



Relatório de Atividades e Contas 2018



ÍNDICE

Síntese.....	3
Introdução.....	4
Projeto “Velhos Amigos”.....	5
Área Geográfica de Intervenção	8
Os Beneficiários.....	8
Os Voluntários.....	9
A Distribuição de Refeições.....	11
Os Apoios Complementares.....	15
Intervenção na Área da Saúde.....	15
Intervenção para a Imagem.....	17
Atividades Culturais e Recreativas.....	18
Outras Atividades do Projeto.....	19
Os Parceiros	20
O Projeto MEXE-TE.....	27
O Projeto Escolas Solidárias.....	29
O Projeto Kamba Gungo.....	30
Financiamento.....	31
A ATLAS nos Meios de Comunicação Social e nas Redes Sociais	33
Balanço Financeiro	37

Todos os anos são anos de desafios para a ATLAS. No ano de 2018, a Associação não contou com nenhum financiamento.

Durante 2018, contamos com a colaboração de **288 Voluntários**, nos quais se incluem os 13 elementos que, em regime pro bono, compõem os Órgãos Sociais. A ATLAS proporcionou refeições quentes, afetos e companhia a **75 beneficiários**, no âmbito do Projeto “Velhos Amigos”. Com o Projeto Escolas Solidárias, continuamos a apoiar na dinamização de atividades diárias a **3 crianças** com necessidades educativas especiais, implementado na Escola Dr. Correia Mateus, em Leiria.

É de realçar o apoio canalizado pela ATLAS a agregados familiares que apresentam condições sócio económicas fragilizadas, cujos filhos pertencem ao Agrupamento de Escolas da Marinha Grande Poente e ao Agrupamento de Escolas Marinha Grande Nascente. Ao longo do ano, o número de situações sinalizadas pela Escola aumentou e, por intermédio do Projeto Escolas Solidárias, foi possível apoiar **14 famílias carenciadas no ano letivo de 2017/2018** com entregas mensais de cabazes de alimentos e produtos de higiene, com um total de **81 cabazes**. No presente **ano letivo 2018/2019**, entre os meses de novembro e dezembro apoiámos 21 famílias, e **demos um total de 37 cabazes**.

Terminámos o ano com a certeza de que, mais uma vez, o nosso trabalho permitiu dar um pouco mais de qualidade de vida a todas as famílias por nós apoiadas em ambos os Projeto.



IMAGEM 1
Voluntários Projeto “Velhos Amigos”
Coimbra



IMAGEM 2
Voluntários Projeto “Velhos Amigos”
Leiria



IMAGEM 3
Voluntários Projeto “Velhos Amigos”
Marinha Grande



INTRODUÇÃO

Com uma **Visão** integrada do Desenvolvimento, em que a Pessoa é o centro das políticas, das ações e das motivações, a ATLAS continua a apostar na sua **Missão** assumindo o compromisso de colaborar na “Transformação do Nosso Mundo” – contribuindo para cumprimento de algumas das metas definidas para cada um dos 17 objetivos vertidos na Resolução da Organização das Nações Unidas (ONU). Esta Resolução, em vigor desde 1 de janeiro de 2016, intitula-se “*Transformar o Nosso Mundo – Agenda 2030 de Desenvolvimento Sustentável*” e destaca como primeiro objetivo a Erradicação da Pobreza.

Alavancada em **Valores** como Cultura de Excelência (Verdade, Qualidade, Exigência e Rigor), Defesa e Promoção de Direitos Humanos, Defesa e Promoção do Meio Ambiente, Justiça e Equidade, Compromisso e Legalidade, Compromisso e Responsabilidade e Transparência na Prestação de Contas, a ATLAS estabelece três grandes linhas de atuação:

- 🌐 A Cooperação para o Desenvolvimento;
- 🌐 A Educação para o Desenvolvimento e para a Cidadania Global;
- 🌐 O Desenvolvimento Local.



Desenvolvimento Local

“O número de idosos a viver sozinhos, isolados ou em situação de vulnerabilidade em Portugal quase triplicou nos últimos cinco anos, segundo os dados dos Censos Sénior recolhidos pela G.N.R.. O estudo, realizado no mês de Abril de 2016 em todo o território nacional, apurou que o número de idosos sinalizados nestas condições aumentou de 15.596, em 2011, para 43.322 este ano.

A maioria destes idosos são mulheres (28.691). Segundo os dados da G.N.R. 60% dos idosos sinalizados vivem sozinhos e 11% habitam isolados da comunidade. Ou seja, ao todo foram sinalizados 26 mil seniores a viver sozinhos, 4626 em situação de isolamento e 3085 que vivem sozinhos e isolados. A G.N.R. identificou que mais de 20% está em situação de vulnerabilidade fruto de limitações físicas e/ou psicológica. São mais de 9600 pessoas. Estes valores aumentaram quase 10% em relação a 2015, quando havia menos 4106 idosos sinalizados.”

Por Margarida David Cardoso, in Público, 16.06.2016

A redução da taxa de mortalidade, o aumento da esperança média de vida e o decréscimo da taxa de natalidade têm contribuído para o envelhecimento da população portuguesa. No ano 2000, pela primeira vez, em Portugal, o número de jovens foi superado pelo número de idosos, tendência esta que se manteve ao longo dos anos seguintes.

O número de idosos a viver sozinhos, isolados ou em situação de vulnerabilidade em Portugal justificou o início do Projeto “Velhos Amigos”, no ano de 2009, em Coimbra, continuando a servir de mote ao alargamento da intervenção a outras regiões do País. Em 2014 foi possível implementar o Projeto em Leiria, em 2016 na Marinha Grande, e em 2018 e Pombal, havendo perspetiva de que, em breve, se possa estender este apoio a idosos de outras cidades.

