



Relatório Anual de Atividades
CLUBE GAIVOTAS DA TORRE
2024

Índice

Introdução.....	4
Sobre nós.....	5
Parceiros.....	5
Área de Intervenção Social.....	7
Equipa de Rendimento Social de Inserção (RSI)	8
PAM	15
Gabinete Ação Social.....	29
Enquadramento	29
1. Ações de Carácter Individual:.....	30
1.1. Atendimento e Acompanhamento psicossocial.....	31
1.2. Apoio Económico Pecuniário	32
1.3. Apoio na Saúde	32
1.4. Apoio Alimentar.....	34
Banco Alimentar	34
Programa Operacional de Apoio a Pessoas Mais Carenciadas – POAPMC – PESSOAS 2030.....	35
1.5. Apoio em Bens	37
Protocolos e Parcerias	38
Programa Vida Melhor	46
METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO	49
BENEFICIÁRIOS DO PROGRAMA.....	52
Gráfico 1 – Caracterização público-alvo.....	52
Gráfico 2 – Principais Doenças	53
Mediar a Saúde – Gráfico 3 – Medições Clínicas.....	66
Encontros intergeracionais.....	67
Gráfico 4 – Nº Sessões Fisioterapia.....	68
Apoio e acompanhamento de ação social	69
Gráfico 5 – Intervenção Social.....	70
Capacitação dos Cuidadores Informais	71
Gráfico 6 – Capacitação Cuidadores.....	71
Gráfico nº 7 – Classes de Movimentos.....	72
GOLDEN YEARS.....	73

Museu dos Coches.....	74
Novas Parcerias	74
Diligências.....	75
CONSTRANGIMENTOS DO PROGRAMA	77
Gabinete de Apoio Jurídico	78
ÁREA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA	80
Relatório de Atividades Área de Intervenção Educativa	81
ÁREA DE INTERVENÇÃO PROFISSIONAL	88
Relatório Atividades GIP.....	89

Áreas de Intervenção Institucional:

ÁREA DE INTERVENÇÃO SOCIAL

ÁREA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA

ÁREA DE INTERVENÇÃO PROFISSIONAL

Introdução

Na procura incessante pela promoção da dignidade individual e familiar na sua totalidade, as Gaivotas da Torre assumem a missão de defender a dignidade da pessoa humana e a necessidade de garantir as necessidades básicas das famílias que acompanham. Neste sentido, é com grande satisfação que apresentamos este documento, que condensa as atividades realizadas ao longo do ano de 2024 por todas as valências da nossa instituição, tendo como objetivo primordial a construção duma sociedade mais justa e solidária.

Ao percorrer estas páginas, será possível observar não apenas os números e gráficos que retratam o impacto das ações desenvolvidas, mas também a dedicação e empenho da equipa das Gaivotas da Torre na concretização da missão que lhe está afeta. Cada iniciativa realizada reflete o compromisso constante em oferecer suporte e recursos necessários para que as famílias alcancem o seu pleno potencial.

Agradecemos sinceramente a todos os colaboradores, voluntários e parceiros que contribuíram para o sucesso das nossas atividades ao longo do ano. É graças ao esforço conjunto que conseguimos alcançar este patamar.

Atenciosamente,

A Direção

Sobre nós

O Clube Gaiivotas da Torre – Associação Juvenil iniciou a sua atividade no ano de 1994 com um trabalho de promoção cultural e social em benefício dos jovens e suas famílias nos Bairros da Torre e Cruz da Guia, no Concelho de Cascais. Foi oficialmente constituída como Associação Juvenil sem fins lucrativos em 15 de janeiro de 1996. Pela sua natureza é uma entidade sem fins lucrativos e adquiriu no ano de 2004 o título de Utilidade Pública.

Integrando uma equipa técnica multidisciplinar a associação tem como Missão promover a dignidade da vida humana em toda a sua grandiosidade, o desenvolvimento de atividades de apoio e integração social, o trabalho articulado em rede e parceria.

Parceiros



Parcerias e Protocolos de Apoio em Géneros e Serviços

ENTRAJUDA - Banco Alimentar Contra a Fome e Banco de Bens Doados
Farmácia Silveira do Rosário e de Birre
Bens de Utilidade Social
Paróquia de Cascais - Amigos à Mão
Pastelaria Garret
Padaria Pão na Hora
Clínica de Fisioterapia Filipe Cachopas
Grupo Auchan - Cascais

Parcerias Estratégicas de Intervenção

Santa Casa da Misericórdia de Cascais
BLA – Associação de Beneficência Luso Alemã
ARESC – Associação de Respostas Educativas e Sociais à Comunidade
Centro Paroquial do Estoril
CESPA – Centro Social da Paróquia de Nsa. S^a da Conceição de Abóboda
Junta de Freguesia de Alcabideche
CPCJ Cascais
Centro Comunitário de Carcavelos
AMI - Centro Porta Amiga
Casa - Centro de Apoio ao Sem-abrigo
Fundação O Século
Hospital de Cascais
ACES Cascais - Agrupamento
CLAII - Centro Local de Apoio à Integração do Imigrante
Take.it - Programa Escolhas
PSP Cascais e Estoril
Acácia
Gabinete
Trivalor
Fundação Aga Khan
Cinel
Thorama
Cenfim
Instituto de Formação para o Desenvolvimento Humano
CLDS4G SDR - TESE- Associação para o Desenvolvimento
Dynamic Partner
EDPTrainee Program
EQM2 Elevadores e Serviços, ida.
A Despensa - Comércio de Alimentação
Refood Cascais
Cozinha com Alma
Fundação AJU
Ser+
Associação Pegadas
Associação Faz Parte
Helpe ONGD

Área de Intervenção Social

Equipa de Rendimento Social de Inserção (RSI)

Esta apresentação é referente ao relatório de atividades do Protocolo RSI de Cascais

– Gaiivotas da Torre. É uma análise qualitativa das atividades realizadas no decorrer do ano de **2024**, tendo por base o plano de ação definido para o referido ano.

Descrição da valência

O Rendimento Social de Inserção (RSI) é uma medida de proteção social criada para apoiar as pessoas ou famílias que se encontrem em situação de grave carência económica e em risco de exclusão social.

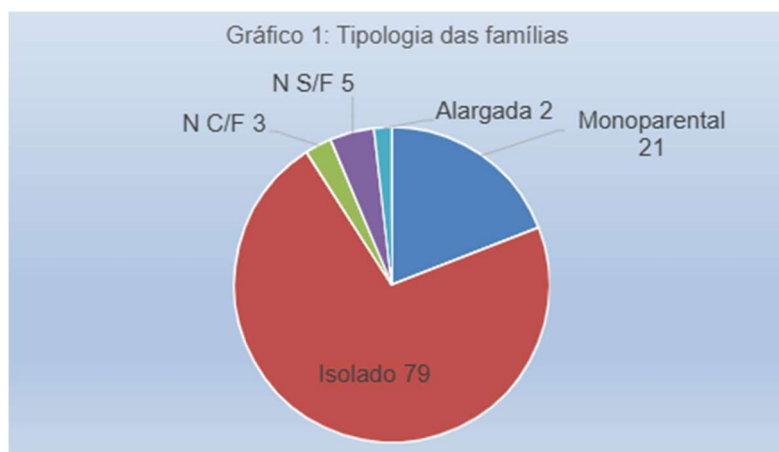
Os titulares e/ou agregados familiares, para terem direito à prestação do Rendimento Social de Inserção, celebram e assinam um Contrato de Inserção, do qual consta um conjunto de deveres e direitos, com vista à sua integração social e profissional.

Parcerias Envolvidas

- Câmara Municipal de Cascais, Segurança Social, Divisão de Intervenção Social, IEFP, GAS Gabinete de Ação Social CGT, GIP – Gabinete de Inserção Profissional da Torre CGT, PPSSA – CGT, Programa Vida Melhor CGT, CRFPA, Farmácias do Rosário e de Birre, Educa.pt, Cascais Envolvente, Junta de Freguesia Cascais-Estoril, Hospital de Cascais, ACES Cascais, Refood Cascais, CPCJC, EMATT Cascais, Paróquia de Cascais, Banco Alimentar contra a Fome Lisboa, POAPMC, Cozinha com Alma, Banco de Bens Doados, Banco de Utilidade Social, Ser +, AMI, Take.it – Programa Escolhas, Centro de Recursos da Adroana.

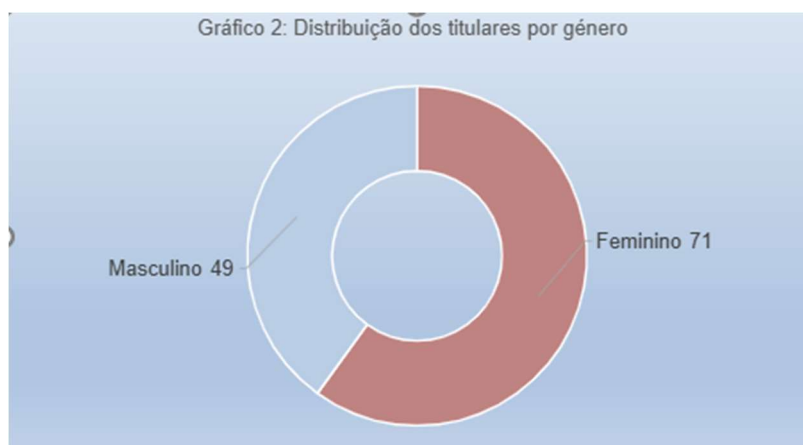
Perfil dos Beneficiários

Os dados do presente relatório referem-se a 31 de dezembro de 2024. A esta data, a Equipa acompanhava **110** processos familiares dos quais **12** em estado suspenso, correspondendo a **166** beneficiários. O próximo gráfico ilustra a heterogeneidade da tipologia das famílias em acompanhamento.



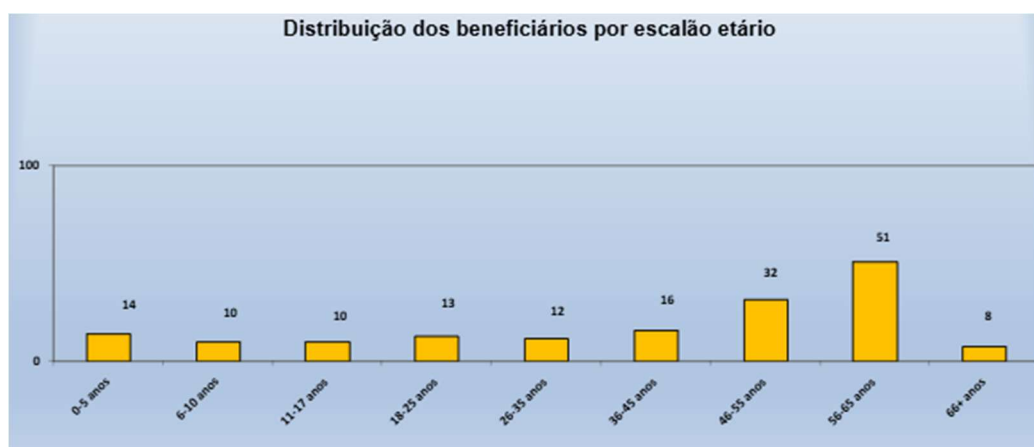
Distribuição por Género

No que diz respeito à distribuição dos titulares por género, através do gráfico 2 que se segue em baixo, verifica-se 70% dos titulares pertence ao género feminino.



Escalão Etário

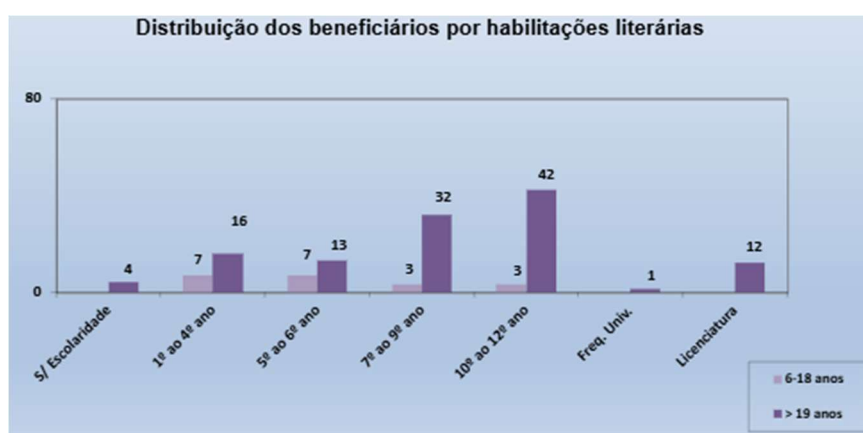
Através da análise do gráfico 3, a maioria dos beneficiários têm mais de 46 anos.



Escolaridade

Relativamente à escolaridade dos beneficiários acompanhados pela equipa, nomeadamente em relação à população infantil, a equipa RSI acompanha **16** crianças, **2** das quais não tiveram ainda vaga no sistema de ensino no pré-escolar permanecendo em casa, estão integradas em creche e em Jardim de Infância 14 crianças.

No que se refere ao sistema formal de ensino, o gráfico em baixo ilustra a integração da população infantil bem como a escolaridade da população adulta. A maior parte dos beneficiários tem escolaridade entre o 7º e 12º ano de escolaridade.



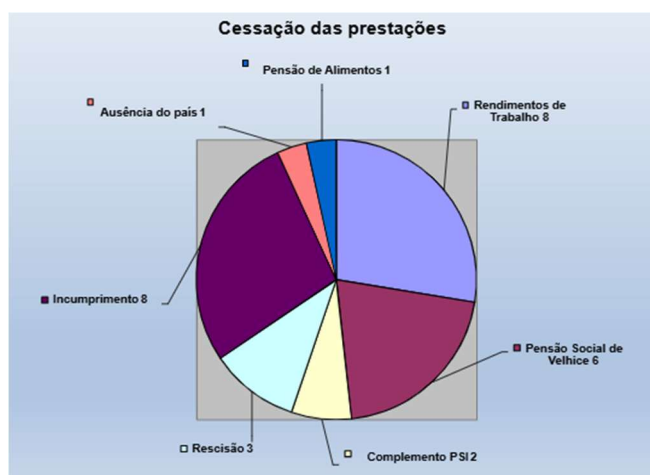
Contratos de Inserção

Em 2024 celebraram-se **105** Contratos de Inserção, num total de **418** ações referentes a diversas áreas de intervenção conforme indica o gráfico seguinte:



Cessação de Prestações

Como indica o gráfico em baixo, a maioria das cessações em 2024 foram devidas a rendimentos por trabalho e incumprimento. Durante este ano cessaram **29** prestações.



Dimensões Estratégias de Intervenção

A atuação da equipa compreendeu uma intervenção de carácter individual, coletiva e comunitária, registando-se atualmente **110** famílias em acompanhamento. Em média, as Técnicas Gestoras acompanharam **64** processos por mês, traduzindo-se numa média de **59** atendimentos e **5** visitas por mês. Foram atribuídas **42** ISIs das quais foram realizados **29** cis iniciais.

Equipa -Técnicas Gestoras

2024 Meses	Nº de Processos acompanhados no mês	Atend.	VD	CIS	
				Inic.	Ren.
Jan	60	55	6	1	3
Fev	74	70	6	1	8
Mar	73	83	7	2	6
Abr	68	80	3	4	3
Mai	76	70	8	3	10
Jun	53	50	5	3	4
Jul	59	63	7	2	4
Ago	46	44	2	1	2
Set	81	54	5	1	8
Out	66	62	2	5	11
Nov	68	27	4	1	13
Dez	48	51	5	5	4
TOTAL	-	709	60	29	76
Médias	64	59	5	2	6

Dimensões Estratégias de Intervenção

Relativamente aos contactos telefónicos, foram realizados um total de **1386**, perfazendo uma média de **115** contactos telefónicos por mês, por parte da equipa das AAD's.

