



# Relatório de Atividades 2021

## RELATÓRIO 2021

30 anos VIVA!!

A Ajuda de Mãe fez em Agosto 30 anos. Muito festejados internamente e deixamos os festejos mais públicos para 2022, já que 2021 ainda foi um ano “pouco normal” com muitas incertezas e em que o foco foi, como sempre, apoiar grávidas e mães de modo a que esse apoio melhore a vida da família.

E também a Escola do Arco fez 10 anos. 10 anos a receber meninos e a ajudá-los no seu desenvolvimento.

Neste ano de aniversários queremos dar os parabéns a todos os colaboradores da Ajuda de Mãe, principalmente os atuais mas também que, ao longo destes 30 anos, ajudaram a fazer da Ajuda de Mãe um verdadeiro apoio para tantas e tantas grávidas que por aqui passaram. E lembrar também os voluntários que, de uma forma sempre tão amiga, apoiam o trabalho realizado dando o seu tempo e a sua experiência de trabalho e vida.

E porque a Ajuda de Mãe é uma organização da comunidade que faz o trabalho em rede, agradecemos a todos os parceiros que facilitaram e complementaram a intervenção junto de cada mãe e cada família, a formação, a integração laboral e ainda a todos os mecenas, patrocinadores e amigos que com os seus donativos contribuem para tornar melhor o apoio a grávidas e famílias.

2021 não foi um ano “normal” mas foi possível fazer mais dentro das condições existentes e das contingências que continuaram a existir, o apoio da Ajm chegou a todas as mães que nos procuraram qualquer que fosse a sua necessidade.

Foram mesmo atendidas algumas mães fora do âmbito da Ajm – grávidas e mães com bebés até 6 meses e adolescentes com bebés até 2 anos, para encaminhamento ou mesmo para suprir algumas necessidades até a situação estar regularizada. Este acompanhamento foi feito em todos os gabinetes em que a Ajuda de Mãe está presente mantendo a reestruturação feita em 2020, ou seja: fazendo atendimentos à distância com atendimentos presenciais e visitas domiciliárias em alturas chave da gravidez e depois do bebé nascer a fim de assegurar um acompanhamento completo e mais fácil de cada família, maior sustentabilidade, maior flexibilidade, mais empoderamento digital.

Mantivemos os workshops de capacitação parental agora com o nome “Conversas sobre...” e com uma periodicidade semanal e uma calendarização que acompanha cada grávida e cada mãe esclarecem dúvidas, informam e capacitam para estas novas fases da vida de cada mulher. Os grupos de partilha/aquisição de competência pessoais e sociais integrados no Programa Ser+Mãe continuaram e são um apoio para as mães que se sentem mais sozinhas.

E porque é importante que as mães adquiram mais competências que lhes facilitem a integração no mercado e trabalho desenvolvemos várias ações Capacita-TE, programa em módulos que vão ao encontro das necessidades profissionais de cada mulher.

Abrimos à comunidade o Emprega-TE, clube de emprego e através de várias parcerias de que destacamos o programa Incorpora da Fundação La Caixa, reintegramos muitas mães em trabalho

As residências estiveram sempre com a sua capacidade completa e também nas casas foi complicado gerir admissões, confinamentos, baixas médicas, mantendo um acompanhamento de qualidade às 28 mães e 26 bebés acolhidos.

Reabrimos o Gabinete da Amadora graças à cedência de espaço pela Junta de Freguesia da Venteira

Trabalhamos na atribuição de acordo de CAV atendimento ao Gabinete de Santarém, depois de uma candidatura ao PROCOOP mas as exigências burocráticas estão a dificultar muito o processo

E assim foi possível:

- SOS Grávida: resposta a 2244 contactos
- Grávidas/Mães atendidas: 1288
- Grávidas/Mães acompanhadas 1238, das quais 802 foram atendidas pela 1ª vez
- Apoios alimentares: 1308
- Enxovais distribuídos: 458
- Produtos de higiene distribuídos: 2055
- Nº de mulheres integradas no mercado de trabalho: 332

## ATENDIMENTO



**SOS GRÁVIDA**  
 Tel. 21 3862020 | 808 20 11 39  
[sosgravida@ajudademae.pt](mailto:sosgravida@ajudademae.pt)  
 Horário alargado das 09H00 às 23H00