Ao Projeto “Velhos Amigos” podemos aplicar o esquema da comunicação, distinguindo como emissores os nossos Voluntários e como recetores os nossos Idosos, os nossos “Velhos Amigos”. A mensagem, veiculada através de visitas semanais realizadas aos Idosos por duplas de Voluntários, é carregada de companhia, afeto, compreensão e acompanhada de iguarias confeccionadas (refeições quentes) pelos Restaurantes e Entidades parceiras do Projeto. A ATLAS contribui na facilitação desta comunicação.

Além dos afetos e das refeições quentes, os “Velhos Amigos” da ATLAS beneficiam de outras respostas e atividades, proporcionadas através de protocolos de colaboração estabelecidos com entidades de diferentes áreas (saúde, educação, imagem e estética, entre outras). Destacam-se as seguintes ações:

- ☞ Monitorização do estado de saúde dos idosos, através da colaboração de equipas de enfermeiros pro bono (colaboração da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra);
- ☞ Realização de análises clínicas no domicílio (colaboração do Laboratório de Análise Clínicas São José);
- ☞ Consultas gratuitas, de algumas especialidades, para idosos carenciados Apoio Jurídico, Oftalmologia e Medicina Dentária (colaboração das Clínicas Leite, da Clínica Médico Dentária Sorriso de Mel, da São Óticas);
- ☞ Apoio psicológico, através de uma equipa especializada em Psicogerontologia (colaboração da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra);

✂ Cuidados de imagem e bem-estar com possibilidade de marcação em salão de cabeleireiro ou ao domicílio (colaboração dos Cabeleireiros Ilídio Design e do IC-Design – Cabeleireiro e Estética).

Este é um Projeto de cidadãos para cidadãos. É um projeto de voluntariado, de consciencialização, que procura canalizar os recursos das comunidades locais em prol de populações mais desfavorecidas. Contribui para uma sociedade mais justa e interventiva, na medida em que:

1º Mobiliza a sociedade civil na resposta a um problema social: o isolamento e carência dos idosos.

2º Conta com mais de 250 voluntários nas suas diferentes equipas, envolvendo cidadãos, empresas e outras instituições.

3º Dá resposta ao isolamento e à falta de qualidade de vida dos idosos, de um modo não convencional retardando a necessidade de ingresso em Unidades de Cuidados Continuados e em Lares.

4º É um Projeto que pode ser difundido por todo o país, necessitando de uma estrutura organizativa pequena, cujo funcionamento é de baixo custo.

5º Solicita e enfatiza o contributo de todos: dos cidadãos, das empresas e de outras entidades de forma natural, quase espontânea, mas simultaneamente organizada, tornando o Projeto numa resposta eficaz e cada vez mais abrangente, com constante diagnóstico de necessidades e procura de recursos e respostas. A ATLAS trabalha apenas no sentido de coordenar aquilo que os outros podem dar.



IMAGEM 4
Saúde Com Afetos- Coimbra



IMAGEM 5
Uma "Velha Amiga" de Coimbra



IMAGEM 6
Dois "Velhos Amigos" da Marinha Grande



Área Geográfica de Intervenção

O Projeto “Velhos Amigos”, foi implementado em Coimbra desde 2009, atua em Leiria desde 2014, está também na Marinha Grande desde 2016. Enquanto no ano de 2017, não houve expansão para outras localidades, em 2018 o crescimento do projeto desenvolveu-se para a cidade de Pombal.



Os Beneficiários

O Projeto “Velhos Amigos” apoiou **75 beneficiários** durante o ano de 2018, dos quais **26 em Coimbra, 16 em Leiria, 22 na Marinha Grande e 11 em Pombal**. Se por um lado,

com a constituição do Pólo de Intervenção de Pombal, proporcionámos refeições e acompanhamento a 9 novos beneficiários, para além dos que inicialmente foram a alavanca deste Pólo, por outro lado, em ambas as cidades fomos confrontadas com algumas saídas de beneficiários. A ida para Unidades de Cuidados Continuados ou Lares de Terceira Idade e o falecimento foram os motivos que contribuíram para o não aumento do número de “Velhos Amigos” apoiados.

Os idosos que recorrem à intervenção do Projeto “Velhos Amigos” são maioritariamente do sexo feminino e apresentam uma média de idades que ronda os 75 anos. São detentores de condição sócio económica deficitária, que não lhes permite fazer face às necessidades básicas. Vivem sós e em mais de 50% das situações foram detetadas dificuldades ao nível da mobilidade, fator que contribui para um maior isolamento, dificultando o acesso aos serviços da comunidade. Como denominador comum constata-se a existência de uma multiplicidade de problemas de saúde.



Os Voluntários

Um sistema só pode funcionar com todos os seus componentes não deixando, por este fato, de se poder atribuir maior importância a uns do que a outros. A componente fulcral do trabalho da ATLAS são os Voluntários. São eles, cidadãos ativos e conscientes, que tornam possível a concretização da nossa missão. Todos os sábados, sem interrupção, disponibilizam o seu tempo para fazerem chegar aos “Velhos Amigos” as refeições para o fim-de-semana. As equipas são constituídas por dois Voluntários que garantem a distribuição das refeições uma vez por mês, de forma rotativa. Além desta tarefa, os Voluntários conversam com os idosos, tentando perceber as suas angústias, receios, dificuldades, alegrias, expectativas, entre outros. Esta informação é devolvida à ATLAS através do preenchimento semanal do relatório de visita, modelo de registo criado para o efeito. Dependendo da disponibilidade de cada Voluntário, há beneficiários que são acompanhados a consultas médicas, às compras, em pequenos passeios, enfim, nas

pequenas atividades do dia-a-dia. O que se pretende é que cada “Velho Amigo” ganhe em cada Voluntário um “Amigo Novo” que o possa conhecer, compreender, apoiar, orientar, cativar, ajudar, acompanhar... amar.