No âmbito dos acompanhamentos na instituição, VD's, acompanhamentos, contactos telefónicos realizados pelas AAD's, apuraram-se os seguintes valores:

- Cidadania - 229
- Educação - 49
- Emprego e Formação Profissional - 72
- Habitação - 71
- Organização da vida quotidiana - 3101
- Saúde - 234

Equipa Ajudantes de Ação Direta

AÇÕES/TIPO	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Total
Acomp. Instituição	105	94	112	101	135	92	91	35	73	133	126	51	1148
Acompanhamento	13	9	14	14	3	2	8	2	6	4	4	3	82
Artic/Encami	59	44	52	53	42	41	51	13	40	74	75	39	583

VISITAS DOMICILIÁRIAS	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Total
VD C/Sucesso	48	60	44	63	38	52	39	11	31	54	18	29	487
VD S/Sucesso	6	6	3	6	2	2	2	1	20	12	5	5	70

FAMÍLIAS ACOMPANHADAS	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média mensal
AAD	83	60	77	80	79	78	79	57	75	85	85	70	76










SUMÁRIO PROGRAMA ALOJAMENTO A MEDIDA. PAM






Identificação do Projeto/Programa/Protocolo	Programa Alojamento á Medida (PAM) Housing First Cascais, inserido no Programa para Pessoas em Situação de Sem Abrigo.
Responsável	Clube Gaivotas da Torre (CGT)
Equipa Técnica	Pablo Serra
Objetivo Estratégico	Garantir a integração habitacional de pessoas em situação de sem-abrigo de longa duração, doença mental ou física. Acompanhar o processo de adaptação habitacional e social dos beneficiários.
Período a que respeita o Relatório	De 01/01/2024 a 31/12/2024
Identificação da Parceria	(CMC) – Divisão de Intervenção Comunitária (DINC), na qualidade de Entidade Coordenadora do NPISA CASCAIS, é responsável pelo financiamento das habitações e os custos do programa, em articulação com a entidade executora: Clube Gaivotas da Torre e o Instituto da Segurança Social (ISS) enquanto financiador da equipa técnica do PAM no âmbito de Procoop.
Publico alvo (tipologia e nº)	30 Pessoas em situação de sem abrigo: 8 pessoas modalidade (I); 4 pessoas modalidade (II); 10 pessoas na modalidade (III)
Localização da ação (Freguesia, espaço físico)	Concelho de Cascais.
Metas definidas	Garantir o acompanhamento técnico das Pessoas em situação de Sem-Abrigo (PSSA), respondendo de forma integrada e complementar, a respostas de habitação individualizada permanente, numa lógica de “housing led approach” (abordagem centrada no acesso à habitação como metodologia prioritária na intervenção com as pessoas sem-abrigo).
Resultados alcançados	22 pessoas acompanhadas no PAM tiveram acesso a uma habitação permanente, integrada e individualizada e resolveram as suas situações documentais de várias naturezas. 22 pessoas tiveram acompanhamento contínuo na área da saúde e apoio psicossocial.

- **Enquadramento:** O Programa Alojamento à Medida (PAM) Housing First Cascais está inserido no Programa para Pessoas em Situação de Sem Abrigo; visa garantir a integração habitacional de pessoas em situação de sem-abrigo de longa duração, com doença mental ou física e acompanhar o processo de adaptação habitacional e social dos beneficiários. Desde janeiro de 2021, com a concretização do protocolo PROCOOP com o Instituto da Segurança Social, que permitiu o financiamento da equipa técnica do PAM e a ampliação dos seus recursos humanos com a contratação de um ajudante de ação direta. Financiamento este que desde a implementação do PAM era assegurado pela CMC. A CMC – Divisão de Intervenção Comunitária (DINC), enquanto Entidade Coordenadora do Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem-Abrigo de Cascais (NPISA CASCAIS), é responsável pelo financiamento das habitações e despesas inerentes a execução do PAM e a monitorização do PAM, em articulação com a entidade executora, Gaivotas da Torre e a Cascais Envolve com quem são contratualizados os arrendamentos das casas municipais.
- **Ações de Caracter Individual:** Atendimento e acompanhamento psicossocial; atendimento individualizado assentando a intervenção em entrevistas; atendimentos, encaminhamento para estruturas especializadas e acompanhamento quando necessário; visitas domiciliares; reuniões e articulações com outros parceiros.
- **Metodologia Técnica:** O PAM ou Housing First Cascais garante uma resposta de habitação individualizada, permanente e integrada no concelho de Cascais. Aplicando uma lógica de “housing led approach” (abordagem centrada no acesso à habitação como metodologia prioritária na intervenção com as pessoas sem-abrigo).
- **A equipa técnica tem como base a Estratégia Nacional para a Integração de Pessoas em Situação de Sem Abrigo (ENIPSA):** Identificação do Problema; Apresentação da Estratégia; Modelo de Intervenção e acompanhamento; Implementação, Monitorização e Avaliação da estratégia.





Situações acompanhadas PAM 2015 – 2024


MODALIDADE	Nº	PARTICIPANTE	DATA INÍCIO	DATA FIM	MOTIVO
I - Metodologia Housing First - Habitações privadas	1	 , 53	Janeiro 2015	-	
	2	 , 47	Janeiro 2015	-	
	3	 , 47	Novembro 2020	-	
	4	 , 61	Novembro 2020	-	
	5	 , 62	Fevereiro 2021	-	
	6	 , 74	Junho 2021	-	
	7	 , 41	Dezembro 2021	-	
	8	 , 46	Janeiro 2022	-	
	9	 , 69	Janeiro 2015	-	

II - Metodologia Housing First - Habitações municipais	10	 ,52	Novembro 2019	-	
	11	 ,35	Agosto 2022	-	
	12	 ,53	Agosto 2022	-	
III -Realojamentos do PMHAS - Apoio psicossocial e habitacional	13	 ,68	Fevereiro 2015	-	
	14	 ,40	Novembro 2015	-	
	15	 ,65	Novembro 2011	-	Internamento Hospital no Cascais
	16	 ,77	Maio 2016	-	
	17	 ,44	Maio de 2018 e	-	
	18	 ,59	Abril de 2022	-	
	19	 ,53	Novembro 2018	-	
	20	 ,62			
	21	 ,73	Janeiro 2021	-	
	22	 ,45	Janeiro 2021	-	


Alterações Significativas:


1.  , 53: A beneficiária continua sem aceitar o acompanhamento das consultas de adição e tratamento do USF Carcavelos, tendo esta intervenção sido proposta pela equipa técnica que acompanhou a beneficiária a este serviço, em articulação com a Psiquiatria do Hospital de Cascais, que identifica a desorganização da beneficiária como um problema de consumos que faz com que não consiga cumprir com as suas responsabilidades e compromissos. A mesma é acompanhada pelo serviço de protocolo do Hospital de Cascais e pelo USF Carcavelos, continuando a receber cantina social no CCPC sendo que tem tido alguns conflitos com outros beneficiários desta resposta; durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário e do programa bilhas Galp Energia Solidária.


2.  , 47: O beneficiário refere que a sua limitação auditiva é um fator que dificulta a sua integração num contexto de emprego/formação; está a ser avaliado psicologicamente para requerer novamente o atestado multiusos de incapacidade e poder assim requer o PSI. Estamos a fazer as diligencias necessárias para ser avaliado novamente em junta médica. O beneficiário é acompanhado pelo serviço de protocolo do Hospital de Cascais e pelo USF Carcavelos. Referente à habitação, na qual está bem integrado desde 2015, consideramos que o beneficiário estaria capacitado para gerir uma habitação em nome próprio através da atribuição da mesma pelo PHMAS, contando como até agora com o acompanhamento e apoio da equipa do PAM. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário e do programa bilhas Galp Energia Solidária.


3.  , 47: O beneficiário mostra-se desorganizado e muitas vezes alcoolizado, porém não aceita participar nas consultas de adição e tratamento no USF Carcavelos, intervenção proposta pela equipa técnica, o que poderia melhorar a sua condição física e integração social. Apesar de estar bem integrado na sua zona de residência e fazer uma boa utilização da casa tem tido cada vez mais conflitos no CCPC com os demais beneficiários e equipa técnica deste centro, pelo que deixou de usufruir da cantina social e passou a frequentar a SER+, onde é acompanhado pela equipa RSI, prestação que se encontra suspensa à espera de ser reativada, participando também durante este

ano no projeto “Por detrás de um rosto” e nas consultas de psicologia nesta instituição a través do projeto “Socialmente”. O mesmo é acompanhado no Hospital Egas Moniz e no Hospital de Cascais tendo em conta os seus problemas de saúde gastrointestinal.


4.  , 61: A beneficiária está a ser acompanhada pelo USF Cidadela e o Hospital de Cascais, dados os seus problemas de saúde física. Recebe apoio para a obtenção da sua medicação crónica através do protocolo das farmácias e apoio alimentar através do POAPMC no CPE onde também é acompanhada pela equipa RSI. Mantém uma boa relação com a equipa técnica do PAM e do CGT, encontra-se à espera de avaliação neuropsicológica. Estamos a fazer as diligências necessárias para ser avaliada em junta medica e poder requerer a pensão de invalidez. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


5.  , 62: O beneficiário permanece bem integrado desde o seu realojamento em 2021 em Alvide, onde tem melhorado o seu estado de saúde física substancialmente, assim como demonstrou realizar uma boa utilização da casa. Continua à espera de resposta do SEF, intervenção para a qual contamos com o apoio de diversas entidades tais como a CMC e Centro Cultural Moldavo. Durante este ano foi apoiado com o BA das Gaiivotas da Torre tendo sido também integrado em vários cursos de português para estrangeiros e atividades da associação. A equipa técnica do PAM considera fundamental a resolução documental deste processo para poder passar a outros níveis de integração, aceso a prestações sociais, assim como adquirir um melhor domínio da língua portuguesa. Encontra-se em acompanhamento médico na unidade “Batas Brancas” e no Hospital de Cascais. Durante este ano foram feitas todas as diligências para o seu encaminhamento ao Mundo a Sorrir.


6.  , 74: O beneficiário tem-se mostrado organizado e cumpridor com as suas responsabilidades, continua a receber apoio na SER+ onde recorre autonomamente; faz uma utilização adequada da casa e mantém uma relação próxima e de confiança com a equipa técnica do PAM. Durante este ano foi acompanhado no Hospital de Cascais e também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.

7.  , 41: O beneficiário tem-se mostrado organizado e cumpridor com as suas responsabilidades. Está a frequentar uma formação no CFPA e durante este ano começou as aulas para poder tirar a carta de condução; recebe a sua medicação crónica na Psiquiatria do Hospital de Cascais, serviço no que é acompanhado e ao qual se desloca autonomamente cada 15 dias. O mesmo continua a receber BA através da ABLA, equipa RSI que também o acompanha.


Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


8.  , 46 : O beneficiário continua a receber a sua medicação psiquiátrica no Hospital de Oeiras onde é apoiado desde que iniciou o tratamento, serviço ao qual se desloca autonomamente e com regularidade. É acompanhado pela equipa RSI da SER+. Durante este ano o mesmo foi avaliado em junta médica obtendo um atestado multiusos com 72% de incapacidade, o que nos permitiu requerer o PSI em articulação com a equipa RSI da Ser+. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


9.  , 35: O beneficiário foi realojado em agosto de 2022 na Rua do Viveiro, Estoril sendo que desde então tem tido algumas dificuldades em se adaptar à nova zona de residência por estar muito vinculado ao Bairro do Rosário e ao Bairro da Torre. A equipa técnica do PAM considerou que a mudança de zona seria positiva para o mesmo, dado os seus problemas de consumos e conflitos com a população da zona onde pernoitava enquanto esteve em situação de sem-abrigo, sendo que o resultado não foi tão benéfico quanto espectável. A equipa técnica do PAM tenciona transferir o beneficiário para uma casa situada na Rua das Naus, modalidade (II) no Bairro da Torre. O beneficiário é acompanhado no hospital de Cascais devido à necessidade de ser operado a uma hérnia inguinal, intervenção que requeria a resolução dos seus problemas de consumo de álcool. Para o efeito foi marcada uma consulta no C.A.T. de Alcabideche e a equipa disponibilizou-se para o acompanhar, sendo que até á data o beneficiário não aceitou comparecer á consulta. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


10.  , 69: O beneficiário continua a receber apoio do SAD da fundação "O Século", com alimentação, limpeza da habitação, higiene pessoal, lavagem de roupa e apoio na toma da sua medicação crónica, assim como a visita de uma psicóloga uma vez por semana. O mesmo é

acompanhado no USF Carcavelos e durante este ano realizou diversos exames dado o agravamento do seu estado de saúde física, tendo a sua medicação crónica já sido ajustada.


11.  , 52: O beneficiário está bem integrado, fazendo uma boa utilização da casa, mostrando-se cada vez mais organizado e colaborante. O beneficiário é acompanhado pela equipa RSI das Gaivotas da Torre e recebe apoio alimentar do POAPMC mensalmente. O mesmo continua sem aceitar o acompanhamento das consultas de adição e tratamento do USF de Alcabideche. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


12.  , 53: O beneficiário faz uma utilização adequada da casa e mantém uma relação próxima e de confiança com a equipa técnica do PAM tendo cumprido com todas as suas responsabilidades. A habitação foi arranjada pela Cascais Ambiente a pedido da equipa técnica devido aos problemas de infiltrações e humidade que sofria há bastante tempo, ficando com condições habitacionais muito melhor após as obras realizadas. O mesmo é acompanhado pelo Hospital de Cascais devido aos seus problemas de saúde física. É acompanhado pela equipa RSI da SER+ onde se desloca autonomamente. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.

13.  , 68: O beneficiário começou a receber a sua pensão de velhice a partir do mês de março de 2023, aumentando assim os seus rendimentos, continua a cumprir com as suas responsabilidades de forma autónoma. Continua a receber BA e durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


14.  , 40: O beneficiário mostra-se bastante desorganizado não aceitando o acompanhamento sugerido pela equipa técnica no âmbito da saúde nomeadamente do centro de adição e tratamento, onde iniciou acompanhamento no C.A.T. de Carcavelos. O beneficiário já não é acompanhado pela equipa RSI da ABLA, que refere a dificuldade no trabalho direto com o beneficiário, tendo perdido o apoio do BA desta instituição por não cumprir com as datas da entrega de alimentos.


A equipa técnica do PAM tem investido na integração profissional do mesmo, conseguindo várias oportunidades de trabalho em diferentes áreas, às quais o beneficiário não compareceu, mesmo tendo manifestado que era do seu interesse.


16.  , 65: O beneficiário continua sem aceitar o acompanhamento das consultas de adição e tratamento para resolver o seu consumo abusivo de álcool, situação que dificulta qualquer intervenção com o mesmo. Durante este ano foi resolvida a situação de insalubridade na habitação em articulação com a Empresa Municipal Cascais Envolvente, a equipa técnica do PAM e a equipa RSI das Gaivotas da Torre. Dada a má utilização dos equipamentos da casa os mesmos foram retirados deixando o mínimo de utensílios na habitação para facilitar a sua limpeza e manutenção. O beneficiário continua a receber o RSI acompanhado pela equipa das Gaivotas da Torre sendo que a prestação passou a ser levantada sempre com o acompanhamento da equipa para poder fazer face às despesas inerentes à habitação. Referente à sua alimentação e higiene o mesmo tem-se deslocado à AMI para tomar banho e comer, com o apoio da equipa técnica do PAM para efetuar o pagamento destes serviços. Em articulação com a equipa RSI das Gaivotas da Torre estamos a fazer todas as diligências para poder encaminhar o beneficiário para uma resposta mais adequada à sua situação de saúde, como seria o internamento na Quinta do Pisão. Em paralelo pretende-se requerer a pensão de velhice durante o próximo ano. Continua a receber apoio do BA alimentar das Gaivotas da Torre. O beneficiário tem revelado ausência de competências para gerir adequadamente as suas necessidades e cuidados básicos, assim como para garantir as condições de salubridade e segurança da habitação. A existência de consumos acentuados de álcool, sem qualquer aderência ao apoio a este nível, apesar de várias sensibilizações neste sentido junto do utente por parte da equipa. Evidencia-se também várias idas à Urgência do Hospital de Cascais motivadas por quedas e episódios de violência e consequentes fugas do hospital sem terapêutica adequada aplicada. Encontram-se a decorrer todos os procedimentos legais para a concretização do despejo do beneficiário por parte da Cascais Envolvente, ficando em breve novamente na situação de sem abrigo.


17.  , 77: O beneficiário foi integrado no centro de dia CSPSPSJE para tentar colmatar os seus problemas de solidão e tratamento das roupas pessoais e da casa, verificando-se que o mesmo frequentou o centro durante um mês, abandonando a resposta, justificando que o pagamento da

mesma era muito elevado e preferia continuar a ir à lavandaria e ter mais dinheiro para as suas despesas do mês. O beneficiário é acompanhado no Hospital de Cascais onde se desloca autonomamente às suas consultas e exames; recebe BA através das Vicentinas que entregam o apoio uma vez por mês na sua casa. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.

