apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade

RELATÓRIO E CONTAS 2022

ÍNDICE

MENSAGEM DA DIRECÇÃO

PRINCIPAIS INDICADORES 4

A parceria com a Profemina 6
Mulheres Grávidas em Discernimento (GD) 7
Apoio Psicossocial durante e após a gravidez 15

RESPOSTAS PARA APOIAR A VIDA 24

Centro de Atendimento 26
Casa de Santa Isabel 31
Inserção Profissional 37
Escola de Talentos 38
Interacção com a Comunidade 42
Equipa 47
Apoios 48

DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS 50

A NOSSA CAPA
É uma homenagem à Sra. D. Margarida Ortigão Ramos que, regularmente, nos fazia chegar os seus trabalhos em tricot e nunca deixou que faltassem as *botinhas brancas* que a Equipa Técnica oferece às mulheres grávidas que dizem SIM ao seu bebé. Hoje, é uma das filhas a fazer estes presentes tão cheios de significado..

2022 – Um ano de muitos ganhos e duas grandes perdas

2022 foi, para o Apoio à Vida, um ano marcante.

Além das mais de 300 grávidas a quem prestámos apoio psicossocial, acompanhámos 234 mulheres em início de gravidez e para quem não era evidente a decisão de prosseguirem com a mesma. Mais do que triplicámos o número registado no ano anterior! Um grande motivo de satisfação, já que é essa a nossa principal razão de existir.

A parceria estabelecida com a Profemina constituiu um passo decisivo para que muito mais grávidas em dúvida nos encontrassem e fossem levadas a solicitar a nossa ajuda no seu processo de discernimento. Ao mesmo tempo, ganhámos uma maior eficácia no trabalho que realizamos dia a dia, o que muito nos estimula e compromete ainda mais na defesa da Vida.

E, ao fim de tantos anos e de inúmeras tentativas, conseguimos, por fim, que nos fossem cedidas instalações onde vamos poder ampliar e melhorar consideravelmente os serviços de atendimento/acolhimento que prestamos a todas as grávidas que nos procuram.

Mas 2022 ficou também assinalado por duas grandes perdas. Desde logo, a do Cónego João Seabra, o nosso querido "Padre João", fundador número um do Apoio à Vida e seu grande impulsionador desde o primeiro momento. Mas também a da sua irmã Teresa, sem a qual dificilmente existiríamos. Quando contamos a história do Apoio à Vida, costumamos dizer: "tudo começou com uma pessoa e um telefone". Essa pessoa era a Teresa Seabra!

Na esteira destes dois irmãos, 24 anos depois, cá estamos, procurando crescer e sempre focados em ajudar todas as mulheres grávidas que necessitam de apoio. E a acreditar que é possível tornar bem real a Visão que inspirou os nossos fundadores: que nenhuma mulher, com dúvidas relativamente à sua gravidez, se sinta sozinha ou seja levada a abortar por não ter ninguém que a apoie.

Contamos consigo para continuar a apoiar a Vida connosco!

apoio à vida

Principais indicadores de 2022

234
Novos pedidos de apoio no discernimento

+

158
Novos pedidos de apoio psicossocial

151
Bebés nascidos

392
Novos pedidos de ajuda por mulheres grávidas

+

140
Mães de anos anteriores

+

21
Pedidos de ajuda de externas ou familiares (Inserção Profissional/ Escola de Talentos)

=

553
Pessoas Acompanhadas

"Escrevo este e-mail em forma de agradecimento ao Apoio à Vida, a toda a equipa e, em especial, às Doutoras que me acompanharam durante este tempo: Dra. Mariana (Assistente Social, estagiária quando entrei); Dra. Francisca (Psicóloga); Dra. Mafalda (Assistente Social); e Dra. Sofia (Inserção Profissional).

Comecei a ser acompanhada no Apoio à Vida em Agosto de 2021 e esse tempo todo foi muito bom, foi uma grande ajuda para mim e para a minha filha.

Fiz também o curso na Escola de Talentos.

Serei sempre grata a esta instituição.

Desejo que tudo corra bem e que possam ajudar outras mulheres/famílias que precisarem de ajuda.

Obrigada!"

Mãe que recebeu apoio social, psicológico e de inserção profissional

Estar onde as mulheres grávidas pedem ajuda

Cada vez mais se procura na Internet informação e ajuda para as mais diversas questões e, pela nossa experiência, as mulheres que se deparam com uma gravidez inesperada também o fazem.

Em 2019 fomos contactados pela associação alemã Profemina no sentido de estabelecermos uma parceria que ajudasse mais mulheres a terem apoio na fase de discernimento em relação à sua gravidez. Através do site profemina.org na língua alemã, aquela associação acompanhou o discernimento de centenas de mulheres. O mesmo poderia acontecer se este site existisse em português.

Em 2020 foi estabelecida a parceria: a Profemina responsabiliza-se pelo site e pela sua optimização para Portugal. O Apoio à Vida acompanha as mulheres grávidas em dúvida (GD) de língua portuguesa que pedirem acompanhamento através deste meio. Faz, também, a revisão dos conteúdos de forma a garantir a sensibilidade na linguagem e o rigor na adaptação à realidade portuguesa. Para podermos encaminhar, em segurança, GD que nos contactam de outros países (tivemos pedidos de ajuda de Espanha, França, Inglaterra, Brasil e vários PALOP), mantemos uma extensa base de dados, sempre em actualização.

O site foi lançado no dia 8 de março de 2022 — Dia da Mulher — e mostrou que esta união entre associações que procuram contribuir para que nenhuma mulher seja levada a fazer um aborto por não ter quem a apoie, foi uma aposta muito positiva.

A Internet é cada vez mais a porta de entrada das mulheres que nos pedem ajuda e o site apoioavida.pt também tem registado mais contactos.

Performance do site profemina.org/pt-pt entre 8 de Março e 31 de Dezembro de 2022

172.489
Visitas ao site

→

15.401
Mulheres recorreram a counselling digital*

→

288
Pedidos de acompanhamento personalizado**

→

148
Casos de acompanhamento efectivo a mulheres grávidas em dúvida (GD)

* Ferramentas no site como testes e formulários. Ver página seguinte.
** Nem todas estas mulheres mantiveram o contacto

apoio à vida

Mulheres grávidas em discernimento (GD)

234

Novos pedidos
de apoio
no discernimento

*das decisões conhecidas

“ Olá, Maria!
Pois, já lá passa algum tempo.

Pensei em escrever-lhe contando esta boa nova, mas ainda é difícil gerir a correria da vida pós parto.
O bebê já nasceu (é um rapaz) a 20 de Dezembro.

Foi uma cesárea pq tive algumas complicações mas o parto correu bem e a pós-cirurgia também!

Graças a Deus estamos bem e muito felizes, temos o apoio dos nossos pais, que estão igualmente felicíssimos com a chegada do primeiro netinho.
Não posso deixar de agradecer à Maria por todo o apoio que me deu, embora distante e sem sequer me conhecer, no início da gestação. O seu acompanhamento foi de grande ajuda para que eu levasse avante a minha gravidez.

Mais uma vez, muito obrigada e desejo que tenha um excelente ano.”

Este é o primeiro dos “nossos” bebés moçambicanos.
A sua Mãe encontrou-nos através do profemina.org/pt-pt
e quis ser acompanhada na fase de discernimento.

" Olá Dra. Mafalda, espero que se encontre bem. Peço desculpa por não ter dito mais nada.

Queria apenas dizer que estamos bem, eu, a bebé e toda a família. Toda a família teve grande receptividade à gravidez, tanto no trabalho como os avós paternos e maternos. Acho que contei com um cenário negro e felizmente fui surpreendida pela positiva por todos. Ficaram todos muito felizes por terem mais uma menina.

Não podia deixar passar esta época, sem lhe agradecer por me ter ouvido e por ter marcado presença quando me senti confusa. Obrigada por ter perdido o seu tempo comigo e por ter sempre uma mensagem positiva para melhorar os meus dias. Sobretudo obrigada por me ter feito sentir que me podia apoiar e ajudar quando eu achava que ia estar sozinha sem mais ninguém para me ajudar.

A Si só lhe posso desejar TUDO de Bom, um Excelente Natal e um 2023 Fantástico repleto de concretizações (do fundo do coração, são os meus votos sinceros). Quando tiver que me lembrar de alguém que me fez bem, está incluída na minha lembrança.

Um grande beijinho,

(Envio em anexo fotografias da nossa filha J., que achamos muito parecida com o mano, é a primeira pessoa a ver estas fotos)
Mais uma vez, muito obrigada e desejo que tenha um excelente ano."

Os pais desta menina são portugueses, vivem juntos e ambos têm emprego. Vivem em Portugal e este é o seu segundo filho

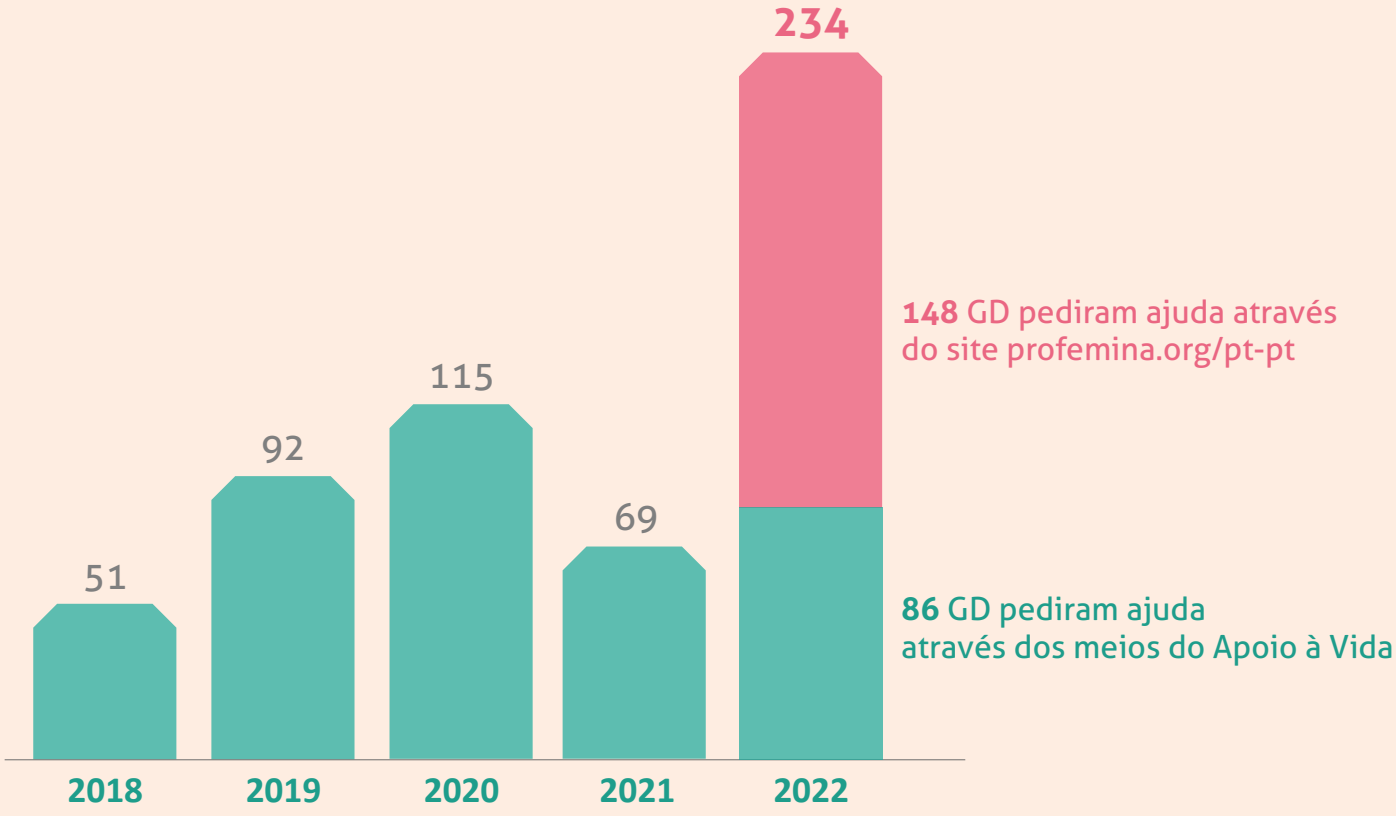
Acompanhamento na fase de discernimento

A maioria das mulheres grávidas com dúvidas quanto a prosseguir com a sua gravidez (GD) encontram o Apoio à Vida através de uma pesquisa na Internet e pedem acompanhamento para o discernimento que precisam de fazer em relação à sua gravidez.

