na Mercearia.

No âmbito da Mercearia do Bairro, foi realizada uma ação de formação para todos os beneficiários. Em parceria com a Escola Val do Rio, em Dezembro de 2018, foram aplicados questionários de avaliação da Mercearia, sendo que 85% das pessoas inquiridas encontram-se muito satisfeitas com esta resposta.



Também foram realizadas articulações regulares com várias entidades, de forma a garantir a recolha de mais produtos essenciais na Mercearia e o bom funcionamento da mesma. Contámos com o apoio de: Amigos à Mão, Banco Farmacêutico, Brunosoft, Centro Comunitário de Carcavelos, Colégio Amor de Deus (CAD), CTSU Advogados, CUF Cascais e S. Domingos de Rana, Diginfor, Escola Kairos Montessori, Frutaria Francisco Santos, Go Alcabideche, Junta Freguesia de Alcabideche, Ser +, Verdes Solidários.

No âmbito do **Protocolo Farmácias do Concelho de Cascais** concedemos apoio na comparticipação da compra de medicamentos. (v. Gabinete de Ação Social).

Participámos na IV Jornada de Recolha de Medicamentos, na Farmácia Silveira do Rosário e Farmácia de Cascais.

O **Banco do Bebê** é um complemento do acompanhamento social a cada família. Assim, a AJU distribuiu enxovais (que incluem roupa para bebé, roupa de cama, artigos específicos e leite), cabazes mensais, pontuais e artigos de puericultura. Os produtos disponibilizados são adaptados às necessidades dos bebés (dos 0 aos 30 meses). Os produtos foram adquiridos pela AJU mediante apoio da CMC e resultado das recolhas nas superfícies comerciais e de donativos particulares.

A AJU, com a colaboração dos Amigos AJU e Amigos à Mão da Paróquia de Cascais e MATTEL, conseguiu garantir apoios complementares às famílias beneficiárias: apoio em material escolar, cabazes e presentes de Natal (brinquedos novos) para todas as crianças que frequentam a AJU.

LOJA DE ROUPA

Utilizando o conceito de loja social de vestuário, a AJU disponibilizou roupa, calçado e acessórios a preços simbólicos às famílias desfavorecidas. Dos excedentes, distribuámos também cerca de 4,5 toneladas de roupa por vários parceiros, bem como para reciclagem.

De referir que, aberta ao público em geral, prosseguimos com a nossa loja de artigos em 2ª mão no Bairro Calouste Gulbenkian.



2.2. GABINETE DE AÇÃO SOCIAL

Em 2018 o Gabinete de Ação Social realizou um trabalho direto com **355 famílias**, através abertura de novos processos de apoio alimentar e/ou bebé, atendimentos para revisão do processo familiar, de acompanhamento, apoio para medicação, para avaliação económica para integração no Gabinete de Psicologia, atendimentos comunitários, e visitas domiciliárias. Foram realizadas **3.071 diligências** (1.168 atendimentos, 51 visitas domiciliárias, 305 articulações, 177 encaminhamentos, 156 reuniões e 1.214 contactos telefónicos)

Tendo como principais objetivos a promoção integral da pessoa humana e a autonomização das famílias acompanhadas, o Gabinete de Ação Social 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. Nestas respostas, foram apoiadas **261 famílias**, o que se traduz em **693 pessoas**.

APOIO ALIMENTAR

O Apoio Alimentar consiste numa mercearia Social, o que possibilita uma maior dignificação das famílias acompanhadas, liberdade de escolha e redução do desperdício alimentar. Durante 2018, todas as famílias começaram a ser atendidas mensalmente pelas duas técnicas de serviço social, para acompanhar as famílias de forma mais próxima e personalizada.

APOIO PARA BEBÉ

Em 2018 foram apoiadas com artigos para bebé 41 famílias, que corresponde a 46 bebés. Dos 41 agregados apoiados, 16 também receberam apoio alimentar.

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 2018 foram distribuídos géneros no valor de 7.281,25€. Foram também distribuídos enxovais para recém-nascido e apoios pontuais, que se traduziram em artigos de higiene e puericultura.