18.  , 78: O beneficiário está bem integrado e faz uma boa utilização da casa, sendo acompanhado no Hospital de Cascais e encontrando-se a receber tratamentos através do Mundo a Sorrir . Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


19.  , 44: O beneficiário continua bem integrado na sua zona de residência, continua a partilhar a sua habitação com a sua companheira afetiva, a dona Elida Hortenci. O mesmo faz voluntariado com as Gaivotas da Torre no âmbito do BA, resposta da qual beneficia mensalmente. O beneficiário é acompanhado no serviço de psiquiatria do Hospital de Cascais e no USF Cascais, aonde se desloca autonomamente todos os meses. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.


20.  , 59: A beneficiária mantém uma relação afetiva com o Sr. Davide Teles, com quem partilha a sua habitação. A mesma está em situação irregular a nível documental, situação que temos tentado resolver com o apoio da Casa do Brasil, mas dificultada devido aos seus problemas de consumos, tendo a mesma já sido encaminhada para as consultas de psiquiatria no Hospital de Cascais e consultas na unidade Batas Brancas para poder resolver os seus problemas de saúde física.


21.  , 53: A beneficiária mostra-se desorganizada e pouco integrada na comunidade da sua residência. Apesar de um acompanhamento muito próximo pela equipa técnica e pela Cascais Envolvente, a beneficiária não consegue manter boas relações com os vizinhos nem com as instituições próximas, continuando a recorrer a instituições de referência anteriores ao realojamento. A mesma mantém uma relação afetiva com o Sr. José Vieira com quem partilha a

habitação. A mesma é acompanhada pela equipa RSI das Gaivotas da Torre a quem recorre habitualmente, sendo que não tem aderido a muitas das intervenções propostas, nomeadamente sobre a má gestão dos seus rendimentos.

A beneficiária recebe apoio do POAPMC mensalmente e durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário.

22.  , 65: O beneficiário mantém uma relação afetiva com a Luísa Riba, com quem partilha a habitação. O mesmo mostra uma perda de autonomia substancial durante este ano pelo que em articulação com a equipa RSI das Gaivotas da Torre, que também acompanha a sua companheira sentimental, estamos a fazer todas as diligências necessárias para poder acompanhar o beneficiário à junta médica e solicitar a pensão de invalidez, que nos permita resolver a situação dos seus rendimentos, podendo assim participar nas despesas inerentes à habitação, as quais são suportadas neste momento unicamente pela companheira. O beneficiário recebe mensalmente POAPMC através das Gaivotas da Torre.

23.  , 73: O beneficiário tem-se mostrado desorganizado e reticente a algumas das intervenções propostas pela equipa técnica do PAM, dado o seu estado frágil de saúde física, a equipa dá apoio ao nível de transporte de bens alimentares que recebe mensalmente nas Vicentinas de Bicesse, assim como em todas as intervenções na área da saúde e na consecução da sua medicação crónica. Durante este ano a Cascais Envolvente ofereceu a possibilidade de mudar de habitação para uma casa que fosse rés-do-chão, que foi uma solicitação do beneficiário desde o momento do seu realojamento, mas este rejeitou a mudança de casa devido a que habitação proposta se encontrava no Bairro do Fim do Mundo. O beneficiário é acompanhado no Hospital de Cascais no serviço de pneumologia. Durante este ano também beneficiou do apoio do cartão mais solidário e do programa bilhas Galp Energia Solidária.

24.  , 45: O beneficiário encontra-se a trabalhar com contrato numa empresa de jardinagem, o que lhe tem permitido fazer face às despesas inerentes à habitação e às dívidas que tinha com as finanças. O mesmo está muito desorganizado tanto a nível de responsabilidades inerentes ao cuidado da habitação, como de si próprio, recorrendo à equipa com alguma regularidade para

pedir bens de higiene, alimentação e roupas, sendo que tem muitas dificuldades no cumprimento de horários e presença nos seus compromissos.

A equipa técnica do PAM em articulação com a Cascais Envolvente concluiu com sucesso tanto a situação de dívidas como o processo de insalubridade, encontrando-se de momento ambos resolvidos.

Dados Estatísticos 2024

- Ultrapassada a situação particular do COVID que obrigou a que fossem tomadas medidas urgentes e diferentes do habitual, a equipa do PAM passou novamente a ser gerida normalmente. Neste sentido os acompanhamentos e visitas foram reduzidos, tanto como as articulações e os contactos telefónicos, comparativamente aos dados do ano anterior.
- No ano 2024 foram acompanhadas no PAM no âmbito do PPPSA do CGT 24 pessoas que se encontravam numa habitação individualizada, integrada e permanente.
- De seguida serão discriminados os dados estatísticos referentes ao ano 2024, número de diligências efetuadas, apoios disponibilizados no sentido de dar resposta às solicitações e necessidades sentidas.

RESULTADOS ALCANÇADOS

O projeto tem como objetivo garantir a integração habitacional de pessoas em situação de sem-abrigo de longa duração, doença mental ou física. No ano de 2024, foram acompanhadas no PAM, no âmbito do programa para pessoas em situação de pessoas sem-abrigo do Clube Gaivotas da Torre, 24 pessoas, que tiveram acesso a uma habitação individualizada, integrada e permanente.

Diligências

MES	VISITAS	ACOMPANHAMENTOS	ATENDIMENTOS	CONTACTOS TELEFONICOS	ARTICULAÇÕES
Janeiro	134	54	38	304	454
Fevereiro	127	47	37	311	415
Março	50	23	10	65	128
Abril	26	1	1	26	227
Maio	54	8	38	40	21
Junho	110	13	99	158	178
Julho	82	22	56	186	350
Agosto	85	19	69	214	298
Setembro	76	8	86	117	147
Outubro	62	16	93	88	162
Novembro	84	28	79	185	286
Dezembro	57	37	37	128	265
Total:	947	276	643	1822	3231

Observações:

- Cidadania (SEF, Registos centrais, Segurança Social) + 20%
- Habitação (pedidos de habitação social, DHS) +10 %
- Formação\ Emprego- IEFP + 25%
- Outros- Dentro das diligências existem várias articulações com parcerias informais como banco alimentar, cesta-cheia, banco de bens doados (BBD'S), projeto RE.USE e emergências +10%
- Saúde - articulações e acompanhamentos com todos os serviços de saúde e emergências + 35%

Enquadramento

O seguinte relatório apresenta as atividades desenvolvidas pelo Gabinete de Ação Social da Associação Gaivotas da Torre no ano de 2024.

O GAS tem como principal objetivo o atendimento, acompanhamento, a realização de visitas domiciliárias e encaminhamento de situações socioeconómicas dos indivíduos e famílias mais vulneráveis da Freguesia de Cascais, nomeadamente do Bº da Torre, Cruz-Guia, Bº Assunção, Birre, Cobre e Centro de Cascais, fazendo um trabalho conjunto no processo de mudança e autonomização destes agregados familiares.

No ano de 2024 foi feito um trabalho seguindo o modelo do ano anterior priorizando sempre as parcerias e trabalho em rede, que são uma mais valia na intervenção social.

Todos os apoios prestados pelo Gabinete de Ação Social durante o ano de 2024 só foram possíveis devido às parcerias e protocolos estabelecidos com Entidades municipais e privadas que diariamente apoiam no combate à privação material das famílias acompanhadas. O Gabinete de Ação Social na sua intervenção conta um conjunto de ações de carácter individual com objetivo de apoiar famílias de Cascais em situação de vulnerabilidade socioeconómica que inclui:

1. Ações de Carácter Individual:

- 1.1. Atendimento e Acompanhamento psicossocial – que compreende atendimentos no serviço, encaminhamentos, acompanhamento a diversos serviços, visitas domiciliárias, articulações e reuniões;
- 1.2. Apoios Económicos Pecuniários no âmbito do protocolo Cascais Mais Solidário e mediante pedidos a entidades públicas e privadas para apoio financeiro das famílias acompanhadas;
- 1.3. Apoio na Saúde, que inclui o Protocolo das Farmácias de Cascais – CMC e/ou articulação com Entidades Privadas para apoio económico; acompanhamento a serviços de saúde;
- 1.4. Apoio Alimentar, com distribuição de cabazes de acordo com os diferentes programas que a Associação dispõe;
- 1.5. Apoio em Bens quer sejam de higiene (pessoal ou habitacional), vestuário e mobílias mediante parceria bimensal de bens provenientes do Banco dos Bens Doados, bens adquiridos no âmbito do Protocolo Cascais Mais Solidário e também através da Entidade parceira BUS.

1. Ações de Carácter Individual:

1.1. Atendimento e Acompanhamento psicossocial

Atendimento individualizado onde o foco está na intervenção em entrevistas, atendimentos, encaminhamentos para estruturas especializadas e acompanhamentos quando necessário, visitas domiciliárias, reuniões e articulações com outros parceiros.

Metodologia de intervenção:

- Entrevista Inicial – Elaboração da ficha individual;
- Avaliação periódica ou sempre que se verifique ser necessário;

No ano de 2024, foram acompanhadas na área psicossocial aproximadamente **132** famílias (366 pessoas) com idades compreendidas entre os 5 meses e os 87 anos, sendo que a maioria destes agregados são compostos por um ou dois adultos com crianças ou famílias isoladas (um elemento).

- Famílias acompanhadas: Média mensal de **42** Famílias;
- Atendimentos: média mensal de **25** atendimentos;
- Visitas domiciliarias: média mensal de **11** visitas domiciliárias;
- Reuniões: média mensal de **6** reuniões;
- Encaminhamentos: média mensal de **10** encaminhamentos;
- Acompanhamentos: média mensal de **3** acompanhamentos;
- Articulações: média mensal de **11** articulações;

1.2. Apoio Económico Pecuniário

Este apoio consiste num protocolo estabelecido com a Câmara Municipal de Cascais que tem como objetivo o apoio pontual a famílias em situação de carência socioeconómica. Trata-se de uma resposta imediata, de carácter individual, que visa responder às necessidades básicas de subsistência (géneros alimentares, higiene e/ou apoio pecuniário).

Guia-se pelos princípios da qualificação da intervenção, da cooperação e do trabalho em parceria, da equidade e da justiça social no acesso aos apoios, da promoção da sustentabilidade das organizações e autonomia das pessoas e famílias e da proteção de dados e sigilo da informação.

Neste âmbito foram atribuídos **22** apoios pecuniários, que beneficiaram **16** famílias num valor global de **1008,96€** distribuídos de acordo com os pedidos solicitados.

Também foram adquiridos alimentos para complementar os cabazes de Banco Alimentar no valor de **5644,40€**.

Quando esgotadas as respostas da comunidade e avaliada a situação de emergência foi articulado com a Câmara Municipal de Cascais no sentido da ativação de apoios económicos de emergência.

1.3. Apoio na Saúde

Protocolo das Farmácias de Cascais - Parceria a Câmara Municipal de Cascais, visando garantir uma maior acessibilidade a medicamentos comparticipados por parte de famílias com menores recursos sociais e económicos, em contexto de doença crónica, súbita, endémica e relacionada com o processo de envelhecimento por associação ao aumento crescente da esperança média de vida.

Anualmente a Câmara Municipal de Cascais atribui um valor que possibilita às organizações parceiras a sinalização de munícipes para cedência de medicamentos com participações de 50% ou 100% após análise técnica.

A nossa Associação contou ainda com o apoio de parceiros informais para o apoio de medicação não participada.

1.4. Apoio Alimentar

O Apoio alimentar nas Gaivotas da Torre atribuído às famílias residentes na Freguesia de Cascais é dividido em duas respostas distintas, a distribuição dos cabazes do Banco Alimentar e o Programa Operacional de Apoio a Pessoas Mais Carenciadas/PESSOAS 2030.

Em situações pontuais ou de emergência são feitos cabazes de emergência, onde é entregue no momento à pessoa/família que fez o pedido.

Neste âmbito contou-se com um apoio mensal de particulares e do Grupo Informal Amigos à Mão em géneros alimentares para complementar a distribuição dos cabazes provenientes do BA mensal e para a distribuição **653** ceias de Natal, provenientes da campanha de angariação da Paróquia de Cascais.

Este ano continuamos a contar com o apoio doações de Entidades parceiras formais e informais: Pastelaria Garrett; Pão na Hora; Sacolinha e Particulares para complementar os cabazes de Banco Alimentar e/ou emergência.

Banco Alimentar

Nas diversas Respostas Sociais que compõem a atividade da nossa Instituição, a forte consciência social das Gaivotas da Torre leva-nos a proporcionar diversos serviços a toda a comunidade, nomeadamente o apoio alimentar que abrange uma grande parte das famílias acompanhadas.

Esta Resposta Social permitiu apoiar com géneros alimentares durante o ano de 2024 uma média mensal de **61** famílias, **191** pessoas das quais **53** são crianças carenciadas e com uma maior fragilidade social, através da parceria com o Banco Alimentar Contra a Fome de Lisboa.

Ao longo do ano para além do apoio mensal às famílias apoiadas foram também distribuídos vários cabazes de emergência, sinalizados em atendimento pelo próprio Gabinete de Ação Social ou pelas equipas RSI, Vida Melhor, PAM/ PPSSA e GIP das Gaivotas da Torre.

No ano de 2024 observou-se uma diminuição no número de famílias beneficiárias nesta resposta, devido ao cruzamento com as instituições parceiras bem como atualizações/reavaliações a realizadas ao longo do ano, havendo famílias que por questões de alterações (rendimentos, morada, agregado familiar) foram encaminhadas para outras respostas, ou deixaram de ter capacitação para beneficiar do apoio alimentar.

Ao longo do ano foram encaminhadas cerca de **17** famílias para o Cartão Mais Solidário da Câmara Municipal de Cascais/Junta de Freguesia de Cascais/Estoril.

Programa Operacional de Apoio a Pessoas Mais Carenciadas – POAPMC – PESSOAS 2030

O Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas pretende ser um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social em Portugal.

O Programa visa, com a sua atividade, diminuir as situações de vulnerabilidade que colocam em risco a integração das pessoas e dos agregados familiares mais frágeis, reforçando as respostas das políticas públicas existentes.

Esta resposta que iniciou em Agosto de 2018 efetivamente (ainda que enquanto protocolo e bens tenha iniciado em Maio de 2018) através de um consórcio composto por Santa Casa da Misericórdia de Cascais, enquanto Entidade Recetora, e mais seis Associações/IPSS com intervenção no concelho de Cascais como ABLA – Associação de Beneficência Luso Alemã, ARESC – Associação de Respostas Educativas e Sociais à Comunidade, Centro Paroquial do Estoril, CESPAS – Centro Social da Paróquia de N^a S^a da Conceição de Abóboda e Junta de Freguesia de Alcabideche.

As operações deste Programa, como já foi referido anteriormente, visam a distribuição de géneros alimentares e o desenvolvimento de medidas de acompanhamento com vista à inclusão social das pessoas/famílias.

No que diz respeito a estas medidas de acompanhamento a nossa Associação desenvolveu uma ação com os agregados familiares acompanhados. O tema foi Gestão do orçamento familiar, através da distribuição de um folheto informativo elaborado pela Entidade.

Relativamente ao ano de 2024 foram beneficiárias deste Programa uma média de **172** famílias, refletindo-se numa média mensal de **445** pessoas.

Este programa foi entregue mensalmente às famílias elegíveis com o apoio extraordinário de Voluntários, nomeadamente: Grupo Mulheres do Brasil; Voluntários encaminhados do Banco Local do Voluntariado de Cascais e ainda Voluntários/Beneficiários a título individual.

Este ano de 2024 a nossa Associação, tal como nos anos anteriores, reuniu com as diversas Entidades parceiras POAPMC/PESSOAS 2030 de Cascais com o objetivo de esclarecimentos de boas práticas, que as Gaivotas praticam na realização de Credenciais B (em bloco) e utilização do tablet nas assinaturas de forma digital.

1.5. Apoio em Bens

A nossa Entidade mantém a parceria com a Entrajuda (Banco de Bens Doados), com periodicidade bianual, que consiste na atribuição de bens de higiene pessoal e habitacional. Este ano a nossa Entidade apoiou cerca de **55** famílias acompanhadas com estes produtos bem como roupa e brinquedos.

Através do apoio de entidades como o BUS ou particulares foi possível angariar bens como móveis, eletrodomésticos entre outros e posteriormente distribuição a famílias.

Com o apoio do Grupo Informal da Paróquia de Cascais – Amigos à Mão foi também possível apoiar **3** famílias com enxovais e cabazes de bebé.

Protocolos e Parcerias

O Gabinete de Ação Social tem presente na sua intervenção diversos parceiros formais e informais com quem desenvolve um trabalho em rede e de proximidade tendo como base a complementaridade com o objetivo de conseguir dar resposta mais adaptada às famílias.