Aos Voluntários devemos o caminho percorrido. A sua dedicação, entrega e disponibilidade não é passível de se traduzir em números. Está muito para além do que se vê. Ainda assim, como forma de, aparentemente, se entender este envolvimento, apresentamos alguns dados do ano de 2018:

Ao longo do ano, o Projeto “Velhos Amigos” contou com a colaboração de **288 Voluntários**, distribuídos do seguinte modo pelas quatro cidades: **98 em Coimbra, 73 em Leiria, 83 na Marinha Grande e 34 em Pombal.**

CIDADE	N.º VOLUNTÁRIOS EM 2018	N.º DE NOVOS VOLUNTÁRIOS EM 2018	N.º DE VOLUNTÁRIOS QUE SAIRAM EM 2018
Coimbra	98	10	8
Leiria	73	7	9
Marinha Grande	83	25	15
Pombal	34	10	3

QUADRO 1 – NÚMERO DE VOLUNTÁRIOS DO PROJETO “VELHOS AMIGOS”, POR CIDADE, EM 2018

Integração de Novos Voluntários

A integração de novos Voluntários é realizada de forma contínua ao longo do ano. Depois de procederem à inscrição como Voluntários, os candidatos são chamados a uma formação inicial na qual se pretende que conheçam a ATLAS, o Projeto “Velhos

Amigos”, bem como a regulamentação inerente à prestação de serviços que vão iniciar. Nesta formação, após o esclarecimento de dúvidas e tomada de decisão por parte do candidato, tem lugar a celebração do contrato de voluntariado.

Havendo disponibilidade nas Equipas, os Voluntários são integrados e a primeira visita é realizada com o acompanhamento da Coordenação do Projeto, que apresenta o beneficiário e recorda algumas metodologias de atuação. A formação para os Voluntários é uma prioridade pelo que, ao longo do ano, são dinamizados Workshops e Ações de Formação como forma lhes proporcionar novas ferramentas, bem como de promover a atualização de conhecimentos em áreas relacionadas com a terceira idade.

A rotatividade dos Voluntários é reduzida, face ao número existente, embora se verifiquem algumas desistências, que despoletam a necessidade se reconstituírem as equipas. Motivos relacionados com a mudança de ocupação profissional, exigências familiares e deslocação para outras zonas de trabalho e/ou estudo estão na origem das desistências verificadas.

A integração de novos Voluntários ocorre quer para garantir o apoio a equipas existentes, quer para constituir novas equipas, sempre que há sinalização de novos beneficiários.



A Distribuição de Refeições

A distribuição de refeições é uma das tarefas dos Voluntários que colaboram com a ATLAS. Semanalmente, ao sábado, as equipas deslocam-se ao restaurante previamente definido, levantam as refeições e transportam-nas até à casa de cada um dos nossos idosos. Cada Voluntário visita sempre o mesmo “Velho Amigo” e desloca-se sempre ao mesmo restaurante. Desta forma é possível criar e manter uma rotina de proximidade, bem como estabelecer uma relação de confiança que permite conhecer, compreender e ajudar o outro.

Este trabalho só é possível graças à colaboração de uma equipa de Voluntários dedicados, disponíveis e responsáveis, bem como à existência de uma rede de parceiros que, semanalmente disponibilizam, a cada beneficiário, entre duas a quatro refeições.

No ano de 2018, com a colaboração dos diferentes parceiros (restaurantes, empresas, instituições e particulares) conseguimos entregar **6152 refeições** quentes aos nossos “Velhos Amigos”. Em Coimbra distribuímos **2534 refeições**, em Leiria **1622 refeições**, Marinha Grande **1580 refeições** e em Pombal **416 refeições**.

Nos quadros n.º1, n.º 2, n.º3 e n.º 4 podemos consultar o número de refeições doadas por restaurante / entidade, em Coimbra, em Leiria, na Marinha Grande e em Pombal, bem como o nome de cada um destes parceiros:

RESTAURANTE / ENTIDADE	COIMBRA
	N.º DE REFEIÇÕES 2018
Cantina da Plural – Cooperativa Farmacêutica CRL	355
Centro de Apoio à Terceira Idade – Santa Casa da Misericórdia de Coimbra	638
Instituto Universitário Justiça e Paz	264
Take Away Aromas.Come	96
Restaurante Bom Garfo	128
Restaurante Cantinho dos Reis	92
Restaurante Cookie’s Star	314
Restaurante Cova Funda – O Espanhol	130
Restaurante O Açude	150
Restaurante O Giro	142

Restaurante Via Lusitânia	98
Restaurante Zé Neto	127

QUADRO 1 – NÚMERO DE REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2018, POR PARCEIRO, EM COIMBRA

LEIRIA	
RESTAURANTE / ENTIDADE	N.º DE REFEIÇÕES 2018
A. Dinis de Oliveira e Luís de Oliveira, Sociedade de Advogados (Pelo Salvador)	164
Brisanorte Pastelarias	110
Cantina da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Instituto Politécnico de Leiria	82
Cervejaria Armando	96
Rei dos Frangos	104
Restaurante A Charneca do Bailadouro	100
Restaurante A Grelha	44
Restaurante Brisa do Castelo	94
Restaurante Gondesende	96
Restaurante Matilde Noca	100
Restaurante O Casarão	114
Restaurante O Feijão Branco	80
Restaurante Salvador	100
Santa Casa da Misericórdia de Leiria	104
Taberna da Ti' Augusta	100

QUADRO 2 – NÚMERO DE REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2018, POR PARCEIRO,
EM LEIRIA