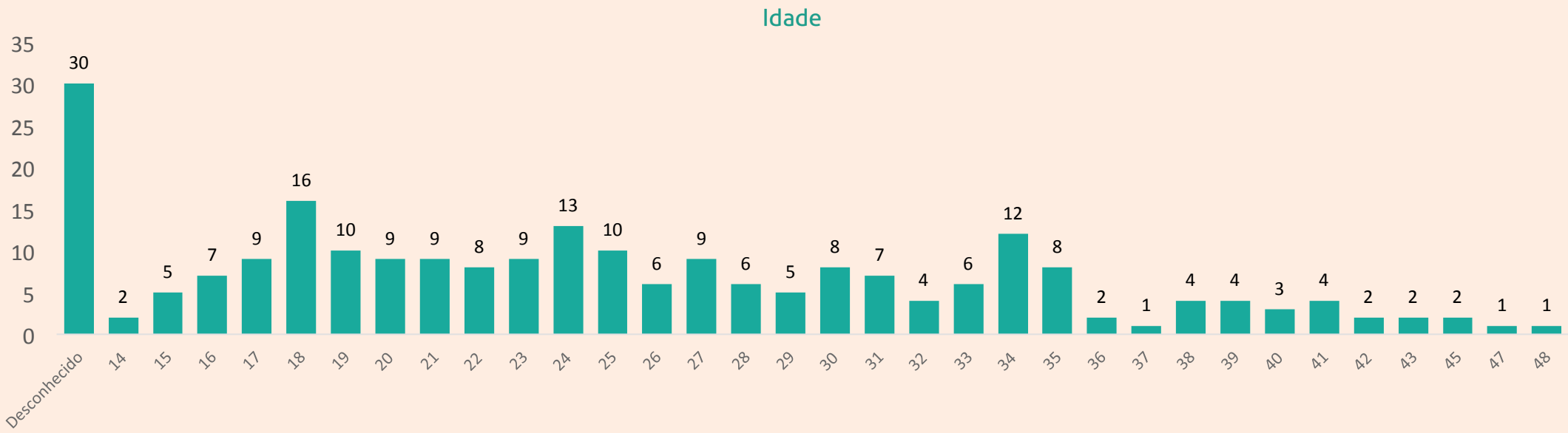
Em 2022, o número de GD que acompanhámos foi superior ao triplo do ano passado e o mais alto de sempre na história do Apoio à Vida: ao todo, foram acompanhadas 234 mulheres grávidas nesta fase.

Este trabalho envolveu toda a Equipa Técnica, que teve 1349 interações com estas mulheres: e-mails, telefonemas, acompanhamento a consultas, atendimentos individuais, bem como trocas de mensagens e gravações de voz (contabiliza-se uma por dia).

Pedidos de ajuda de mulheres grávidas em dúvida (GD) nos últimos 5 anos



Uma mulher grávida em dúvida pode ser qualquer mulher em idade fértil



Muitas vezes, ao enfrentar uma gravidez inesperada, uma mulher entra em crise. Sente-se sozinha, com urgência em tomar uma decisão e sofre várias pressões.

As assistentes sociais e psicólogas da nossa Equipa Técnica escutam e valorizam a mulher, acompanhando-a na fase de discernimento. Informam quanto aos apoios existentes, aos riscos do aborto e, sobretudo, procuram criar uma relação de confiança com cada mulher.

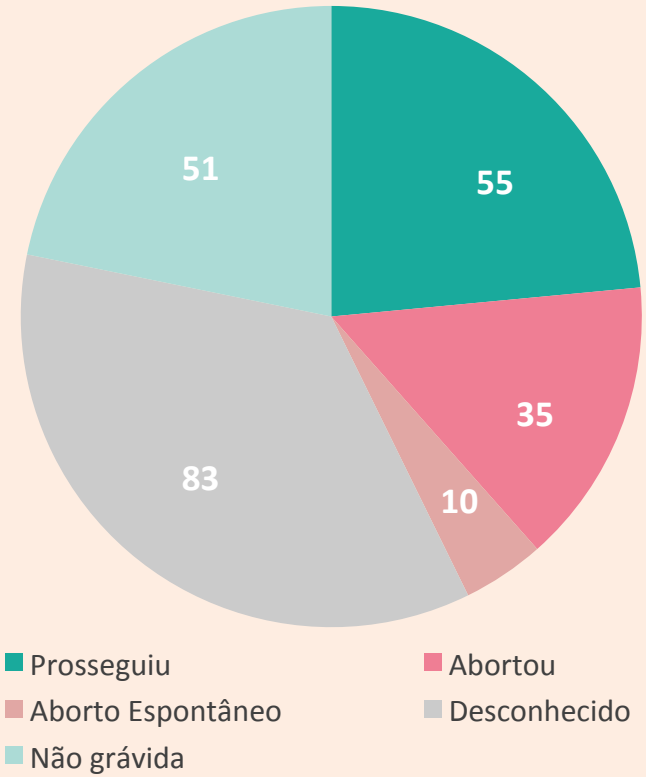
Os motivos mais frequentes de quem já confirmou a gravidez e está em crise são os problemas na relação e as razões biográficas (idade, projecto de vida, ambições profissionais, etc.).

Desfecho e decisões do acompanhamento a GD

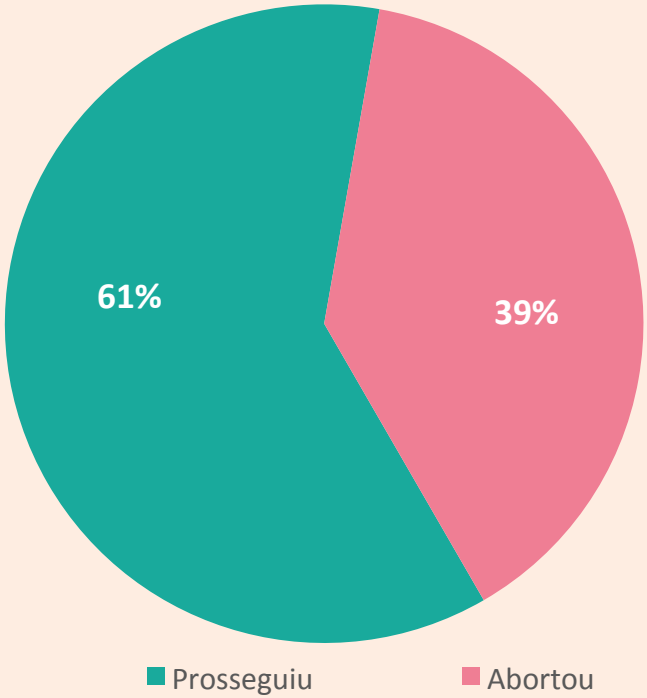
Muitas mulheres que nos pedem acompanhamento personalizado durante a sua fase de discernimento em relação à gravidez tomam a sua decisão e não chegamos a saber qual o desfecho porque, entretanto, perdemos o contacto.

A figura abaixo mostra os números de desfecho dos processos/casos deste acompanhamento em 2022 e a percentagem de decisões conhecidas.

Desfecho



Decisões conhecidas*



* Aborto espontâneo e Não grávida não são decisões

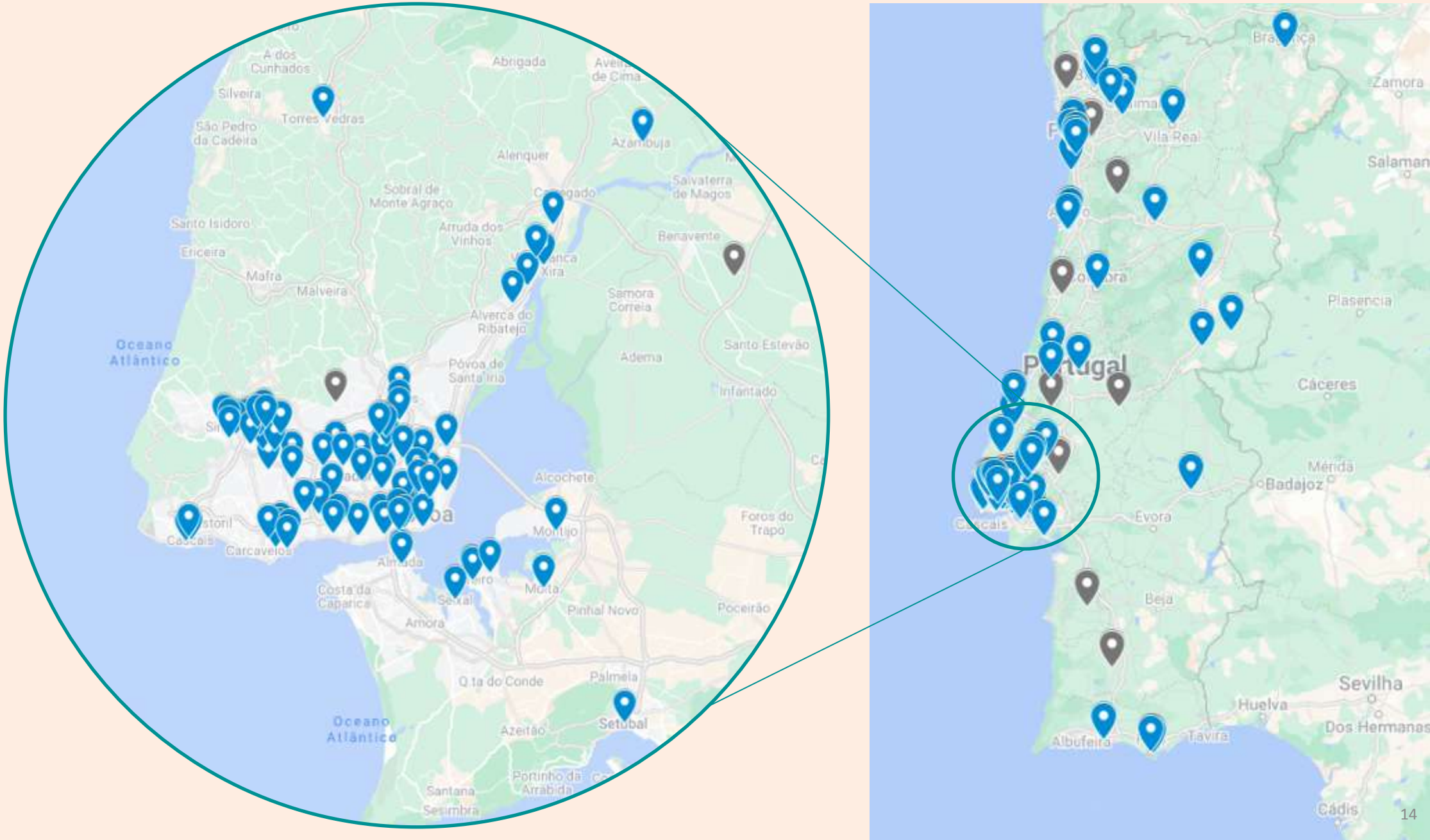
Onde viviam as 234 GD que acompanhámos?*

GD na cidade de onde nos contactou

GD no país de onde nos contactou (cidade desconhecida)

* Este mapa identifica a localização de 152 GD. Acompanhámos, ainda, 82 cuja localização não conhecemos

79 estavam nos distritos de Lisboa e Setúbal



apoio à vida

Apoio psicossocial durante e após a gravidez

158 Novos pedidos de apoio social

+

18 Novas Mães, após discernimento

+

140 Mães de anos anteriores

+

21 Pessoas externas/ familiares

=

337 Pessoas acompanhadas

128

bebés nascidos

"É com muito gosto que escrevo esta mensagem para agradecer à associação Apoio à Vida, em particular à minha técnica Rosário, que sempre se mostrou disponível para me escutar e sempre esteve atenta às minhas dúvidas e preocupações nos momentos difíceis da minha gravidez.

Eu estava perdida e confusa porque não tinha como me sustentar.

Esta ajuda, neste momento tão especial da minha vida, foi um verdadeiro presente. Sem esta preciosa ajuda, teria sido difícil chegar lá por conta própria.

