



# PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2023

<b>IDENTIFICAÇÃO</b>	<b>3</b>
<b>NOTA INTRODUTÓRIA</b>	<b>3</b>
<b>ANÁLISE DO AMBIENTE INTERNO E EXTERNO</b>	<b>4</b>
• DIREÇÃO	4
• RECURSOS HUMANOS	4
• ORGANOGRAMA	4
• ESPAÇOS FÍSICOS	5
• HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO	5
• CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO	6
• IDENTIFICAÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DOS PARCEIROS/PATROCINADORES	7
<b>ESTRATÉGIA E OBJETIVOS</b>	<b>8</b>
• EIXOS DE ATUAÇÃO DO CENTRO DA MÃE	8
• OBJETIVOS	9
<b>PLANIFICAÇÃO DOS PROJETOS</b>	<b>10</b>
• QUALIFICAR PARA INTERVIR	11
• ACOMPANHAMENTO PSICOSSOCIAL E FORMAÇÃO	13
• [RE]CONSTRUINDO PERCURSOS - AVALIAÇÃO, INTERVENÇÃO E PREVENÇÃO	14
• ATIVIDADES LÚDICO-PEDAGÓGICAS	16
• PREVENÇÃO DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA	18
• LOJA SOCIAL	19
• LIGA-TE AO CENTRO DA MÃE	20
• ANGARIAÇÃO DE FUNDOS	21
<b>MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO</b>	<b>22</b>
<b>ORÇAMENTO</b>	<b>22</b>



## IDENTIFICAÇÃO

**ORGANIZAÇÃO:** Centro da Mãe – Associação de Solidariedade Social

**DENOMINAÇÃO DA valência:** Centro de Apoio à Vida

**MORADA:** Avenida Luís de Camões, Bairro do Hospital 14 R/C

**CÓD. POSTAL:** 9000-168

**CONCELHO:** Funchal

**FREGUESIA:** São Pedro

**TELEM.:** 962 097 568

**TELEF.:** 291 224 074

**EMAIL:** geral@centrodamae.pt

## NOTA INTRODUTÓRIA

O Centro da Mãe - Associação de Solidariedade Social é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que se constitui como um Centro de Apoio à Vida (CAV), vocacionado para o apoio e acompanhamento a mulheres grávidas e/ou mães com seus filhos e que se encontram em situação de risco emocional ou social (Portaria n.º 446/2004, de 30 de abril). A atividade da Instituição compreende três valências: atendimento e acompanhamento (valência de atendimento e Acompanhamento), acolhimento (valência de acolhimento Residencial) e Loja Social que pretende dar resposta às necessidades materiais de famílias carenciadas.

O Centro da Mãe é uma resposta social que com a sua intervenção pretende ir de encontro às necessidades específicas e individuais das utentes, contribuindo para o seu bem-estar e para o desenvolvimento de competências para uma parentalidade consciente e positiva promotora de vínculos seguros com os seus filhos, através da prestação de um conjunto de serviços e de uma intervenção de excelência e de qualidade, num ambiente de confiança mútua entre os vários intervenientes.

O presente Plano de Atividades pretende dar cumprimento ao disposto no art.º 27.º dos Estatutos do “Centro da Mãe - Associação de Solidariedade Social”.

Este plano, da responsabilidade da Direção do Centro da Mãe, é proposto para aprovação da Assembleia Geral, para o ano de 2023.

O Centro da Mãe pretende com este instrumento organizacional, esquematizar as atividades a serem desenvolvidas durante o ano, sendo que as mesmas pretendem corresponder às necessidades identificadas na intervenção com a população alvo. Será igualmente apresentado o orçamento previsto para o ano de 2023.

Do presente Plano de Atividades irão constar:

- Análise do ambiente interno e externo
- Estratégias e objetivos
- Planificação das atividades a desenvolver
- Orçamento



# ANÁLISE DO AMBIENTE INTERNO E EXTERNO

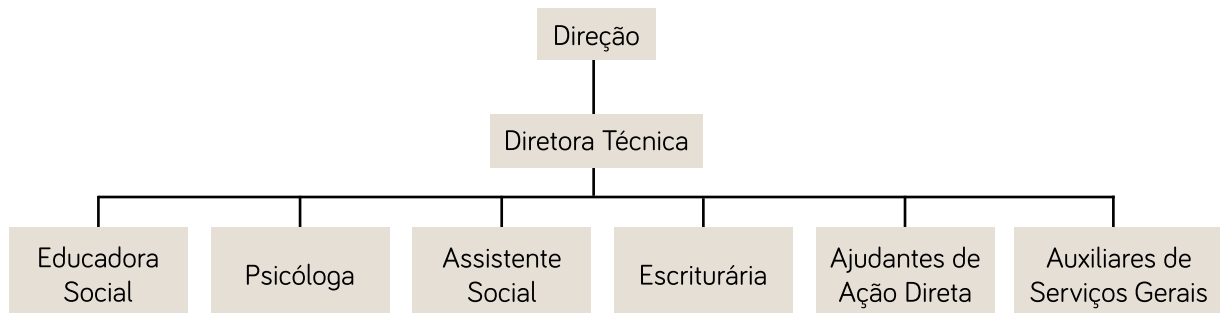
## DIREÇÃO

Presidente	1
Secretária	1
Tesoureira	1

## RECURSOS HUMANOS

Grupos Profissionais	Nº
Diretor Técnico	1
Técnico Superior de Psicologia	1
Técnico Superior de Serviço Social	1
Técnico Superior de Educação Social	1
Escriturária	1
Ajudantes de Ação Direta	6
Auxiliares de Serviços Gerais	2

## ORGANOGRAMA





# ANÁLISE DO AMBIENTE INTERNO E EXTERNO

## ESPAÇOS FÍSICOS

### VALÊNCIA DE ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO

Identificação dos espaços	Nº
Recepção	1
Gabinete administrativo	1
Gabinete técnico	2
Gabinete atendimento/reuniões	1
Casa de banho	3
Cozinha + Refeitório	1
Sala de formação	1
Sala de atividades	2
Berçário	1
Despensa de produtos alimentares	1
Sala de produtos e utensílios limpeza	1
Sala de convívio	1
Arquivo	1
Sala multiusos	1
Loja Social	1
• Sala de Triagem e lavanderia	2
• Salas de armazenamento	1
• Espaço de exposição de artigos	1
• Casade banho	1

### VALÊNCIA DE ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Identificação dos espaços	Nº
Quartos de dormir	11
Casas de banho	5
Cozinha	2
Sala de estar + sala de jantar	1
Lavandaria	1
Arrecadação	1
Despensa	1
Sala de reuniões	1
Sala multiusos	1

## HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

A valência de atendimento e Acompanhamento do Centro da Mãe funciona entre as 9h00 e as 17h30, encerrando aos fins-de-semana e feriados.