MARINHA GRANDE	
RESTAURANTE / ENTIDADE	N.º DE REFEIÇÕES 2018
Churrasqueira Guerra	102
Lar das Vergieiras – Santa Casa da Misericórdia da Marinha Grande	108
Intermarché	148
Restaurante Barracuda	92
Restaurante Chinrigoito	104
Restaurante Dose e Meia	104
Restaurante Frango Dourado	84
Restaurante Frangos do Luzeirão	96
Restaurante Industrial	102
Restaurante Linitrutas	36
Restaurante Monte Grande	150
Restaurante Grelha	76
Restaurante Paloma	104
Restaurante Papadoc	2
Restaurante Pintainho Piu	22
Restaurante Ratoeira	104
Restaurante Rouxinol	88
Restaurante Solar dos Noivos	66

QUADRO 3 – NÚMERO DE REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2018, POR PARCEIRO, NA
MARINHA GRANDE

RESTAURANTE / ENTIDADE	N.º DE REFEIÇÕES 2018
Brisanorte	6
Churrasqueira Perola dos Frangos	8
Tasquinha Pombalense	43
Restaurante Cervejália	50
Restaurante Vintage	60
Restaurante Variante	63
Restaurante Tempero da São	70
Restaurante Amigos da Velha Caroca	46
Restaurante Fidalgo	46
Restaurante Manjar do Marquês	16
Restaurante O Tirol	8

QUADRO 4 – NÚMERO DE REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2018, POR PARCEIRO, EM POMBAL



Os Apoios Complementares
Intervenção na Área da Saúde

Intervenção Terapêutica ao Domicílio

Em 2018 a ATLAS continuou a promover o Programa Intervenção Terapêutica ao Domicílio – “Homecouceling Intervention Therapy (HIT)”. O HIT é um Programa manualizado de prestação de apoio psicológico ao domicílio, desenvolvido pela Professora Margarida Pedroso de Lima (da Faculdade de Psicologia e Ciências da

Educação da Universidade de Coimbra) com alguns dos seus alunos e aplicado a alguns dos nossos “Velhos Amigos”. O Programa contempla uma abordagem individual desenhada para intervir com pessoas confinadas ao domicílio por razões de doença ou fragilidade e aborda, sobretudo, questões práticas, relacionais e existenciais da vivência nesta situação. O principal objetivo do HIT é prevenir e reduzir o mal-estar do idoso intervindo, para isso, nas seguintes áreas:

- 1) Relação com cuidadores formais e informais;
- 2) Adaptação aos diferentes desafios e condições de vida;
- 3) Promoção do sentido da vida/propósito positivo e esperança;
- 4) Empoderamento e desenvolvimento pessoal.

Foi possível aplicar o Programa a 3 idosos acompanhados em Coimbra.

Estes idosos concluíram o programa com sucesso.

Equipas de Saúde ao Domicílio

Com o apoio voluntário do Enfermeiro Pedro Ferreira, que desde 2012 colabora com a ATLAS, e na sequência de parceria estabelecida, no ano de 2014, com a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra tem sido possível garantir algum apoio aos “Velhos Amigos” na área dos cuidados de enfermagem. Através do envolvimento de Enfermeiros Voluntários, de uma Professora e de estudantes da Escola supra referenciada são realizados pequenos despistes, bem como o controlo de indicadores de saúde. Esta intervenção permite, por um lado sensibilizar os “Velhos Amigos” para os cuidados de saúde e, por outro lado, atendendo às suas limitações físicas e à resistência que alguns apresentam em sair de casa, realizar despistes de saúde com posterior referência às unidades de saúde familiares.

No ano de 2018, desenvolveram-se de ações de monitorização do estado de saúde dos Idosos acompanhados em Leiria, com o apoio de enfermeiras voluntárias.

Os nossos idosos, que apresentam maiores dificuldades ao nível da mobilidade, têm a possibilidade de fazer análises no domicílio. O Laboratório de Análises Clínicas de São José disponibiliza os seus serviços gratuitos.

Consultas Solidárias

Os nossos “Velhos “Amigos” podem beneficiar do acesso a consultas de oftalmologia, com a colaboração das Clínicas Leite, embora no ano de 2018 este recurso não tenha sido utilizado. As consultas de medicina dentária, proporcionadas pela Clínica Médico Dentária Sorriso de Mel, com um desconto de 15%, são uma mais-valia disponível e extensível também aos voluntários da ATLAS. No ano de 2017, foi firmado um Protocolo de Colaboração, com a Raposo, Subtil e Associados – RSA Sociedade de Advogados RL, no âmbito da Rede de Advogados Solidários da Empresa – A RSol, que permitindo, aos nossos beneficiários consultas de apoio jurídico gratuitas. Ainda nesse ano, firmou-se um protocolo, este com a UPPC – Unidade de Psiquiatria Privada de Coimbra, através do qual os nossos “Velhos Amigos” beneficiarão de um desconto de 20% em consultas.

No ano de 2018, renovou-se o protocolo com a Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, com a **REDE PARCEIROS FEUC**, que visa promover a familiarização dos estudantes da FEUC com a realidade profissional, enquanto elemento fundamental da formação e inserção na vida ativa, quer sob a forma de estágios, quer sob outra forma julgada adequada. Simultaneamente, procura estimular a partilha de conhecimentos, fomentar uma oferta integrada de soluções que visa dar resposta às necessidades de formação e de seleção de profissionais sentidas pelos parceiros e contribuir para os processos de melhoria contínua da oferta letiva da FEUC.

Intervenção para a Imagem

Além da preocupação com as questões ligadas à saúde dos nossos idosos, consideramos importante zelar pela manutenção da sua autoestima, garantindo-lhes a possibilidade de continuarem a encarar uma imagem de si cuidada e tratada. Com a colaboração dos

Cabeleireiros Ilídio Design, em Coimbra, os nossos “Velhos Amigos” que apresentam condições económicas deficitárias e que ainda têm alguma mobilidade usufruem da possibilidade de ir, gratuitamente, ao cabeleireiro, uma vez por mês. E ainda presta, a título gracioso, este serviço aos beneficiários que, além de não terem forma de fazer face a esta despesa, se encontram em situação de mobilidade reduzida, não podendo deslocar-se aos salões de beleza. Uma vez por semana, a cabeleireira desloca-se ao domicílio dos idosos sinalizados para o efeito e que manifestem interesse.