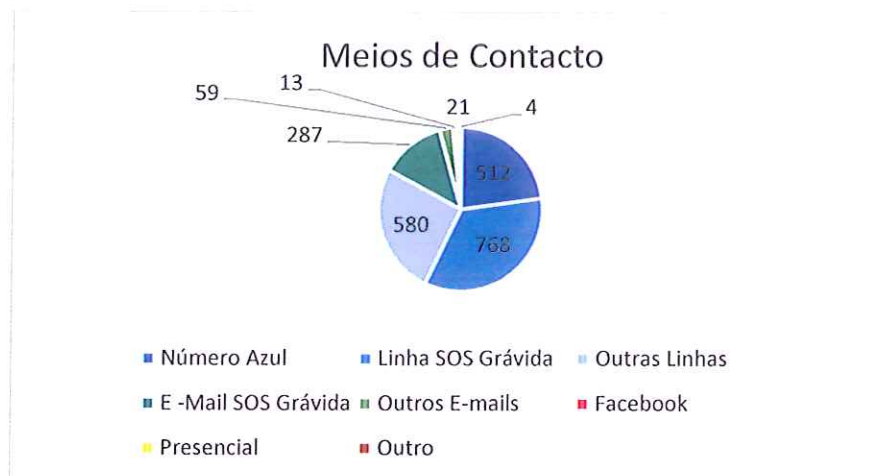
[www.ajudademae.pt](http://www.ajudademae.pt)

O SOS Grávida é um serviço de acesso rápido e fácil (por telefone, email ou redes sociais institucionais) e de resposta imediata, para informações e dúvidas relacionadas com gravidez, sexualidade e planeamento familiar e ainda se passou a dar resposta imediata aos pedidos de apoio institucional, conseguindo-se desta forma uma resposta pronta e mais eficaz às necessidades de quem pede ajuda, com

uma melhor agilização dos encaminhamentos para serviços (internos e externos) quando necessário, o que constitui uma mais valia na solução dos problemas apresentados.

No ano de 2021 foram recebidos um total de 2244 contactos, dos quais 1860 chamadas telefónicas e 359 contactos eletrónicos (346 e-mails e 13 mensagens através das redes sociais Facebook e Instagram). Foram ainda contabilizados para esta contagem 21 contactos presenciais (pedidos de apoio institucional) e 4 incluídos no campo outros.

A página de Facebook do SOS Grávida conta com um total de 1250 seguidores e 1226 gostos



### ATENDIMENTO/ ACOMPANHAMENTO

Acompanhamos grávidas e famílias para que se sintam acompanhadas, para que adquiram competências que necessitam para receber o seu bebé e para melhorar a sua vida, para que estejam emocionalmente bem. A gravidez é uma altura de grandes mudanças e é aproveitando esse facto que queremos incentivar a capacitação e cada mulher que nos procura, quer na parentalidade quer no ganho de competências pessoais, sociais e laborais de modo a que juntamos ainda as competências digitais tão importantes no mundo actual.

Acompanhamos as Grávidas e Mães nas necessidades sociais, com consultas de psicologia e na distribuição de géneros de 1ª necessidade. Os atendimentos sociais e as consultas de psicologia são descentralizados com o polo da Grande Lisboa (7 Gabinetes) e Santarém.

## ATENDIMENTO DIRECTO



Temos famílias que nos procuram para um atendimento pontual, para suprir alguma necessidade normalmente relacionada com produtos para o bebé. Outras que nos procuram com bebés mais velhos com necessidades relacionadas com o bebé e com quem é feita um trabalho de capacitação para o emprego. Com todas, é definido um projeto de vida centrado na aquisição das competências parentais, pessoais e sociais que permita que no fim do apoio tenhamos mulheres mais autónomas e competentes. Na concretização deste projeto de intervenção são feitos os encaminhamentos necessários para outros serviços da Ajuda de Mãe e da Comunidade num trabalho concertado e em parceria. essenciais para um acompanhamento com sucesso, nomeadamente os que permitem diminuir as situações de pobreza em que muitas mães chegam à Ajm

Em 2021 foram atendidas 1288 Mães/famílias e acompanhadas 1238 Mães/Famílias, das quais 802 pela 1ª vez, num total de 5190 atendimentos.

	lisboa	Amadora	oeiras	loures	odivelas	queluz	santarem	corroios	total
Mães atendidas pontualmente	24		2				24		50
Mães acompanhadas	217	173	50	192	161	191	103	151	1238
1º atendimentos marcados	193	142	29	115	115	164	72	129	959
1 atendimentos feitos	173	119	26	89	90	135	71	99	802
Atendimentos marcados	1137	790	212	833	928	1321	568	713	6502
Atendimentos feitos	789	758	158	686	495	1068	567	669	5190
Visitas domiciliárias	11	90	1	11	42	135	15	11	316
enxovais	137	43	14	52	64	67	44	37	458
Casos finalizados com sucesso	125	86	22	65	74	63	49	65	549
Casos interrompidos	36	21	13	12	13	8	16	18	137
Apoios alimentares	246	278	9	310	105	279	-	81	1308
Apoios de higiene	81	50	9	74	57	87	.	40	398
Produtos higiene para o bebé	68	39	35	87	70	65		34	398
Pacotes de Fraldas e toalhas	350	250	114	635	210	470	269	240	2115
roupa	40	81	23	49	62	54	33	72	
Outros produtos para bebés	57	48	35	64	75	65	56	53	