Para complementar este trabalho dinâmico desenvolvido pelo GAS existe:

- Equipa do Rendimento Social de Inserção Associação Gaivotas da Torre
- Gabinete de Inserção Profissional Associação Gaivotas da Torre
- Gabinete de Aconselhamento Jurídico Associação Gaivotas da Torre
- Ludoteca Torre Associação Gaivotas da Torre
- Programa de Apoio a Pessoas em Situação de Sem-Abrigo Associação Gaivotas da Torre, Programa Alojamento à Medida.
- Programa Vida Melhor – Associação Gaivotas da Torre
- PRAPM – Plataforma de Rede de Apoio à Privação Material – Coordenação do Grupo Operacional Cascais / Estoril, de parceiros com intervenção na área da privação, com reuniões de Periodicidade trimestral
- CPCJ Cascais – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens -modalidade Alargada – Reuniões com periodicidade mensal e participação em grupos de trabalho nesta temática
- ISS – para desenvolvimento do PO APMC – Programa Operacional de apoio a Pessoas Mais Carenciadas composto pelo Consórcio Santa Casa da Misericórdia de Cascais e mais 6 instituições mediadoras, ABLA – Associação de Beneficência Luso Alemã, ARESC – Associação de Respostas Educativas e Sociais à Comunidade, Centro Paroquial do

Estoril, CESPAs – Centro Social da Paróquia de N^a S^a da Conceição de Abóboda e a Junta de Freguesia de Alcabideche

- Banco Alimentar Contra a Fome de Lisboa – Protocolo com o Banco Alimentar para distribuição alimentar
- Câmara Municipal de Cascais
- Entreatajuda - Banco de Bens Doados
- Farmácia Silveira do Rosário e Farmácia Silveira de Birre
- Grupo Amigos à Mão - Apoios pontuais em numerário, roupa, artigos para bebés, óculos, entre outros pedidos
- AMI
- Junta de Freguesia Cascais/Estoril
- BUS – Bens de Utilidade Social
- ReFood
- Cozinha com Alma

Para além dos protocolos/entidades mencionadas, a Associação Gaiivotas da Torre continua a manter os seus parceiros Formais e Informais com diversas entidades públicas e privadas no apoio às famílias, como: Pastelaria Garrett Estoril, Pão na Hora, doações de particulares de Cascais, Grupo Mulheres do Brasil, Banco Local do Voluntariado, entre outras.

Objetivos	Indicadores	Ações	Atividades	Calendarização												Destinatários	Técnico Responsável
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez		

Acompanhar famílias de Cascais em situação de vulnerabilidade socioeconómica	Nº de atendimentos realizados	Atendimento s individuais e/ou ao agregado familiar	Realizar uma média mensal de 30 atendimentos	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	Beneficiários /Famílias	Técnica AS
	Nº de famílias acompanhadas	Acompanhamento social às famílias	Assegurar que 70% das famílias são acompanhadas mensalmente	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	Beneficiários /Famílias	Técnica AS

	Nº de famílias apoiadas	Apoiar as famílias no âmbito do programa de privação material	Apoiar e acompanhar 70 famílias no âmbito da privação material	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	Beneficiários /Famílias	Técnica AS
--	-------------------------	---	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------	------------

Cumprimento dos prazos regulamentares	Informatização semestral das diligências	Informatização de 100% das diligências das Famílias	xxxx	xxxxxxxxxx	Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
Nº de visitas realizadas	Realização de Visitas domiciliárias	Realizar uma média mensal de 10 visitas domiciliárias	xxxx	xxxxxxxxxx	Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
Nº de famílias acompanhadas a serviços	Acompanhamento nas deslocações a vários serviços	Acompanhar uma média mensal de 3 famílias	xxxx	xxxxxxxxxx	Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
Nº de famílias encaminhadas	Encaminhamento e/ou articulação das famílias para entidades parceiras/específicas	Encaminhar uma média mensal de 8 beneficiários a outras entidades	xxxx	xxxxxxxxxx	Beneficiários / Famílias	Técnica AS
Nº de articulações	Realizar uma média mensal de 8 articulações	Realizar uma média mensal de 8 articulações	xxxx	xxxxxxxxxx	Beneficiários / Famílias	Técnica AS

Nº de famílias abrangidas pelo programa	Implementação do POAPMC	Apoiar 495 beneficiários no POAPMC	xxx	x	xxx	x	xxx	x	x	x	x	x	x	Beneficiários /Famílias	Técnica AS
Nº de Famílias apoiadas	Apoio às famílias em produtos de higiene pessoal e habitacional provenientes do Banco dos Bens Doados	Apoiar aproximadamente 50 famílias												Beneficiários /Famílias	Técnica AS
em bens	Apoio às famílias em produtos de higiene pessoal e habitacional provenientes	Apoiar aproximadamente 40 famílias												Beneficiários / Famílias	Técnica AS

		Ação "Destralhar"	Distribuição de bens disponíveis na Instituição								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
		Festival Voluntariado	Festival Voluntariado								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
		Ação sensibilização Farmácia Rosário	Ações na área da saúde								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
		Festa da Comunidade	Festa da Comunidade								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
		Projeto "Amigos à Mão"	Apoio em bens								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS
		Mulheres do Brasil	Desenvolver atividades/ações em parceria								Beneficiários/ Famílias	Técnica AS

Programa Vida Melhor

SUMÁRIO DO PROGRAMA VIDA MELHOR

Identificação do Programa /Protocolo	<p>Este programa procura intervir na exclusão social e nas desigualdades existenciais e vitais existentes em determinados territórios do Concelho de Cascais, junto da população adulta e sénior e dos seus cuidadores. Com base numa perspetiva multidimensional do envelhecimento e da deficiência, que compreende os fatores biológicos e existenciais, procura-se atingir um equilíbrio vital e psicológico do ser. Reforça-se a necessidade de cuidar do idoso e da pessoa no seu todo e prioriza-se a saúde e as solidariedades enquanto elementos constitutivos de laços sociais que garantem a participação dos idosos e adultos com deficiência na comunidade. Os riscos associados ao envelhecimento, como a dependência e o isolamento exigem uma capacidade de aumentar e flexibilizar as abordagens e os cuidados sociais e de saúde, que respeitem a autonomia potencial das pessoas e preservem a sua dignidade e singularidade.</p>
Responsável	<p>Clube Gaivotas da Torre (CGT)</p>
Equipa Técnica	<p>Ana Rodrigues – Coordenadora de Programa Matilde Melo Breyner – Assistente Social Juliana Araújo – Fisioterapeuta Isabel Martins Lima – Auxiliar de Fisioterapia</p>
Objetivo Estratégico	<p>Promover um envelhecimento ativo, apoio social específico para o público, estilos de vida saudáveis dos idosos e pessoas com dependência residentes no território, garantindo o acesso à informação, aos serviços sociais e de saúde e a programas especializados, adequados às suas especificidades e necessidades.</p>
Objetivos Específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Intervenção na exclusão social e nas desigualdades existenciais e vitais numa perspetiva multidimensional do envelhecimento e da deficiência. • Priorizar a saúde e as solidariedades enquanto elementos constitutivos de laços sociais que garantem a participação dos idosos e adultos com deficiência na comunidade. • Capacitação dos cuidadores informais, com o intuito de os dotar de conhecimento sobre os cuidados individuais e especializados à pessoa idosa e/ou dependente.

Período a que respeita o Relatório	De 04/12/2023 a 31/12/2024
Identificação da Parceria	Associação Juvenil Clube Gaivotas da Torre – Coordenador do programa ;Câmara Municipal de Cascais – Parceiro de Recursos; União de Freguesias de Cascais e Estoril – Parceiro em Recursos; Associação de Moradores dos Bairros da Torre e Cruz Guia – Parceiro Institucional; ACES de Cascais e Alcabideche – Apoio técnico / medico/ administrativo
Publico alvo (tipologia e nº)	60 Idosos com carência económica 50 Adultos cuidadores e/ou com incapacidades físicas ou cognitivas 30 Famílias 15 Pessoas com deficiência
Localização da ação (Freguesia, espaço físico)	Bairros da Torre, Cruz da Guia, Fontaínhas e Santana
Metas definidas	<ul style="list-style-type: none"> • Mediar a relação entre a população e os serviços sociais e de saúde existentes no território. • Criar serviços de saúde de proximidade adequados ao envelhecimento e dependência funcional. • Combater o isolamento e promover o envelhecimento ativo e os estilos de vida saudáveis. • Cuidar dos cuidadores informais, dotando-os de competências para o cuidado de qualidade e promovendo a sua saúde mental.
Resultados alcançados	186 pessoas: 114 idosos (5 com deficiência, 17 cuidadores informais) 72 adultos (17 com deficiência, 37 cuidadores informais) 105 famílias

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO

Mediar a saúde - Pretende-se dar continuidade e facilitar o acesso dos idosos e/ou pessoas em situação de dependência aos cuidados de saúde, nomeadamente através do acompanhamento a consultas médicas, aquisição de medicação e entrega em casa, apoio na toma da medicação e encaminhamento de beneficiários para apoio psicológico aos parceiros da comunidade.

Reabilitação no domicílio ou nas instalações da instituição - Pretende-se dar continuidade a serviços de fisioterapia a idosos e pessoas com incapacidade, promovendo-se a realização de um plano de tratamento e recuperação individual

Apoio e Acompanhamento de Ação Social - Dinamizar e otimizar a utilização dos serviços públicos e privados disponíveis, nomeadamente para ajudar os beneficiários a resolver os inúmeros problemas de cariz social com que se confrontam diariamente.

Assistir e capacitar cuidadores informais - Pretende-se dar continuidade ao auxílio prestado juntos dos cuidadores informais, com o intuito de os dotar de conhecimento sobre os cuidados individuais e especializados à pessoa idosa e/ou dependente, de os informar sobre os recursos existentes na comunidade e de os apoiar na gestão do stress e minimização de riscos no campo de saúde mental.

Atividades Física e Estilos de Vida Saudáveis – Realização de atividades semanais com planos de treino adaptados, com base no levantamento das expectativas, gostos e motivações dos idosos.

Encontros Intergeracionais - Esta atividade procura proporcionar momentos de convívio e iniciativas comuns entre idosos e jovens da comunidade, fomentando um maior sentido de pertença. Além de partilharem os seus talentos e particularidades geracionais, estes encontros, são benéficos na estimulação e performance cognitiva e motora dos idosos acompanhados, permitindo ainda que as gerações mais novas possam ser promotoras de bem-estar, participação social e valorização dos idosos.

Monitorização e Avaliação do programa – Reuniões semanais de equipa onde são partilhadas e discutidas situações dos beneficiários já acompanhados, assim como a sinalização de novos casos e avaliações que possam surgir. A monitorização das metas do programa passa pela alocação de slots de tempo para registo dos dados de saúde dos beneficiários e avaliação dos mesmos para aferir possíveis alterações de metodologia ou outros encaminhamentos.

O processo de acompanhamento passa por um olhar personalizado do utente....



BENEFICIÁRIOS DO PROGRAMA

Desde o início do programa, em outubro de 2021, até ao final de dezembro de 2024 foram referenciadas **186 pessoas**: 114 idosos (5 com deficiência, 17 cuidadores informais), 72 adultos (17 com deficiência, 37 cuidadores informais), conforme se verifica no gráfico a baixo. Durante este ano de 2024 houve um aumento de 24% no número de beneficiários relativamente ao ano passado.

Gráfico 1 – Caracterização público-alvo

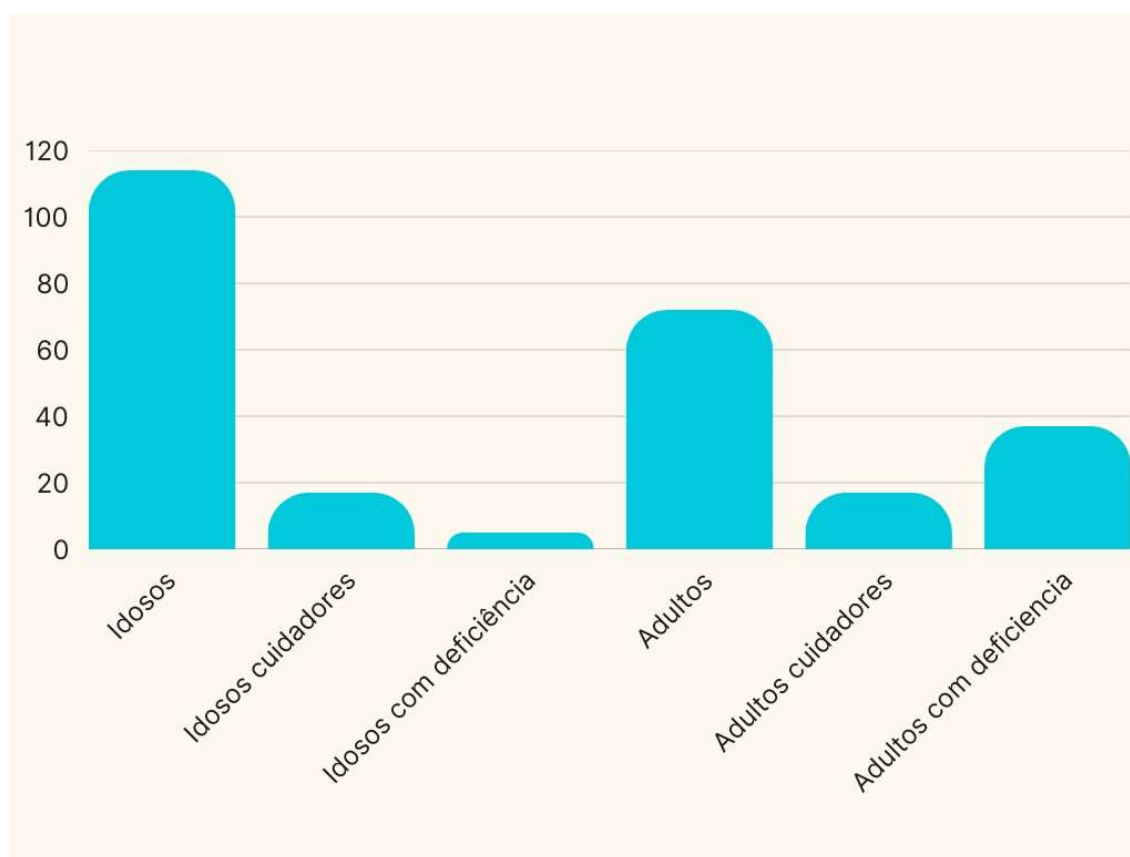
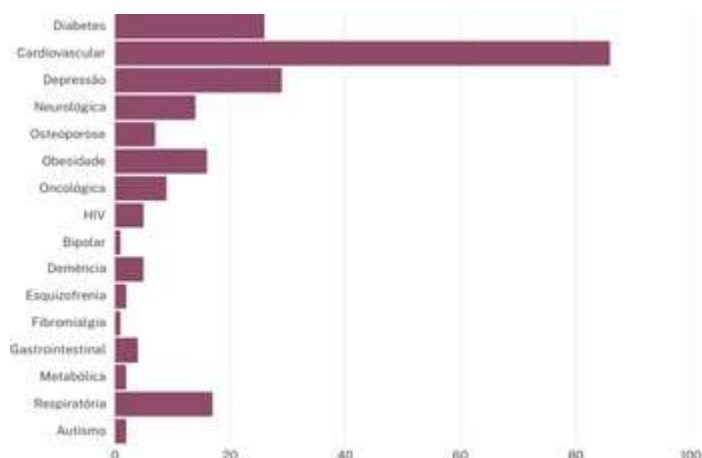


Gráfico 2 – Principais Doenças



Neste gráfico pode observar-se que existem quatro doenças predominantes, as cardiovasculares, diabetes, depressão e doenças respiratórias. Perante um cenário como este realça-se a importância da permanência de profissionais de saúde neste território e junto desta população (que quer pela idade quer pelos recursos financeiros têm uma maior dificuldade no contacto com os serviços de saúde) para prevenir o agravamento das doenças através duma monitorização constante, contactos privilegiados com os médicos de família informando-os de alguma alteração importante no seu quadro clínico, apoio e certificação das tomas da medicação, acompanhamentos a consultas e exames.

O quadro 1 descreve todas as famílias acompanhadas pelo programa (classes de movimento, domicílios e cuidadores).