Muito obrigado pelo serviço que me prestou. É bom ver que ainda existem pessoas assim, prontas para ajudar sem esperar nada em troca. Recomendo vivamente o Apoio à Vida a todas as mães que estão grávidas e com dificuldades.
Com o Apoio à Vida encontramos o nosso sorriso!
😊Muito obrigado"

Esta Mãe vivia em Portugal há pouco tempo e estava desempregada quando descobriu que estava grávida. Teve apoio psicossocial até organizar a sua vida e conseguir trabalho.

A Intervenção Psicossocial no Apoio à Vida

Em 2022 acompanhámos com apoio psicossocial 176 novas Mães, sendo 158 novos pedidos somados a 18 novas Mães que começaram a ser acompanhadas na fase de discernimento e pediram para ser acompanhadas durante a gravidez.

A nossa atuação nesta área começa por fazer um diagnóstico da situação de cada mulher, ajudar a traçar o projecto de vida e propor um Plano de Acompanhamento consequente. Este pode incluir seguimento em serviço social, com atendimentos individuais e participação nos Grupos de Mães, apoio psicológico ou de inserção profissional, frequência do curso de capacitação profissional na Escola de Talentos ou acolhimento na Casa de Santa Isabel e ainda apoio em bens para os bebés: fraldas, leite, produtos de higiene, etc. e ainda berços, carrinhos, cadeiras de alimentação, entre outros.

A associação obtém estes bens sem qualquer custo, sendo oferecidos por pessoas que, espontaneamente, nos entregam os artigos de puericultura que já não utilizam e angariados nas campanhas que realizamos em escolas e empresas ou em peditórios em supermercados. Nalguns casos pontuais podemos providenciar outros apoios para o bebé, a Mãe ou a casa de família junto de doadores ou instituições com que nos articulamos.

Além das 176 mulheres que começámos a acompanhar em 2022, mantivemos acompanhamento a 140 Mães de anos anteriores e a 25 pessoas externas, nomeadamente familiares de Mães acompanhadas que precisaram de apoio de Inserção ou capacitação profissional.

Atendimentos Individuais em 2022

ÁREA	Casa de Santa Isabel	Centro de Atendimento	Escola de Talentos	TOTAL
Social	263	608	0	871
Psicologia	51	187	0	238
Inserção Profissional	13	79	31	123
Educativo	482	0	**110**	592
TOTAL	809	874	140	1824

Para complementar o trabalho feito nos Atendimentos Individuais, foram feitas 807 acções de backoffice (e-mails, contactos com Serviços, telefonemas, mensagens, etc.)

Acções de backoffice em 2022

Casa de Santa Isabel	Centro de Atendimento	Escola de Talentos	TOTAL
149	634	24	807

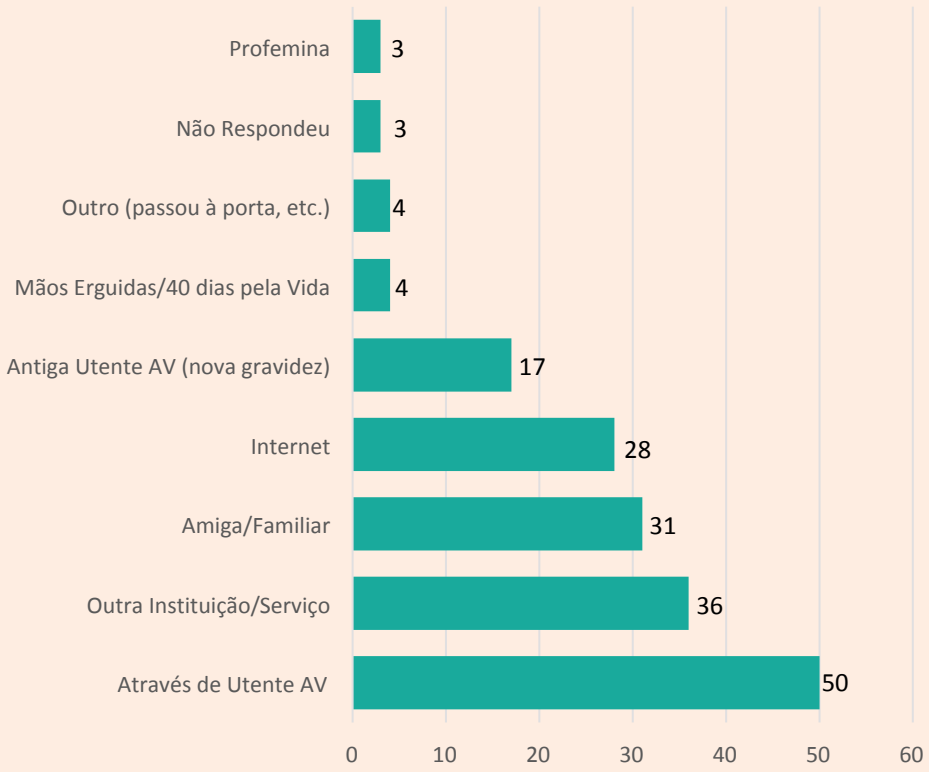
Caracterização

Ao contrário das mulheres grávidas em dúvida (GD), aquelas que nos pedem apoio social chegam até nós numa fase mais avançada da gravidez e com pedidos diversos.

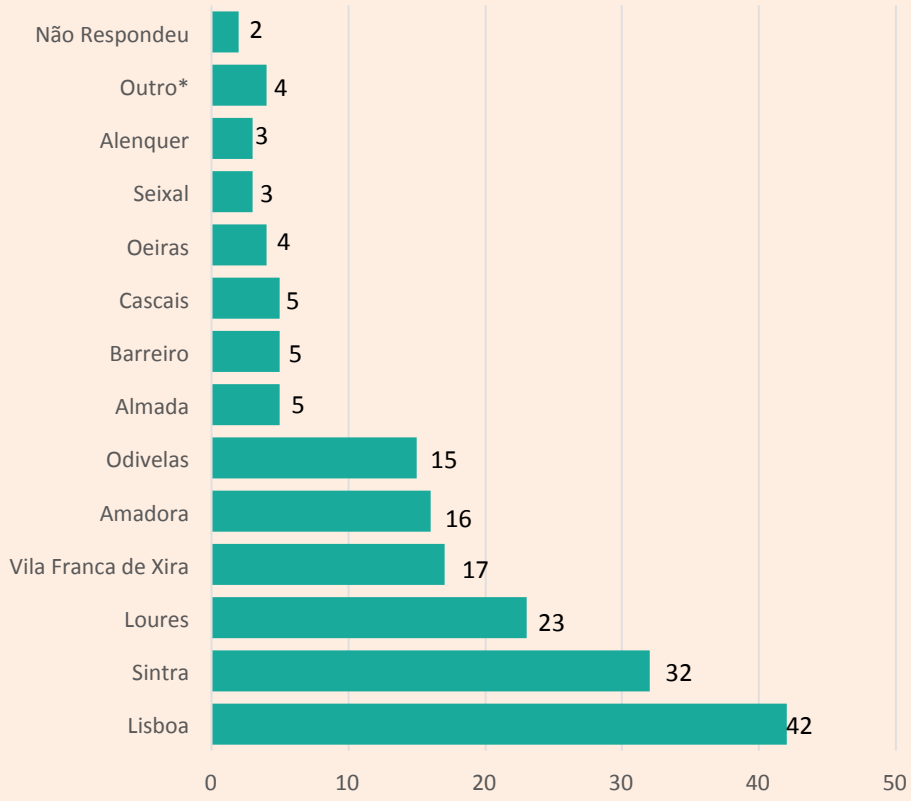
Muitas destas mulheres são-nos encaminhadas por antigas utentes ou outras instituições e, também nesta área, a Internet assume um papel importante. Muitas vezes, procuram-nos no 2.º ou 3.º trimestre da gravidez.

Quando nos chega um pedido de uma mulher que vive em zonas distantes da Grande Lisboa, como acontece por vezes através da nossa *Linha 24 horas*, fazemos o encaminhamento para organizações na sua área de residência em quem confiamos.

Como chegaram ao Apoio à Vida



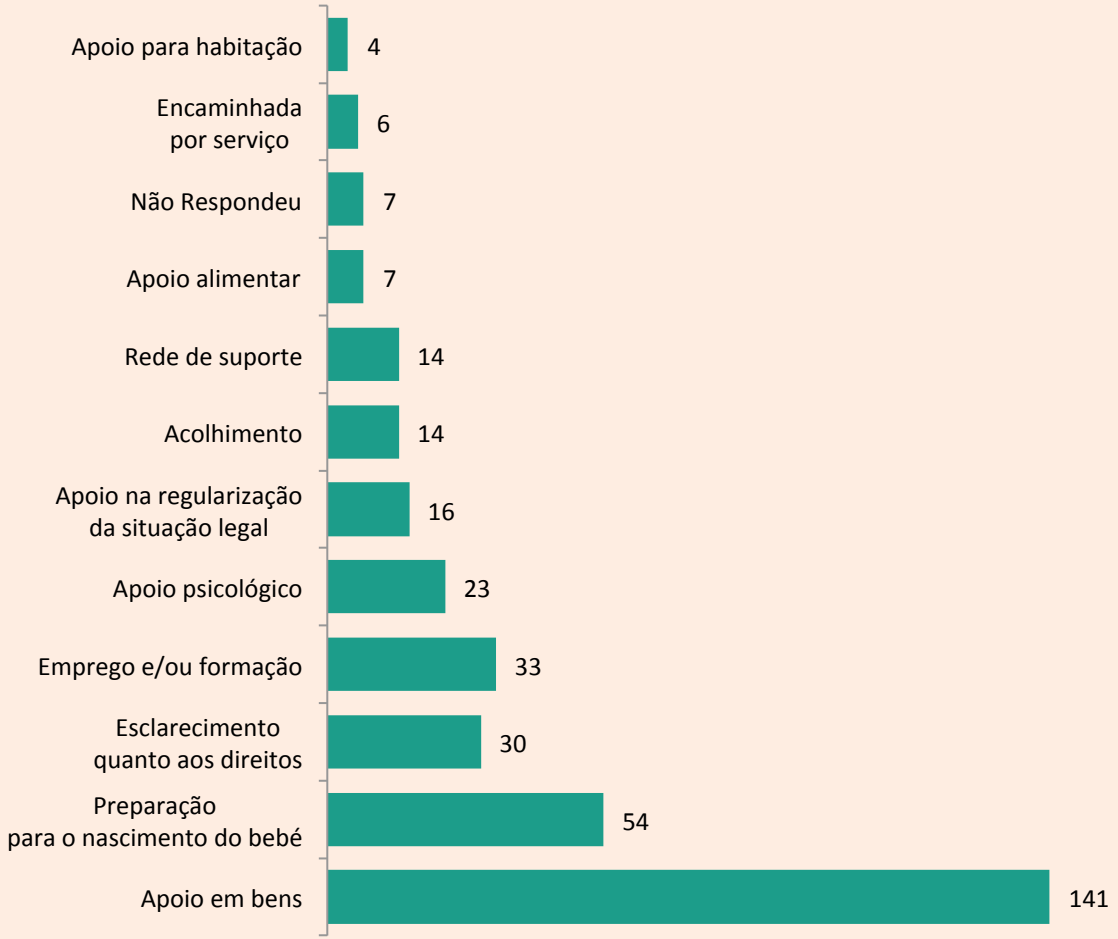
Concelho de origem



*Moita, Montijo, Setúbal, Braga

Caracterização

Principais pedidos



As mulheres que nos pedem apoio psicossocial alegam várias necessidades, sendo o apoio em bens para os bebés a mais frequente.