Importa ainda referir que como o apoio para bebé é concelhio, devido à escassez/inexistência de respostas deste tipo, dos 41 Agregados Familiares apoiados, 32 residem fora da área de intervenção da AJU.

APOIO ECONÓMICO

Quanto ao Apoio Económico importa salientar que foram concedidos 53 apoios no âmbito do Programa Cascais + Solidário. A rubrica com maior relevância refere-se a despesas com transportes. Considera-se despesas como o transporte para deslocação a consultas médicas, para entrevistas de trabalho, para deslocação a outros serviços, entre outros.

Para além dos transportes, as rubricas do gás, água e eletricidade, são as com maior relevância, o que significa que se trata de um apoio que é utilizado maioritariamente para satisfação de necessidades primárias.

APOIO PARA MEDICAÇÃO

No que diz respeito ao Apoio para Medicação interessa referir que durante o ano de 2018 foram apoiados 49 Agregados Familiares através do Protocolo com a Farmácia de São Gonçalo, o que corresponde a 59 utentes. No entanto, importa salientar que cada utente poderá ser apoiado mais do que uma vez, pelo que foram concedidos 200 apoios, 18 foram apoiados em 100% da compra e 182 em 50%.

No ano de 2018, não houve o Protocolo das Farmácias, da Câmara Municipal de Cascais, mas a

AJU manteve os mesmos critérios com a farmácia protocolada. Existem três razões principais para privilegiar o apoio a 50%:

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

Durante este ano foram suspensos 77 processos. Verifica-se que as principais razões de suspensão dos processos são desistência (52%, que corresponde a 40 processos), cancelamento (18%, que corresponde a 14 processos) e autonomização (17%, que corresponde a 13 processos). No ano de 2018 houve uma grande percentagem de processos suspensos por desistência, considerando-se que são casos de famílias que ao sentirem algum controlo em provar a sua situação de carência, acabaram por abandonar o apoio. Importa também referir que os processos suspensos por autonomização são reflexo de uma melhoria do nível de vida das famílias que recorreram aos apoios do Gabinete de Ação Social.

Numa lógica de acompanhamento integrado e procurando responder às diferentes áreas de carência das famílias, somam-se às respostas do gabinete de ação social os vários projetos de intervenção da Fundação AJU. Sempre que fizer sentido e, com o acordo da família, o gabinete referencia para os projetos.

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, ao longo de 2018 o Gabinete de Ação Social fez articulações nas mais diversas áreas com cerca de 52 outras instituições e parceiros no concelho de Cascais.



2.3. GABINETE DE PSICOLOGIA

Durante 2018 o Gabinete de Psicologia AJU acompanhou **127 crianças**, jovens e adultos em terapia individual – Existencial e Sistémica – bem como famílias em Terapia Familiar. Relativamente à terapia individual foram acompanhadas **67 pessoas**, 22 crianças e jovens e 45 adultos. No que se refere à terapia familiar foram acompanhadas **18 famílias** nas quais, 37 são adultos e 26 são crianças e jovens.

De forma a contribuir para a sustentabilidade do Gabinete, têm sido realizados na Escola da Vida, consultas pagas para pessoas sem factores de vulnerabilidades económica e social, num total de 8 pessoas (4 adultos e 4 crianças/jovens).

No total foram realizadas **516 consultas** realizadas em várias áreas – avaliação psicológica, terapia individual a crianças, jovens e adultos, aconselhamento parental e terapia familiar. Foram realizadas ainda, neste ano, **32 sessões** de triagem e **51 atendimentos** comunitários.





PROGRAMA DE APOIOS PSICOTERAPÊUTICOS (PAP), C.M.C.

No seguimento dos anos anteriores, o PAP foi implementado mais uma vez nas respostas de psicoterapia de apoio e terapia familiar e intervenção sistémica.