Atividades Culturais e Recreativas

Chá das 5 – Parceria com o Serviço Educativo do Jazz ao Centro Clube

O Chá das 5 é um projeto comunitário que alia a música e outras atividades culturais à ação dos voluntários da ATLAS, proporcionando momentos culturais e de lazer aos idosos de Coimbra. Pretende ser um momento de encontro, em que “Amigos Novos” (Voluntários) e “Velhos Amigos” interagem em torno de um tema musical, histórico, literário ou outro, num espaço diferente. Além de estas iniciativas terem em comum a entidade que as solidifica, o Serviço Educativo do JACC, são realizadas à sombra do famoso chá, servido e acompanhado de bolinhos, salgadinhos e mimosinhos.

Este projeto foi lançado em 2015, numa parceria firmada entre a ATLAS e o Serviço Educativo do Jazz ao Centro - SE JACC.

No ano de 2018 dinamizámos apenas 1 sessão do Chá das 5:

☞ No Café Santa Cruz, realizou-se um **Concerto do Dia de Reis**, onde os nossos beneficiários foram contemplados com a atuação da Orquestra de Música do Colégio São Teotónio.

Como anteriormente referido, esta iniciativa foi acompanhada de um lanchinho partilhado, oferecido pelos nossos Voluntários aos Idosos.

Formação para os Voluntários

No ano de 2018 foram dinamizadas 8 formações para integração de novos Voluntários em Coimbra, na Marinha Grande e em Pombal.

Além desta formação inicial, promovemos outros momentos de partilha de conhecimento, nos quais participaram cerca de 140 voluntários. Destacam-se:

11 de janeiro - “*Acolher é Aceitar*”; Auditório do Edifício da Resinagem – Marinha Grande; dinamizado pela Professora Alice Marques

16 de março - “*Feng Shui – Dicas de Feng Shui e de Limpeza Energética*”; Sede em Leiria; dinamizado por Filipina Marcelino

8 de maio - “*Inteligência Emocional*”; Auditório do Edifício da Resinagem – Marinha Grande; dinamizado por Ricardo Cabete

13 de julho - “*Liderança no Voluntariado*”; Palácio dos Ataídes – Fundação da Caixa de Crédito Agrícola de Leiria; Dinamizado por Ricardo Peixe, Pedro Oliveira e Alexandra Nunes

25 de outubro – “*Cuidados de Rosto e Maquilhagem*”; Sede de Leiria; Dinamizado por Nídia Nunes

23 de novembro – “*Árvore de Natal Decorativa*”; Sede de Leiria; dinamizado por Ana Marta Sousa

Divulgação do Projeto - Participação em Feiras do Voluntariado

Como forma de divulgar a ATLAS e o Projeto “Velhos Amigos” temos participado em diversas Feiras de Voluntariado organizadas, maioritariamente, por grupos de alunos de Escolas do Ensino Secundário e Superior. Nestas Feiras temos a possibilidade de apresentar os diferentes projetos e de sensibilizar os alunos para a participação na vida da ATLAS.



Os Parceiros

Os Parceiros da ATLAS são uma peça fulcral no trabalho que continuamos a desenvolver. A todos os Parceiros manifestamos o nosso agradecimento e reconhecimento pelo envolvimento e colaboração que disponibilizam à ATLAS e à sociedade civil, na medida em que contribuem para atenuar problemas detetados na comunidade onde se inserem.

No ano de 2018, a ATLAS contou com o apoio das seguintes Entidades/Empresas

Restaurantes

ENTIDADES/EMPRESAS
Churrasqueira Guerra
Lar das Vergieiras – Santa Casa da Misericórdia da Marinha Grande
Intermarché
Restaurante Barracuda
Restaurante Chinrigoito
Restaurante Dose e Meia
Restaurante Frango Dourado
Restaurante Frangos do Luzeirão
Restaurante Industrial
Restaurante Linitrutas
Restaurante Monte Grande
Restaurante Grelha
Restaurante Paloma
Restaurante Papadoc

Restaurante Pintainho Piu

Restaurante Ratoeira

Restaurante Rouxinol

Restaurante Solar dos Noivos

A. Dinis de Oliveira e Luís de Oliveira, Sociedade de Advogados

Brisanorte Pastelarias

Cantina da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Instituto
Politécnico de Leiria