Idade	Gênero	Tipologia	Doença	Nº Processo Familiar
65	Feminino	Adulto com deficiência	Diabetes	1
			Cardiovascular	
			Depressão	
			Neurológica	
52	Masculino	Adulto Cuidador		1
86	Feminino	Idoso	Cardíaca	2
			Neurológica	
88	Masculino	Idoso	Cardiovascular	2

59	Feminino	Adulto Cuidador Informal		2
61	Masculino	Adulto Cuidador Informal		2
83	Feminino	Idoso	Cardiovascular	3
73	Feminino	Idoso	Depressão	4
			Osteoporose	
72	Feminino	Idoso Cuidador informal	Obesidade	5
			Depressão	
			Cardiovascular	
			Doença Reumatológica	
63	Masculino		Cardíaca	5

		Adulto com deficiência	Neurológica	
			Obesidade	
74	Feminino	Idoso	Oncológica	6
			Depressão	
29	Masculino	Adulto Cuidador Informal	Depressão	7
			HIV	
87	Masculino	Idoso	Respiratória	7
			Cardíaca	
63	Feminino	Adulto	Depressão	7
			Oncológica	
67	Feminino	Idoso Cuidador informal	Diabetes	8
			Cardiovascular	
			Obesidade	
88	Masculino	Idoso	Neurológica	8
			Diabetes	
			Cardíaca	
			Metabólica	
72	Feminino	Idoso Cuidador informal	Cardiovascular	9
			Osteoporose	
			Neurológica	
90	Masculino	Idoso	Neurológica	9
			Cardiovascular	
			Diabetes	
58	Feminino	Adulto	Diabetes	10
			Obesidade Cardiovascular	

24	Masculino	Adulto Informal	Cuidador		10
26	Masculino	Adulto Informal	Cuidador		10
25	Feminino	Adulto Informal	Cuidador		10
3	Masculino	Criança			10
80	Masculino	Idoso		Demência Cardiovascular	11
45	Feminino	Adulto	Cuidador		11
83	Feminino	Idoso		Obesidade	12
				Cardiovascular	
50	Masculino	Adulto com Deficiência		Neurológica	12
53	Masculino	Adulto com Deficiência		Neurológica	12
55	Feminino	Adulto com deficiência		Obesidade	12
				Cardiovascular	
73	Feminino	Idoso		Obesidade	13
				Cardiovascular	
71	Feminino	Idoso		Gastrointestinal	14
				Cardiovascular	
				Neurológica	
64	Feminino	Adulto		Obesidade	15
				Cardiovascular	
				Depressão	
84	Masculino	Idoso		Diabetes	16
				Cardiovascular	
				HIV	
56	Feminino	Adulto Cuidador Informal		Diabetes	16

21	Masculino	Adulto Cuidador Informal		16
34	Feminino	Adulto Cuidador Informal		16
80	Masculino	Idoso	Diabetes	17
			Depressão	
			Cardiovascular	
80	Feminino	Idoso	Depressão	18
			Doença Reumatológica	
79	Feminino	Idoso	Cardiovascular	19
82	Masculino	Idoso	Cardiovascular	19
			Oncológica	
52	Feminino	Adulto		19

		Cuidador Informal		
50	Masculino	Adulto Cuidador Informal		19
63	Masculino	Adulto com deficiência	Diabetes	20
			Cardiovascular	
71	Feminino	Idoso Cuidador informal	Cardiovascular	20
73	Masculino	Idoso com deficiência	Cardiovascular	20
			Diabetes	
50	Masculino	Adulto com deficiência	Cardiovascular	20
			Neurológica Doença Reumatológica	
80	Feminino	Idoso	Cardiovascular	21
68	Feminino		Cardiovascular	22

		Idoso Cuidador informal	Diabetes	
74	Masculino	Idoso	Cardíaca	22
			Neurológica	
44	Feminino	Adulto Cuidador Informal		22
28	Masculino	Adulto Cuidador Informal		22
68	Feminino	Idoso	Respiratória	23
			Cardiovascular	
50	Feminino	Adulto Cuidador Informal	Obesidade	24
			Cardiovascular	
76	Feminino	Idoso	Obesidade	24
			Cardiovascular	
			Respiratória	
			Diabetes	
46	Masculino	Adulto Cuidador Informal		24
48	Feminino	Adulto	Depressão	25
81	Feminino	Idoso	Diabetes	26
			Depressão	
			Cardiovascular	
95	Feminino	Idoso	Cardiovascular	27
			Obesidade	
40	Feminino	Adulto Cuidador Informal	Respiratória	27
			Bipolar	
84	Feminino	Idoso	Obesidade	28
			Cardiovascular	

54	Masculino	Adulto Cuidador Informal		28
55	Feminino	Adulto		28

		Cuidador Informal	Cardiovascular	
75	Masculino	Idoso	Depressivo Cardiovascular	29
71	Feminino	Idoso	Gastrointestinal	30
66	Masculino	Idoso com deficiência	Oncológica	30
63	Feminino	Adulto	Respiratória	31
81	Feminino	Idoso cuidador	Diabetes	32
			Depressão	
79	Masculino	Idoso	Oncológica	32
42	Masculino	Adulto cuidador		32
81	Feminino	Idoso	Cardiovascular	33
56	Feminino	Adulto cuidador		33
64	Feminino	Adulto	Fibromialgia	34
82	Feminino	Idoso	Respiratório Cardiovascular	35
88	Feminino	Idoso	Cardíaca	36
			Depressão	
56	Feminino	Adulto Cuidador Informal	Depressão	36
62	Masculino	Adulto com deficiência	Respiratória Cardiovascular	36
65	Feminino	Adulto com deficiência	Cardíaca	37
61	Feminino	Adulto com deficiência	Cardíaca	38
			Esquizofrenia	

			Depressão	
71	Feminino	Idoso		39
64	Feminino	Adulto	Respiratória	40
			Cardiovascular	
55	Masculino	Adulto com deficiência	Cardiovascular	41
			Diabetes	
91	Feminino	Idoso	Neurológica	42
			Doença Reumatológica	
			Cardiovascular	
63	Feminino	Adulto Cuidador Informal		42
70	Feminino	Idoso Cuidador informal		42
81	Feminino	Idoso	Cardiovascular	43
58	Feminino	Adulto	Cardiovascular	44
			Diabetes	
			Depressão	
			Obesidade	

			Respiratória	
62	Masculino	Adulto	Oncológica	44
60	Feminino	Adulto	Cardiovascular	45
81	Feminino	Idoso	Respiratória	46
			Cardiovascular	
69	Masculino	Adulto	Cardiovascular	47
75	Feminino	Idoso	Neurológica	48
			Gastrointestinal	
			Cardiovascular	

			Diabetes	
68	Feminino	Idoso Cuidador informal	Diabetes	48
96	Masculino	Idoso	Respiratória	49
			Metabólica	
			Cardiovascular	
			Osteoporose	
86	Feminino	Idoso	Cardiovascular	49
63	Feminino	Adulto Cuidador Informal		49
56	Masculino	Adulto Cuidador Informal		49
76	Masculino	Idoso	Cardiovascular	50
71	Feminino	Idoso	Depressão	51
68	Feminino	Adulto	Diabetes	52
			Cardiovascular	
80	Feminino	Idoso	Diabetes Cardiovascular	53
55	Feminino	Adulto Cuidador Informal	Doença Reumatológica	54
77	Feminino	Idoso	Cardiovascular	55
60	Feminino	Adulto Cuidador		56
14	Masculino	Jovem Deficiente	Autismo	56
83	Feminino	Idoso	Cardiovascular	57
			Diabetes	
82	Masculino	Idoso	Doença Reumatológica	58
69	Masculino	Idoso	Depressão	59

58	Feminino	Adulto		59
68	Feminino	Idoso	Diabetes	60
			Obesidade	
94	Feminino	Idoso	Cardiovascular	61

			Doença Reumatológica	
			Demência	
73	Feminino	Idoso Cuidador informal		61
77	Feminino	Idoso Cuidador informal		61
71	Feminino	Idoso Cuidador informal		61
64	Masculino	Adulto	DPOC	62
79	Masculino	Idoso	Cardiovascular Depressão	63
91	Feminino	Idoso	Doença Reumatológica Cardiovascular Demência	64
66	Feminino	Idoso Cuidador	Depressão	64
68	Feminino	Idoso Cuidador	Doença Reumatológica	64
72	Masculino	Idoso	Neurológica Cardiovascular	65
73	Feminino	Idoso Cuidador		65
91	Feminino	Idoso	Respiratória	66
74	Masculino	Idoso		66
65	Feminino	Idoso	Depressão	67
64	Feminino	Adulta	Demência	68
70	Masculino	Idoso Cuidador		68

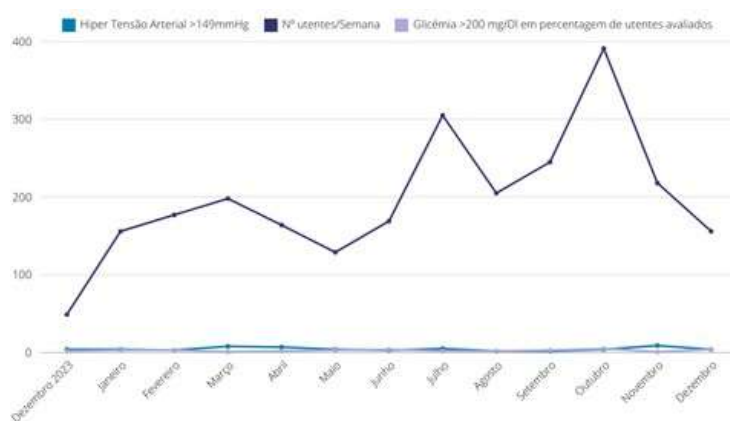
46	Feminino	Adulto	Oncológica	69
85	Feminino	Idoso	Oncológica	70
92	Feminino	Idoso	Doença Reumatológica Cardiovascular	71
64	Masculino	Adulto Cuidador		71
62	Feminino	Adulto Cuidador		71
67	Feminino	Idoso Cuidador	Diabetes	72
75	Masculino	Idoso	Neurológica	72
83	Feminino	Idoso	Respiratório Oncológico	73
85	Feminino	Idoso	Cardiovascular	74
			Depressão	
	Feminino	Idoso	Depressão	75
49	Feminino	Adulto	Obesidade Diabetes Depressão	76
	Masculino	Adulto	Altismo	76
65	Feminino	Idoso Cuidador	Neurológica	77

85	Masculino	Idoso	Cardiovascular	77
81	Feminino	Idoso	Cardiovascular	77
85	Masculino	Idoso	Depressão Cardiovascular Obesidade	78
65	Feminino	Idoso/Cuidador	Cardiovascular	78
49	Masculino	Adulto com deficiência	Cardiovascular	79
81	Feminino	Idoso	Diabetes	80
84	Feminino	Idoso	Respiratório	80
56	Masculino	Adulto com deficiência	Cardiovascular	81

68	Masculino	Idoso Cuidador		81
68	Feminino	Idoso	Respiratório Depressão	81
66	Feminino	Idoso	Cardiovascular	82
91	Feminino	Idoso	Cardiovascular	82
70	Feminino	Idoso	Cardiovascular	83
92	Feminino	Idoso	Obesidade Cardiovascular	83
78	Feminino	Idoso	Cardiovascular	84
87	Feminino	Idoso	Cardiovascular Doença Reumatológica	84
68	Feminino	Idoso	DPOC	85
68	Masculino	Idoso	Cardiovascular Neurológico	85
91	Feminino	Idosa	Cardiovascular	86
53	Feminino	Adulto	Cardiovascular	87
64	Feminino	Adulto com deficiência	Depressão	87
81	Feminino	Idoso	Cardiovascular Doença Reumatológica	88
80	Feminino	Idoso	Cardiovascular	88
65	Feminino	Idoso	Oncológica	89
65	Feminino	Idoso Cuidador		90
45	Masculino	Adulto com deficiência		90
71	Feminino	Idoso Cuidador	Cardiovascular	90
97	Feminino	Idosa	Cardiovascular	91
77	Feminino	Idoso	Cardiovascular Depressão	91
70	Feminino	Idosa	Cardiovascular	92

	Masculino	Adulto com deficiência		92
78	Feminino	Idoso	Cardiovascular	92
70	Feminino	Idoso	Diabetes	93
67	Feminino	Idoso		93
74	Feminino	Idoso	Cardiovascular	94
67	Masculino	Idoso	Cardiovascular	95
80	Masculino	Idoso	Depressão	96
80	Feminino	Idoso	Cardiovascular	97
78	Feminino	Idoso	Cardiovascular	98
80	Feminino	Idoso	Cardiovascular	99
69	Feminino	Idoso	Demência	100
80	Feminino	Idoso	Cardiovascular	101
63	Masculino	Adulto	HIV	102
69	Masculino	Idoso	Cardiovascular	103
40	Feminina	Adulto	Esquizofrenia	104
80	Masculino	Idoso	Cardiovascular	105
86	Feminino	Idoso	Cardiovascular	

Mediar a Saúde – Gráfico 3 – Medições Clínicas



O gráfico que se segue caracteriza os principais achados clínicos das medições de hipertensão arterial (superior a 148/90mmHg) e glicémia (superior a 200 mg /dl) relativos a dezembro de 2023 até dezembro de 2024. Dado o número de beneficiários com situação de risco nos primeiros meses do ano, considerou-se pertinente a manutenção do controlo destas situações, tal como despiste de outras complicações, discutidas em equipa e encaminhadas para o medico de família. Assim, com esta monitorização, realizada junto desta comunidade, é possível observar que a nossa intervenção e manutenção nas situações de risco, conduziu a uma melhoria significativa e a um impacto benéfico na saúde dos indivíduos que acompanhamos, ajudando a manter uma comunidade idosa mais consciente das suas patologias e melhorando assim a qualidade de vida dos mesmos.

Com estes dados pretendemos ainda, demonstrar que ter profissionais de saúde de proximidade no terreno/comunidade como primeiro contacto, faz com que as famílias e os idosos conheçam melhor as suas patologias e não recorram com tanta frequência aos serviços de urgência do hospital.

No decorrer da nossa intervenção foram realizados **144** acompanhamentos a consultas e exames clínicos e **285** atendimentos na orientação da medicação.

Encontros intergeracionais

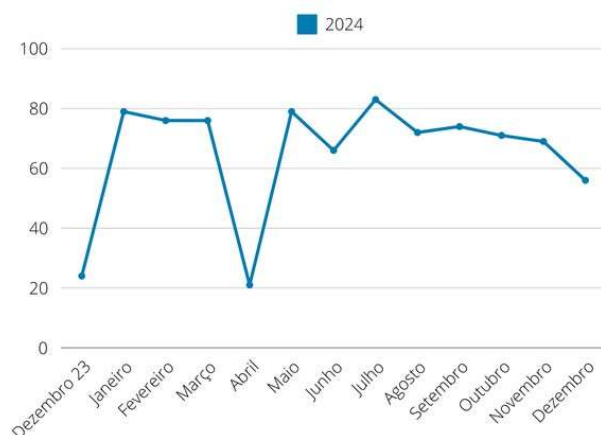
Esta atividade procura proporcionar momentos de convívio e iniciativas comuns entre idosos e jovens da comunidade, fomentando um maior sentido de pertença. Além de partilharem os seus talentos e particularidades geracionais, estes encontros, são benéficos na estimulação e performance cognitiva e motora dos idosos acompanhados, permitindo ainda que as gerações mais novas possam ser promotoras de bem-estar, participação social e valorização dos idosos.

Tal como em 2023 manteve-se a parceria com a escola Kairos e semanalmente deslocavam-se duas voluntárias para passar uma manhã com as crianças e jovens onde podiam partilhar a sua sabedoria através de trabalhos de costura e de aulas de culinária. O ano de 2024 trouxe **duas novas** parcerias no âmbito destes encontros intergeracionais, uma com o Externato Nossa Senhora do Rosário e a outra com a creche Torre Guia.

Com a primeira escola realizaram-se 4 encontros onde os idosos tiveram a oportunidade de jogar jogos tradicionais, jogos de tabuleiro e jogos musicais, sempre em equipas mistas (idosos e crianças/jovens). As atividades realizadas com a creche, aconteceram em 2 momentos distintos, um nas nossas instalações e outro na creche. Em ambos foi realizada uma classe de movimentos conjunta e adaptada às diferentes necessidades do grupo.

Fisioterapia no domicílio ou nas instalações da instituição

Gráfico 4 – Nº Sessões Fisioterapia



É consensual que a prática de atividade física e a estimulação cognitiva regular contribuem para atenuar os efeitos degenerativos do envelhecimento no domínio físico, social e mental e, conseqüentemente, melhoram a qualidade de vida do idoso, constituindo assim, elementos centrais de promoção da saúde. Com prática regular de exercícios, manutenção das estruturas anatômicas e hábitos de vida mais saudáveis, é possível reverter quadros de doenças e obter melhor qualidade de vida na terceira idade.