PROBLEMÁTICAS CLIENTES EM PROCESSO TERAPÊUTICO (ACOMPANHAMENTO INDIVIDUAL)

No que se refere às problemáticas apresentadas pela população em acompanhamento individual, as de maior frequência são as seguintes:

- Instabilidade emocional (65.52%),
- Eventos traumáticos na história de vida (58.62%);
- Sintomatologia depressiva (53.45%),
- Sintomatologia ansiosa (51.72%),
- Problemas de relacionamento interpessoal (56.55%)

PROBLEMÁTICAS PESSOAS EM PROCESSO TERAPÊUTICO (TERAPIA FAMILIAR)

No que se refere às problemáticas apresentadas pela população em acompanhamento, as de maior frequência são as seguintes:

- Perturbação da dinâmica familiar (95%),
- Problemas de relacionamento interpessoal (55%),
- Crise de reestruturação familiar (40%)



ESCALÕES DE PAGAMENTO

Relativamente aos escalões de pagamento das consultas de apoio individual e terapia familiar, a incidência é maior nos escalões mais baixos (de 1€). Isto vem chamar a atenção para o facto de que as pessoas integradas no gabinete de psicologia serem as que têm menos recursos económicos. Verificámos uma vez mais a importância desta resposta para uma população em sofrimento e sem acesso fácil a este tipo de serviço.

O Gabinete de Psicologia acompanhou ainda os projetos Bebé ao Colo, Recriar, Ser Capaz e Crescer, bem como o atendimento a Mães e Pais das crianças e jovens participantes.



2.4

EQUIPA DE RSI RENDIMENTO SOCIAL DE INSERÇÃO

Manteve-se o trabalho realizado pela Equipa R.S.I. AJU, no âmbito do protocolo estabelecido com a Segurança Social para o acompanhamento de 130 famílias. Assim, ao longo de 2018 foram acompanhadas **204 famílias**, no total de **388 beneficiários** do rendimento social de inserção. Este acompanhamento implicou atendimentos e visitas domiciliárias regulares, bem como todo o trabalho de articulação com os parceiros, acompanhamentos e encaminhamentos para outros serviços. Neste sentido, ao longo do ano foram realizados **1.276 atendimentos**, **1.129 visitas** domiciliárias, **1.313 articulações** (incluindo 87 reuniões), **67 acompanhamentos** e **1.214 encaminhamentos**. Em 2018 foram cessadas 22 prestações de R.S.I..

A Equipa RSI acompanhou ainda os Projetos Bebé ao Colo, Crescer, ReCriar, Virar a Página e Clube Sénior.





Em relação às **atividades** dinamizadas pela equipa, importa destacar:

- A 3ª Feira de Emprego AJU que contou com a participação de **104 pessoas**, 80 dos quais beneficiários RSI. A Feira contou com a participação de 10 parceiros, entre os quais IEFP; GIP's, Gabinete de Emprego da Câmara Municipal de Cascais, Santini e 3 Empresas de Trabalho. Durante a Feira de Emprego foram realizados 465 atendimentos entre os vários parceiros.



- Em parceria com o Aces Cascais, 2 sessões de promoção de saúde mental destinadas a desmistificar os problemas de Saúde Mental e Sensibilizar para os sintomas da depressão (como por exemplo: ajudar a identificar os primeiros sintomas / sinais, compreender a importância do pedido de ajuda, que recursos se encontram disponíveis na comunidade);

- Em parceria com o ACES Cascais, realização de uma sessão de formação de prevenção contra a gripe e sensibilização para os benefícios da vacinação do Tétano junto dos beneficiários AJU com idade adulta e, sobretudo, problemas crónicos de saúde. Compareceram 14 beneficiários.





2.5.

CENTRO DE APOIO FAMILIAR E ACONSELHAMENTO PARENTAL AJU

O Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental (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.

Em 2018, o CAFAP AJU acompanhou um total de 25 famílias, através de diversas modalidades de intervenção, de cariz pedagógico e psicossocial integrando as tipologias de Preservação Familiar, Reunificação Familiar e Ponto de Encontro Familiar.

O CAFAP AJU tem o apoio da Câmara Municipal de Cascais e continua a aguardar pelo Acordo de Cooperação da Segurança Social, tendo apenas o licenciamento aprovado.