Cervejaria Armando

Rei dos Frangos

Restaurante A Charneca do Bailadouro

Restaurante A Grelha

Restaurante Brisa do Castelo

Restaurante Gondesende

Restaurante Matilde Noca

Restaurante O Casarão

Restaurante O Feijão Branco

Restaurante Salvador

Santa Casa da Misericórdia de Leiria

Taberna da Ti' Augusta

Churrasqueira Perola dos Frangos

Tasquinha Pombalense

Restaurante Cervejália

Restaurante Vintage

Restaurante Variante

Restaurante Tempero da São

Restaurante Amigos da Velha Caroca

Restaurante Fidalgo

Restaurante Manjar do Marquês

Restaurante O Tirol

Churrasqueira Perola dos Frangos

Tasquinha Pombalense

Cantina da Plural – Cooperativa Farmacêutica CRL

Centro de Apoio à Terceira Idade – Santa Casa da Misericórdia de
Coimbra

Instituto Universitário Justiça e Paz

Take Away Aromas.Come

Restaurante Bom Garfo

Restaurante Cantinho dos Reis

Restaurante Cookie's Star

Restaurante Cova Funda – O Espanhol

Restaurante O Açude

Restaurante O Giro

Restaurante S.Miguel

Restaurante Via Lusitânia

Restaurante Zé Neto

**QUADRO 5 – RESTAURANTES PARCEIROS EM COIMBRA, LEIRIA, MARINHA
GRANDE E POMBAL**

ENTIDADES

Agrupamento de Escolas Dr. Correia Mateus

Agrupamento de Escolas Marinha Grande Nascente

Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente

Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel

Ateneu de Coimbra

Centro de Apoio à Terceira Idade – Santa Casa da Misericórdia de Coimbra

Centro Social e Paroquial da Sé Velha

Equipa para a Pessoa Idosa em Isolamento, Leiria

Escola de Música do Colégio de S. Teotónio, Coimbra

Escola Superior de Educação e Ciências Sociais de Leiria

Escola Superior de Enfermagem de Coimbra

Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra

Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Fundação Caixa Agrícola de Leiria

Fundação Montepio

Grupo de Intervenção com Idosos da Baixa e da Alta de Coimbra

Instituto Universitário Justiça e Paz

Jornal de Leiria

Ordem dos Médicos de Leiria

Programa Idosos em Segurança, PSP Leiria

Rede Social da Câmara Municipal de Coimbra

Rede de Leiria

RLIS – Leiria

RLIS – Marinha Grande

Santa Casa da Misericórdia da Marinha Grande

Santa Casa da Misericórdia de Leiria

Serviço Educativo do JACC – Jazz ao Centro

União das Freguesias de Leiria, Pousos, Barreira e Cortes

UPPC – Unidade Psiquiátrica Privada de Coimbra

Junta de Freguesia de Pombal

Confeitaria Vale

Pastelaria Pombaldoce

Pastelaria Filinata

Pastelaria Filinata

Vinigomes

QUADRO 6 – ENTIDADES PARCEIRAS EM COIMBRA, LEIRIA, MARINHA GRANDE E POMBAL

Outras Empresas

EMPRESAS

A Plural – Cooperativa Farmacêutica, CRL

A. Dinis de Oliveira e Luís de Oliveira, Sociedade de Advogados (Pelo Salvador)

Arquivo, Livraria e Papelaria, Lda.

Cabeleireiros Ilídio Design

Caiado – Distribuidor de Material Elétrico, S. A.

Clínicas Leite, Lda.

Delta Cafés

Electrocortes

Farmácia Sanches

IC-Design Cabeleireiro e Estética

Irmãos Gomes

IC-Design Cabeleireiro e Estética

Laboratórios de Análises Clínicas São José

Lusoforma – Indústria de Comércio de Embalagens, S.A.

NERLEI - Associação Empresarial da Região de Leiria

Nourish Care

NOVADIS

Papelaria Marciano

Promoplás

Raposo, Subtil e Associados – RSA Sociedade de Advogados RL

Respol, Resinas, S.A.

Termoformagem, Transformadora de Plásticos, Lda.

Vidigal Wines

Zé Óticas, Coimbra

Anileve Construções Lda

António Inês Leiria Lda

Secilongo

Tipografia Guida

Hotel Sr^a de Belém

Mercadinho

Quinta da Concha

Agência de Viagens Costa de Prata

Confeitaria Vale

QUADRO 6 – EMPRESAS PARCEIRAS EM COIMBRA, LEIRIA, MARINHA GRANDE E POMBAL

Importa realçar o importante contributo da empresa **Lusoforma, S.A.** que, desde o início do Projeto “Velhos Amigos”, oferece os recipientes descartáveis utilizados para transportar a sopa e as refeições entregues ao longo do ano, nas três cidades.



Educação para a Cidadania Global

O MEXE-TE é um projeto dinâmico que pretende sensibilizar os jovens para os problemas atuais, em temas relacionados com o Desenvolvimento Humano Sustentado e Integrado.

O Projeto pressupõe uma intervenção direta nos Estabelecimentos de Ensino através da implementação de ações de educação não formal (palestras, cine-fóruns, jogos, reflexões a partir de testemunhos, exposições, encontros com pais e educadores), que permitem consciencializar os jovens para os problemas globais e a procura de soluções alternativas. Pretende-se que os jovens adquiram e assimilem conhecimentos que conduzam à valorização da sua atuação enquanto promotores do desenvolvimento. Imbuídos de espírito crítico e de conhecimento serão, certamente, cidadãos mais conscientes, mais participativos e contribuirão para um mundo mais justo.

A ponte é feita pelos jovens formados nas diferentes ações que promovemos nas Escolas, perspetivando-se que venham a assumir o papel de educadores para o desenvolvimento, disseminando a mensagem junto dos seus pares e da comunidade em geral. Na ações que fomentamos os alunos são enquadrados em três níveis distintos, face ao seu nível de escolaridade:

1º Nível - Alunos do 3º Ciclo do Ensino Básico;

2º Nível - Alunos do Ensino Secundário;

3º Nível - Estudantes Universitários.

Interessa salientar que os alunos abrangidos no 3º nível de formação poderão, sendo este o objetivo, ser educadores do 1º e 2º níveis.

O Projeto MEXE-TE continuará a sua intervenção tendo como fio condutor a Resolução da Organização das Nações Unidas (ONU) em vigor desde 1 de janeiro de 2016, intitulada

“Transformar o Nosso Mundo – Agenda 2030 de Desenvolvimento Sustentável”, que destaca 17 objetivos:



Em 2018 não existiram ações do MEXE-TE. Encontrando-se o Projeto em preparação para uma futura implementação.