### Quem acompanhamos:

A caracterização das famílias acompanhadas varia pontualmente de gabinete para gabinete mas são, na sua maioria, monoparentais femininas, (70%) grávidas (45%), recém mães (35%) ou mães com bebés mais velhos, socialmente desfavorecidas, com carências várias, económica, habitacional, desemprego, necessidade de formação parental e falta de suporte sócio-familiar/fraca rede de apoio familiar, que podem ter como consequência falta de condições para receber e criar dignamente o seu filho e portanto originar situações de exclusão.

São Mães maioritariamente adultas (80%), em que o maior nº tem idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos, oriundas, em maior percentagem de Portugal 55% seguidas pelos Palop e outros migrantes

São ainda famílias em que 60% já têm pelo menos o 9º ano e 8% uma licenciatura. Continuam a recorrer aos serviços da Ajuda de Mãe, maioritariamente clientes em situação de desemprego, contudo o número de mulheres empregadas com vínculo laboral tem aumentado. Salienta-se ainda o facto de muitas Mães se encontrarem numa situação irregular no país.

### Porque nos procuram:

	lisboa	Amadora	oeiras	loures	odivelas	queluz	santarem	corroios
Apoio social	174	163	44	145	153	123	98	120
Apoio psicológico	48	18	13	63	19	24		12
Formação parental	19	116	26	70	89	54	22	111
Apoio em generos	162	154	9	126	158	132	27	149
acolhimento	17	7	0	4	3	4	2	9
Integração profissional	27	94	12	30	69	43	10	86
Formação escolar e profissional	10	-----		3	4	3	54	
Apoio na legalização	7	-----		1	66	2	0	
outros				1				

Tem reuniões de supervisão e discussão de casos com docentes da Licenciatura de Serviço Social da UCP

### GABINETE DE PSICOLOGIA

#### Gabinete de Psicologia

Rua Arco do Carvalho, nº282  
1350-026 Lisboa  
21 382 78 50  
psicologia@ajudademae.pt

Uma vivência harmoniosa da gravidez  
Prevenir dificuldades emocionais no pós-parto  
Uma parentalidade positiva, responsável e saudável



*"Olá, boa noite! Eu sou a Amanda e essa aqui é a Jasmine. A Jasmine é minha filha, ela tem um ano de idade. Desde que a Jasmine nasceu, basicamente quando ela tinha três meses de vida que eu sou acompanhada na Ajuda de Mãe. E ser acompanhada pela parte psicológica da Ajuda de Mãe, para mim foi fundamental! Eu sou*

*imigrante, não tenho pai, não tenho mãe, não tenho irmãos. O restinho da minha família que sobrou está lá no Rio de Janeiro. Ter o apoio psicológico foi uma válvula de escape para que eu pudesse perceber as minhas dificuldades e ultrapassá-las, como mãe e como mulher.*

*Eu agora tenho essa princesa aqui que já está quase a caminhar e acredito que a terapia com a psicologia, ela é uma parte importante na nossa vida em todos os sentidos, principalmente após a maternidade. Um beijo para vocês e um obrigada!"*

O Gabinete de Psicologia continuou a promover, como sua atividade principal o acompanhamento psicológico de suporte individual a jovens, adultos e famílias na área da gravidez e da parentalidade. Foram atendidas 392 Mães nos vários gabinetes, 365 das quais eram acompanhadas também no atendimento direto e 27 que só procuraram o apoio da Psicologia num total de 276 rastreios e 2317 consultas. Muitas das consultas foram também feitas on-line o que permitiu apoiar mães de maior área geográfica e estas foram contabilizadas no gabinete de Lisboa. O gabinete integrou uma nova psicóloga e 2 estagiárias de mestrado e saiu a coordenadora do gabinete.

Conta com a supervisão externa da Dra. Conceição Faria.