A valência de acolhimento Residencial do Centro da Mãe, funciona em regime permanente, todos os dias da semana, 24 horas por dia.



## CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO

A população alvo do Centro da Mãe é composta por grávidas e mães de várias faixas etárias, com idades compreendidas entre os 15 e os 47 anos, com maior incidência na faixa etária entre os 26 e os 30.

As dificuldades de cariz económico são o principal motivo para recurso à Instituição, sendo identificados dentro destas dificuldades a precariedade económica, a deficiente gestão de recursos e a resistência na priorização das necessidades primárias de subsistência.

Destacamos igualmente a necessidade de desenvolvimento de competências pessoais, sociais e parentais, encaminhadas principalmente por entidades com competência em matéria de infância e juventude, com as quais é desenvolvido um plano de intervenção individual por forma a suprir as necessidades identificadas através de diagnóstico psicossocial.

Ao longo do acompanhamento à utente, são analisadas as diversas condicionantes de mudança e realizados encaminhamentos que promovam a autonomia e a subsistência das mesmas e das suas famílias.

O trabalho em rede e de complementaridade é fundamental para a prossecução do trabalho social que o Centro da Mãe desenvolve, contando com as respostas dos parceiros no alcance de objetivos comuns.

No âmbito da resposta de acolhimento são acolhidas e acompanhadas grávidas ou mães e seus filhos até aos 25 anos, em situação de risco, e

cujo projeto de vida foi acidentado ou interrompido por uma gravidez precoce, e em que as suas condições emocionais, psicológicas, familiares, socioeconómicas ou habitacionais não permitem que permaneçam em meio natural de vida.

No primeiro semestre de 2022 recorreram à valência de atendimento e Acompanhamento 104 utentes com idades compreendidas entre os 15 e os 47 anos, e foram apoiados 133 filhos com idades compreendidas entre os 0 e os 17 anos, sendo que a maior incidência se encontra na faixa etária dos 0 aos 6 anos.

Relativamente às utentes, 24 recorreram ao Centro da Mãe pela primeira vez, 2 foram reentradas e as restantes 78 transitaram do ano anterior.

A capacidade da valência de acolhimento Residencial, é de dez mães com os seus filhos. Até a data da realização da reunião de Assembleia Geral, estiveram acolhidas cinco mães com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos e 4 crianças com idades compreendidas entre os 0 e 1 ano de idade.

Das utentes acolhidas, duas transitaram do ano anterior e três foram admitidas em 2022. Saíram, ainda, da valência de acolhimento duas utentes e três crianças.

À data da aprovação do Plano Anual de Atividades, novembro de 2022, estavam acolhidas duas jovens, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos de idade, e uma criança.



# ANÁLISE DO AMBIENTE INTERNO E EXTERNO

## IDENTIFICAÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DOS PARCEIROS/PATROCINADORES

O Centro da Mãe possui um Acordo de Cooperação com o ISSM, IP-RAM e outros acordos de natureza diversa com outras Instituições parceiras, que passamos a enumerar:

Instituto de Segurança Social da Madeira, IP-RAM	Universidade do Porto – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação
Câmara Municipal do Funchal	Cáritas Diocesana do Funchal
Câmara Municipal de Câmara de Lobos	Sonae (Fundação Belmiro de Azevedo)
IHM - Investimentos Habitacionais da Madeira	Yaro-Partilha
Escola Secundária Francisco Franco	Casa do Voluntário
Escola Básica com Pré-escolar de São Martinho	CROMA - Centro de Reabilitação Oral da Madeira,
Instituto de Emprego da Madeira	Serviços Médicos de Urgência
Hospital Dr. Nélio Mendonça	Junta de Freguesia de Santa Maria Maior
Centro de Saúde Dr. Rui Adriano de Freitas	Centro Comunitário Quinta Josefina
Centro de Saúde do Bom Jesus	Associação para o Planeamento da Família - Madeira
Centro de Saúde de Santo António	Pólo de emprego de São Martinho
Tribunais e Ministério Público	EntregaFarm
Comissões de Proteção de Crianças e Jovens	Farmácia Camões
Banco Alimentar Contra a Fome Madeira	Farmácia do Caniço
Direção Geral de Reinserção Social	DECO Madeira- Associação para a Defesa do Consumidor
Centro Cultural e Desportivo Luís de Camões	Happy Child - Centro Terapêutico de Desenvolvimento da Criança
Universidade da Madeira	
Centro de Investigação em Estudos Regionais e Locais (CIERL)	

## **MISSÃO**

O Centro da Mãe – Associação de Solidariedade Social, é uma associação sem fins lucrativos que tem como Missão o apoio à família, a defesa da vida humana e a promoção da dignidade da mulher.

## **VISÃO**

A Associação tem como Visão ser uma instituição global, plural e coesa, reconhecida pela elevada qualidade da sua intervenção junto dos seus utentes, da sociedade civil e da tutela.

## **VALORES**

O Centro da Mãe é sustentado pelos seguintes Valores:

- O respeito pela Vida Humana.
- A dignificação do papel da mulher.
- A valorização do papel da família.
- O espírito de solidariedade.
- O respeito pela condição e características de todos os que são apoiados e com os quais colaboramos.

## **EIXOS DE ATUAÇÃO DO CENTRO DA MÃE**

**EIXO 1:** Capacitação dos profissionais do Centro da Mãe

**EIXO 2:** Intervenção em meio natural de vida

**EIXO 3:** Intervenção em acolhimento residencial

**EIXO 4:** Prevenção da gravidez na adolescência

**EIXO 5:** Cooperação institucional



## OBJETIVOS

O presente plano possui como objetivos do Centro da Mãe para o ano de 2023:

- Capacitar os profissionais do Centro da Mãe com os conhecimentos e competências específicas ao desempenho das suas funções e à melhoria da intervenção;
- Atender, avaliar e acompanhar todas as grávidas, mães e pais em situação de risco que solicitem o apoio da Instituição;
- Avaliar a capacidade e a competência parental bem como o potencial de mudança das mães e famílias apoiadas pelo Centro da Mãe;
- Definir com as utentes e demais intervenientes no processo, um Projeto de Promoção e Proteção adequado às suas necessidades e especificidades e dos seus filhos, através do desenvolvimento e implementação de planos de intervenção individual, que visem colmatar as vulnerabilidades e reforçar as potencialidades identificadas, promovendo a integração social e autonomia das mesmas;
- Implementar programas de intervenção parental, programa de mentalização *Lighthouse* - O Farol, programa de intervenção para trabalhar as histórias de vida e narrativas das mães apoiadas pelo Centro da Mãe, marcadas por episódios de vida traumáticos e adversos;
- Promover o exercício de uma parentalidade consciente e positiva, promotora de vínculos seguros, definindo-se como um meio facilitador para o desenvolvimento psíquico e emocional das utentes e filhos;
- Acolher temporariamente adolescentes grávidas ou mães com seus filhos em situação de risco que necessitem de apoio no desenvolvimento de competências parentais, proporcionando-lhes o acompanhamento adequado, e em situações excepcionais, jovens adultas na mesma condição;
- Promover workshops e formações que facilitem a aquisição de competências necessárias ao bom desenvolvimento dos bebés e crianças, conferindo ferramentas nos domínios da prestação de cuidados, cidadania, desenvolvimento infantil, entre outros;
- Fomentar o compromisso e o envolvimento ativo das utentes na elaboração e concretização dos Projetos de Promoção e Proteção e Projetos de Intervenção Individual, envolvendo os filhos, família e figuras de referência;
- Desenvolver competências pessoais, sociais e parentais das utentes acompanhadas, promovendo a sua integração escolar regular e/ou profissional; acompanhando o seu percurso e incentivando a sua inserção no mercado de trabalho;
- Apoiar e orientar nas situações de inserção profissional, promovendo ações na procura ativa de emprego na construção de um projeto individual formativo e profissional;
- Desenvolver ações formativas de prevenção da gravidez na adolescência, sensibilizando os jovens para a vivência saudável da sua adolescência e reduzindo o número de gravidezes precoces;
- Promover a cooperação institucional entre o Centro da Mãe e diversas entidades competentes na matéria da infância e juventude e/ou outras entidades parceiras.



# PLANIFICAÇÃO DOS PROJETOS



# QUALIFICAR PARA INTERVIR

# 01

**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Profissionais

## OBJETIVOS

- Dar continuidade e concluir o processo de análise, alteração e adequação dos procedimentos internos às necessidades e especificidades das utentes e filhos apoiados e à concretização dos seus projetos promoção e proteção;
- Implementar, avaliar e reajustar os procedimentos internos de acordo com a sua aplicabilidade e exequibilidade nos diferentes contextos institucionais;
- Dotar os profissionais do Centro da Mãe com os conhecimentos e as ferramentas necessárias ao desempenho das suas funções e à melhoria da intervenção;
- Capacitar os profissionais com formação na área da Parentalidade, fomentando a aquisição de conhecimentos e competências específicas ao desempenho das suas funções;
- Fomentar uma mentalidade afiliativa ou de prestação de cuidados aos profissionais do Centro da Mãe, através da promoção da regulação emocional, do cultivo da compaixão e autocompaixão no contexto do acolhimento residencial;
- Proporcionar às equipas técnica e educativa supervisão externa para análise e discussão de casos com vista à melhoria e qualificação da intervenção;
- Promover espaços de partilha e reflexão de conhecimentos entre profissionais do Centro da Mãe que intervêm diretamente na valência de acolhimento, através da realização de grupos de trabalho;
- Promover reuniões periódicas entre os vários profissionais do Centro da Mãe, por forma a garantir a melhoria constante das suas práticas e dinâmicas institucionais;
- Dotar os profissionais do Centro da Mãe com ferramentas de coaching psicológico, regulação emocional e resiliência, promovendo o seu desenvolvimento pessoal e o seu bem-estar emocional e psicológico;
- Realizar a avaliação de desempenho dos profissionais, incentivando às boas práticas profissionais.
- Criar espaços de partilha e de reflexão de conhecimento e de intervenção entre os vários profissionais que trabalham na área social e na área da infância e juventude;

## ATIVIDADES

- 01** Continuação da reformulação dos procedimentos internos da Instituição.
- 02** Aplicação e avaliação dos procedimentos internos:
  - Realização de reuniões de avaliação com os vários elementos da equipa.
  - Administração de questionários de feedback às utentes apoiadas.
- 03** Formação para os profissionais da valência de acolhimento residencial do Centro da Mãe nas seguintes áreas:
  - Estratégias de comunicação e relacionamento interpessoal, em contexto de casa de acolhimento e na relação com as mães e filhos acolhidos;
  - Importância do papel do cuidador na relação mãe-filho.
  - Ferramentas de coaching psicológico e de regulação emocional.
  - Desenvolvimento infantil e as competências adquiridas e expectáveis para cada faixa etária;
  - Parentalidade positiva e vinculação mãe-bebé.
  - Sensitividade materna;
  - Impacto dos ecrãs no desenvolvimento infantil;
  - Estimulação infantil.
- 04** Formação para os profissionais do Centro da Mãe nas diferentes áreas de intervenção e necessidades formativas detetadas ao longo do ano.
- 05** Implementação do Programa Mentalidade Afiliativa aos profissionais do Centro da Mãe em articulação com o ISSM.  
Realização de sessões de supervisão.

## METAS

- Concluir a reformulação dos 6 proced. internos no 1º semestre.
- Aplicar 6 proced. internos nos primeiros três meses do 2º semestre.  
  
Avaliar pelo menos 4 dos proced. internos nos últimos 3 meses do 2º semestre do ano.
- Realizar pelo menos 6 das formações previstas.  
  
Garantir a participação de pelo menos 5 dos profissionais, por ação de formação.
- Realizar pelo menos 2 ações de formação, por profissional.  
  
Garantir a participação de pelo menos 6 dos profissionais, por ação de formação.
- Implementar, pelo menos 1 grupo de formação.  
  
Garantir a participação de pelo menos 10 dos profissionais.  
  
Realizar 6 sessões de supervisão.

## INDICADORES EXECUÇÃO

- Número de procedimentos alterados.
- Número de procedimentos aplicados.  
Número de procedimentos avaliados.  
Número de reuniões de avaliação realizadas.  
Número de questionários aplicados.
- Número de formações realizadas.  
Número de profissionais.
- Número de formações realizadas.  
Número de profissionais.
- Implementação do programa formação.  
Número de profissionais.  
Número de sessões de supervisão.