Desenvolvimento Local

Com o intuito de apoiar crianças com necessidades educativas especiais e famílias carenciadas da cidade de Leiria e da Marinha Grande, respetivamente, dinamizamos o Projeto “Escolas Solidárias”. Este Projeto tem duas áreas de intervenção:

- ✎ Projeto I - presta apoio a crianças com deficiência. Esta vertente do projeto envolve cerca de 20 voluntários;
- ✎ Projeto II – presta apoio a crianças e famílias carenciadas através da doação de cabazes constituídos por produtos alimentares e de higiene. Estes alunos pertencem aos Agrupamentos de Escolas da Marinha Grande Nascente e Poente.

Na Escola Dr. Correia Mateus, em Leiria, a intervenção decorre diariamente, entre as 16h e as 18h, numa sala multideficiência, que proporciona o desenvolvimento de atividades diferenciadas destinadas a **3 crianças** com necessidades educativas especiais. Além das atividades implementadas com as crianças, os Voluntários prestam apoio aos profissionais nelas envolvidos. Entre janeiro e junho de 2018 contámos com o apoio de 20 voluntários; entre outubro e dezembro de 2018, este Projeto contou com o apoio de 12 voluntários.

A Escola tem um papel ativo na identificação e sinalização das crianças e famílias mais carenciadas, sendo que o apoio nem sempre fica só pela área alimentar, alargando-se a outras valências como ida a consultas de medicina dentária, o apoio na compra de óculos, a disponibilização de algum vestuário, livros escolares, entre outros.

No Agrupamento de Escolas da Marinha Grande Nascente, mais precisamente na Escola Guilherme Stephens, é onde a ação tem principal incidência na entrega de cabazes alimentares e de higiene, a famílias carenciadas. Nesta Escola, mensalmente, são apoiadas famílias, com os mais variados alimentos e produtos de higiene. No ano letivo de 2017/2018 apoiámos **14 famílias**, dando durante este ano letivo um total de **81 cabazes**. No ano letivo de 2018/2019,

estamos a apoiar **23 famílias** carenciadas, sendo que entre novembro e dezembro apoiámos 21 famílias, e demos um total de **37 cabazes**.

No total, entre janeiro e dezembro, oferecemos **118 cabazes solidários**.

Os produtos oferecidos são angariados através de campanhas lançadas pela ATLAS e de donativos efetuados por algumas empresas. O que se pretende com este projeto é melhorar qualidade de vida das pessoas apoiadas, fazendo-as acreditar num mundo melhor.



O Projeto Kamba Gungo

Cooperação para o Desenvolvimento

Em março de 2017 foi feita uma visita à região da comuna do Gungo, por dois médicos portugueses, com o objetivo de fazer uma avaliação das condições de vida e dos recursos de saúde atuais ao serviço dos habitantes dessa mesma região.

Esta visita teve como interlocutor a equipa missionária do Grupo Ondjoyetu, que está presente na localidade desde 03 de agosto de 2006, com a sua presença assegurada até 2021.

Após visita e observadas as evidentes dificuldades em que a comunidade do Gungo vive, com acesso restrito aos cuidados básicos de saúde, a ATLAS pretende intervir futuramente com esta população colmatando algumas necessidades verificadas e consideradas urgentes, tais como:

- ☒ Melhorar as condições de evacuação de pessoas em situações de urgência – aquisição de uma ambulância;
- ☒ Melhorar as condições de prestação de cuidados de saúde – aquisição de veículo todo-terreno;
- ☒ Criação de um posto de atendimento para prestação de cuidados de saúde.

Existem outras situações que são condicionantes para conseguir atingir as acima referidas, como por exemplo, o estado do pavimento de passagem dos veículos, a ausência de água, entre outros.



Financiamento

No ano de 2018, a Atlas não foi contemplada com nenhum Prémio, com a ajuda dos nossos parceiros, conseguimos alguma segurança quanto à continuidade do Projeto “Velhos Amigos” e que proporcionou a dinamização de ações, neste âmbito, até ao final do ano de 2018.

Para além do montante atribuído pelo Prémio BPI Seniores 2016 a ATLAS sustenta a sua atuação numa base de parcerias, rentabilizando o que a comunidade lhe pode dar em prol daqueles que mais necessitam. As quotas dos associados, alguns donativos recebidos e a venda de pequenos artigos (blocos de notas, canetas, mantinhas) ajudam a suportar pequenas despesas.

Como forma de fazer face a algumas das despesas inerentes à sua intervenção, a ATLAS, todos anos participa em pequenos eventos organizados pelas entidades oficiais de cada cidade. Em Leiria, todos os anos e 201 não foi exceção, participámos:

- ✎ Na Feira de Maio, num espaço cedido pela organização, onde permanecemos todo o período do evento, com vendas e festas temáticas;
- ✎ Na Alameda da Solidariedade – Leiria Cidade Natal, onde, durante os primeiros três fins-de-semana de dezembro, permanecemos num espaço cedido pela organização do evento, com vendas de artigos da ATLAS, aproveitando para divulgar a Associação.

Em junho, pela primeira vez, participámos nas Festas da Cidade da Marinha Grande, que decorreu nos dias 1, 2 e 3 de junho, com o objetivo de divulgar a Associação na cidade e de angariar alguns fundos com a venda de comidas e artigos da ATLAS.

Para além destes pequenos eventos nos vamos marcando presença, ainda organizamos, anualmente, um Arraial Solidário.

É de salientar o contributo dado pela Dr.^a Helena Vasconcelos, Presidente da Direção da ATLAS, que compilou em livro algumas das muitas crónicas que escreve para o Jornal Região de Leiria, publicando “O Meu Diário”, livro cuja venda reverteu a 100% a favor da ATLAS.

Em dezembro de 2017, fomos presenteados com um donativo por parte do Dr. Carlos Alberto Mota Duarte que, reverteu parte das vendas do seu livro “Sistema Damon for Kids – Tratamento Ortodôntico na Dentição Mista”, para a ATLAS.