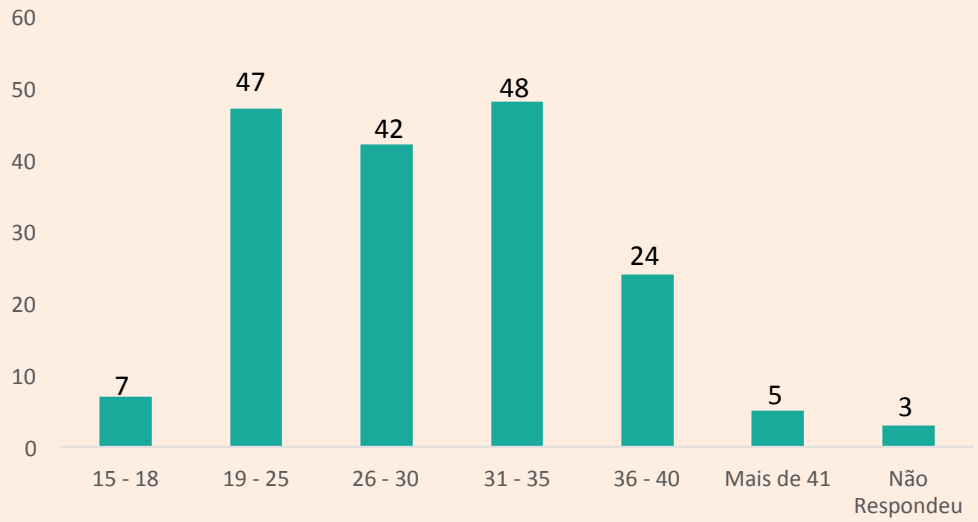
A intervenção do Apoio à Vida não tem um caráter meramente assistencialista, pelo que não damos apoio exclusivamente em bens. Estes são dados como complemento de um Plano de Acompanhamento que visa a autonomia de cada mulher e família e é definido em conjunto pela Mãe e pela Técnica que a acompanha.

A resposta directa ao pedido que nos é feito não é a única solução que apresentamos. Pelo contrário, são sempre propostas alternativas mais abrangentes. O intuito é ajudar Mãe e Família a colmatarem, por si, as suas necessidades, ainda que a médio ou longo prazo.

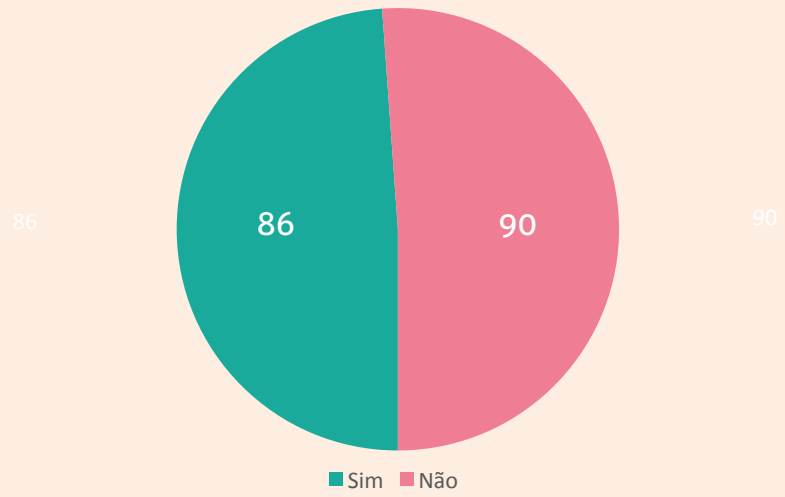
Nos casos em que a situação requer urgência, a associação assegura o apoio material por um determinado período que pode ter continuidade, caso a utente se comprometa com o seu Plano de Acompanhamento, aceite reorganizar-se para promover a própria mudança e avance no sentido de conquistar a sua autonomia.

Caracterização

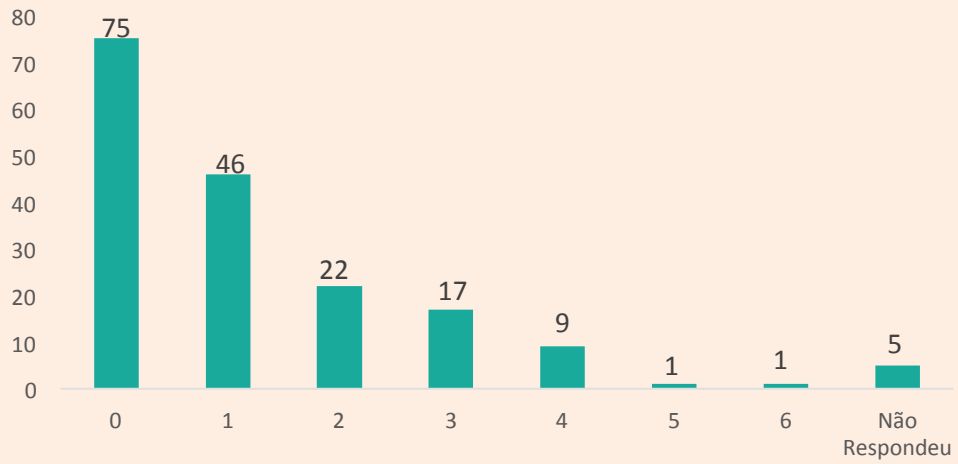
Idade



Mãe e Pai do bebé moram juntos?



Número de filhos nascidos



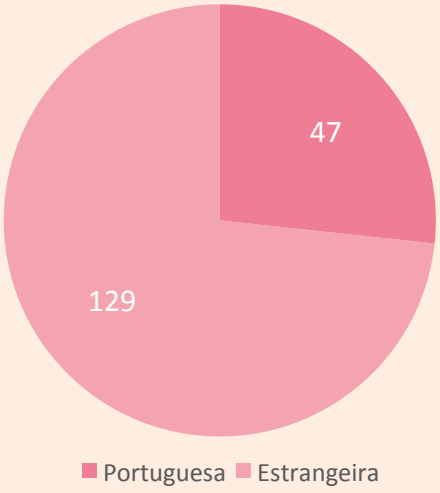
Ajuda a grávidas com qualquer dificuldade

Praticamente metade das mulheres grávidas que recorreram à nossa associação viviam com o Pai do bebé e a maior parte já tinha pelo menos um filho. Em termos de idade, a maioria tinha entre 19 e 40 anos.

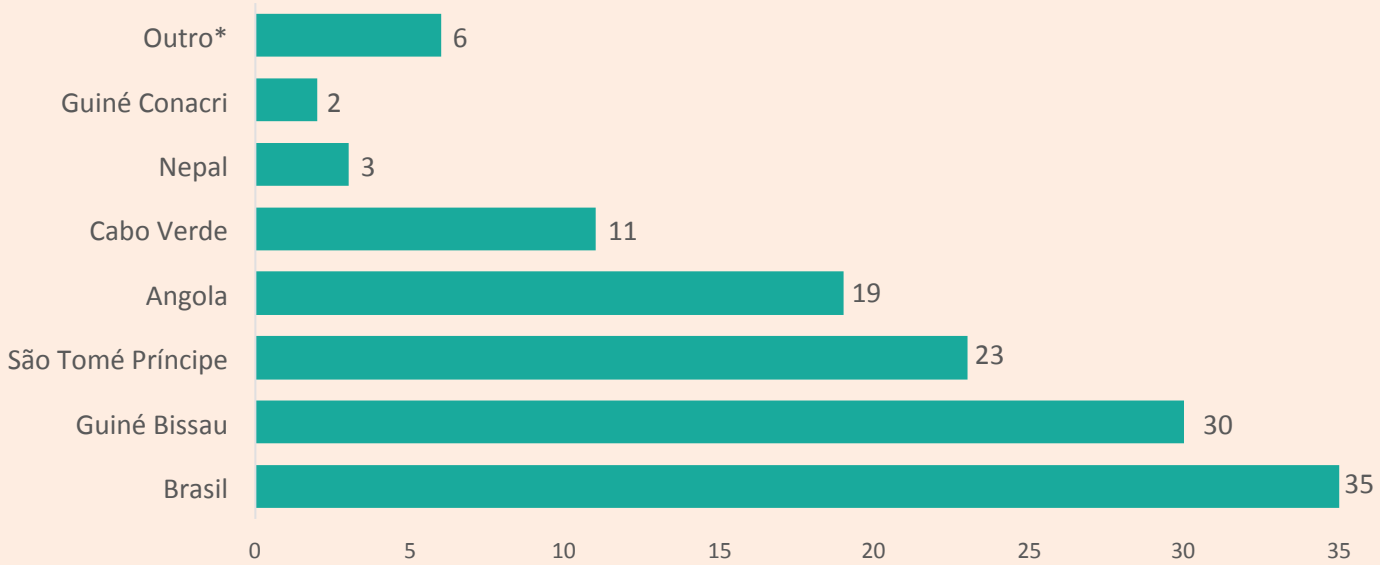
Nem sempre as necessidades são meramente materiais, pelo que aliamos a psicologia ao serviço social e cada Mãe conta com o acompanhamento de duas técnicas: uma assistente social e uma psicóloga.

Caracterização

Nacionalidade

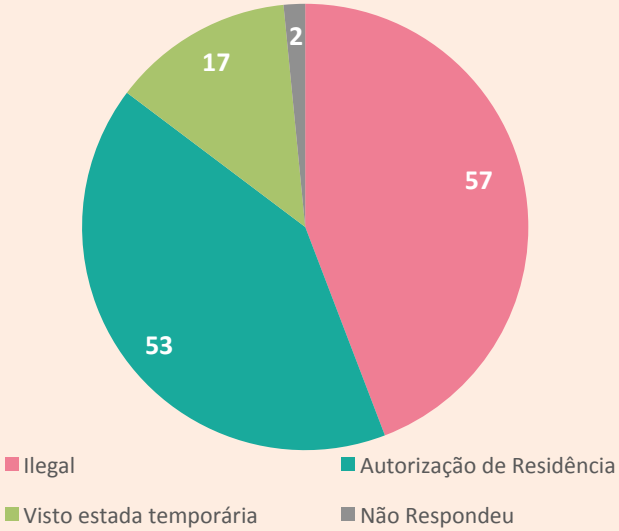


País de origem das mulheres estrangeiras



*Eslovénia, Filipinas, Índia, Itália, Moçambique, Nigéria

Situação face à lei (estrangeiras)



Situação legal, um desafio acrescido

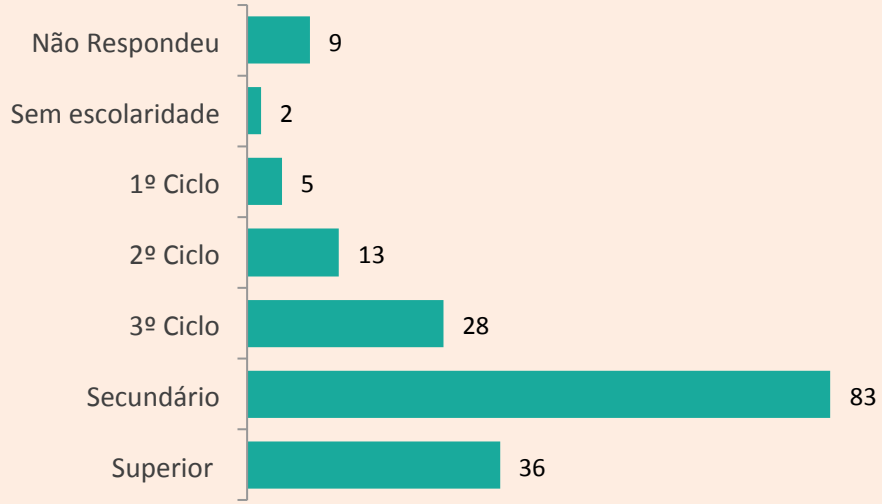
73,2% das Mães — grávidas ou com filhos — que acompanhamos são estrangeiras.

Destas, mais de um terço está em situação ilegal e 9,6% têm visto de estada temporária podendo, a curto prazo, ficar também ilegais em Portugal. Nesta situação, estão privadas dos apoios financeiros da Segurança Social e de vários outros serviços, o que representa um desafio acrescido para o Apoio à Vida.

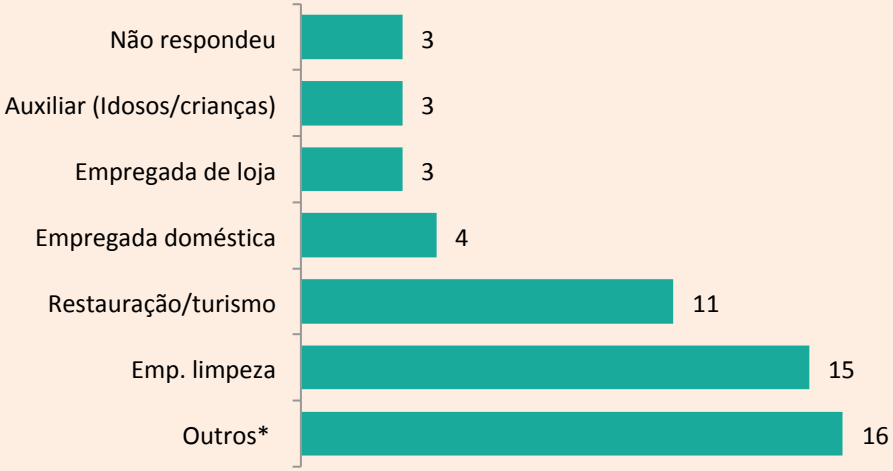
Paralelamente ao nosso acompanhamento, encaminhamos a maioria destas mulheres/famílias para um Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes (CLAIM).