Fonte de Encaminhamento/Local de Atendimento	Residências de Acolhimento															
		Lisboa		Amadora		Loures		Corroios		Queluz		Odivelas		Oeiras		2021
		AD	P	AD	P	AD	P	AD	P	AD	P	AD	P	AD	P	
Nº total de consultas marcadas	263	473	142	278	14	426	3	260	6	729	53	228	12	174	5	3066
Nº total de consultas efetivadas	213	371	110	168	13	344	2	181	6	548	50	160	8	138	5	2317
Nº de clientes atendidos	24	62	16	34	1	70	1	44	1	76	4	33	3	22	1	392
Nº de casos em acompanhamento	24	62	16	34	1	70	1	44	1	76	4	33	3	22	1	392
Nº de rastreios psicológicos efetivados	14	37	10	30	0	36	0	36	1	70	0	25	2	15	0	276
Nº de rastreios psicológicos marcados	14	52	12	37	0	46	0	44	1	89	0	48	4	22	0	369
Nº de visitas domiciliárias		5				10			3	2		1		3		24
Nº de casos concluídos com êxito	5	9	4	7	0	24	0	11	1	45	3	8	0	10	1	128
Nº de casos concluídos por incumprimento projeto de intervenção	5	21	3	11	0	15	0	19	1	6	0	9	1	1	1	93
Nº de casos retomados	Local	4	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	7

## ACOLHIMENTO



O Acolhimento de Mães é feito em 3 residências que correspondem a problemáticas distintas: Residência Temporária de Gravidas Adultas (res1), Residência Temporária de Gravidas Adolescentes(res2) e Casa João Paulo II- Residência de Mães Adolescentes com filhos(res3).

O objetivo destas casas, variando com a idade e as necessidades apresentadas pelas Mães, é acolher e realizar um plano de intervenção específico para cada mulher com o seu(s) filhos, de acordo com as suas competências, ambições e projeto de vida. Este plano trabalha a promoção de competências pessoais, sociais e parentais, para que futuramente saibam responder às solicitações que a vida lhes apresente, de modo responsável, consciente e refletido, assegurando o seu bem-estar e dos seus filhos. O tempo de permanência varia em cada casa sendo maior na Casa João Paulo II, mas pretende-se sempre que as Mães saiam com autonomia: com habitação, emprego, Bebê em creche e sempre que possível uma rede de apoio, esta última de maior relevância no caso das Mães adolescentes.

As Mães acolhidas são encaminhadas por técnicos da comunidade ou no caso das mães adultas o pedido de acolhimento pode ser feito pelas próprias. O acolhimento das mães adolescentes é sempre tutelado por uma medida de promoção e proteção.

Em 2021:

Mães acolhidas:28

Crianças acolhidas:26

Saídas com autonomia:2

Abandono do acolhimento:1

Admissões:4

Pedidos de admissão:32

Cada residência tem o seu plano de atividades que visa sempre a formação pessoal e parental mas pretende-se que funcionem com um ambiente familiar desenvolvendo cada mãe hábitos e rotinas que facilitam depois a sua saída.

As residências funcionam numa articulação estreita com as atividades desenvolvidas na sede e as mães são encaminhadas para todos os erviços da Ajuda de Mãe e da comunidade que promovam a sua integração plena

Foram admitidas novas colaboradoras para responsáveis das res1 e res2 e ainda 3 ajudantes de ação direta

## FORMAÇÃO

A Formação para aumento de conhecimentos e competências é importante na Ajuda de Mãe. Importante para a equipa porque se mais conhecedora e competente, melhor será o seu trabalho no apoio às famílias. Importante para as Mães assegurando um melhor cuidado aos seus filhos. Importante para as Mulheres porque se mais competentes, melhor irão desempenhar o seu papel como membros ativos da sociedade.

A formação pessoal e parental é transversal na Ajm fazendo parte do acompanhamento diário. Mas tem ainda vários espaços formativos como um complemento mais efectivo, com um efeito positivo numa vivência harmoniosa e saudável da gravidez, preparando os futuros pais /famílias para melhor cuidarem dos seus filhos após o nascimento e nos primeiros tempos de vida do bebé e dando-lhes ferramentas para melhorarem a sua vida, aumentando as suas competências e potenciando as suas capacidades, nomeadamente no que se refere ao emprego.

### Conversas sobre...



Cuidados pessoais a grávidas e mães



Sessões de aprendizagem, partilha e esclarecimento de dúvidas na área da gravidez e parentalidade, estruturados em temas importantes face à fase vivenciada e sempre animados por um convidado externo que colabora com a sua experiência no tema

Abertas à comunidade e divulgadas nas redes sociais continuam a ser realizadas através da plataforma Teams e isso é considerado uma oportunidade de melhoria já que aumentou em muito a frequência exterior de todo o país (houve mesmo mães do estrangeiro e uma mãe internada no hospital) e facilitou muito a presença dos convidados.