O Arraial Solidário



O Arraial Solidário, organizado em Leiria, é uma festa que se realiza anualmente. Este evento decorre num ambiente de animação, onde o entretenimento, a divulgação e a angariação de fundos dão o mote à construção de uma barraquinha com um sem número de iguarias para venda.

O AtlasSummit – 10 anos a distribuir afetos



A ATLAS, no ano de 2018, comemorou o seu 10.º aniversário, nesse sentido realizou um **Seminário no dia 16 de novembro** onde se pode refletir e debater sobre as organizações do 3º setor, a inovação social, o financiamento, o envelhecimento ativo, os movimentos e dinâmicas sociais, não só em Coimbra mas também no resto do país, no setor público e privado, as redes e parcerias fundamentais para melhorar as soluções para quem mais precisa.

Teve lugar no auditório da Plural -Cooperativa Farmacêutica, nossa parceira, e terminou com um jantar comemorativo na Quinta da Sobreira Quinhentista, em Ançã.

Festas do Bodo



Com o início do Projeto “Velhos Amigos” em Pombal, a Atlas marcou presença nas Festas do Bodo, no mês de junho. Este evento decorre num ambiente de animação, onde o entretenimento, a divulgação e a angariação de fundos dão o mote à construção de uma barraquinha com um sem número de iguarias para venda.

Almoço de Natal



O proprietário da Quinta da Concha, em Pombal, Engenheiro Sérgio da Ponte, ofereceu o almoço, que realizou no mês de dezembro, para os beneficiários assim como aos voluntários, no âmbito do projeto “Velhos Amigos”, das cidades de Coimbra, Leiria, Marinha Grande e Pombal.





A ATLAS nos Meios de Comunicação Social e nas Redes Sociais



Em 2018, a ATLAS teve destaque nos meios de comunicação social e nas redes sociais quer em Coimbra, quer em Leiria, quer na Marinha Grande ou em Pombal.

Além da referência nos meios de comunicação social, a ATLAS faz veicular diversas informações através da sua página de facebook -

<https://www.facebook.com/ATLAS.People.like.us/> - e da página de internet
<http://www.atlaspeople.net/> .

Foram publicadas as seguintes notícias:

- 📄 Região de Leiria de 8 de março de 2018 –entrevista à Dr.^a Helena Vasconcelos, presidente da Associação Atlas – “Toda a vida gostaria de ter sido jornalista, sou uma falsa médica”;
- 📄 Região de Leiria de 07 de março de 2018 – Associação Atlas comemorou 10 anos com jantar solidário;
- 📄 Diário as Beiras de 18 de novembro de 2018 – Referente ao AtlasSummit “Ação social municipal passa por políticas de proximidade e parcerias com entidades”;
- 📄 Jornal daa Marinha de 27 de dezembro de 2018 – “Clube escolar de voluntariado distribui cabazes”



O Balanço Financeiro

	Discriminação	TOTAL	GERAL	VELHOS AMIGOS	BPI	ESCOLAS SOLIDÁRIAS
	SALDO INICIAL	45 856,33	1 708,30	3 256,85	26 164,40	8 175,63
RELATÓRIO 2017	Campanhas/Donativos	27 804,64 €	2 689,18 €	2 186,46 €	20 672,43 €	2 256,57 €
	Donativos em Espécie	30 487,99 €	3 373,82 €	13 783,82 €		13 331,07 €
	Outros/IEFP/Estágios	10 112,92 €				
	Quotas	360,00 €				
	Receitas 2017	68 765,55 €	16 535,20 €	15 970,28 €	20 672,43 €	15 587,64 €
	Internet					
	Telefone e telemóvel	805,51 €			805,51 €	
	Correios	22,87 €		5,55 €		17,32 €
	Informática	1 065,15 €	14,70 €		983,51 €	66,94 €
	Papelaria	178,97 €	15,01 €	13,50 €		150,46 €
	Fotocópias	50,07 €	10,00 €	40,07 €		
	Folhetos/Cartazes	171,79 €	26,97 €	24,80 €	93,48 €	26,54 €
	Total Comunicações	2 294,36 €	66,68 €	83,92 €	1 882,50 €	261,26 €
	Ordenados	34 816,15 €	2 286,55 €	520,00 €	32 009,60 €	
Almoços/Jantares						
Ajudas de Custo*						

	Formação	10,80 €	-11,00 €		21,80 €	
	Total Recursos humanos	34 826,95 €	2 275,55 €	520,00 €	32 031,40 €	
	Transportes	25,60 €		25,60 €		
	Gasolinas	769,00 €		120,00 €	469,00 €	180,00 €
	Estacionamento	21,90 €	1,60 €	20,30 €		
	Outros gastos em viagens	700,62 €		118,35 €	582,27 €	
	Total Viagens e deslocações	1 517,12 €	1,60 €	284,25 €	1 051,27 €	180,00 €
	Casa					
	Conservação	567,77 €	101,62 €	9,95 €	329,33 €	127,87 €
	Total Equipamento	568,77 €	101,62 €	9,95 €	329,33 €	127,87 €
	Banco	26,69 €	-3,34 €	-19,77 €	38,48 €	11,32 €
	Material de projectos	35 390,83 €	3 927,61 €	14 053,81 €	2 176,36 €	15 233,05 €
	Entregue a parceiros					
	Outras despesas	1 180,34 €	153,14 €	34,08 €	868,12 €	125,00 €
	Total Despesas	75 805,06 €	6 522,86 €	14 966,24 €	3 877,46 €	15 938,50 €
	RESULTADO ECONÓMICO	-7 039,51 €	10 012,34 €	1 004,04 €	-17 705,03 €	-350,86 €
MOV. - FIN	PERCENTAGENS	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TF ENTRE CONTAS		-2 180,39	59,83	1 345,91	803,03
	SALDO FINAL	38 816,82 €	9 540,25 €	4 320,72 €	9 805,28 €	8 627,80 €