Caracterização

Escolaridade



Ocupação

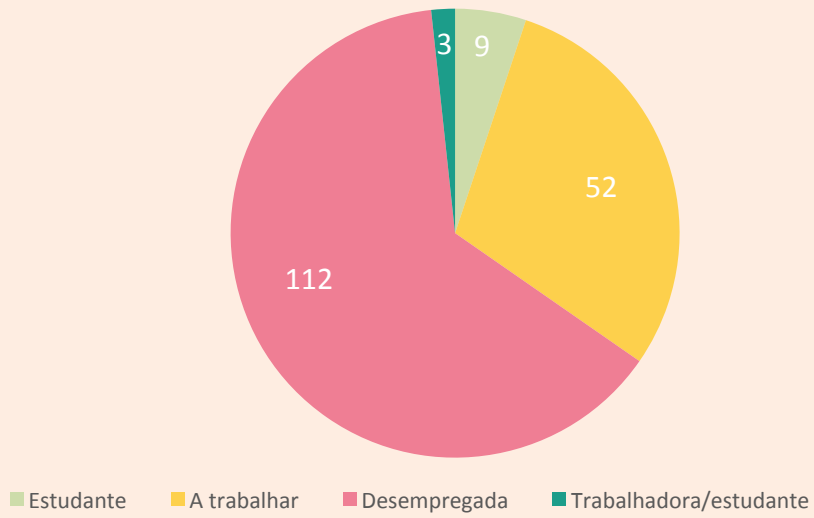


*Supermercado, call center, analista, jurista, esteticista, professora

Maioria em desemprego

Das 176 mulheres que iniciaram apoio psicossocial em 2022, mais de 60% estavam desempregadas. Os seus Planos de Acompanhamento incluíram o apoio do departamento de Inserção profissional.

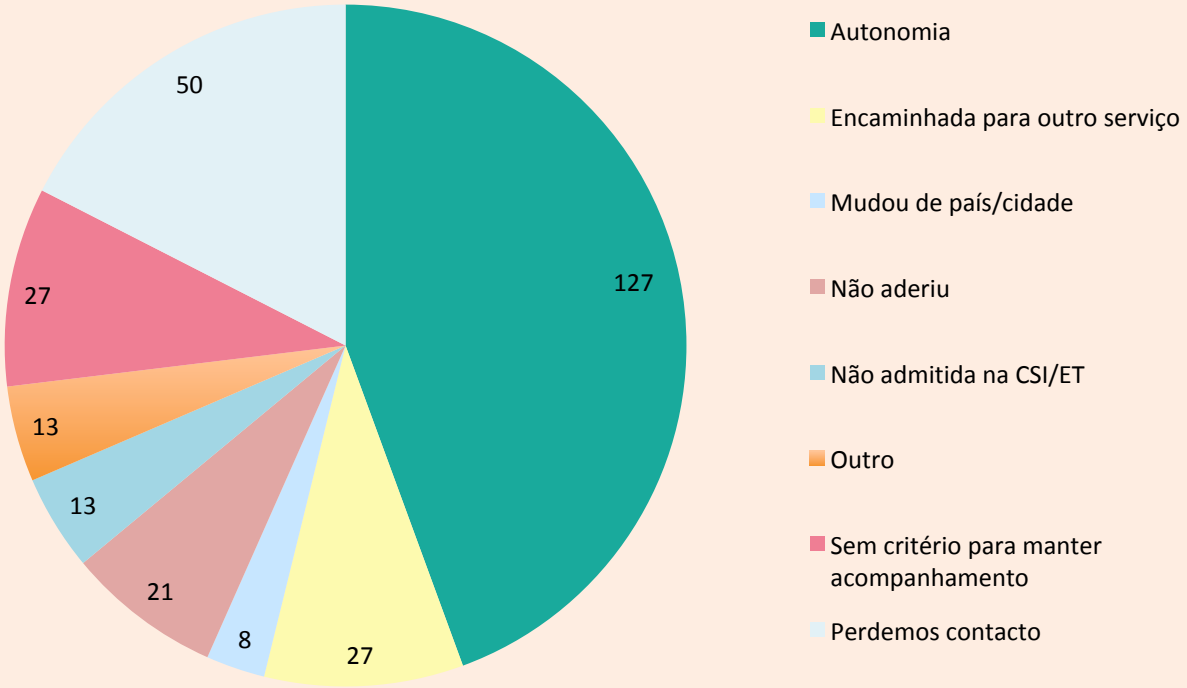
Situação laboral



Desfecho de processos

A intervenção psicossocial que propomos tem como principal objectivo a autonomia das Mães e famílias. Em 2022, das 341 Mães/Famílias em apoio psicossocial, 286 conquistaram a autonomia.

Motivo do arquivo



286

Mães que terminaram o acompanhamento no Apoio à Vida

44%

Por autonomia

apoio à vida

Respostas para apoiar a Vida

Apoiar a Vida de forma concreta

Uma vez definido o Plano de acompanhamento, as Mães grávidas podem usufruir das respostas que criámos. O objectivo da intervenção é ajudar cada mulher a conquistar a sua autonomia e estabilidade.

Centro de Atendimento

No Centro de Atendimento (CA), as Mães têm os seus Atendimentos Individuais e as Formações em Grupo. É sempre a Equipa do CA que atende a linha 24 horas

Casa de Santa Isabel

Quando as Mães precisam de sair do seu ambiente, podem ser acolhidas na Casa de Santa Isabel, que se localiza na Baixa de Lisboa e tem vaga para 19 pessoas.

Escola de Talentos

Dirigida às Mães com menos habilitações e pouca experiência de trabalho, esta Escola tem uma taxa de empregabilidade de 87%.

Famílias em Casa

Este Projecto baseia-se no Modelo Touchpoints (Brazelton) e tem duas vertentes: Promoção de Competências Parentais e Intervenção Psicossocial no Domicílio.

Mais mulheres acompanhadas

Depois de praticamente dois anos com limitações no acompanhamento presencial devido à pandemia por Sars-Cov2, em 2022 a actividade do Centro de Atendimento voltou à normalidade, com a realização de Atendimentos Presenciais, Sessões de Grupos de Mães e Visitas Domiciliárias.

O Centro de Atendimento é responsável pelo acompanhamento de mulheres grávidas em discernimento (GD) e por todo o acompanhamento psicossocial das Mães que não precisam de acolhimento na Casa de Santa Isabel. É daqui que a Equipa Técnica parte para as Visitas Domiciliárias (Projecto Famílias em Casa)

É também no Centro de Atendimento que são realizadas as sessões dos Grupos de Mães, que têm um triplo objectivo: acompanhar (o grupo tem sempre a mesma assistente social e psicóloga, o que é uma boa oportunidade não só para esclarecer dúvidas e fortalecer a relação com as Técnicas, como para identificar e trabalhar a parte emocional das Mães); formar (são abordados vários temas relacionados com a gravidez, a maternidade, a promoção de competências parentais, etc.); e potenciar a rede de suporte informal das Mães (tirando partido da identificação natural que existe entre as Mães do mesmo Grupo — que estão a viver a mesma fase — para criação de novas relações de apoio).

Os grupos de WhatsApp que se criam neste âmbito são uma das estratégias utilizadas para que as relações entre as Mães se mantenham no pos-acompanhamento: começam por incluir as Técnicas e, no final do processo, apenas as Mães permanecem, ajudando-se mutuamente).

Grupos de Mães

Com inicio em 2022	4
Que transitaram de 2021	3
N.º de mães que participaram	105
N.º de sessões	50
N.º de horas de formação	87

Em 2022 retomámos as "Férias do Apoio à Vida", desta vez numa casa em Santarém, onde passámos cinco dias inesquecíveis com 8 Mães, 7 Bebés, 5 Voluntárias e 2 Técnicas.
Também tornámos a dinamizar as "Visitas de Natal", no âmbito das quais Famílias Voluntárias visitaram 29 Mães. Nos grupos de Mães, fizemos lanches de Natal com a entrega de 68 presentes do "Pai Natal Solidário", uma iniciativa muito valiosa dos CTT.

Equipa e organização interna

Foram criados novos documentos internos que completam os já existentes e são instrumentos que ajudam a manter a organização do trabalho desenvolvido. A Equipa teve várias acções de formação, internas e externas.

Em 2022 criámos o Manual de Acompanhamento Psicossocial do Apoio à Vida, que completa o Manual de Acompanhamento a Mulheres Grávidas em Discernimento (GD) feito em 2021. É uma ferramenta que uniformiza, por escrito, todo o processo de acompanhamento e facilita a integração de novos membros na Equipa Técnica.
Também foi elaborado um extenso documento que agrega as questões de Serviço Social mais abordadas em Atendimento e, ainda, criada uma nova base de dados de recursos locais que, embora tendo sido construída pela equipa do Centro de Atendimento, é usada por todas as áreas da associação.

Formações

Interna: Com o aumento dos casos de mulheres grávidas na fase de discernimento, sentimos necessidade de mais formação interna. Assim, nomeámos duas das nossas psicólogas para montarem um Plano de Formação destinado à equipa que acompanha mulheres grávidas em discernimento (GD). Foram levantadas as necessidades e, para a maioria dos temas, foram convidados especialistas que nos ajudaram neste desafio. Os assuntos principais destas formações internas foram: Introdução à Logoterapia; Síndrome pós-aborto; Ciclo Feminino, Aborto e Contracepção; A Sensibilidade na Comunicação com as Mulheres Grávidas. Foi ainda realizada uma sessão de partilha de experiências sobre Atendimento de Linha Telefónica com três voluntárias do "SOS Voz Amiga".

Externa: Além das formações internas, vários elementos da Equipa quiseram fortalecer a sua formação para melhorar o trabalho que desenvolvem no Apoio à Vida, de que são exemplo:

- Gestão de Organizações Sociais na AESE Business School;
- Curso Intensivo em Touchpoints na Fundação Brazelton/Gomes-Pedro;
- Psicologia Clínica da Saúde no Instituto Português de Psicologia e Outras Ciências (INSPSIC);
- Prevenção de Incêndios e Primeiros Socorros;
- Financiamento e Sustentabilidade.

Equipa do Centro de Atendimento

Medição de Impacto

Foram criados novos instrumentos de medição de impacto que serão postos em prática em 2023.

"Preparei esta mensagem para agradecer pela atenção e pelo apoio recebido por parte do Apoio à Vida

Sem o vosso apoio eu não sei mesmo se teria conseguido.

Obrigado pela vossa ajuda durante todo este caminho. Agradeço cada apoio, cada mensagem de motivação toda a vossa atenção e dedicação. O meu agradecimento especial vai para a doutora Mara, que está sempre disposta a ouvir-me e a tirar as minhas dúvidas.

O meu coração guarda uma gratidão enorme por toda a equipa do Apoio à Vida.
A vossa atenção deu-me força para seguir. Era algo que não esperava mas vocês mudaram a minha vida.

O que vocês fazem não tem preço, são anjos que reservam o vosso tempo para apoiar as pessoas a superar momentos tão difíceis.

É com um sorriso no rosto e o coração cheio de amor que agradeço pela atenção e carinho de cada uma de vocês. Muito obrigada,

M.

Disponibilidade total para as mulheres grávidas

Todas as mulheres grávidas continuam a contar com apoio 24 horas por dia e são sempre atendidas por um dos elementos da Equipa Técnica.

São imediatamente apoiadas e informadas e podem marcar encontro presencial quando quiserem.

Em 2022, com o objectivo de optimizar o funcionamento da nossa Linha Telefónica 24 horas, procedemos a uma alteração na operadora de telecomunicações e, em Novembro de 2022, esta Linha deixou de ser gratuita para quem nos telefona, o que se justifica face aos actuais tarifários que, na generalidade, permitem ligações entre todas as redes sem acréscimo de custos.

Com o novo número, passou a ser possível devolver as chamadas perdidas (os telefonemas costumam ser bastante longos e, por vezes, não se conseguem atender todas as chamadas), o que não era possível dada a natureza do número antigo.