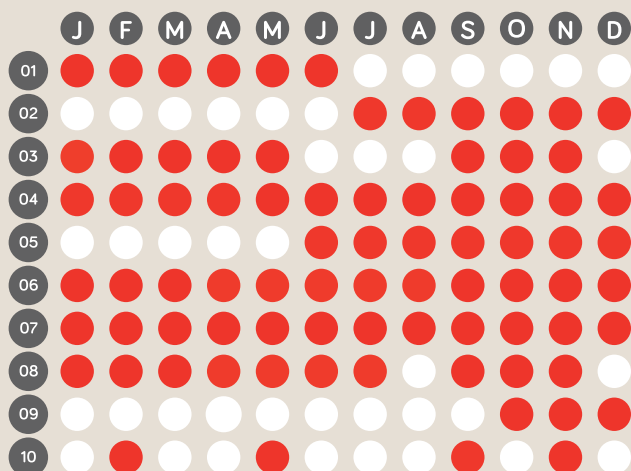
## RECURSOS MATERIAIS

- Computador;
- Material de escritório;
- Material de apoio;
- Papel e Impressora;
- Questionário de feedback e satisfação.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora técnica;
- Equipa técnica;
- Equipa Educativa;
- Escriturária;
- Trabalhadores Auxiliares;
- Profissionais da área social e de infância e juventude.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

- 06** Grupos de Reflexão entre os elementos da equipa educativa, técnica e diretora técnica:
- Análise e discussão das situações individuais das utentes e seus filhos.
  - Definição de estratégias de intervenção educativas e de procedimentos adequadas a cada situação.
  - Análise e discussão do funcionamento geral da valência de Acolhimento e do grupo de utentes acolhidas.
  - Definição de procedimentos e estratégias de intervenção adequadas ao grupo.

## METAS

- Realizar pelo menos 1 vez por mês o grupo de reflexão.
- Garantir a participação de pelo menos 6 dos profissionais, por grupo de reflexão.

## INDICADORES EXECUÇÃO

- Número de grupos de reflexão.
- Número de profissionais.

- 07** Reuniões de trabalho entre os vários profissionais do Centro da Mãe.

- Realizar pelo menos 30 reuniões.
- Garantir pelo menos 3 profissionais nas reuniões da equipa técnica;
- Garantir pelo menos 6 profissionais nas reuniões da equipa educativa;
- Garantir pelo menos 5 profissionais nas reuniões da valência de atendimento.

- Número de utentes.
- Número de sessões de supervisão realizadas.

- 08** Supervisão externa (equipa educativa e equipa técnica).

- Realizar pelo menos 18 reuniões de supervisão.

- Número de reuniões de supervisão.

- 09** Avaliação do desempenho dos profissionais do Centro da Mãe.

- Realizar a avaliação de desempenho aos 13 profissionais.

- Número de avaliações.

- 10** Momentos de partilha e de reflexão entre os vários profissionais que trabalham na área social e na área da infância e juventude sobre:

- Diferentes papéis profissionais e articulação entre serviços;
- Programas de intervenção implementados baseados em evidência científica e partilha de resultados obtidos;
- Dificuldades e facilidades sentidas na avaliação e intervenção;
- Definição de estratégias de intervenção e de procedimentos de articulação.

- Realizar 4 momentos de partilha e de reflexão entre profissionais.
- Garantir a participação de pelo menos 10 profissionais.

- Número de momentos.
- Número de profissionais.

**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Famílias, mães e grávidas apoiadas pelo Centro da Mãe

## OBJETIVOS

- Atender, diagnosticar e acompanhar a situação psicossocial e económica das famílias, mães e grávidas apoiadas, facultando soluções que visem mitigar as situações de risco e promovam a sua autonomia;
- No acompanhamento individual proporcionar às utentes um espaço de reflexão sobre as suas dificuldades, potencialidades e necessidades, assim como elaborar conjuntamente, o seu projeto de intervenção individual;
- Integrar as utentes em atividades ocupacionais e formativas que promovam a aprendizagem em diferentes áreas, fomentado a sua autonomia, confiança, responsabilidade pessoal, integração social, hábitos de trabalho e otimização dos tempos livres;
- Promover uma maior articulação e envolvimento com as entidades associadas ao processo de promoção e proteção;
- Proporcionar às famílias e mães formações e workshops com temáticas relevantes para um exercício positivo da parentalidade;
- Proporcionar às utentes formação no âmbito da procura ativa de emprego, promovendo a inserção no mercado de trabalho.

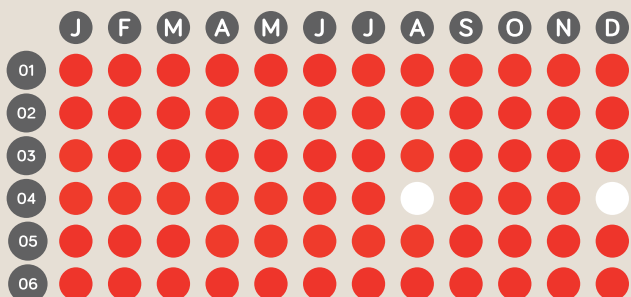
## RECURSOS MATERIAIS

- Materiais de apoio;
- Material de escritório;
- Computador;
- Impressora;
- Produtos.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora Técnica;
- Utesentes;
- Equipa técnica;
- Escrituária;
- Auxiliar de Serviços gerais;
- Pólos de emprego.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

- 01 **Atendimentos e acompanhamentos sociais.**  
- Projetos de Intervenção Individual (PII)
- 02 **Acompanhamento e intervenção psicológica.**
- 03 **Apoios sociais**  
(Leite, fraldas, toalhas, papas, iogurtes de bebé e cabaz de alimentos).
- 04 **Realização de ações de formação com diversas temáticas relevantes para as famílias:**  
- Pelos direitos de todos.  
- Aprender a salvar vidas.  
- Finanças pessoais em tempos de crise.  
- O outro lado da maternidade.  
- Educação Alimentar e nutricional.  
- Manual de instruções dos bebés.  
- Planeamento familiar/ Saúde da mulher.  
- Birras. E agora?

## METAS

- Realizar pelo menos 750 atendimentos/ acompanhamentos sociais.
- Implementar os PII a pelo menos 150 utentes e famílias.
- Realizar de pelo menos 30 acompanhamentos.
- Atribuir pelo menos 900 apoios sociais.
- Realizar pelo menos 6 das ações de formação.
- Garantir a participação de pelo menos 8 utentes, por ação de formação.

## INDICADORES EXECUÇÃO

- Número de atendimentos e acompanhamentos sociais.
- Número de acompanhamentos e intervenções psicológicas.
- Número de apoios sociais.
- Número de ações de formação.  
Número de utentes.

- 05 **Implementação de um programa de intervenção no âmbito da procura ativa de emprego e da inserção profissional adaptado a cada utente em articulação com os polos de emprego.**  
  
Construção de um projeto individual formativo e profissional para cada utente.

- Implementar o programa de intervenção a pelos menos a 15 utentes.
- Construir pelo menos 10 projetos individuais.

- Número de utentes.  
Número de projetos.

- 06 **Participação das utentes em ações de voluntariado no Centro da Mãe ou em outras organizações.**

- Realizar pelo menos 6 ações de voluntariado.
- Garantir a participação de pelo menos 8 utentes, por ação.

- Número de ações.  
Número de utentes.