Número total de sessões dinamizadas: 37

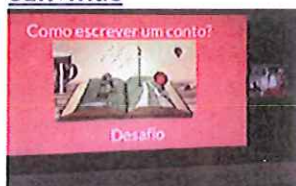
Número total de presenças | participações: 754

Número total de horas de formação: 93h45min

Volume de formação total: 1939,5

*"- Achei muito interessante pela primeira vez. Gostei muito e estou a gostar muito de assistir. Agradeço a todos pela experiência e pude esclarecer muitas dúvidas e foi muito bom. Quero participar em mais workshops e tirar muitas dúvidas e continuem a oferecer vários workshops."*  
Estou grávida e agora? 15/04/21

### SER+Mãe



Espaço de capacitação pessoal e formação parental e partilha de experiências para mães grávidas e mães com bebés até 2 meses. Este espaço usufruiu de uma estrutura com conteúdos pré-definidos, mas flexíveis, baseados nos interesses, características e necessidades da população-alvo.

Foram utilizados métodos ativos centrados nas grávidas/mães e nas suas capacidades, incentivando o seu envolvimento, iniciativa, autonomia e partilha de saberes.

Realizaram-se 73 sessões com um total de 90 mães envolvidas e encaminhadas pelas técnicas de atendimento

*"Vale sempre a pena estes momentos de partilha."* – testemunho de uma participante retirado do bate-papo da sessão zoom.

*"Estou muito feliz e satisfeita por fazer parte deste grupo da Ajuda de Mãe tenho aprendido muito e tem sido muito satisfatório e muito obrigado mesmo pelo ensinamento que nos têm dado."* – testemunho de uma participante retirado do bate-papo da sessão zoom. Fev 21

### ESPAÇO GRÁVIDA

Espaço de preparação para o parto, destinado a todas as grávidas com mais de 28 semanas de gravidez e acompanhantes, onde para além de temas relacionados com a gravidez e o parto são ensinados exercícios facilitadores do parto.

Em 2021, este serviço continuou a ser realizado on-line para grupos de 10 grávidas e teve a frequência de 119 mulheres com idades gestacionais entre as 28 e as 39 semanas. Destas 3 foram encaminhadas pela linha SOS Grávida, 2 encaminhadas pelo Projeto Semente (Hospital Fernando da Fonseca) e as restantes encaminhadas por gabinetes/serviços da Ajuda de Mãe. As idades das grávidas variaram entre os 15 e os 40 anos

#### **FORMAÇÃO CONTÍNUA/SUPERVISÃO – EQUIPA TÉCNICA**

No sentido de garantir a qualidade da intervenção institucional, a Ajuda de Mãe promove o constante desenvolvimento de competências técnico-profissionais dos colaboradores da Instituição – equipa técnica e uma continua atualização dos conhecimentos nas áreas a intervir. Foi realizada formação sobre Proteção Social na maternidade e ainda sobre Imigração. Dada a normalização da formação on-line esta tornou-se mais acessível e foram 30 as ações de formação frequentadas pelos elementos da equipa técnica e apoio administrativo

A Ajuda de Mãe está envolvida no programa LeapFrog da NovaSBE de capacitação das Entidades da economia Social que, numa optica de sustentabilidade, desenvolve connosco vários trabalhos e formações.

A equipa de psicologia tem sessões de supervisão mensal com a Dra Conceição Faria e a equipa do atendimento direto tem supervisão mensal e discussão de casos com o apoio de docentes da licenciatura de Serviço Social da UCP

#### **CAPACITA-TE**



**CAPACITA-TE**



Cursos de formação para a empregabilidade, destinadas à população institucional com bebés acima de 3 meses ou outras pessoas não acompanhadas, que estejam em situação de emprego ou de emprego precário com vista à sua integração laboral.

Estes cursos são constituídos por módulos de formação que se debruçam sobre temáticas tão variadas como: SoftSkills, Técnicas de procura de emprego, Entrevistas de Emprego, Empreendedorismo, Formação pessoal e social, onde se pretende transmitir conhecimentos e competências sobre diferentes questões ligadas à atitude individual face ao emprego, à procura de emprego e à inserção dos indivíduos na vida ativa e manutenção da atividade profissional.

Foram dinamizados 4 cursos com formadores convidados, frequentados por 60 pessoas e corresponderam a um total de 120 horas de formação.

#### **ESCOLA DE MÃES**

A “Escola de Mães” é um projeto que pretende prevenir o abandono/insucesso escolar em grávidas e mães adolescentes que recorrem aos serviços da Ajuda de Mãe, por iniciativa própria, encaminhadas por outros técnicos da comunidade ou de instituições parceiras.