Garantimos, assim, que todos os pedidos de ajuda que chegam por este meio têm resposta imediata.

912 30 10 10

Novo número da Linha 24 horas para Grávidas, sempre disponível e confidencial

Apoio à Vida no Domicílio

"Famílias em Casa" é um projecto de proximidade criado com o objectivo de estimular o desenvolvimento das competências parentais e sociais das famílias que acompanhamos e, assim, prevenir situações de negligência e/ou de risco.

Conjuga, desde o início, dois programas: **Promoção de Competências Parentais (PCP),** composto por 5 visitas programadas, que ocorrem em momentos-chave do desenvolvimento do bebé segundo o Modelo Touchpoints de Desenvolvimento Infantil criado por Berry Brazelton; e **Intervenção Psicossocial no Domicílio (IPD),** com visitas em número e periodicidade flexíveis, conforme Técnica e Mãe considerem conveniente.

Mais recentemente, o Projecto passou a incluir o programa "Ajudar a Amamentar", que consiste em apoio especializado de Conselheiras de Aleitamento Materno, no domicílio, perante necessidades concretas.

Em 2022, após identificar novas necessidades das Mães acompanhadas, a Equipa Técnica criou mais duas modalidades:

1. **Esperar em boa companhia:** contacto informal durante a gravidez: passeios, programas turísticos etc.
2. **Já nasceu! Mãos à obra!**: apoio logístico, em casa, no pós-parto e durante os primeiros 3 meses de vida do bebé, no que a família sentir mais necessidade, desde apoio com o bebé até à limpeza e arrumação da casa, organização e confecção de refeições, idas a consultas etc.

Famílias em Casa em 2022

N.º de Visitas realizadas	Casa de Santa Isabel	Centro de Atendimento	TOTAL
PCP	0	30	30
IPD	4	36	40
Total	4	66	70

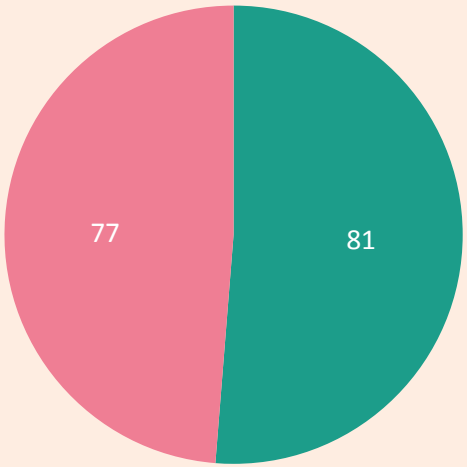
N.º de famílias abrangidas	17
N.º de Programas PCP completos ou com mais de 3 visitas	9

A *Casa* do Apoio à Vida

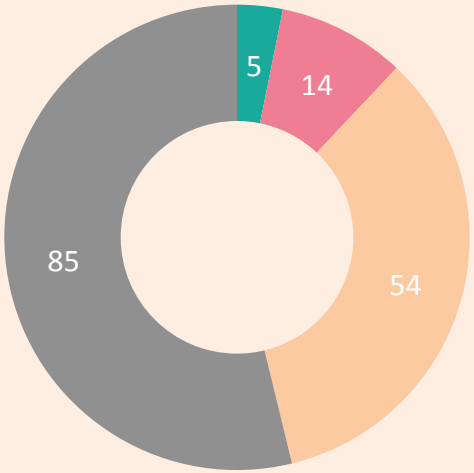
Na Casa de Santa Isabel, 2022 foi um ano em que as restrições da pandemia por SARS_CoV-2 terminaram a partir de Março e o dia-a-dia foi voltando ao normal, com o retomar das actividades ocupacionais e dos Atendimentos presenciais.

Procura-se que as Mães que aqui vivem tenham rotinas como as de uma casa de família. Sempre com o apoio da Equipa de Monitoras, as Mães cuidam dos seus bebés, colaboram nas tarefas domésticas e cumprem os horários estabelecidos. O intuito da sua permanência na Casa de Santa Isabel é oferecer-lhes um ambiente tranquilo para viverem a sua gravidez e os primeiros meses de vida dos seus filhos, e acompanhar de perto cada uma, ajudando-a a preparar-se para a autonomia.

Pedidos de Acolhimento recebidos em 2022

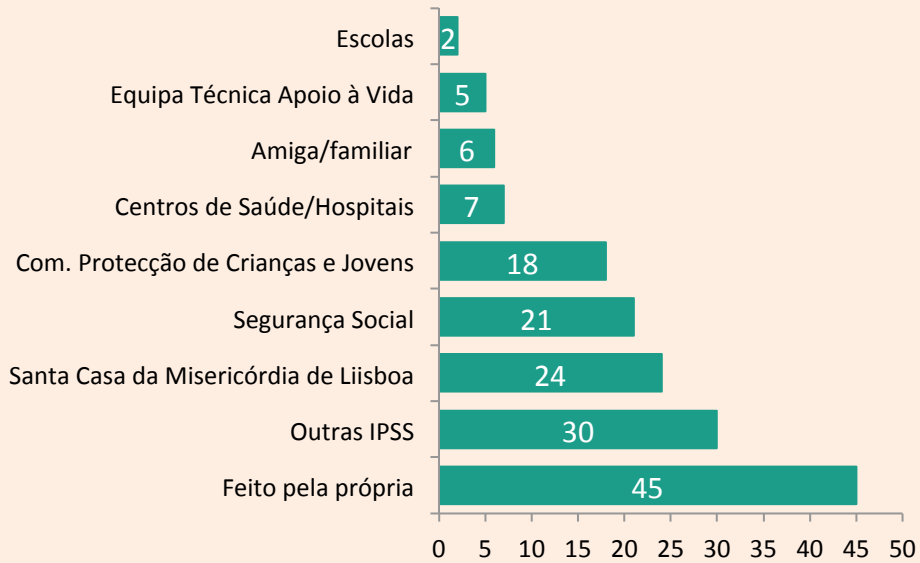


Mães grávidas
Mães com bebés já nascidos



Admitidas
Desistência
Sem enquadramento
Sem vaga

Proveniência dos Pedidos de Acolhimento



O dia-a-dia a voltar ao normal

Formações

A gravidez e o pós parto

Fruto de uma parceria com a CUF — um dos prestadores de saúde mais relevantes do país — uma equipa de enfermagem de obstetrícia e pediatria do Hospital CUF Descobertas, fez 5 sessões de formação sobre a gravidez e o pós parto preparadas para as Mães da Casa e ainda 2 sessões de formação especialmente para a Equipa de Monitoras, com conteúdos específicos sobre os mesmos temas.

O choro e o sono do bebé

Três das psicólogas da Equipa Técnica deram formação às Mães, desta vez sobre o choro e sono do bebé.

Nutrição na gravidez e maternidade

A convite das psicólogas, duas estudantes de Nutrição apresentaram o tema da nutrição na gravidez e maternidade.

Primeiros socorros e prevenção contra incêndios

Uma das Monitoras da Casa frequentou acções de formação sobre Primeiros Socorros e Prevenção Contra Incêndios.

Reuniões

Semanalmente, reúnem a directora da Casa e Equipa de Monitoras (logística, rotinas, acompanhamento educativo, etc.).
Quinzenalmente, reúne toda a Equipa da Casa (directora, monitoras, assistente social, psicólogas) e a Direcção para discussão de casos e Planos de Acompanhamento.

O dia-a-dia a voltar ao normal

Projecto d'Arte

Foi dada continuidade ao projecto d'Arte, por uma nova Voluntária. Todas as semanas as Mães dão asas à sua criatividade e vêem que são capazes de muito mais do que imaginavam.
Uma das *obras* feitas no âmbito do Projecto foi um quadro com os aniversários de todas as Mães e bebés. São dias festejados com todo o grupo de Mães, crianças e equipa com lanche e bolo de velas.

Como em casa

Ao entrar na Casa, uma Mãe é acolhida pelas Equipa Técnica e de Monitoras e é-lhe designada uma Mãe já residente que a "apadrinha" e a ajuda na integração/adaptação.

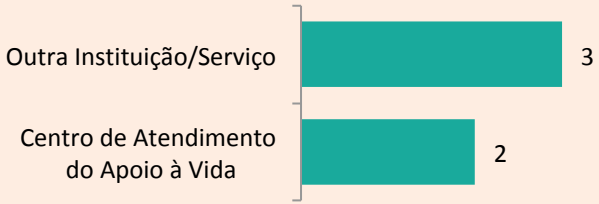
O Carnaval, a Páscoa e o Natal também são datas celebradas: A Equipa Técnica explica às Mães e às crianças o seu significado, considerando as respectivas crenças. No Carnaval as mães mascaram os seus filhos, na Páscoa participam nas celebrações da Semana Santa, sempre que o desejam, e no Natal montam a árvore e o presépio. O lanche de Carnaval, o almoço de domingo de Páscoa, a ceia e o almoço de dia de Natal são preparados de forma especial, procurando seguir a tradição.

Quadro do Advento, feito por uma das psicólogas

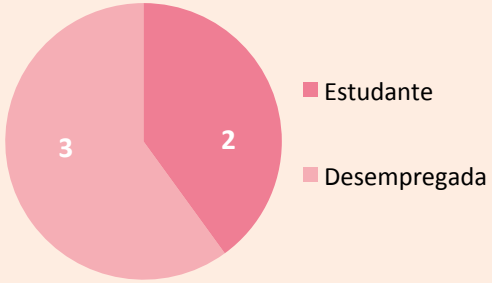
Caracterização das Mães acolhidas em 2022

Das 5 *novas* Mães, 3 já tinham um filho, 1 estava em dúvida quanto a prosseguir com a sua gravidez e 4 já tinham decidido pelo *sim* aos seus bebés. Estas entraram na Casa no 3.º trimestre de gravidez. Todas residiam no concelho de Lisboa e eram solteiras. Nenhuma tinha coabitado com o Pai do seu filho. Todos estes bebés nasceram em 2022.

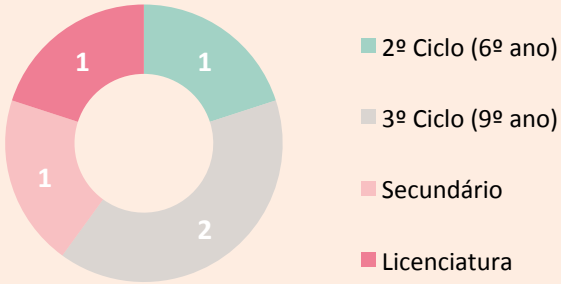
Como chegaram à CSI



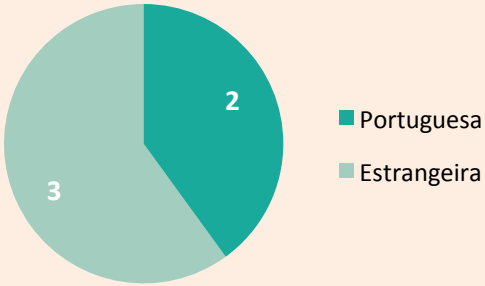
Ocupação



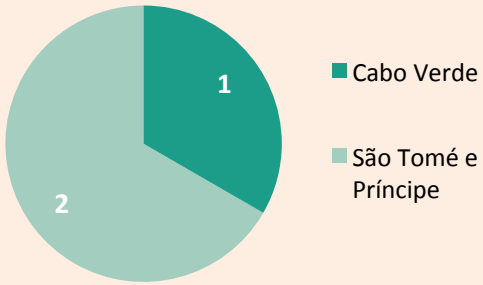
Escolaridade



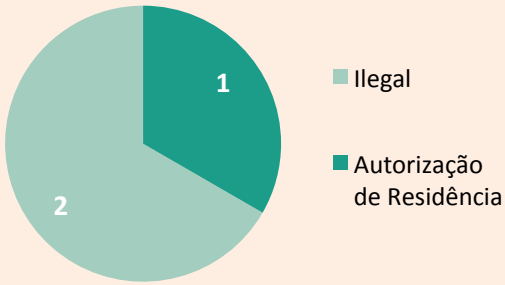
Nacionalidade



País de Origem das Estrangeiras



Situação face à lei



Saídas da Casa de Santa Isabel

Desde a sua abertura, em 2003, e até ao fim de 2022, já viveram aqui 220 Mães e nasceram 149 bebés.