**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Famílias, mães e grávidas apoiadas pelo Centro da Mãe

## OBJETIVOS

- Avaliar a capacidade e a competência parental, bem como o potencial de mudança das mães e famílias apoiadas pelo Centro da Mãe;
- Identificar situações de potencial risco para as crianças e definir uma intervenção direcionada para a prevenção em meio natural de vida;
- Implementar programas de intervenção parental às mães e famílias apoiadas pelo Centro da Mãe;
- Implementar o programa de intervenção em treino prenatal às famílias e mães apoiadas pelo Centro da Mãe;
- Implementar o programa de parentalidade “*Lighthouse*” às mães e famílias apoiadas pelo Centro da Mãe, tendo por base a terapia da mentalização em grupo;
- Implementar programas de intervenção para trabalhar as histórias de vida e narrativas das mães apoiadas pelo Centro da Mãe marcadas por episódios de vida traumáticos e adversos;
- Capacitar as famílias e as mães com ferramentas de coaching psicológico, regulação emocional e resiliência, promovendo o seu desenvolvimento pessoal e o seu bem-estar emocional e psicológico;
- Promover a articulação e cooperação entre as várias entidades que trabalham na área da infância e juventude possibilitando a participação de mães e famílias nas diferentes atividades do projeto.
- Promover o maior envolvimento dos pais, famílias e/ou figuras de referência nos processos de acompanhamento intervenção das utentes.

## ATIVIDADES

## METAS

## INDICADORES EXECUÇÃO

01	Avaliação da capacidade e competência parental - Protocolo de Avaliação. - Projetos de Intervenção Individual (PII)	Implementar o protocolo de avaliação a 25 famílias da valência de atendimento.  Implementar o protocolo a todas as utentes a integrar a valência de acolhimento residencial.	Número de famílias e utentes. Número de utentes acolhidas.
02	Implementação e avaliação de um plano de intervenção direcionado para as famílias e utentes.	Implementar e avaliar o plano de intervenção a 25 famílias da valência de atendimento e a todas as utentes da valência de acolhimento.	Número de famílias e utentes.
03	Implementação de Programas de Intervenção Parental: - Programa de Intervenção em Treino Parental. - Avaliação do Programa de Intervenção em Treino Parental (inicial, intermédia, final e de follow-up). - Aplicação do Programa de Mentalização <i>Lighthouse</i> - O Farol.	Aplicar e avaliar o programa de treino parental a um grupo de 12 utentes.  Aplicar e avaliar o programa de mentalização a um grupo de 12 utentes.	Número de utentes. Número de avaliações realizadas.
04	Implementação do Programa de Intervenção Terapêutica em Histórias e Narrativas de Vida. Realização de sessões de supervisão.	Aplicar o programa a 4 utentes. Realizar 10 sessões de supervisão.	Número de utentes. Número de sessões de supervisão realizadas.
05	Implementação e avaliação do Programa de Desenvolvimento de Ferramentas de Coaching Psicológico, Regulação Emocional e Resiliência.	Aplicar e avaliar o programa de intervenção a um grupo de 12 utentes.	Número de utentes. Número de avaliações realizadas.
06	Promoção de uma maior articulação e envolvimento com as entidades associadas ao processo de promoção e proteção das utentes e dos seus filhos.	Reunir pelo menos, 1 vez por mês, com os técnicos envolvidos nos processos.  Concretizar pelo menos 75% dos PII das utentes com processos de promoção e proteção.	Número de reuniões realizadas com os técnicos. Percentagem de projetos de intervenção concretizados. Número de utentes com processos de promoção e proteção.

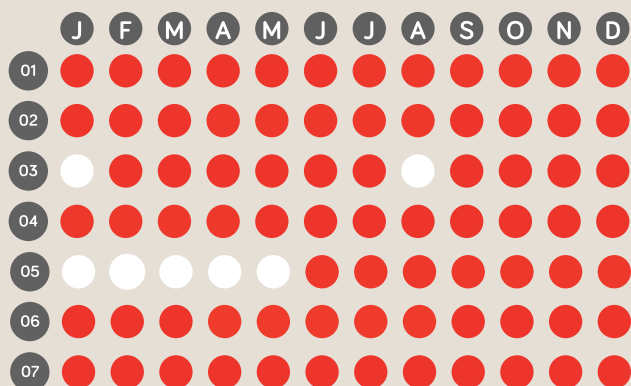
## RECURSOS MATERIAIS

- Computador;
- Sala de formação ou sala de reuniões da valência de atendimento;
- Manuais e referenciais teóricos sobre a temática;
- Material de apoio;
- Papel e Impressora;
- Material de escritório;
- Entrevistas, grelhas de observação, testes e questionários de avaliação psicológica e parental.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora técnica;
- Equipa técnica;
- Supervisora técnica;
- Entidades envolvidas em matéria de Infância e Juventude.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

- 07 Promoção de um maior envolvimento dos pais, das famílias e/ou figuras de referência das utentes ao longo do acompanhamento intervenção das mesmas.

## METAS

Realizar pelo menos 1 vez por mês, reuniões com os pais, famílias e/ou figuras de referência das utentes.

Garantir a presença pelo menos 1 elemento de referência, por utente, nas atividades conjuntas realizadas.

## INDICADORES EXECUÇÃO

Número de reuniões.

Número de elementos de referência participantes nas atividades realizadas, por utente.

Número de atividades conjuntas realizadas.



**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Famílias, mães e grávidas apoiadas pelo Centro da Mãe

## OBJETIVOS

- Proporcionar às utentes e aos seus filhos momentos de brincadeira e de diversão que promovam o desenvolvimento de relações materno-filiais positivas;
- Proporcionar a todas utentes a participação em atividades lúdico-pedagógicas, que lhes proporcionem oportunidades para a ação e reflexão de experiências de forma ponderada e integrada, construindo momentos de aprendizagem que foquem a pertença a valorização pessoal, empoderamento e participação na sociedade;
- Incentivar as utentes a criar espaços e momentos dedicados a si e aos seus interesses individuais;
- Proporcionar às utentes e respetivos filhos a celebração de dias comemorativos nas valências de acolhimento e atendimento; Proporcionar a todas as utentes acolhidas na valência de acolhimento, momentos de reuniões de grupo visando criar espaços privilegiados de discussão de aspetos relacionados com a dinâmica e o funcionamento da residência, aspetos positivos e negativos sentidos pelas utentes na gestão do seu dia a dia e da sua integração ocupacional e profissional;
- Garantir a todas as utentes e filhos acolhidos a comemoração dos aniversários de forma a valorizar a pertença no grupo;
- Proporcionar momentos únicos de forma que cada utente se sinta especial.