A “Escola de Mães” propõe a frequência escolar através de uma plataforma disponibilizada pela Escola Fonseca Benevides – EDI, complementada por uma educação pessoal e social das grávidas/puérperas adolescentes nas áreas da gravidez, maternidade, saúde e cidadania; e ainda os Tempos Livres, um conjunto de ateliers ocupacionais e atividades várias que procuram valorizar o potencial de cada jovem e proporcionar algumas novas experiências enquanto jovens e com os seus bebés

No ano letivo 2020/2021 acabaram com sucesso todas as 9 alunas inscritas na Escola de Mães – vertente escolar. Frequentaram os tempos livres 23 jovens com os seus bebés em versão mista-atividades presenciais e atividades on-line

No Ano letivo 2021/2022 começaram a frequência 10 grávidas/Mães adolescentes

Nos Tempos livres do Natal realizaram-se atividades de valorização pessoal relacionadas com a época

A Escola de Mães é apoiada pela Sala de Bebés fomentando uma relação mais próxima entre Mãe e bebé

A Fundação Canda apoia o funcionamento da Escola de Mães

### PROJECTO MÃE ADOLESCENTE

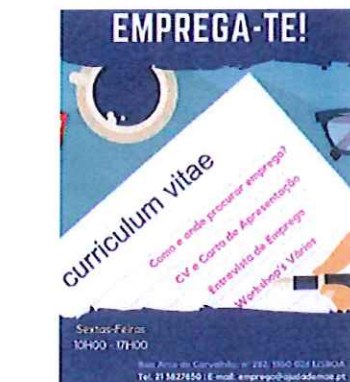
Com o apoio do prémio BPI Infância este projecto visa a promoção do desenvolvimento pessoal e social das grávidas e mães adolescentes, através de um acompanhamento bio-psicossocial sistemático que permita a prevenção do abandono escolar, o desenvolvimento das competências pessoais, sociais e parentais com vista à autonomia de mãe+ bebé, indo ao encontro das reais necessidades e recursos das adolescentes integradas no projeto e das famílias.

No final do projecto 96% estavam inseridas em cursos profissionais, ensino regular ou mesmo inseridas no mercado de trabalho

Todos os bebés estavam inseridos em equipamento de infância, excepto 3 que frequentaram a Sala de Bebés da Ajuda de Mãe

A intervenção sistemática junto das adolescentes e das famílias complementada com uma formação pessoal e parental abriu caminho para um aumento de competências e de qualidade de vida para Mãe e Filho, permitindo tirar conclusões e adoptar a metodologia em futuros casos a acompanhar.

### INSERÇÃO PROFISSIONAL



A inserção profissional é uma área a que continuamos a dar especial atenção já que muitas das Mães perderam o seu emprego durante a gravidez e deparam-se com uma nova realidade por causa do bebé, outras que precisam de um posto de trabalho de modo a poder ter meios de autonomia. A partir do 2º mês após o nascimento do bebé as mães são acompanhadas dando especial ênfase às questões da integração profissional e do emprego, sendo encaminhadas para o Capacita-TE para formação e para o Emprega-TE para fazer uma procura activa de emprego orientada, elaboração de CV, resposta a ofertas de trabalho, ou para outras estruturas da comunidade

A Ajuda de Mãe continua a fazer parte do Programa Incorpora da Fundação La Caixa para promoção do emprego e integrados nesse programa cada Mãe candidata a emprego frequenta

um programa de avaliação de competências – Mais Competências que permite uma avaliação das áreas de maior deficit de capacitação e é um bom indicador do trabalho a desenvolver na área da empregabilidade.

Pertencemos à Rede Emprega do Vale de Alcântara e ao grupo de Emprego do CLAS de Lisboa.

Foram integradas profissionalmente 332 mães, através do Emprega-TE, do Incorpora ou mesmo do serviço de atendimento direto. 14 foram encaminhadas para esquemas de formação profissional.

O Emprega-Te apoiou 123 mães em situação de procura ativa de emprego num total de 678 atendimentos. Foram integradas profissionalmente 88.

Através do Programa Incorpora acompanhamos 163 beneficiários nem total de 1483 atendimentos. Foram integrados profissionalmente em propostas Incorpora 19 beneficiários e 107 integrados em ofertas fora da rede Incorpora

#### Outros dados incorpora;

N.º de Empresas prospetadas: 84

N.º de Visitas realizadas: 48

N.º de Ofertas angariadas: 40

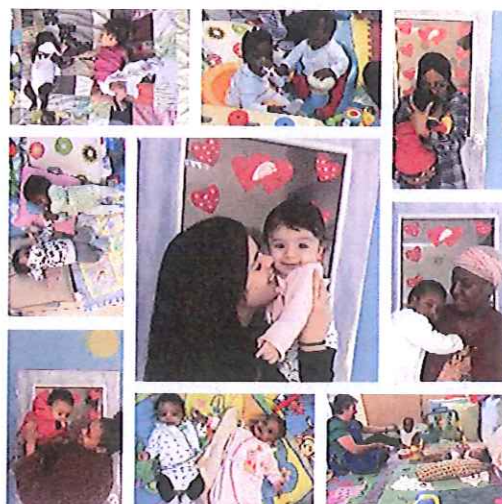
N.º de empresas fidelizadas: 31

Também o Mães à Obra, gabinete de logística e espaço de aquisição de competências para o emprego continuou a trabalhar assegurando também a sustentabilidade das Mães desempregadas.