A grande maioria das nossas famílias são referenciadas pelos Gabinetes da Fundação AJU e pelos nossos principais parceiros, nomeadamente, a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cascais (CPCJC); a Equipa Multidisciplinar de Assessoria aos Tribunais (EMAT) e o Tribunal de Família e Menores.

No ano de 2018, foram acompanhadas 51 crianças e jovens, sendo que 10 têm processo de promoção e protecção na CPCJ e 10 na EMAT

No que diz respeito às problemáticas associadas destacamos:

- Negligência em relação aos cuidados básicos aos menores (18 famílias)
- Desemprego (7 famílias)
- Divórcios e Litígio parental (6 famílias)
- Ausência / insuficiência de rendimentos na família (5 famílias)
- Ausência de suporte familiar (5 famílias)

Prosseguimos e consolidámos, promovendo:

- Encontros semanais do grupo Lectio Divina com a presença do nosso Pároco, Pe Nuno Coelho,
- Encontros Leigos Amor de Deus Na AJU
- A Pastoral Jovem animada pelo Grupo Pégadas / AJU;
- Passeio a Fátima com o nosso grupo sénior.
- Terço Sénior Semanal
- Retiro na Casa de Sto Inácio no Rodizío



3. CONSOLIDAÇÃO INTERNA

3.1. ASPECTOS GERAIS DA ORGANIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO DA AJU

- Assegurámos doze reuniões de Administração;
- Realizámos encontros Direcção Executiva/ Equipa Geral;
- Realizámos um momento de avaliação com a equipa técnica da AJU nos dias 5 e 6 de fevereiro. Avaliámos todos os projetos com o objectivo de repensá-los e adaptá-los às necessidades dos nossos beneficiários bem como novas estratégias a adotar;
- Realizamos um dia de Team Building no Rodízio, a 24.09.2018.
- Realizámos reuniões regulares (semanais) da coordenação geral com a equipa técnica para discussão/avaliação de casos;
- Garantimos o modelo de funcionamento da AJU, identificando necessidades e dando respostas concretas através das 4 áreas de intervenção;
- Promovemos a avaliação periódica das atividades em curso na AJU;
- Aplicámos sistemas de registo de informação em cada projeto a fim de os monitorizar para podermos analisar resultados;
- 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 algumas paredes exteriores da sede da AJU;
- Garantimos a segurança e vigilância;
- Os regulamentos foram adaptados conforme o Regulamento Geral da Proteção de Dados.





3.2. RECURSOS HUMANOS

- Motivámos e orientámos a equipa para a maximização da sua eficácia e eficiência;
- Adequámos, dentro do possível, o quadro de colaboradores face às necessidades presentes. De acordo com protocolos estabelecidos integrámos estagiários curriculares (ISPA-UI e Escola Profissional Val do Rio) e profissionais;
- Procedemos à avaliação de desempenho dos colaboradores;
- Procedemos à avaliação de satisfação dos colaboradores;
- Planeamos e avaliámos o acolhimento de novos 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;
- Realizámos um Almoço de Natal com toda a Equipa AJU;
- Melhorámos os níveis de qualificação / competências dos colaboradores;
- Promovemos a responsabilidade ambiental.

VOLUNTARIADO

- Realizámos reuniões regulares com voluntários dos diversos projetos;
- Recrutámos e congregámos voluntários, especialmente com os alunos do Colégio Amor de Deus que em 2018 integraram vários projetos da AJU;
- Promovemos várias ações de informação/formação aos voluntários de forma a melhorar a nossa actuação;
- Promovemos um almoço de voluntários no Quiosque “A ver o Parque” dia 17.10.2018;
- Promovida pela CMC, fomos convidados a participar na Cerimónia de Reconhecimento do Trabalho Voluntário;

- Participámos em reuniões sobre este tema na Junta de Freguesia Cascais Estoril, na CMC (Gestão de Projetos de Voluntariado);
- Acolhemos jovens voluntários na VII Semana do Voluntariado Jovem;



3.3. FORMAÇÃO

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

FORMAÇÕES DA EQUIPA TÉCNICA 2018

- Inovação e Tecnologias na Educação – 10 de janeiro a 3 de maio
- Seminário CREST Psychotherapy and Goal Alignment Theory, Roehampton University, Londres, Reino Unido – 19 de fevereiro