## ATIVIDADES

- 01** “A Brincar somos felizes”
- Proporcionar às utentes e aos seus filhos momentos de qualidade e de brincadeira.
  - Definir em conjunto com as mães brincadeiras adequadas a cada faixa etária.
  - Promover o envolvimento das mães e dos elementos da equipa educativa nos momentos de brincadeiras da valência de acolhimento.
- 02** O meu momento!
- Incentivar e proporcionar às utentes momentos e espaços para que possam realizar atividades do seu interesse sem a presença dos filhos.
- 03** Refletir para Agir:
- Reuniões quinzenais de grupo e/ou individuais entre as utentes acolhidas e a equipa educativa e técnica da valência de acolhimento.
- 04** Celebração de Dias Comemorativos:
- Ano Novo; Carnaval; Páscoa; Dia do Pai; Dia da Mãe; Dia Internacional da Família; Dia Mundial da Criança; Natal; entre outros.
- 05** Realização de atividades exteriores com as utentes acolhidas e respetivos filhos:
- Passeios, piqueniques e idas ao parque;
  - Idas à praia;
  - Ida ao Porto Santo;
  - Convívios entre as utentes e as equipas;
  - Idas ao cinema, teatro e concertos.

## METAS

Realizar pelo menos 25 dos momentos de brincadeira com as utentes e filhos.

Definir de pelo menos 8 atividades lúdicas, por utente.

Garantir a participação de pelo menos 4 utentes e 4 elementos da equipa educativa nos momentos de brincadeira na valência de acolhimento.

Garantir a realização de pelo menos 25 atividades e/ou momentos individuais para as utentes sem a presença dos filhos.

Realizar pelo menos 20 reuniões de grupo e/ou individuais.

Realizar pelo menos 8 celebrações de dias comemorativos.

Garantir a participação de pelo menos 8 utentes e respetivos filhos, por celebração.

Realizar pelo menos 25 atividades no exterior com as utentes e os filhos.

Garantir a participação de pelos menos 2 utentes e respetivos filhos nas atividades.

## INDICADORES EXECUÇÃO

Número de momentos de brincadeira.

Número de atividades lúdicas.

Número de utentes e de elementos da equipa educativa.

Número de atividades e/ou momentos individuais.

Número de reuniões.

Número de celebrações.

Número de utentes e respetivos filhos.

Número de atividades no exterior.

Número de utentes e respetivos filhos.



## RECURSOS MATERIAIS

- Materiais de apoio;
- Papel e Impressora;
- Alimentos;
- Jogos didáticos;
- Artigos decorativos;
- Carrinha/ Transportes públicos;
- Bilhetes;
- Sala dos gatos;
- Espaços exteriores à valência de acolhimento;
- Outros artigos necessários;
- Instalações da valência de acolhimento;
- Artigos de decoração de festas de aniversário;
- Bolo de aniversário;
- Lanche;
- Prendas de Aniversário.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora Técnica;
- Equipa técnica;
- Equipa de Ajudantes da Ação Direta;
- Entidades parceiras.

## CALENDARIZAÇÃO

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
01	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
02	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
03	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
04	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
05	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
06	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
07	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

## ATIVIDADES

- 06** Celebração dos aniversários das mães e filhos da valência de acolhimento.
- 07** Festa de despedida da saída das utentes e filhos da valência de acolhimento.  
(realização de um lanche convívio entre todos as utentes e filhos residentes e elementos das equipas técnicas e educativas).

## METAS

Celebrar o aniversário de todas as utentes e filhos acolhidos ao longo do ano.

Realizar pelo menos 4 festas de despedida do número total de utentes e filhos acolhidos ao longo do ano.

## INDICADORES EXECUÇÃO

Número de utentes e filhos acolhidos.  
Número de aniversários celebrados.

Número de utentes e filhos acolhidos.  
Número de aniversários celebrados.

**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Comunidade em geral e alunos das escolas da RAM

## OBJETIVOS

- Desenvolver e aplicar um programa formativo de prevenção da gravidez precoce, sensibilizando os jovens para a vivência saudável da sua adolescência;
- Celebrar o Dia Mundial para a Prevenção da Gravidez na Adolescência, dia 26 de setembro;
- Divulgar o programa de prevenção da gravidez precoce pelas escolas da região.

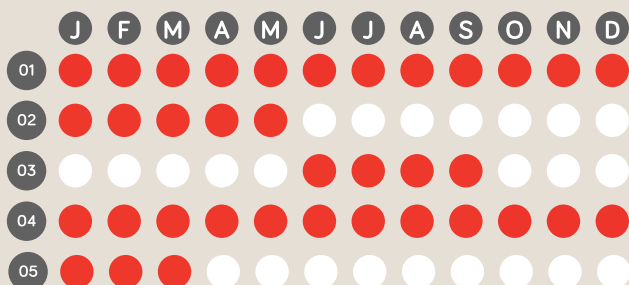
## RECURSOS MATERIAIS

- Computador;
- Papel e impressora;
- Videoprojetor;
- Material de escritório;
- Materiais de apoio (pulseiras, roll-ups, panfletos, marcadores de livros);
- Carrinha.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora técnica;
- Direção Centro da Mãe;
- Equipa técnica;
- Escriturária.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

- 01 Implementação de ações de sensibilização nas escolas da RAM e/ou outras entidades que o solicitem.
- 02 Criação de materiais de apoio para as ações de sensibilização (pulseiras, flyers, cata-ventos, quantos queres, entre outros).
- 03 Celebração do Dia Mundial da Prevenção da Gravidez na Adolescência
- 04 Participação em seminários na Universidade da Madeira e/ou outras entidades.
- 05 Divulgação das ações de sensibilização de prevenção da gravidez na adolescência nas escolas do 2º e 3º ciclo e ensino secundário da RAM.

## METAS

- Realizar pelo menos 20 ações de sensibilização nas escolas e/ou outras entidades.
- Criar pelo menos 4 materiais de apoio para as ações de sensibilização.
- Celebração no dia 26 de setembro de 2023.
- Realizar pelo menos 6 seminários na Universidade da Madeira e/ou outras entidades.
- Realizar a divulgação das ações de sensibilização em 100% das escolas da RAM.

## INDICADORES EXECUÇÃO

- Número de ações.
- Número de materiais construídos.
- Celebração realizada.
- Número de seminários.
- Percentagem de divulgações realizadas.

**DURAÇÃO:** 12 meses    **INÍCIO:** 01-01-2023    **TÉRMINO:** 31-12-2023    **DESTINATÁRIOS:** Famílias, mães e grávidas apoiadas pelo Centro da Mãe

### OBJETIVOS

- Apoiar grávidas e mães com bebés e crianças, com carências sociais identificadas, com o objetivo de mitigar necessidades de bens essenciais, para as fases de gestação, nascimento e crescimento, através da oferta de produtos para bebé e criança, doados em espécie por entidades públicas ou particulares.