Foram integradas no “Mães à Obra” 23 Mães que realizaram trabalhos diversos, tais como preparação de doces e bolachas e cabazes, separação de ginja, envelopagem e brindes. A Unilever é já nossa cliente há alguns anos para o manuseamento de brindes

#### Sala de Bebés

constitui-se como um valioso apoio do acompanhamento efectuado às Mães. Teve uma media mensal de 12 bebés inscritos, bebés de mães da Escola de Mães, em trabalhos pontuais ou cujas ocupações escolares ou profissionais lhes permitem deixar os bebés na Ajuda de Mãe. Conta com o apoio de voluntários de vários projectos universitários e destacamos o apoio do voluntariado da Impactrip que já há vários anos acompanha a sala de bebés



## ESCOLA DO ARCO



A Escola do Arco é um equipamento socio-educativo que abrange creche - 69 crianças, e pré-escolar - 60 crianças. Desenvolve o seu trabalho num horário diário alargado sem interrupções anuais, sendo um valioso contributo para as famílias.

Num ano pouco normal foram tomadas todas as precauções para garantir um funcionamento seguro sempre em articulação com os pais e a delegada de saúde o que não evitou alguns fechos temporários de salas, mas sem consequências graves.

E já que as visitas exteriores eram muito condicionadas a equipa educativa concebeu algumas atividades como o Zoo Escola do Arco que foi um sucesso.

Publica mensalmente o jornalinho com notícias sobre a Escola

Passou a beneficiar de uma plataforma de comunicação diária com os pais

Foram executadas algumas obras de qualificação do Espaço coberto exterior com a aplicação de relva sintética.

## VAMOS DAR DE MAMAR



O Vamos Dar de Mamar é um projecto de promoção do aleitamento materno.

Em 2021 respondeu a 2637 chamadas de informação e esclarecimento de duvidas da linha móvel, facebook, mail e whatsapp. Realizou 743 visitas domiciliarias de apoio a mães recém chegadas da maternidade encaminhadas pela Ajuda de Mãe ou qu procuram o projecto por si, onde além do apoio ao aleitamento em vários casos foi feito apoio na chegada do Bebê, cuidados a prestar e esclarecimento de duvidas quanto ao choro e sono

Parceiro no projecto Juntos pelo Aleitamento Materno que integra o Aces da Amadora e de Sintra e o Hospital Fernando da Fonseca

Promoveu 6 formações on-line sobre aleitamento materno, suas dificuldades e beneficios

## NEGOCIOS SOCIAIS

### BY AJUDA DE MÃE

É um projecto de reutilização de materiais e combate ao desperdício. Em Lisboa está mais ligado ao aproveitamento de excedentes alimentares, ao combate ao desperdício e à reutilização de donativos sem valor para as mães. Em Santarém e com o apoio do premio BPI Solidário, mais vocacionado para a reutilização têxtil através da marca RE\_USE; sempre acompanhando a capacitação e desenvolvimento de competências das Mães. É um negocio já com resultados significativos, principalmente através da venda de cabazes de produtos feitos na Ajuda de Mãe. Contamos com a colaboração valiosa da plataforma [www.comprasolidaria.pt](http://www.comprasolidaria.pt)

## AJUDA EM CASA



Assumimos a Ajuda em Casa como um negócio Social de prestação de serviços domésticos, lavandaria e catering. Em 2021 o nível dos serviços foi ainda menor mas a Ajuda em Casa colaborou na confeção de almoços da rede alimentar da Camara de Lisboa o que permitiu a integração de 1 colaboradora

A Ajuda em Casa presta serviço a cerca de 40 clientes com um total de 10 funcionarias.

## EQUIPA

Para este trabalho com as mães e as famílias, a Ajuda de Mãe conta com uma equipa multidisciplinar de 70 colaboradores que dinamiza os diversos serviços e actividades segundo uma filosofia e os valores da Ajuda de Mãe, os regulamentos e procedimentos. Para melhorar a qualidade dos serviços foram reformulados alguns dos regulamentos e o processo do Cliente. No sentido de assegurar a participação dos colaboradores no planeamento e dinâmica organizacional foram realizadas 24 reuniões de equipa on-line, e reuniões mensais de cada serviço; na Escola do Arco foram realizadas 26 reuniões de serviço.