- Seminário Critical Thinking, Critical Writing: Synthesizing Reasoning and Research, Roehampton University, Londres, Reino Unido – 21 de fevereiro
- I Encontro Natália Pais – 12 de março
- Conferência promovida pela CPCJ de Cascais - Licença...para amar” - 11 de Abril
- “Para além dos recreios: o que os espaços de brincar oferecem às crianças e “Pais Curiosos: Falamos a brincar?” – Mês do Brincar - 5 de maio
- Workshop pré-Conferência intitulada: “BACP’s new guidance: Exploring ethical research design and ethical problema solving for research in the counselling professions” - 10 de maio
- Conferência British Association for Counselling and Psychotherapy, “24th Annual BACP Research Confrence”. Londres, Reino Unido. - 11 e 12 de maio.
- Sindicato das crianças - 28 de maio
- Workshop – Good Clinical Practice – 18 de julho
- Minorias Étnicas e Inclusão Social - 10 de Outubro
- Formação Alcoólicos Anónimos - 18 de Outubro
- “A pessoa por trás do Ator Social” Encontro RSI - 06 de Novembro
- 1º Encontro do NACJR ACES Cascais - “As Crianças, os direitos e a falta deles...” – 20 de novembro
- Prevenir e Cuidar da Infância - 6 de Dezembro
- Congresso Internacional de Demências
- Sessão “Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo - Algumas notas sobre a lei e a prática judicial”
- VI Jornadas de investigação e intervenção com crianças e jovens
- 1º Encontro do Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco de Cascais; Entidade Formadora: ACES Cascais
- VI Jornadas e Reflexão sobre Investigação e Intervenção com Crianças e Jovens;
- II Seminário Internacional “Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento: Educação, Mobilidade e Emprego”
- 2º Encontro da CPCJ de Odivelas: “Prevenir e Cuidar na Infância”





4. CONSOLIDAÇÃO EXTERNA

4.1. ASPECTOS GERAIS

- Consolidámos e articulámos o 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, reuniões RODA, GEMTE, Desenvolvimento Local de Base Comunitária (DLBS/Factor C);
- Reunimos, ao longo do ano, em vários momentos com a CMC: Vereador de Ação Social/Directores/técnicos, com o objectivo de partilhar os nossos projetos, promovendo soluções em conjunto;
- Desenvolvemos/promovemos contactos 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 o Prior de Cascais, Padre Nuno Coelho, ações e projetos em conjunto;
- Participação na semana do voluntariado jovem;
- Aplicação de questionários à comunidade;
- Promovemos o aumento da satisfação dos beneficiários / colaboradores / parceiros / financiadores.
- Participação na Semana da Coesão Social, promovida pela CMC;
- Participámos na Conferência promovida pela CPCJ em Abril subordinada ao tema “Licença para amar”, em que a Coordenadora do Gabinete de Psicologia, Branca Sá Pires, foi oradora.

4.2. AMIGOS AJU

- Fidelizámos e estabelecemos relações de confiança com a nossa rede de apoio/ parceiros e doadores, nomeadamente Cerb (Consultoria de serviços de apoio à gestão), Grupo Onyria, Grupo Jerónimo Martins, Grande Real Villa Itália Hotel & Spa, Fundação Axa Corações em Ação, Lisgarante, Escola Kairos Montessori, Colégio do Amor de Deus, Santini, bloggers, entre outros.