Nota-se que no mês de abril houve uma grande diminuição nos números, o que se justifica pelo tempo disponibilizado para fazermos candidaturas para novo financiamento.

No geral, a intervenção da fisioterapia nos beneficiários acompanhados por esta atividade, tem sido mais focada em objetivos como:

- Prevenção de alterações; o Circulatórias e respiratórias o Do movimento; o Das amplitudes articulares; o Da pele; o De quedas

- Facilitar a independência diminuindo o tempo de acompanhamento e minimizar alterações psicossociais.

Com este trabalho procuramos dar maior conforto e melhor qualidade de vida aos utentes e, assim, estimular uma vida mais ativa na terceira idade.

Em 2024 a média mensal de utentes acompanhados foi de **18** pessoas, foram feitas um total de **13** novas avaliações e **846** sessões de fisioterapia com uma frequência bissemanal.

Apoio e acompanhamento de ação social

“Mediar a relação entre a população e os serviços sociais e de saúde existentes no território.”

Este é um dos objetivos do programa Vida Melhor e a intervenção social resume-se na sua maioria nesta mediação.

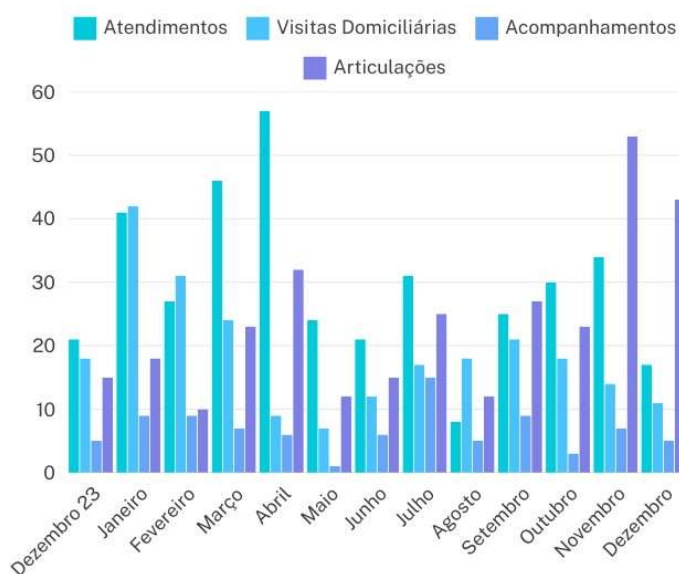
Foram realizados inúmeros contatos (presenciais, telefónicos e via e-mail) com as principais entidades na área da Saúde do Concelho de Cascais e Lisboa (hospital de Cascais, Santa Cruz, Centros de saúde Cascais, Alcabideche, S. João, USSCMC) que ao longo do tempo permitiram dar a conhecer o programa e a sua atuação junto da comunidade e estabelecer uma estreita relação com os profissionais de saúde que acompanham os beneficiários do programa.

Esta relação de proximidade com a área da saúde é de uma extrema importância para o programa, uma vez que a maior parte dos beneficiários sofrem de algum ou vários problemas de saúde, e têm bastante dificuldade de acesso a estes serviços, sendo que esta estreita ligação veio colmatar uma falha sentida por todos há já uns tempos. É importante realçar que esta parceria “informal” estabelecida permitiu ao longo do ano de 2024 o acesso rápido a uma marcação de consulta, à aquisição de receitas médicas no mesmo dia ou no dia seguinte, ao contato com o médico de família ou enfermeiro no mesmo dia útil, o que facilita quer a nossa intervenção quer a intervenção no âmbito da saúde, uma vez que os beneficiários tendo um acompanhamento de maior proximidade evita complicações mais graves que possam surgir.

No contexto mais prático da intervenção pode-se realçar como aspetos importantes os atendimentos realizados, as visitas domiciliárias, os apoios pecuniários, de alimentação ou bens de higiene e limpeza habitacional e os acompanhamentos a consultas ou exames (de realçar que estes últimos só são feitos caso a família ou alguém de maior proximidade não o possa fazer, uma vez que é prática do programa o envolvimento da família na intervenção do dia a dia).

O seguinte gráfico ilustra a intervenção no âmbito social que foi feita com os beneficiários durante o ano de 2024.

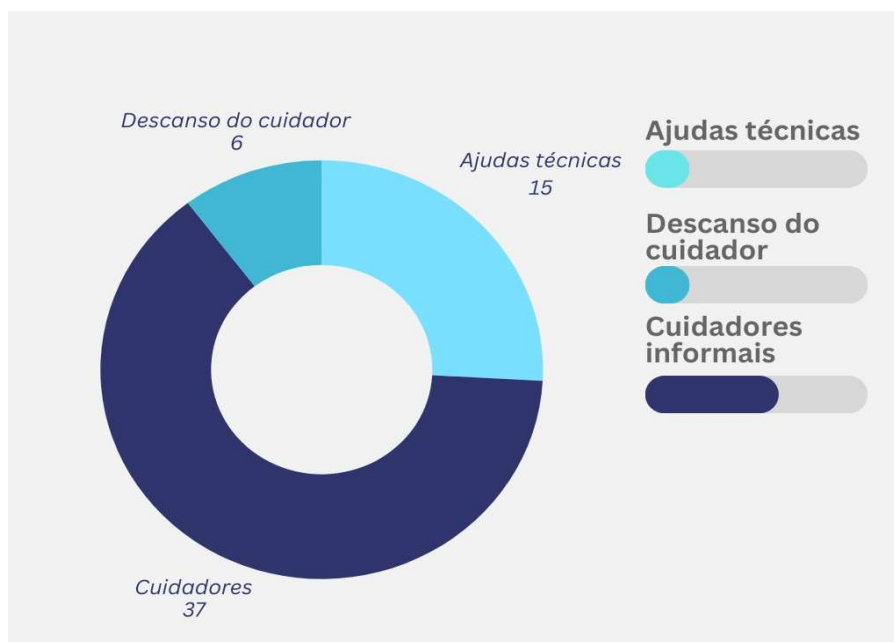
Gráfico 5 – Intervenção Social



Capacitação dos Cuidadores Informais

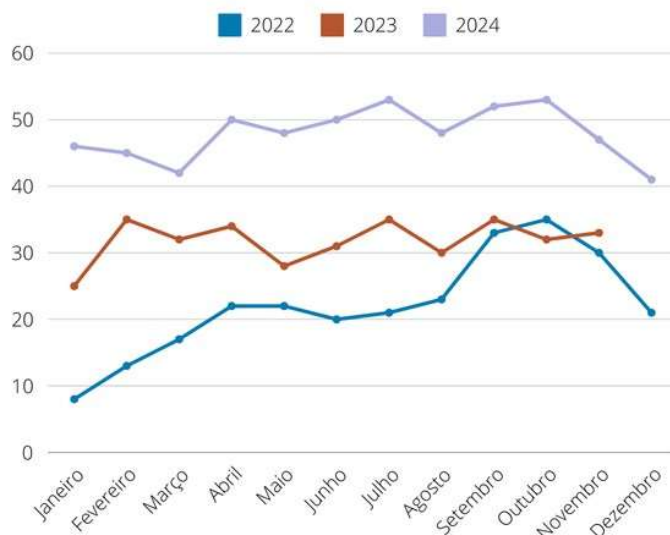
Um dos grandes objetivos é informar as famílias sobre os recursos existentes na comunidade. Nesse sentido o programa apoia cuidadores informais, que desempenham funções essenciais de auxílio aos beneficiários das nossas ações, nomeadamente através da identificação de suas necessidades e da busca de soluções para problemas encontrados, como por exemplo, adaptações das respetivas casas às suas limitações físicas, bem como apoio psicológico ao próprio cuidador. No âmbito desta atividade temos observado que a maioria dos cuidadores informais não estão informados sobre o estatuto de cuidador informal e o nosso objetivo passa por informar, aconselhar, orientar e/ou encaminhar estes cuidadores para esta nova resposta da segurança social. Em 2024 foram realizados vários encaminhamentos para o descanso do cuidador, sendo esta uma resposta que permite ao cuidador informal descansar durante um período de 30 dias, e pode ser pedida até 3 vezes por ano. Todas as respostas positivas que obtivemos foram conseguidas devido à articulação que temos mantido com o Aces Cascais.

Gráfico 6 – Capacitação Cuidadores



Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

Gráfico nº 7 – Classes de Movimentos



Foram realizadas **100** sessões de atividade física (classes de movimento) de dezembro de 2023 a dezembro de 2024, nas quais participam em média **35** beneficiários. No final das sessões cada participante é monitorizado e avaliado, com o intuito de identificar alterações cardíacas, respiratórias musculares ou articulares.

Estas sessões são realizadas duas vezes por semana sendo para tal utilizados diversos materiais, tais como bola de pilates, thera-bands, pedaleiras, entre outros que estejam ao dispor. O grupo de beneficiários que frequenta a atividade é bastante heterogéneo em termos funcionais e cognitivos. A socialização, o respeito pelas limitações do outro, o sentido de entre ajuda e suporte são fatores que se pretendem estimular nestas sessões. A estimulação cognitiva e motora completa a atividade física visando a melhoria do desempenho e por consequência da performance na execução das atividades de vida diária.

GOLDEN YEARS

Durante o ano de 2024 organizámos três grandes passeios com os idosos pois são excelentes oportunidades para promover o envelhecimento ativo, a socialização, hábitos de vida saudáveis e novas experiências.

Visita ao Jardim Zoológico:

O passeio ao jardim zoológico proporcionou aos idosos a oportunidade de interagir com a natureza e animais, estimulando a curiosidade e a aprendizagem. Esta atividade promoveu a atividade física, através das caminhadas pelas instalações do jardim zoológico. É um ótimo exercício para a melhoria cardiovascular, umas das doenças predominantes dos beneficiários do programa. Além disso, o ambiente ao ar livre, repleto de vegetação, favorece o bem-estar mental e emocional, reduzindo o stress e promovendo a sensação de relaxamento. A socialização é outro benefício importante, pois as interações entre os membros do grupo tornam-se mais agradáveis num ambiente descontraído e cheio de estímulos. Neste passeio participaram 42 beneficiários.

Visita Nazaré:

O passeio foi cuidadosamente planeado para promover o envelhecimento ativo e saudável, estimulando a socialização e a descoberta de novas experiências.

A manhã começou com uma visita ao Santuário de Nossa Senhora da Nazaré, onde os idosos puderam apreciar a tranquilidade e a espiritualidade do local, refletindo sobre a história e os significados ligados à cidade. Os participantes, muitos deles com memórias de longa data, trocaram histórias e experiências, criando um ambiente acolhedor de partilha e amizade. De seguida descemos no elevador, onde a vista panorâmica é de tirar o fôlego. O elevador foi especialmente vantajoso para o grupo, já que oferece uma alternativa acessível e confortável para quem talvez não consiga fazer o trajeto a pé.

Durante o trajeto no elevador, muitos dos idosos comentaram sobre as mudanças que a cidade sofreu ao longo dos anos, compartilhando suas memórias de Nazaré e das antigas formas de subir até o Sítio. O ambiente era de descontração, com risos e conversas animadas, criando um clima de amizade e união. O passeio terminou com um almoço num

restaurante junto à praia com uma vista espetacular para o mar. Neste passeio participaram 43 beneficiários.

Museu dos Coches

Sáímos de manhã da Torre de autocarro, em direção à estação de comboios e fomos até Belém. A visita ao Museu dos Coches ofereceu uma experiência cultural rica, permitindo aos idosos explorar a história do transporte e da evolução das carruagens. A atividade é uma excelente oportunidade para fomentar o conhecimento e a memória, estimulando o pensamento crítico. Além disso, o ambiente tranquilo e culturalmente significativo permite aos participantes desfrutarem de momentos de reflexão enquanto observam as exposições. O museu oferece também a oportunidade de interação social, já que os idosos podem compartilhar suas impressões sobre as coleções e aprender uns com os outros. No final da visita tivemos oportunidade de almoçar num restaurante típico Lisboeta nos jardins de Belém. O regresso a casa foi feito da mesma maneira, aproveitando a boa rede de transportes públicos que a cidade tem para oferecer. Neste passeio participaram 22 beneficiários.

Novas Parcerias

No final de setembro fomos contactadas pelo Aces Cascais com o propósito de participarmos de um ciclo de formações (durante 3 anos) promovido pelo ESEL com o tema “prevenção de quedas”.

Sendo a nossa área de intervenção maioritariamente com idosos fez-nos sentido participar não só para aumentar o nosso conhecimento enquanto profissionais de saúde mas também para depois poder aplicar no nosso dia a dia com os beneficiários do programa, quer nas classes de movimento, quer nas sessões de fisioterapia ou em sessões criadas para o efeito, onde se possa dar formação sobre este assunto.

Em novembro chegou até nós uma nova parceria também no âmbito da saúde, o projeto “Cuidar com Paixão” que tem como objetivo criar “pastas salva vidas” que têm como

função facilitar o acesso rápido às informações de saúde dos pacientes, como diagnósticos, alergias, medicação.

Esta pasta é vital em situações de emergência médica.

Diligências

Foram realizadas diversas diligências ao longo do ano de 2024, entre as quais **285** orientações da medicação, **282** atendimentos em ação social, **144** acompanhamentos a exames ou consultas, **846** sessões de fisioterapia, **242** visitas domiciliárias (no âmbito de ação social), **100** classes de movimento e **627** articulações.

*Contactos telefónicos com parceiros; deslocações a instituições parceiras; encaminhamentos para outras respostas sociais

Mês	Orientação da Medicação	Monitorização	Atendimento A.S	Acompanhamento (Consultas / Exames / SS)	Sessões Fisioterapia	Visita Domiciliárias	Classes de movimento			Articulações*
							Nº aulas	Média parti.	Total parti.	
Dezembro/23	25	50	21	5	24	18	4	19	26	15
Janeiro	25	156	41	14	79	42	8	31	46	51
Fevereiro	20	177	27	16	76	31	8	33	45	41
Março	20	198	46	12	76	24	8	35	42	54
Abril	20	164	57	13	21	9	7	35	50	64
Mai	25	129	24	6	79	7	6	36	48	45
Junho	20	168	21	12	66	12	8	33	50	45
Julho	25	305	31	22	83	17	9	39	53	58
Agosto	20	205	8	8	72	18	7	34	48	44
Setembro	20	245	25	13	74	21	8	33	52	58
Outubro	25	391	30	11	71	18	10	37	53	56
Novembro	20	218	34	7	69	14	10	33	47	53
Dezembro	20	156	17	5	56	11	7	29	41	43
Total	285	2562	382	144	846	242	100	427	601	627

CONSTRANGIMENTOS DO PROGRAMA

Após várias candidaturas a diversas entidades (públicas e privadas), conseguiu-se em dezembro do mesmo ano financiamento para 13 meses (75% do valor total do programa), através da Fundação La Caixa (prémios BPI Séniores). O constrangimento principal é o financiamento do projeto a longo prazo. A partir de janeiro 2025 o programa encontra-se sem financiamento, tendo sido criado um crowdfunding com o objetivo de conseguir angariar dinheiro para o programa não terminar, até podermos fazer novas candidaturas a entidades financeiras.

Outro constrangimento que se coloca é a capacidade de resposta a novos pedidos que têm surgido por forma a não colocar em causa a qualidade do serviço prestado.

O que já se alcançou com o programa e o que se pretende continuar a desenvolver na comunidade?

- A capacidade de as pessoas idosas conseguirem uma participação mais ativa na promoção da sua própria saúde, autonomia e independência.
- Reduzir situações de isolamento e de carência.
- Evitar que o envelhecimento, a doença, a deficiência ou outros motivos privem o idoso, de viver a sua vida quotidiana, dignidade e segurança.
- Promover o encontro e convívio e incrementar a participação ativa do indivíduo na vida da comunidade.
- Auxílio prestado junto dos cuidadores informais, informação sobre os recursos existentes na comunidade e apoio na gestão do stress e minimização de riscos no campo de saúde mental.

Gabinete de Apoio Jurídico

O Clube Gaivotas da Torre possui há cerca de 12 anos um Gabinete de Apoio Jurídico (GAJ) aberto a toda a comunidade, sendo a sua acção transversal a todos os projectos da Associação. Este gabinete foi criado com o objectivo de dar resposta às necessidades da comunidade nesta área específica, necessidade essa que ainda hoje se mantém.