A Casa de Santa Isabel (CSI) tem capacidade para acolher 19 pessoas, entre Mães e bebés. Mantém ainda uma vaga de emergência para mulheres grávidas em discernimento (GD).

Ao todo, em 2022 viveram na Casa 33 pessoas: 17 Mães, sendo 5 novas e 12 que já ali vivam em 2021 e 16 crianças: 5 bebés que nasceram em 2022 e 10 bebés e 1 criança nascidos em 2021 e 1 criança que entrou com a sua Mãe, grávida, também em 2021.

Saíram, ao todo, 11 Mães, 10 com os seus filhos e 1 que optou por entregar os seus dois filhos (um bebé e uma criança) a familiares.

Por vezes, as Mães ainda necessitam de algum suporte ao saírem da Casa e o Apoio à Vida continua a acompanhá-las. É-lhes dada ajuda para montar a sua nova casa e, por tempo determinado, continuam a receber apoio psicossocial, bem como bens para o bebé.

Encaminhamento na saída

Autonomia	Com o filho	4
	Sem filho	1
Integrada na família biológica		3
Foi viver com o companheiro		1
Foi viver com amigos		1
Transferida para outra instituição com o filho		1
Total		**11**

Mães com acompanhamento Psicossocial e/ou em bens depois da saída

Regularmente, a cada 2 ou 3 meses	7
Pontualmente	3
Total	**10**

"Talvez não existam palavras suficientes
e significativas que me permitam agradecer
à Casa de Santa Isabel, a ajuda.

Foram muito importantes para mim
e nunca vou esquecer tudo o que a Casa fez
e continua a fazer por mim.
Muito obrigada. Com todo o carinho,
e de coração, eu agradeço.

E para sempre, a minha gratidão será da Casa."

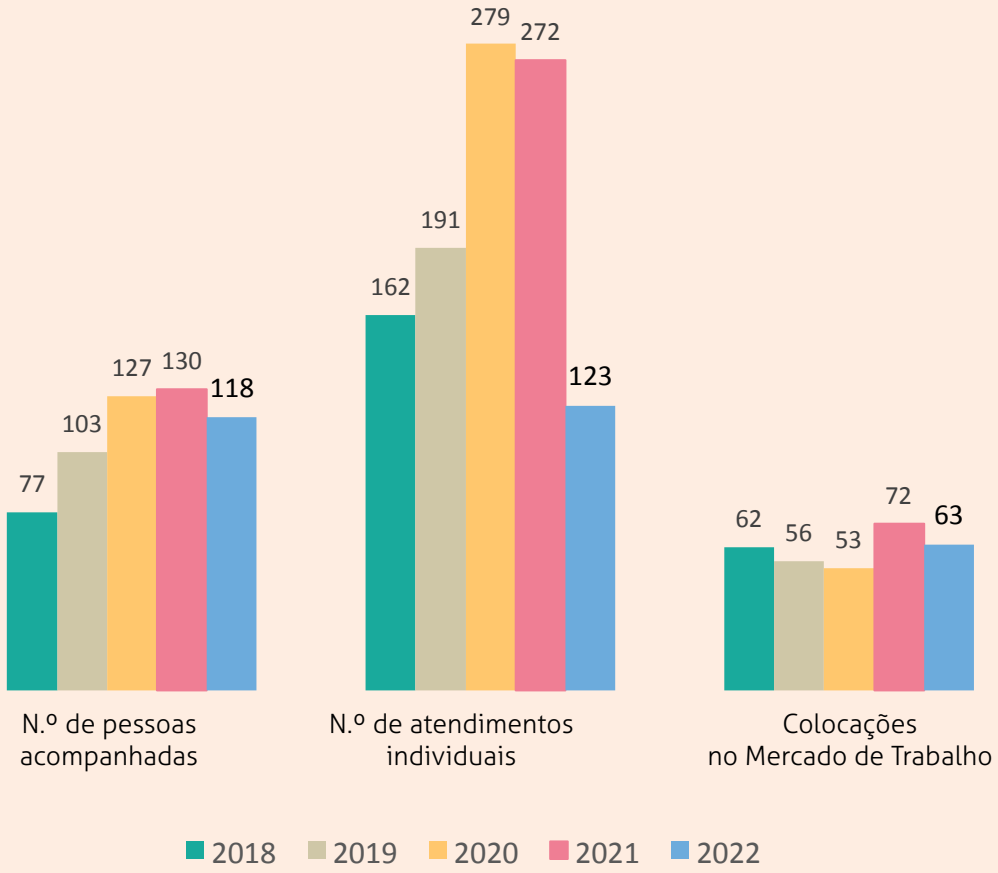
Esta Mãe entrou grávida na Casa de Santa Isabel,
e teve o seu bebé em 2022.

Emprego como chave da autonomia

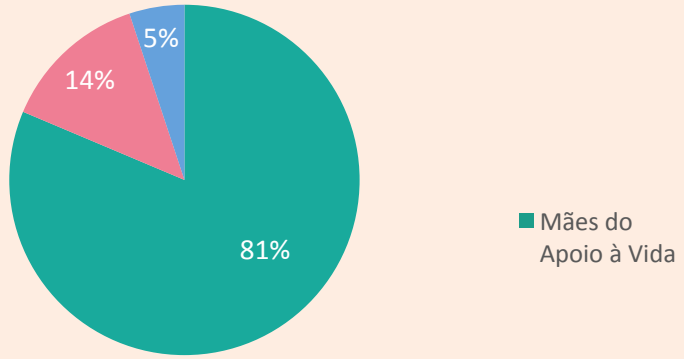
Criado em 2008, o Departamento de Inserção Profissional do Apoio à Vida actua em todas as áreas da associação e junto de todo o agregado familiar das Mães acompanhadas.

Em 2022, o mercado de trabalho apresenta menos dificuldades de inserção, pelo que o número de atendimentos presenciais necessários foi bastante menor do que no ano anterior. Por outro lado, houve uma intensificação do acompanhamento à distância, através dos meios digitais.

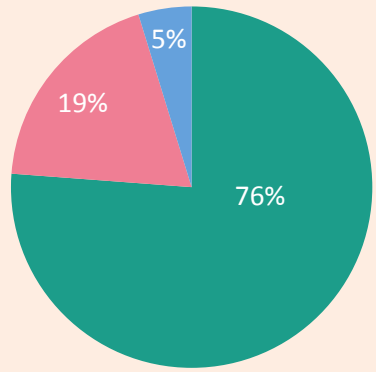
Inserção Profissional no Apoio à Vida nos últimos 5 anos



Pessoas acompanhadas



Colocações no mercado de trabalho



M. com a coordenadora da Escola de Talentos
e a Técnica de Inserção Profissional

"Sou a M. tenho 30 anos e sou Mãe da pequena A.

É com enorme satisfação que estou cá para dizer um muito obrigado, que é pouco pelo apoio que foi me dado durante a minha fase de gestação, pós-parto e mesmo agora, que a minha filha já tem um ano, pela orientação, amor e carinho.

Um agradecimento para toda a equipa do Apoio à Vida e da Escola de Talentos, em especial para as Doutoras que me acompanharam: Dra. Mariana a estagiária que fez o meu primeiro Atendimento, Dra. Francisca, Dra. Mafalda, Dra. Sofia e Dra. Maria.

Obrigada por tudo: pelas orientações, carinho, amor, amizade e disponibilidade. Eu levo vocês para sempre no meu coração, não importa para onde eu for, jamais esquecerei de vocês.
Um beijo grande para todos.

Mais: escrevi isto com bastante emoção e muito carinho pelo reconhecimento do vosso trabalho, por aquilo que vocês têm estado a fazer na minha vida, não podia ficar sem deixar uma palavrinha."

"Bem, o que dizer do lugar que me acolheu?

Nessas horas até me faltam palavras... pois o que são meras palavras diante de atitudes tão dignas?! O que era suposto ser só uma Escola, para mim foi uma casa e uma família pois, logo no 1º dia, senti-me abraçada com a sensação de estar em casa.

Às minhas queridas e amadas formadoras quero endereçar o meu agradecimento e dizer que a minha vida jamais será a mesma após ter-vos encontrado. Nunca me hei de esquecer de cada uma, nem das dicas e conselhos que recebi. Desejo-vos felicidades e que possam continuar a fazer este trabalho, que faz toda a diferença na vida de tantas pessoas. E que o amor seja sempre o vosso maior fermento de ensino.

Z. fez o Curso 38 da Escola de Talentos e, quando terminou a Formação, conseguiu um emprego melhor, com contrato de trabalho e em *full time*.

Às Doutoras Maria e Sofia só posso agradecer por ter-vos conhecido e por serem tão queridas a receber-me na Escola. Às minhas estimadas colegas quero também agradecer por serem tão simpáticas, gentis e por me terem aceitado e acolhido como membro do nosso grupo.

Hoje, com um sentimento misto de alegria e tristeza, deixo a Escola com um nível elevado de conhecimento e sobretudo de confiança em mim mesma. Por isso gostaria de terminar dizendo que, para mim, Isto não foi só uma formação mas sim um "Apoio à Vida".

Capacitação profissional e escola de amor

A Escola de Talentos é, para muitas Mães que acompanhamos, a última etapa antes da autonomia. As alunas aprendem tudo o que concerne o trabalho numa casa, bem como a cuidar de crianças e de pessoas dependentes. E afirmam que, depois de frequentarem a Escola de Talentos, são pessoas melhores e mais preparadas para a vida

A Equipa da Escola compreende um elemento da Direcção do Apoio à Vida, uma coordenadora e 23 Formadoras voluntárias, sempre em estreita ligação com a técnica de Inserção Profissional. Juntas, encarregam-se de transmitir conhecimentos, acompanhar os trabalhos práticos e ajudar as alunas a tirarem o máximo partido dos 3 meses de formação do Curso de Serviços Domésticos e de Apoio à Família. A exigência é grande. No entanto, a relação de proximidade que se cria entre a Equipa e as alunas — e destas umas com as outras — faz com que a Escola de Talentos prepare as Mães para o mercado de trabalho e seja também uma escola de amor, confiança e brio. É assim que formamos para a vida.

A Escola de Talentos em 2022

6 Cursos

23 Formadoras

28 Alunas formadas

22 Alunas com emprego

84 Pedidos de empregadores

escola de talentos
formamos para a vida

A Escola de Talentos de 2014 a 2022

6201 horas de formação

208 alunas formadas

178 colocações

+1000 pedidos de empregadores

Taxa de empregabilidade: 86%

Alunas e Formadoras de dois Cursos da Escola de Talentos realizados em 2022

Angariação de fundos e construção de relacionamentos

Sendo uma organização sem fins lucrativos, o Apoio à Vida depende de donativos e apoios que angaria de diversos modos. No nosso entender, é importante que todos aqueles que, através do nosso trabalho, procuram apoiar mulheres grávidas em dúvida ou dificuldade, saibam como actuamos e quais são os nossos princípios e valores.

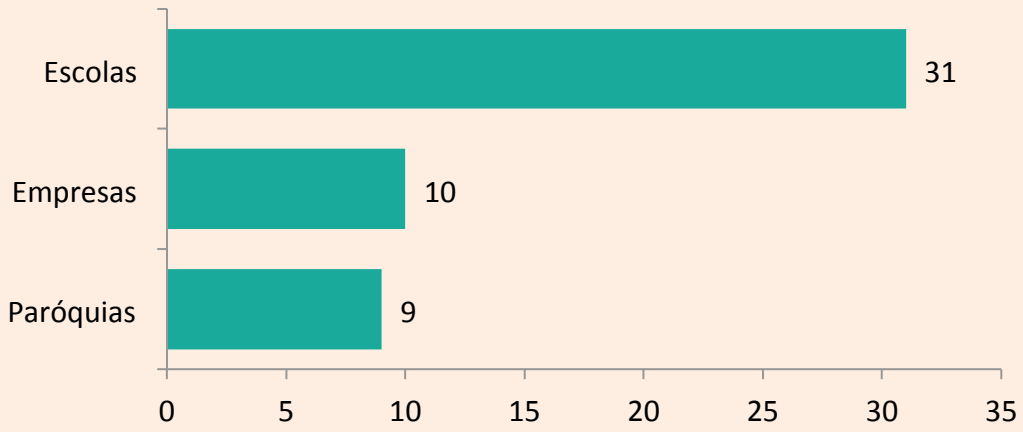
Em 2022, a equipa de fundraising e comunicação intensificou a sua presença junto de empresas, escolas e particulares, dando a conhecer a associação e os valores e princípios que norteiam o contacto com as mulheres grávidas e Mães que nos pedem ajuda:

RESPEITO
pela vida humana, pela mulher grávida e pelas suas decisões

AMOR
como pilar de todo o processo de acompanhamento

ESPERANÇA
num novo projecto de vida e na autonomização das famílias

Organizações com que contámos nas Campanhas de 2022:



Graças à generosidade das pessoas que fazem parte destas comunidades (professores, encarregados de educação e alunos, gestores e colaboradores de empresas, párocos e paroquianos), os stocks de artigos que entregamos às famílias foram sempre suficientes e tivemos a possibilidade de doar cerca de 6.000 fraldas e cerca de 150 produtos de higiene à Câmara Municipal de Lisboa, para ajuda aos refugiados da guerra na Ucrânia.