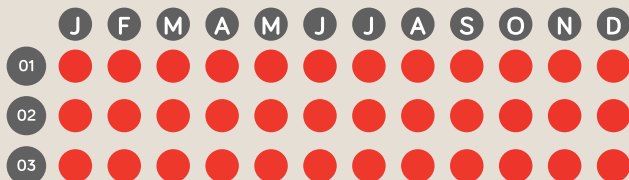
### RECURSOS MATERIAIS

- Espaços para triagem;
- Máquina de lavar;
- Produtos de limpeza;
- Balança;
- Artigos doados;
- Computador;
- Material de escritório.

### RECURSOS HUMANOS

- Diretora Técnica;
- Trabalhadores Auxiliares;
- Escriturária;
- Equipa técnica;
- Voluntários.

### CALENDARIZAÇÃO



### ATIVIDADES

- 01 Receção e triagem de donativos entregues à Instituição.
- 02 Organização e arrumação da loja.
- 03 Apoios Sociais (Roupa dos 0 aos 6 anos, brinquedos e artigos de puericultura).

### METAS

- Receber e triar cerca de 600 kg de donativos.
- Manter a loja arrumada e organizada.
- Atribuir 350 apoios sociais.

### INDICADORES EXECUÇÃO

- Quantidade recebida em peso.
- Loja arrumada e organizada.
- Número de apoios sociais entregues.



**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Comunidade em geral

## OBJETIVOS

- Informar, sensibilizar e divulgar a comunidade em geral para o trabalho desenvolvido pelo Centro da Mãe;
- Divulgar e informar junto das entidades parceiras os serviços prestados e o trabalho desenvolvido pelo Centro da Mãe, através da participação nas reuniões e/ou sessões promovidas pelas próprias;
- Valorizar a informação digital mantendo atualizado o site e as redes sociais da Instituição;
- Informar a comunidade em geral acerca de assuntos relacionados com a parentalidade através de publicações nas redes sociais;
- Realização de um seminário de divulgação da intervenção realizada no Centro da Mãe.

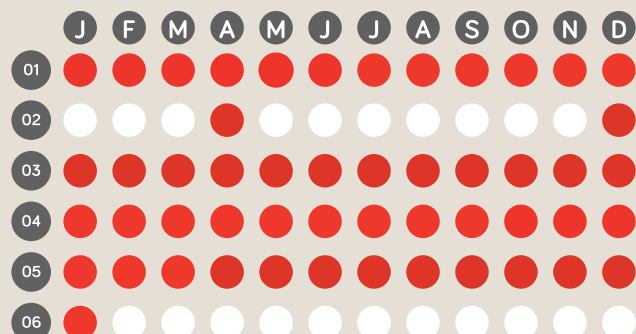
## RECURSOS MATERIAIS

- Computador;
- Sistema informático;
- Papel e impressora;
- Projetor;
- Material de apoio.

## RECURSOS HUMANOS

- Diretora Técnica;
- Escriturária;
- Equipa técnica;
- Direção do Centro da Mãe.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

**01** Manutenção das páginas do Facebook e Instagram do Centro da Mãe.

**02** Manutenção da página Web, nomeadamente através da atualização contínua dos conteúdos.

**03** Divulgação de eventos em órgãos de comunicação social regional.

**04** Divulgação dos serviços prestados pelo Centro da Mãe nas reuniões promovidas pelas entidades parceiras.

**05** Publicações informativas nas redes sociais acerca de assuntos relacionados com a Parentalidade.

**06** Realização de um seminário de divulgação da avaliação e intervenção parental realizada pelo Centro da Mãe.

## METAS

Realizar pelo menos 2 publicações por mês.

Atualizar os conteúdos pelo menos 2 vezes por ano.

Divulgar a realização de todos os eventos.

Divulgar os serviços do Centro da Mãe em pelo menos 18 reuniões promovidas pelas entidades parceiras.

Elaborar 12 publicações ao longo do ano.

Realizar o seminário no mês de janeiro de 2023.

## INDICADORES EXECUÇÃO

Número de publicações.

Número de atualizações.

Número de eventos divulgados.

Número de participações nas reuniões.

Número de publicações.

Seminário realizado.



**DURAÇÃO:** 12 meses

**INÍCIO:** 01-01-2023

**TÉRMINO:** 31-12-2023

**DESTINATÁRIOS:** Cidadãos e Organizações Públicas e Privadas.

## OBJETIVOS

- Angariar fundos e associados para a Instituição.

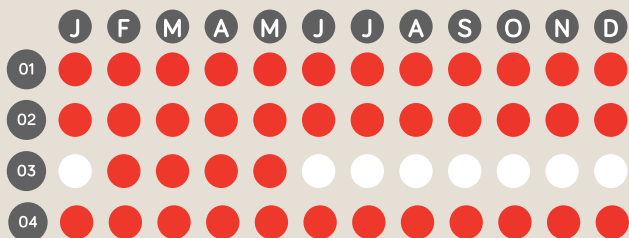
## RECURSOS MATERIAIS

- Computador;
- Material de escritório;
- Papel e Impressora;
- Casa do Til;
- Honorários;
- Publicidade;
- Material de apoio;
- Projetor.

## RECURSOS HUMANOS

- Direção do Centro da Mãe;
- Diretora técnica;
- Escriturária;
- Equipa técnica.

## CALENDARIZAÇÃO



## ATIVIDADES

- 01** Campanha de captação de novos sócios e fidelização dos existentes.
- 02** Arrendamento Casa do Til.
- 03** Campanha para a consignação de 0.5% do IRS.
- 04** Candidatura a programas de financiamento para o desenvolvimento de projetos.

## METAS

- Captação de pelo menos mais 10% de sócios.  
Fidelização de pelo menos 90% dos sócios existentes.
- Manter o arrendamento da casa do Til ao longo de todo o ano.
- Realizar a campanha durante os 4 meses do prazo de entrega do IRS.
- Realizar pelo menos 2 candidaturas a programas de financiamento.

## INDICADORES EXECUÇÃO

- Percentagem de novos sócios captados.  
Percentagem de sócios que continuam fidelizados.
- Valor angariado.
- Campanha realizada.  
Valor recebido.
- Nº de candidaturas realizadas.

## MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO

O Plano Anual de Atividades é monitorizado trimestralmente através dos indicadores de execução definidos nos projetos e os respetivos cronogramas. A equipa de avaliação, constituída pelos elementos da Direção e pela Diretora Técnica, avalia o desempenho do plano com base na informação recolhida e decide sobre

a implementação de medidas corretivas nas situações em que se verifiquem desvios aos planos previstos.

É elaborado um relatório anual do desempenho do plano de atividades e conclusões.

## ORÇAMENTO

O orçamento apresentado para o exercício económico de 2022, em termos globais mantém-se próximo dos valores do ano anterior. Assim, o total do orçamento será de 312.910,80 € (trezentos e doze mil, novecentos e dez euros e oitenta cêntimos).