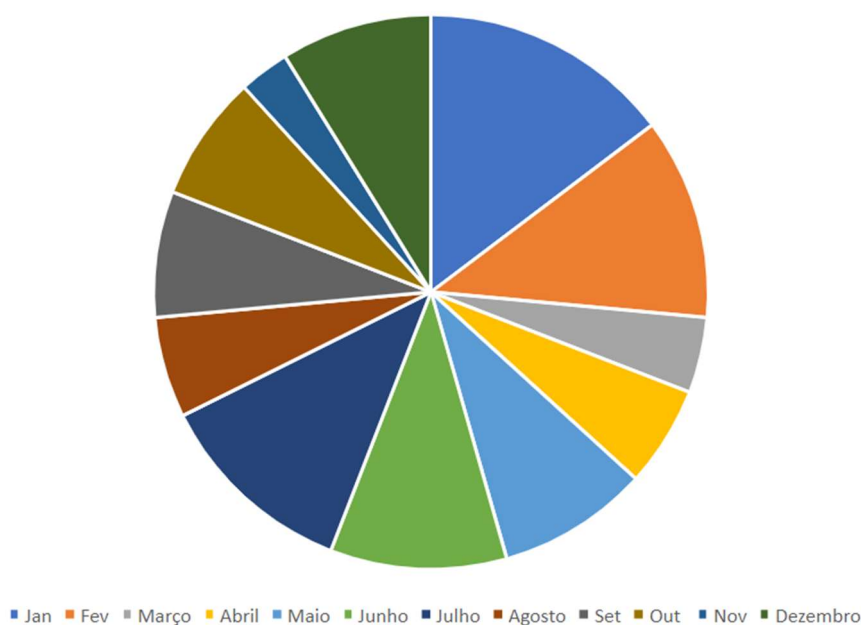
No ano de 2024, 70% dos atendimentos foram encaminhados pela própria Instituição e pelas suas várias respostas (RSI, GAS, GIP, VM e GAP).

O GAJ funciona com o apoio de uma advogada , totalmente voluntária.

O apoio jurídico abrange:

- Esclarecimento técnico sobre o direito aplicável a questões ou casos concretos, analisando a possibilidade de fundamento legal para a pretensão do utente;
- Realização de diligências extrajudiciais que decorram directamente do conselho jurídico prestado e que se mostrem essenciais para o esclarecimento das questões colocadas;
- Apoio ao preenchimento de requerimentos e/ou formulários que sejam necessários.

Atendimentos 2024



ÁREA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA

Introdução

A Área de Intervenção Educativa (AIE) do Clube Gaivotas da Torre estrutura o acompanhamento do público infantil e juvenil residente no território de intervenção da organização, prevendo também o desenvolvimento de projetos educativos para um público mais alargado, desenvolvidos em autonomia ou através de parcerias estratégicas estabelecidas para o efeito.

Esta área de intervenção assenta a sua metodologia num acompanhamento psicossocial de proximidade e personalizado, priorizando a facilitação de ações que proporcionem equilíbrio em vetores chave da vida das crianças e jovens: desde o percurso académico, à estabilidade afetiva e emocional, complementando-se numa ocupação saudável dos tempos livres.

A ludoteca da Torre funciona diariamente enquanto resposta de acompanhamento académico e psicossocial dos jovens e das suas famílias (em especial cooperação e sinergias com as restantes áreas de intervenção da associação e da rede de parceiros, como: a Escola, a Câmara Municipal, a Saúde e outras Entidades Locais) e ocupação saudável de tempos-livres, proporcionando também atividades e experiências diferentes e enriquecedoras (como idas ao teatros, ao cinema, ao zoo, eventos desportivos, visitas de estudo e dias preenchidos de atividades recreativas) bem como a prática desportiva associada ou federada de modalidades desportivas em parcerias com várias Associação.

A Ludoteca da Torre acompanha diariamente cerca de 40 Crianças e Jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 17 anos.

Objetivos

- Potenciar o equilíbrio emocional e afetivo das crianças e jovens através de acompanhamento técnico, em parceria com a escola, saúde e outras instituições, da realidade pessoal e familiar de cada um;
- Facilitar a construção do projeto pessoal de vida de cada jovem e criança através da dinamização de atividades que proporcionem a reflexão, autoavaliação, estímulo e motivação pessoal;
- Proporcionar um espaço seguro e familiar que proporcione estabilidade e adjuve o êxito acadêmico dos jovens;
- Proporcionar condições base para que as crianças e jovens assumam um projeto educativo e o tenham como um alicerce basilar do seu percurso de vida;
- Facilitar a integração social e escolar dos jovens.

Estratégias:

- Apoio ao estudo e acompanhamento Escolar;
- Perceber o Talento de Cada Jovem e Vocação que lhe dá Uso;
- Todos têm direito a uma Voz;
- Jogos como Estratégias de Aprendizagem de Valores;
- Continuar a Estudar como Base de um Futuro Melhor;
- Criar Objetivos e Acompanhar o Achivamento de Cada Jovem;
- Relação Próxima e Baseada em Confiança;
- Incubadora de Planos Pessoais de Vida;
- Renovar Percursos, Reencontrar Sentidos.

Metodologia

Em termos de **relação educativa**, procura-se uma abordagem próxima e familiar que facilite uma relação de confiança com as crianças e jovens acompanhadas; esta relação deverá atender as particularidades de cada um e ser diferenciada ou personalizada de acordo com o contexto psicossocial e familiar da criança ou jovem. As estratégias de reforço social e ensino positivo são utilizados para promover a adesão a atitudes e comportamentos dentro da normal social e o afeto e propostas alternativas para abordar percursos desviantes.

A **proposta pedagógica** utilizada recorre a metodologias de educação não formal e contextos e ambientes que proporcionem aprendizagem informal. Apesar de se contextualizarem muitos momentos na importância da educação formal, o jogo e as brincadeiras são uma ferramenta de correlação para este reconhecimento. A criação e o acompanhamento de Planos Pessoais de Vida é uma das ferramentas utilizadas para promover o diálogo e partilha de ambições, esperanças, sentimento de auto-estima e de reflexão sobre o eu.

Vulnerabilidade Social e Exclusão

O progresso e desenvolvimento social, não é possível sem a existência de um esforço educacional que permita reverter as estruturas mentais e o quadro institucional da sociedade. A situação socioeconómica é o fator que mais tem contribuído para a desestruturação da família, repercutindo diretamente nos mais vulneráveis desse grupo (Crianças e Jovens).

E é o papel da Ludoteca intervir em várias áreas e comunidades onde o grau de instrução é baixo e o comportamento dos indivíduos é regido pela tradição e o horizonte de aspirações e a falta de perspectiva de um projeto existencial que vislumbre a melhoria da qualidade de vida é limitado.

Nossos Princípios

- Respeito por si e pelo Outro
- Segurança Física e Emocional
- Escuta Empática e Ativa
- Cultura do Diálogo
- Ensino pelo Exemplo
- Brincar como forma de aprender
- Divertimento e Alegria

<p>Pilares</p> <p>Capacitação</p> <p>Poder de Decisão</p> <p>Vontade e Frontalidade</p> <p>Referências e Líderes</p> <p>Jovens Embaixadores</p>	<p>Necessidades e Oportunidades</p> <p>Continuidade no Projeto</p> <p>Crescimento dos jovens</p> <p>Espectativas Elevadas dos jovens</p> <p>Procura de Novos Caminhos</p>
<p>Prós:</p> <p>Vai ao Encontro das Necessidades (Pais e Escola);</p> <p>Aumenta o Foco de Ação dentro da Comunidade;</p> <p>Garante Frequência Regular dentro da Comunidade;</p> <p>É uma forma de Prevenção (Absentismo Abandono);</p> <p>A Escola vê a Ludoteca como um Aliado.</p>	<p>Contras</p> <p>Dispendioso (Tempo e Recursos),</p> <p>Gestão de Espectativas dos Pais;</p> <p>Condicionamento de Atividades Lúdicas Livres;</p> <p>Alguns Voluntários não têm Horários Fixos;</p> <p>Desinteresse dos Jovens em Participar em Certas Atividades.</p>

Estrutura e Parcerias

Parceria com Associação Pegadas – A Associação Pegadas acompanha as crianças e jovens ao longo do ano e, no verão, criam uma semana em campo de férias totalmente gratuita. Proporciona a frequência de atividades extracurriculares desportivas e artísticas a crianças ou jovens que frequentam o CRE. Este projeto implica ainda o acompanhamento próximo da realidade escolar por parte da equipa do Pegadas.

Consórcio Take.it – participação nas reuniões de consórcio para avaliação e planeamento das atividades do projeto.

Consórcio Educa.PT – partilha de casos prioritários e implementação de medidas de prevenção, intervenção e proteção + projeto de mediação em contexto escolar por parte de jovens do território. Reunião uma vez por mês. Integra a comissão a CPCJ de Cascais, Agrupamento de Escolas de Cascais, Agrupamento de Escolas da Cidadela, UCC Cascais Care, Academia de Psicologia e Teatro, Gaivotas da Torre e DIS - CMC. Esta parceria e os contactos realizados ao seu abrigo foram especialmente importantes na deteção precoce de situações de risco ou deficitárias.

A equipa da Área de Intervenção Educativa é composta por uma Técnica Psissicossocial e por duas Monitoras de atividades. Para além de assegurar as atividades diárias, as atividades de férias e os vários projetos educativos implementados em autonomia, esta equipa integra ainda projetos de cooperação e intervenção em conjunto com a rede de parceiros.

Durante o ano de 2024 deu-se continuidade a estas parcerias.

Outras Elementos e Parcerias

Voluntariado na Ludoteca da Torre

- Carla Moita, explicações de Inglês (2024/2025), 3-6 horas por semana
- Ana Gaspar, explicações de 1º Ciclo (2023/2024), 3-6 horas por semana
- Isabel Brassard explicações de 1º Ciclo (2023/2024), 3 horas por semana
- Sofia Brassard, explicações de Matemática (2023/2024), 3 horas por semana
- Elisandra Oliveira, explicações de 1º Ciclo (2023/2024), 3 horas por semana

- Projetos Área voluntariado
- Escola Vale do Rio

O voluntariado e a solidariedade social ocupam na sociedade de hoje um lugar de destaque, pela importância que têm no apoio e na melhoria da qualidade de vida das crianças, jovens e adultos que se encontram em situações de grande vulnerabilidade social e de exclusão por serem cada vez mais atuais e úteis a uma sociedade cada vez mais complexa e desigual.

Segundo Rebelo de Carvalho (1986, pp. 6-7) «O voluntariado será aquele que dá uma parte do seu tempo gratuitamente, pondo toda a sua capacidade no desempenho de uma tarefa de carácter social, cultural ou cívico, em favor de uma comunidade».

Colónia de Férias

Em julho na Ludoteca da Torre realizou-se a colónia de férias de verão, onde contámos com a participação, em média, de 40 crianças e jovens por semana.

Colónias de Férias é uma forma de potenciar um desenvolvimento ativo e saudável das crianças e jovens acompanhados, permitindo que o período não letivo esteja preenchido por atividades ativas e saudáveis, que permitam a socialização, o crescimento em grupo e o espírito de trabalho de equipa.

Na nossa colónia de férias tivemos sempre vários monitores e voluntários presentes todos os dias encarregues da segurança e o bem-estar de todos os participantes.

ÁREA DE INTERVENÇÃO PROFISSIONAL

Gabinete de Inserção Profissional da Torre

O Gabinete de Inserção Profissional (GIP) da Torre iniciou a sua atividade no ano de 2012, numa parceria entre as Gaivotas da Torre, a Câmara Municipal de Cascais e o Instituto de Emprego e Formação Profissional.

O GIP da Torre é uma estrutura de apoio ao emprego que funciona em articulação direta com o Centro de Emprego Local. Tem um papel fundamental junto da população de Cascais, sobretudo no apoio que dá na procura de emprego e qualificação profissional. Entre as funções que desempenha destaca-se o apoio a candidatos desempregados e/ou à procura do primeiro emprego, através da elaboração de currículos, resposta a ofertas de emprego e encaminhamentos para formações e *workshops*. O GIP apoia igualmente os utentes no envio de certificado de incapacidade temporária, na justificação de faltas a convocatórias do IEFP e na alteração de residência.

Atividades desenvolvidas pelo GIP em 2024

No plano de objetivos para o ano de 2024, definido para o GIP da Torre, pelo IEFP, foram estabelecidas várias atividades com metas claras e objetivas. Nesse sentido, encontram-se espelhados na tabela 1, os resultados alcançados. Destaque para o facto de que durante o ano de 2024, o GIP contabilizou um total de **2.463** atendimentos, o que perfaz uma média mensal de **205** atendimentos, que tiveram por base o modelo de acompanhamento personalizado para o emprego.

Tabela 1. Resultados GIP 2024

	Atividades		Indicadores	Metas	Resultados
1.	Ações de informação sobre as medidas ativas de emprego e formação, oportunidades de emprego e formação, programas comunitários de apoio à mobilidade no emprego ou na formação	1.1	Nº de sessões coletivas de informação	44	46
2.	Ações de apoio à procura de emprego e desenvolvimento da atitude empreendedora	2.1	Nº de sessões de técnicas de procura de emprego	7	13
3.	Encaminhamento para ações de formação ou medidas de emprego	3.1	Nº de utentes encaminhados	195	709
4.	Receção e registo de ofertas de emprego e divulgação de apoios e incentivos do IEFP	4.1	Nº de postos de trabalho captados	50	14
		4.2	Nº de contactos com entidades	80	97
5.	Apresentação de desempregados a ofertas de emprego	5.1	Nº de utentes apresentados	200	985

Atividades

1.ª - Ações de informação sobre as medidas ativas de emprego e formação, oportunidades de emprego e formação, programas comunitários de apoio à mobilidade no emprego ou na formação

Ao longo do ano foram apresentadas todas as ofertas de emprego e de formação disponíveis no IEFP. Estas apresentações foram dirigidas tanto aos utentes que fazem a procura de emprego semanal, como aos que nos procuram diariamente.

2.ª - Ações de apoio à procura de emprego e desenvolvimento da atitude empreendedora

A) Foram dinamizadas 2 sessões de preparação para responder a ofertas de trabalho destinadas a pessoas que desejam capacitar-se para aumentar a sua empregabilidade, o tema central das sessões foi sugerido pelos utentes, sendo estes o currículo e a preparação para entrevistas de trabalho¹.

As sessões foram frequentadas por utentes do Take IT da Torre e da Galiza e foram planeadas da seguinte forma:

o 27 de março – Preparação para entrevista de trabalho; o 10 de abril – Como fazer um currículo;

B) No mês de maio, mais precisamente no dia 8, como vem sendo habitual, realizou-se a Feira do Emprego do GIP da Torre². A Câmara Municipal de Cascais disponibilizou para o evento o espaço Multiserviços da Torre. Estiveram presentes 11 entidades (Eurofirms, Auchan, Remax, Burger King, GIP Cercica, Hotel Legacy, Adecco, Cascais Jovem, Take IT, Cidade das Profissões e IEFP) e registou-se a presença de **84** participantes, trinta e dois dos quais eram utentes da equipa RSI das Gaivotas da Torre. Os *feedbacks* recebidos por parte das empresas foram positivos, destacando não só a iniciativa como uma forma eficaz de divulgar ofertas de

1 Consultar anexo I

2 Consultar apêndice I

emprego, mas também a possibilidade que dá às pessoas interessadas de apresentarem os seus currículos com vista a futuras contratações. Na sequência da realização da Feira do Emprego, registou-se que a maioria dos utentes presentes fizeram candidaturas espontâneas junto das entidades convidadas. **Dois** candidatos foram colocados de imediato numa oferta de emprego.

C) Atribuição de *Vouchers*

O projeto + Empregabilidade da Câmara de Cascais pretende promover o desenvolvimento de competências e facilitar a inserção no mercado de trabalho dos munícipes de Cascais, através do acesso a um conjunto de recursos sob a forma de *Vouchers* em 4 áreas distintas: Qualificação, Procura de emprego, Espaço de Trabalho e Experimentação de Microiniciativas.

Através do encaminhamento do GIP da Torre para a plataforma + Empregabilidade foram atribuídos **5** *Vouchers* de qualificação, que permitiram a cinco utentes aumentarem as suas qualificações através de formações escolhidas pelos mesmos.

Os *Vouchers* de procura de emprego também têm tido bastante adesão, tendo sido atribuídos ao longo do ano **6** *Vouchers*.

3.ª - Workshop de Desenvolvimento Pessoal

O Desenvolvimento Pessoal é fundamental para os utentes que frequentam o GIP, pois desempenha um papel crucial na preparação e no empoderamento dos indivíduos para o mercado de trabalho. Nesse sentido, convidámos uma utente que foi acompanhada pelo nosso gabinete e que usufruiu da atribuição de um *voucher* qualificação para a formação de formadores. A sua experiência de vida e persistência foi tão inspiradora que a levou a criar um projeto inovador que visa promover a saúde e o bem-estar integral de quem a procura, um aspeto que ia ao encontro das necessidades dos utentes.