Campanhas realizadas

Campanha	Escolas	Empresas	Paróquias
Natal (Bens para Bebé)	14	5	1
Dia da Mãe (Bens para Bebé)	15	0	0
Campanha do Biberon (Numerário)	0	0	9

Doadores Particulares

Um dos nossos projectos de fundraising e comunicação consiste em visitar pessoas que compreendem a nossa causa. Estas visitas têm dois objectivos:

1. Explicar, a fundo, como actuamos
2. Solicitar contributos regulares (anuais)

Mantemos contacto próximo com várias direcções, professores e turmas de escolas, bem como com grupos de colaboradores de empresas e de paroquianos. Vamos comunicando durante o ano e, facilitando toda a logística das campanhas, contamos regularmente com as suas adesões. Sempre que recebemos bens, tudo é contado e fotografado. Enviamos este registo por e-mail a cada entidade, com o nosso agradecimento. No final da Campanha, damos conta do impacto global da mesma nos nossos stocks.

Bens oferecidos pela Catequese da Paróquia de Cristo-Rei de Algés

Doámos cerca de 6.000 fraldas, roupa e artigos de higiene à Câmara Municipal de Lisboa, para ajuda aos refugiados da guerra na Ucrânia.

Ajudámos a Paróquia de Alcântara a apoiar duas famílias com bebés que perderam tudo devido às tempestades que ocorreram em Lisboa.

Quando a entrega de bens oferecidos pela Innovarisk chegou, as fraldas tamanho 3 e 4 estavam quase no fim, havia poucas toalhas de banho e lençóis para berço e quase nenhuns babygrows para os enxovais. Toda esta generosidade despreocupou-nos quanto a estas necessidades durante muitos meses.

A Campanha do Biberon é um projecto de fundraising cada vez mais significativo

Um post nas redes sociais bastou para estes gémeos terem um carrinho novo

O El Corte Inglés, foi um dos patrocinadores das "Férias do Apoio à Vida" e ofereceu um forno novo que possibilitou a continuidade das aulas de cozinha na Escola de Talentos

O Afonso fez anos e quis dar os presentes às famílias que acompanhamos

As "Férias do Apoio à Vida" puderam realizar-se graças ao apoio de 12 empresas e 5 particulares que, em conjunto, asseguraram tudo o que foi necessário, do alojamento à alimentação e workshops. Também contámos com 5 Voluntárias cuja dedicação também foi fundamental.

Duas das Mães acompanhadas precisaram de uma ajuda extra para comprarem o seu passe. Enviámos um e-mail a um grupo de pessoas que nos conhece bem e, em dois dias, tínhamos a quantia necessária. A bondade das pessoas que confiam nas famílias que acompanhamos é comovente.

Apoiar a Vida com tempo, trabalho e carinho

"O Voluntário é aquele que doa o seu tempo e trabalho de forma a ajudar outras pessoas, seja directa ou indirectamente, sem esperar receber nada em troca."

No Apoio à Vida há alguns projectos nos quais os voluntários são imprescindíveis. Temos o enorme benefício de receber inscrições com frequência. Com o seu trabalho, os voluntários não só permitem que a equipa de colaboradores se concentre na sua área de especialidade, como garantem que alguns projectos são efectivamente implementados, acrescentando um valor bastante significativo à nossa missão.

Contamos com 65 voluntários regulares. Um dos elementos da nossa Equipa ocupa-se da Gestão de Voluntários analisando as suas inscrições e procurando conhecer cada um através de entrevista presencial. Integra-o na tarefa que mais o realiza e onde o seu contributo é mais útil. Para formações específicas ou consultas com as utentes, contamos com voluntários especializados como médicos, enfermeiros, conselheiras de aleitamento materno, advogados, entre outros.

Em 2022, no contexto do Dia Internacional do Voluntariado (5 de Dezembro), oferecemos às Escolas que colaboram connosco aulas sobre o tema do Voluntariado, que as mesmas poderiam inserir na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento. Beneficiaram desta iniciativa 6 escolas da Grande Lisboa e cerca de 900 alunos, que ficaram não só a conhecer o trabalho do Apoio à Vida como ganharam mais noções sobre o valor do voluntariado. Fruto desta acção, passamos a ter mais 8 voluntários regulares entre os 14 e os 17 anos.

Projecto "Dia Internacional do Voluntariado"

Colégio Mira Rio

Colégio de Santa Doroteia

Colégio do Bom Sucesso

Logística

Uma ponte com outras instituições

A área de logística do Apoio à Vida é uma das áreas que torna efectiva a nossa aproximação com outras instituições, mais uma vez reforçando laços de parceria e ajuda mútua.

Em 2022 interagimos com várias organizações, entre as quais a BUS (Bens de Utilidade Social), Entrajuda, Dona Ajuda e Banco Alimentar Contra a Fome.

Também é esta área que se encarrega da recolha de bens em empresas e escolas. Para isso, serve-se dos veículos da associação: uma Peugeot Partner, adquirida no âmbito de um projecto em 2018 e um Ford Fiesta, oferta da Associação de São Bartolomeu dos Alemães em Lisboa, em 2020. Os respectivos seguros são um patrocínio da Lusitânia.

Gestão de Stocks

Bens contabilizados e dentro da validade

Quando recebemos bens, seja nas Campanhas em Escolas e Empresas, nos peditórios em supermercados ou de particulares, tudo é contado e as datas de validade registadas. Cuidamos para que nunca haja perdas e tudo é entregue às famílias a quem damos apoio social de acordo com as indicações da Equipa Técnica, que atribui quantidades segundo as necessidades de cada uma.

Os registos são guardados na intranet da associação de forma a que, a qualquer momento, possamos saber o que existe e quando é preciso repor para, se necessário, planearmos novas campanhas.

Gestão de Stocks em 2022

Artigo	Quantidade angariada	Quantidade entregue às famílias
Pacotes de Toalhitas	1251	985
Produtos de Higiene	724*	780
Fraldas	62 187	46 340
Latas de leite adaptado	556	437
Papas	664	472

* Contámos com artigos do ano anterior

A nossa Equipa

No Apoio à Vida, o trabalho é desenvolvido por uma equipa empenhada, apoiada por uma Direcção activa e participativa. Acreditamos que é desta maneira que se defende a Vida.

Direcção

Manuel Faria Blanc | Ana Faria Blanc | Ana Figueiredo Sanches

Equipa Técnica

Mara Mota, Assistente Social e Directora Técnica

Mafalda Líbano Monteiro, Assistente Social e Coordenadora do Centro de Atendimento

Beatriz Gorjão, Psicóloga

Catarina Eça Pinheiro, Assistente Social

Clara Almeida, Psicóloga (Estágio IEFP)

Clara Inocêncio, Psicóloga

Francisca Miranda, Psicóloga

Madalena Sousa Mendes, Assistente Social (Estágio IEFP)

Maria Themudo, Psicóloga e Coordenadora da Escola de Talentos

Rosário Boavida, Psicóloga

Sofia Fernandes, Técnica de Inserção Profissional

Casa de Santa Isabel

Fernanda Ludovice, Directora

Carla Vieira, Monitora

Cristiane Assumpção, Monitora

Filipa Afonso, Monitora

Jorgina Santos, Monitora

Luisa Didier Ferreira, Monitora

Sandra Coelho, Monitora

Serviço Administrativo

Isabel S. Cunha

Voluntariado e Apoio Logístico

Lúcia Martins

Fundraising e Comunicação

Rita Sousa Rêgo

Não estamos sozinhos

O Apoio à Vida agradece a todas as pessoas, empresas e organizações que têm apoiado a vida connosco

Briso

GRUPO ETE

Jerónimo Martins

noMundo
A LIGAR MUNDOS

BPI

HOSPITAL DA LUZ

El Corte Inglés

Bancoalimentar
contra a fome

COMPAL
1952

Associação de
São Bartolomeu
dos Alemães em Lisboa

egor

altice
fundação

LUSITANIA
Seguros juntos

FUNDAÇÃO
ORIENTE

Banco
Farmacêutico
PORTUGAL

BUS

ENTRAJUDA

LISBOA
CÂMARA MUNICIPAL

FREGUESIA DE ALCÂNTARA

DOM PEDRO V
ASSOCIAÇÃO

Dona Ajuda

sovena

Central
Cervejas e Bebidas

CHEF KIKO

CRIATOPO
PUBLICIDADE Lda.

DREAM PLUS
CREATING SOLUTIONS

Pastéis de Belém
≈ desde 1837 ≈

MEI

Particulares

"Olá queridas Mafalda e Rafaela,

Espero que o meu e-mail vos encontre bem.

Apesar de me lembrar de vocês com bastante frequência já faz bastante tempo desde que vos dei notícias, mas tenho boas novas para contar :)

A família voltou a aumentar em 2020, ao F. e à M. juntou-se o L. e a família ficou completa!

E com a maternidade descobri a minha paixão pelo desenvolvimento infantil e tomei a grande decisão de voltar a estudar. Fiz várias certificações em parentalidade e educação, e estou a terminar o curso de pedagogia.

É com muita alegria que vos dou estas notícias, vocês também contribuíram para este processo!

Um enorme beijinho,
H."

E-mail que recebemos de uma Mãe que foi acompanhada há 8 anos e se ofereceu para dar formação a um dos grupos de Mães dentro da sua área de especialidade.

apoio à vida

Demonstrações financeiras

Resultados

O total de proveitos auferidos pelo Apoio à Vida em 2022 ascendeu a perto de 490 mil euros, um valor superior em quase 60 mil euros (13,6%) ao registado no ano anterior. Para esta evolução, contribuíram sobretudo os aumentos verificados nas comparticipações da Segurança Social (reforçadas pelo apoio extraordinário atribuído no final do ano), o incremento dos donativos de particulares (mais 23 mil euros que em 2021, apesar da diminuição, em quase 6 mil euros, das verbas de IRS que nos foram consignadas) e os apoios à contratação recebidos do IEFP.

Os custos tiveram, no seu conjunto, um aumento praticamente idêntico, inteiramente explicado pela subida dos encargos com pessoal, fruto do reforço do respectivo quadro, das actualizações salariais efectuadas no início do ano e do pagamento de um prémio extraordinário a todos os colaboradores. Os restantes encargos registaram também um incremento significativo (próximo dos 20%), em consequência do aumento das rendas da Sede/Centro de Atendimento e do retomar, em pleno, da actividade presencial após um ano de 2021 ainda bastante afectado pela pandemia. O decréscimo das amortizações e provisões em 17 mil euros permitiu, no entanto, anular esse incremento e manter o resultado do exercício em valores ligeiramente positivos (um pouco abaixo dos 4 mil euros).

Proveitos totais

(1,000€)	2022	2021	Variação	
			Valor	%
Subsídios e Donativos				
De Entidades Públicas				
Segurança Social	235,8	210,9	24,9	11,8
IEFP	9,6	0,0	9,6	s.s.
Subtotal	245,4	210,9	34,4	16,3
De Outras Entidades				
Em Espécie / *Probono*	31,3	28,2	3,2	11,2
Em Numerário				
De Empresas e Institucionais	78,2	80,9	(2,6)	(3,2)
De Particulares	127,9	105,1	22,8	21,7
Subtotal	237,5	214,1	23,4	10,9
Total Subsídios e Donativos	482,8	425,0	57,8	13,6
Outros Proveitos	5,4	4,6	0,8	18,2
Total Proveitos	488,2	429,6	58,6	13,6

apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade

2023 será um ano de mais crescimento e mudança de instalações.

Muito obrigado por continuar connosco

www.apoioavida.pt