Em termos de receita, considera-se, para efeitos de orçamento, o mesmo subsídio atribuído pelo Instituto da Segurança Social da Madeira, totalizando o montante de 257.155,80 € (duzentos e cinquenta e sete mil, cento e cinquenta e cinco euros e oitenta cêntimos), assim como para os dois Municípios que nos apoiam.

Assim, temos da Câmara Municipal do Funchal 6.855,00 € (seis mil, oitocentos e cinquenta e cinco euros) e da Câmara Municipal de Câmara de Lobos o montante de 2.000,00 € (dois mil euros).

O restante das receitas será proveniente de quotas e donativos recebidos. Neste ano também teremos uma receita mensal de 660,00 € (seiscentos e sessenta euros) fruto do arrendamento da casa do Til.

No que concerne ao valor total das despesas, estas mantêm-se equiparadas ao ano anterior. Apenas alguns ajustes em termos de rubricas.

O pessoal continua a ser o maior custo para a Instituição, sendo o seu valor estimado de 249.461,29 € (duzentos e quarenta e nove mil, quatrocentos e sessenta e um euros e vinte e nove cêntimos), estando nesta verba incluídos os vencimentos e todos os encargos, incluindo segurança social e seguro. Esta rubrica representa cerca de 80% do total da estrutura de custos.

Em termos de custos de funcionamento da Associação, está previsto o montante de 29.949,51 € (vinte e nove mil, novecentos e quarenta e nove euros e cinquenta e um cêntimos).

O restante do valor será canalizado para o apoio às utentes, ficando a distribuição do mesmo em função das necessidades encontradas.

O valor para esta rubrica será na ordem dos 33.500,00 € (trinta e três mil e quinhentos euros).

Em termos de investimentos está em análise a substituição da viatura da instituição.

**ORÇAMENTO PREVISTO 2023**

<b>Valência Atendimento</b>		<b>Residência de Acolhimento</b>		<b>Loja Social</b>		
<b>Despesas</b>	<b>Valor</b>	<b>Despesas</b>	<b>Valor</b>	<b>Despesas</b>	<b>Valor</b>	<b>Total</b>
Fornecimentos e Serviços Externos		Fornecimentos e Serviços Externos		Fornecimentos e Serviços Externos		
Energia		Energia	1 200,00 €	Energia		1 200,00 €
Combustíveis	390,00 €	Combustíveis	584,00 €	Combustíveis	240,00 €	1 214,00 €
Gas	- €	Gas	1 950,00 €	Gas		1 950,00 €
Água	450,00 €	Água	900,00 €	Água	180,00 €	1 530,00 €
Comunicações	1 200,00 €	Comunicações	240,00 €	Comunicações		1 440,00 €
Material Escritório	250,00 €	Material Escritório	50,00 €	Material Escritório		300,00 €
Seguros	500,00 €	Seguros	1 320,00 €	Seguros		1 820,00 €
Serviços Especializados	4 500,00 €	Serviços Especializados	3 500,00 €	Serviços Especializados		8 000,00 €
Honorários	750,00 €	Honorários	500,00 €	Honorários		1 250,00 €
Conservação/Manutenção	1 500,00 €	Conservação/Manutenção	4 000,00 €	Conservação/Manutenção	120,00 €	5 620,00 €
Condomínio	- €	Outros	3 200,00 €	Condomínio		3 200,00 €
Outros	1 075,11 €		1 300,00 €	Outros	50,40 €	2 425,51 €
<b>Subtotal</b>	<b>10 615,11 €</b>	<b>Subtotal</b>	<b>18 744,00 €</b>	<b>Subtotal</b>	<b>590,40 €</b>	<b>29 949,51 €</b>
<b>Despesas Gerais Mães-Filhos</b>						
Alimentação	3 800,00 €	Alimentação	8 200,00 €	Alimentação		12 000,00 €
Leite	2 500,00 €	Leite	1 000,00 €	Leite		3 500,00 €
Fraldas	4 500,00 €	Fraldas	2 500,00 €	Fraldas		7 000,00 €
Vestuario	500,00 €	Vestuario	1 500,00 €	Vestuario		2 000,00 €
Cuidados Medicos	1 000,00 €	Cuidados Medicos	1 500,00 €	Cuidados Medicos		2 500,00 €
Transportes	1 250,00 €	Transportes	1 250,00 €	Transportes		2 500,00 €
Educação	800,00 €	Educação	1 200,00 €	Educação		2 000,00 €
Outros	1 000,00 €	Outros	1 000,00 €	Outros		2 000,00 €
<b>Subtotal</b>	<b>15 350,00 €</b>	<b>Subtotal</b>	<b>18 150,00 €</b>	<b>Subtotal</b>		<b>33 500,00 €</b>
<b>Pessoal</b>						
Remunerações	45 365,60 €	Remunerações	105 986,24 €	Remunerações	14 336,00 €	165 687,84 €
Subsidio Alimentação	2 692,80 €	Subsidio Alimentação	7 194,00 €	Subsidio Alimentação	950,40 €	10 837,20 €
Encargos Sociais	10 420,53 €	Encargos Sociais	27 816,36 €	Encargos Sociais	3 303,38 €	41 540,27 €
Outros	4 200,96 €	Outros	21 588,54 €	Outros	1 266,48 €	27 055,98 €
Seguro	600,00 €	Seguro	1 100,00 €	Seguro	140,00 €	1 840,00 €
Formação	1 500,00 €		1 000,00 €	Formação		2 500,00 €
<b>Subtotal</b>	<b>64 779,89 €</b>	<b>Subtotal</b>	<b>164 685,14 €</b>	<b>Subtotal</b>	<b>19 996,26 €</b>	<b>249 461,29 €</b>
<b>Casa do Til</b>						
<b>Total</b>	<b>90 745,00 €</b>	<b>Total</b>	<b>201 579,14 €</b>	<b>Total</b>	<b>20 586,66 €</b>	<b>312 910,80 €</b>

<b>RECEITAS</b>						
Centro Segurança Social	91 880,52 €		145 883,28 €		19 392,00 €	257 155,80 €
Câmara Municipal Funchal	4 855,00 €		2 000,00 €			6 855,00 €
Câmara Municipal C Lobos	1 500,00 €		500,00 €			2 000,00 €
Outras Empresas/Entidades	1 200,00 €		1 800,00 €			3 000,00 €
Quotas e Donativos	2 000,00 €		3 000,00 €			5 000,00 €
Donativos em especie	19 500,00 €		11 500,00 €			31 000,00 €
Juros	20,00 €		80,00 €			100,00 €
Renda Casa Til						7 800,00 €
						<b>312 910,80 €</b>