O Workshop ‘Acredita que é tarde para recomeçar?’³ permitiu a 21 pessoas acompanhadas pelo GIP e pelo RSI adquirirem ferramentas práticas e fáceis de aplicar numa mudança de carreira, para além de terem um testemunho real dessa possibilidade.

3 Consultar Anexo II

4.ª - Formação de Psicologia do Luto

Numa parceria entre o GIP da Torre e o Centro de Formação de Alcoitão foi realizada nas instalações das Gaivotas da Torre uma formação de 25h com o tema 'Psicologia do Luto'⁴. Esta formação permitiu a 23 utentes do GIP e do RSI adquirirem ferramentas para compreender e ultrapassar o processo de luto nas mais diversas situações que vão surgindo ao longo da vida, nomeadamente numa situação de desemprego.

5.ª - Encaminhamento para ações de formação ou medidas de emprego

Considerando que o GIP da Torre atende pessoas desempregadas e que na sua maioria têm baixos níveis de escolaridade, tem sido prioritário encaminhar esses utentes, tanto para formações, que visem aumentar o seu grau académico, como para os restantes serviços que se encontram disponíveis, principalmente no Centro de Formação de Alcoitão, com o qual o GIP estabelece ligação diariamente.

O Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC)/ Programa Qualifica é outra solução utilizada para quando os utentes não têm o seu certificado de habilitações. Consiste num processo que permite obter uma certificação profissional com base na demonstração de aprendizagens realizadas ao longo da vida e de competências adquiridas através da experiência profissional ou noutros contextos. Outra possibilidade apresentada aos utentes foram as formações de Vida Ativa, formações de 25h ou 50h, que permitem aumentar as competências e conseqüentemente a valorização pessoal de cada participante.

Quanto a essas iniciativas, destacamos os seguintes dados:

- **709** utentes encaminhados para as ações acima mencionadas.

4 Consultar Anexo III

- **23** formandos para a realização da formação certificada de Psicologia do Luto - 25h em parceria com o Centro de Formação de Alcoitão.

6.ª - Receção e registo de ofertas de emprego e divulgação de apoios e incentivos do IEFP

Ao longo do ano, o GIP foi contactado por várias empresas interessadas em divulgar e recrutar candidatos. Entre as quais, a Panisol, os Bombeiros Voluntários do Estoril, a Termozit, a HouseReno, o Restaurante Segredos na Grelha, entre outras. Destes contactos, resultou a captação de **12** vagas de trabalho, sendo que **7** candidatos foram integrados para desempenhar funções nestas mesmas empresas. Foram ainda integrados **3** candidatos noutras ofertas.

7.ª - Apresentação de desempregados a ofertas de emprego

Em 2024, entre a procura ativa de emprego semanal e as convocatórias recebidas no centro de emprego, foram atendidos **2.087** utentes.

Caracterização dos Utentes Apoiados

Constatou-se que os utentes chegam ao GIP através de vários meios:

encaminhados pelo Centro de Emprego, pelas diversas equipas das Gaivotas da Torre e, mais recentemente, através da indicação dos utentes que frequentam regularmente o

GIP.

Desta forma, e de acordo com os dados recolhidos no ano de 2024, dos 2.463 utentes que frequentaram o GIP da Torre, conclui-se que a maioria dos utentes é do sexo feminino, a faixa etária situa-se acima dos 55 anos e com habilitações entre o 9º ano e o 12º ano. A maioria dos utentes são beneficiários do subsídio de desemprego e do Rendimento de Inserção Social.

Gráfico 1- Distribuição dos Utentes por Sexo

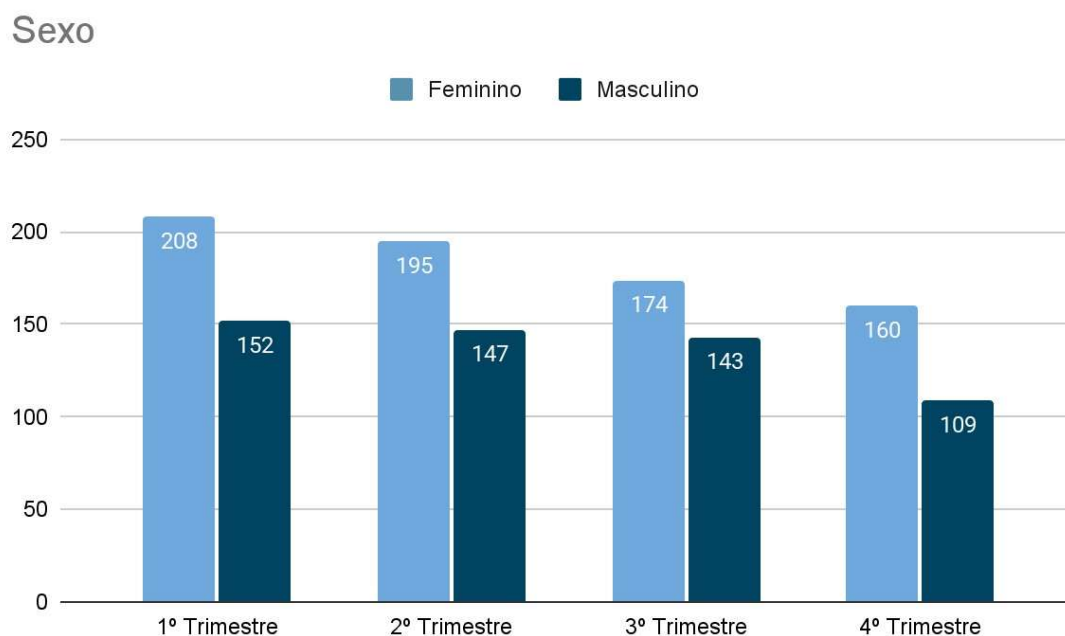


Gráfico 2- Distribuição dos Utentes por Idade

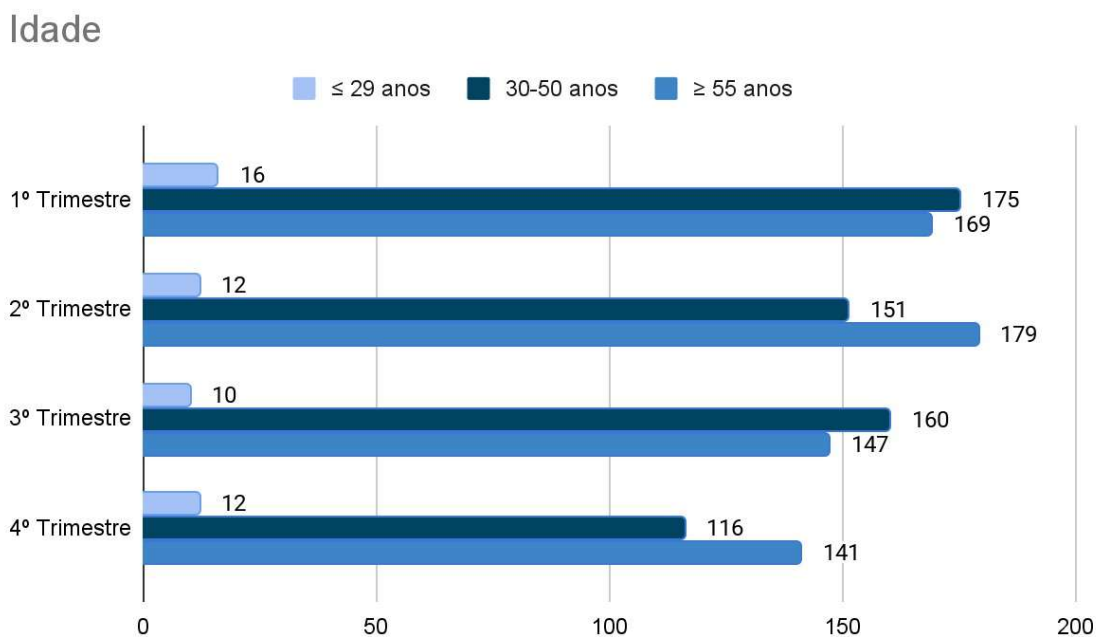


Gráfico 3- Distribuição dos Utentes por Habilitações Literárias

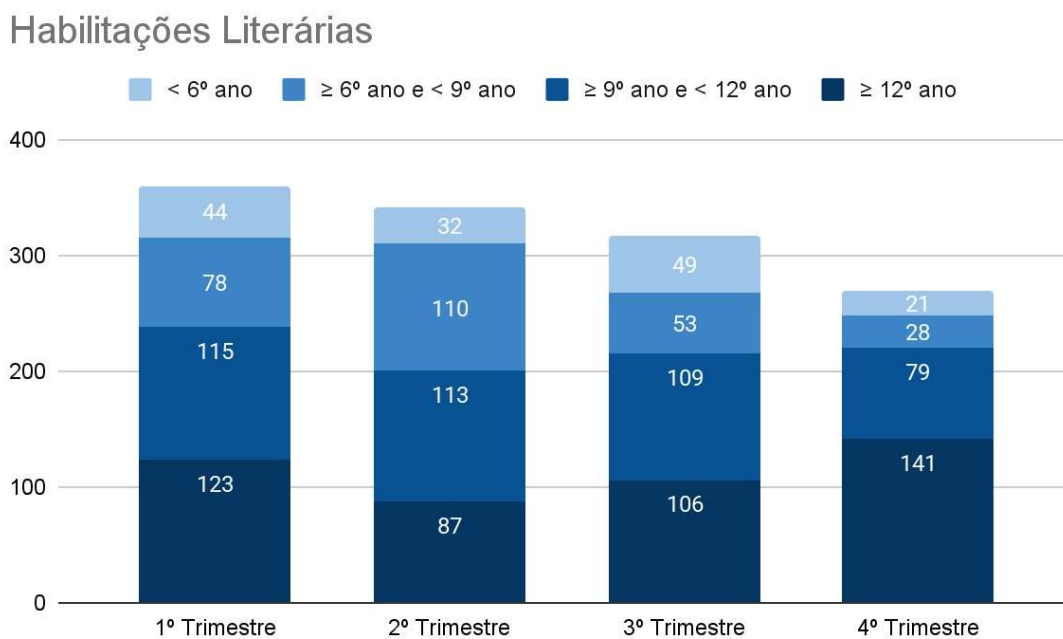
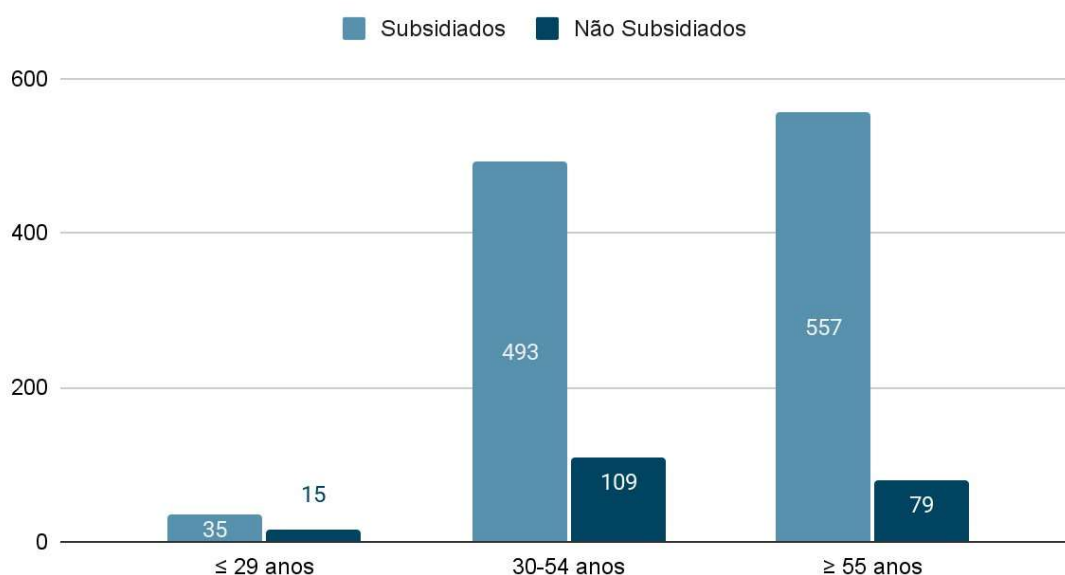


Gráfico 4- Proporção de Utentes Subsidiados e Não Subsidiados

Total de Utentes Subsidiados e Não Subsidiados



Parcerias

O GIP da Torre para fazer face às necessidades dos seus utentes estabelece várias parcerias com diversas entidades, nomeadamente:

- Câmara Municipal de Cascais
- Centro de Emprego
- Junta de Freguesia de Cascais
- Cidade das Profissões
- Centro de Formação de Alcoitão
- Grupo GENTE
- Mais Empregabilidade
- Fábrica do Empreendedor
- Associação Empresarial de Cascais
- Rede Social de Cascais
- Hotéis Real
- Adecco
- Panisol
- Take it
- Cooperativa Torre Guia
- GIP CERCICA
- Fundação AGA KHAN

Considerações Finais

Os dados apresentados no presente relatório traduzem o trabalho realizado ao longo do ano de 2024. O GIP da Torre apresentou resultados positivos e constatou-se que os serviços prestados são uma mais-valia para a população local.

Durante o ano de 2024, o GIP da Torre esteve presente nos Encontros de Empregabilidade de Cascais, promovido pela Câmara Municipal de Cascais, participou na Formação 'Oficina Avançada Emplay: Competências para uma Cidadania Ativa'⁵ dinamizada pela Divisão de Empregabilidade e Promoção de Talento da Câmara de Cascais e colaborou com a Associação Acácia para encaminhar utentes para a formação oferecida pela Modatex.

O envolvimento do GIP nas atividades e nas formações disponíveis na sua área de atuação e a relação diária com as respostas da Associação Gaivotas da Torre, equipa RSI, Gabinete de Apoio Jurídico, Ação Social, e os projetos PAM e Vida Melhor contribuem para o bom funcionamento deste gabinete permitindo assim que as respostas sejam adequadas às necessidades que vão surgindo.

Em 2025, espera-se continuar a devolver iniciativas em conjunto com as diversas equipas da Associação Gaivotas da Torre e com as empresas parceiras, de forma a contribuir para a autonomia dos utentes.

Fundo verde

No passado mês de dezembro de 2024, a Câmara municipal de Cascais lançou o primeiro fundo Verde municipal do país para apoiar financeiramente famílias do concelho na concretização de medidas de eficiência e transição energética em edifícios, habitações ou espaços de trabalho, e as Gaivotas da Torre, foram a entidade convidada a colaborar nesta iniciativa, no âmbito das freguesias Cascais – Estoril.

Esta medida, além de contribuir para a redução energética e a descarbonização do concelho, permitirá também cumprir com os compromissos do Roteiro para a Neutralidade Carbónica Cascais 2050.

O fundo Verde cascais disponibiliza três milhões de euros para apoiar as famílias, sendo o primeiro fundo público na área ambiental que adota um modelo de transferência antecipada para os mais carenciados (1º ao 4º escalão) assegurando que a transição energética é acessível a todos.

Apêndices

Apêndice I- Cartaz da Feira do Emprego do GIP da Torre



The poster features the logo 'gaiivotas da torre' at the top left, with a colorful bird icon. The main title 'FEIRA DE EMPREGO' is in large blue letters, followed by 'GIP da Torre' in black. Below this, the text 'Traga o seu currículo' and 'Agarre esta oportunidade!' is in orange. The date and time '8 de maio' and '10h-13h' are also in orange. At the bottom left, there is a circular icon of a hand holding a megaphone. The location and contact information are listed at the bottom right, separated by a horizontal line.

**gaiivotas
da torre**

FEIRA DE EMPREGO

GIP da Torre

Traga o seu currículo
Agarre esta oportunidade !

8 de maio
10h-13h

📍 EDIFÍCIO MULTISERVIÇOS
RUA DAS CARAVELAS, PRAÇA
DO ATLÂNTICO, TORRE, 2750-615
CASCAIS

📞 Contactos: 965 135 351 | 966 538 299

Anexos:

I. 'Acreditas que é tarde para recomeçar?'



II- 'Psicologia do Luto'



III- de Emplay



**ASSOCIAÇÃO SEM FINS LUCRATIVOS
DE UTILIDADE PÚBLICA**
RUA DAS CARAVELAS TRASEIRAS Nº 256 CAVE 1 2750-615 CASCAIS
GERAL@GAIVOTASDATORRE.ORG
WWW.GAIVOTASDATORRE.ORG