4.3. SUSTENTABILIDADE

- Promovemos um modelo sustentável e equilibrado de funcionamento;
- Identificámos recursos-chave tendo em vista a inovação, a eficácia e a redução de custos;
- Promovemos a transformação das partes interessadas em parcerias chave visando alinhar objectivos 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;
- Diversificámos as fontes de financiamento investindo em novas respostas e aproveitando recursos (reciclagem de roupa e materiais). Venda de produtos e prestação de serviços;
- Dinamizámos campanhas promovendo a participação da sociedade civil – campanhas de recolha de alimentos no Jumbo de Cascais e Continente do Cascaishopping; participação nas Jornadas de Recolha de Medicamentos promovida pelo Banco Farmacêutico; campanha de recolha de livros escolares.
- Escola da Vida / Igreja da Ressurreição



– Promovemos este espaço que procura proporcionar de forma inovadora um lugar de sentir e reflectir;

- Prosseguimos com o quiosque solidário `A ver o Parque´ visando a sustentabilidade da instituição e promovendo boas práticas de cidadania, fomentado com este negócio um impacto positivo.
- No dia 15 de Março realizou-se o Concerto solidário do Quarteto de Cordas Belvedere no Teatro Gil Vicente em Cascais. Os jovens premiados vieram da Alemanha para tocarem num recital a favor da AJU. Organizado pelos clubes de Cascais Rotary International, Lyons Clubs International, Inner Wheel e Soroptimist International, este encontro de vontades tornou possível a aquisição de computadores portáteis para os jovens do Projeto Crescer.
- Desenvolvemos ações que respeitam 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 – Feira de Natal AJU;
- Contámos com a colaboração de uma PR & Brand Communications manager para promover e divulgar a instituição.
- Utilizámos os meios disponíveis – redes sociais/media/internet – para divulgação da causa e das formas de investimento.

4.4. IMAGEM E COMUNICAÇÃO

- Renovámos a Imagem da AJU (panfletos)
- Reforçámos a imagem da AJU junto das partes interessadas;
- Promovemos a divulgação da AJU enquanto Instituição Privada de Solidariedade Social através de pelo menos duas ações de comunicação, press releases, eventos, vídeos, site actualizado, redes sociais, artigos/revistas/jornais;
- Contámos com a colaboração da voluntária Filipa Galvão, PR & Brand Communications manager para iniciar um trabalho de promoção e divulgação da instituição.
- Utilizámos os meios disponíveis – redes sociais/media/internet – para divulgação da causa.





POR ÚLTIMO, UM AGRADECIMENTO ESPECIAL AOS NOSSOS PARCEIROS

- ACES Cascais
- Ágata Roquette
- Amigos à Mão - Cascais
- Banco Alimentar de Lisboa
- Bloggers: Sofia Cotrim – Blog: Mundo de Sofia, Sónia Morais Santos – Blog: Coco na fralda, Rita Ferro Alvim – Blog: Socorro Sou Mãe
- By
- Câmara Municipal de Cascais
- Century 21
- Cesce Imobiliária
- Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Cascais
- Congregação das Irmãs do Amor de Deus
- EDP - Programa de Voluntariado EDP
- Entreatuda - Banco de Bens Doados
- Escoteiros de Cascais
- Farmácia das Fontainhas
- Farmácia do Alto da Castelhana
- Farmácia S. Gonçalo
- Fundação AXA Corações em Ação
- Grupo Onyria
- Instituto da Segurança Social
- Instituto do Emprego e Formação Profissional
- ISPA -IU
- Nova School of Business & Economics - Programa de Voluntariado
- Ordem dos Psicólogos
- Paróquia de Cascais
- Pegadas

- Salesforce
- Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial (SPPE)
- Universidade Católica Portuguesa
- Zero desperdício

APOIOS E PROBONOS

- Brunosoft - Serviços de Informática
- CARMO Estruturas
- CERB - Contabilidade e Gestão, S.A.
- Cláudia Rodo - Design gráfico
- Delta Cafés
- Filipa Galvão – PR & Branding Communications
- Gândara - Reciclagem de Papel
- Gelcon - Olá
- Grande Real Villa Itália Hotel & Spa
- Grupo Auchan
- Grupo Jerónimo Martins
- H Sarah Trading - gestão e reciclagem de têxteis
- Micolândia
- M.J. Machado Ávila & Associados
- Modelo e Continente Supermercados SA
- Morais Leitão, Galvão Teles, Soares da Silva & Associados
- Netspot - design interactivo e webdesign
- Lisgarante
- SendIt
- Wall - up

RENOVAR O MUNDO PELO AMOR



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

www.ajusera.com