Foram integrados 7 estagiários académicos e 7 novos colaboradores (com 4 colaboradores em regime de substituição). Foram acompanhados ainda estudantes de Medicina num modulo do 1º ano do Curso, e acompanhados 10 trabalhos académicos.

## EVENTOS

Realização de 2 feiras para as mães escolherem a roupa que precisam para os seus filhos na mudança de estação.

Festa de Natal das mães na Sede.

Arraial dos Santos Populares

## COMUNICAÇÃO E DIVULGAÇÃO

Participamos em diversas feiras de solidariedade para divulgação da Ajuda de Mãe e dos produtos confeccionados e para angariação de fundos em Lisboa e Santarém

A Ajuda de Mãe reformulou o site com o apoio de alunos da Nova Sbe

As paginas de Facebook da Ajuda de Mãe tal como o instagram têm um nº crescente de seguidores e gostos.

## E AINDA

Continuamos com a cedência da loja em Campo de Ourique para Loja Solidaria onde se escoam alguns dos produtos que não têm utilidade para as nossas Mães e famílias, constituindo

um fator de sustentabilidade para a Ajuda de Mãe. Muito agradecemos à Graciete e à sua equipa de voluntários.

Foram elaborados diversos projetos para candidaturas a Programas e Prémios

Dinamizamos Actividades de Enriquecimento Curricular em 2 escolas do Conselho de Oeiras e Apoio ao Prolongamento de Horário em 2 escolas com a parceria da Empresa Vitaminar

A **Sustentabilidade Ambiental** é uma preocupação da Ajuda de Mãe que incorpora essa vertente em todas as suas formações às Mães e colaboradores.

Foi reavaliada a quantidade de documentação a pedir para os processos, diminuindo o nº de fotocópias, e a comunicação é maioritariamente através da internet.

Há sempre uma opção por produtos mais amigos do ambiente e uma preocupação constante pelo combate ao desperdício, nomeadamente o BY Ajuda de Mãe projeto de reciclagem e aproveitamento de excedentes que alia Sustentabilidade ambiental com Sustentabilidade Financeira

Eliminamos progressivamente o uso de plástico, nos enxovais e catering

A Escola do Arco é uma Eco Escola.

### DONATIVOS

Os donativos financeiros são uma importante fonte de receita para a Ajuda de Mãe e espelham a credibilidade da instituição.

As doações financeiras, a consignação do IRS, o serviço SER Solidário e o PAYShop permitem manter a formação e ajudar a manter as residências de acolhimento.

Graças ao contributo de vários doadores é possível o apoio em géneros e artigos de bebé, assim como de produtos de higiene às famílias acompanhadas; destacamos o apoio da Unilever pela sua regularidade em produtos de higiene.

As doações regulares em alimentos do Pingo Doce e Jumbo e Banco Alimentar assim como pontuais de outras empresas e particulares permitem a diminuição da carência alimentar de muitas famílias assim como o acesso a alimentos saudáveis.

Agradecemos a todos particulares e empresas que nos ajudam.

### RECEITAS

No âmbito dos Acordos com a Segurança Social, mantemos os acordos de CAV para as residências e para o Atendimento/Acompanhamento e um acordo de Creche. A comparticipação do iefp no âmbito dos estágios profissionais são também subsídios de funcionamento. Como receitas temos ainda os donativos, as multas provenientes de penas de tribunal, a consignação do IRS, o serviço SER Solidário e o Payshop assim como algumas receitas provenientes do facebook.

As vendas de serviços incluem as mensalidades da Creche e Pré escolar e os serviços de catering, apoio doméstico, lavandaria e engomadoria prestados pela Ajuda em Casa assim como as vendas dos produtos By Ajuda de Mãe: cabazes e re-use.

### CUSTOS

O maior encargo da Ajuda de Mãe continua a ser os gastos com o pessoal, sempre crescente Será um custo difícil de reduzir já que os acordos de cooperação obrigam a quadros de pessoal definidos e precisamos de uma equipa competente para o trabalho a desempenhar. Tem sido

feito um esforço para contrabalançar esse montante com recurso a projectos que financiem o pessoal envolvido. Tem sido também feita uma gestão de pessoal recorrendo a apoios à contratação do IEFP.

Tem também sido feita uma gestão cada vez mais cuidada dos recursos que temos e do seu aproveitamento de modo a diminuir as despesas

O Resultado Líquido do exercício de 2021 foi de 12.298,68€

O resultado do exercício será levado a Resultados Transitados

Lisboa, 1 de Abril de 2022

A DIREÇÃO

*Adelina Rixosa Duarte*