

# Relatório e Contas



## apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade

# 2023



# Índice



## 3 O APOIO À VIDA

## 4 MENSAGEM DA DIRECÇÃO

## 5 PRINCIPAIS INDICADORES

### 6 Destaque

### 8 As mulheres que acompanhamos

### 9 Atendimentos

### 10 Mulheres Grávidas em Discernimento (GD)

### 15 Apoio Psicossocial durante e após a gravidez

## 21 RESPOSTAS PARA APOIAR A VIDA

### 22 Centro de Atendimento

### 27 Casa de Santa Isabel

### 34 Inserção Profissional

### 36 Escola de Talentos

### 38 Interação com a Comunidade

### 42 Equipa

### 43 Apoios

## 44 DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS



# O Apoio à Vida

Sempre a favor da mulher e do seu bebé

Que nenhuma mulher, com dúvidas relativamente à sua gravidez, se sinta sozinha ou seja levada a abortar por não ter quem a apoie.

O Apoio à Vida nasceu em 1999 porque se percebeu que havia muitas mulheres a optar pelo aborto sem o quererem fazer, mas por se sentirem pressionadas ou sem apoio.

Temos, assim, a missão de dar resposta às mulheres enfrentam uma gravidez inesperada e se sentem — ou estão, de facto, — sozinhas e ponderam optar pelo aborto.

Já apoiámos mais de 5.000 mulheres, os seus bebés e as suas famílias. Esta experiência permite-nos afirmar que, quase sempre, o desejo mais profundo de uma mulher é acolher a sua gravidez. E constatamos que, contando com os apoios essenciais e tomando consciência das suas forças, uma Mãe ultrapassa todos os obstáculos.

Recebemos pedidos de ajuda não só de mulheres no início da gravidez (com dúvidas em relação a prosseguir com a mesma) mas também das que já estão em fases adiantadas da gestação e passam por dificuldades. Ao longo destes 24 anos de actuação, desenvolvemos as respostas que nos possibilitam apoiar a Vida de cada mulher que nos pede ajuda.

Propomos uma intervenção que tem como objectivo a sua autonomia, segundo um plano de acompanhamento traçado em conjunto pela Mãe e pelas técnicas (assistente social e psicóloga) que a acompanham.

Neste Relatório, fique a saber mais sobre o que fazemos e conheça algumas histórias de mulheres que acompanhámos em 2023.

Sempre que quiser saber mais sobre a nossa associação, não hesite em nos contactar. Teremos todo o gosto em receber a sua visita e mostrar-lhe de perto o nosso trabalho.



# Mensagem da Direcção

## Metas alcançadas e cada vez mais pedidos

2023 foi um ano em que cruzámos muitas metas.

Mudámos de instalações e temos agora dois edifícios. Um deles, cedido pelo Patriarcado de Lisboa, onde juntámos o Centro de Atendimento, a Sede e a Casa de Santa Isabel. Outro, cedido pela Câmara Municipal de Lisboa, destinado à Escola de Talentos. Estamos muito gratos a estas entidades, bem como às empresas e particulares que nos apoiaram com verbas para as obras que foi preciso realizar.

Mas talvez a meta mais relevante deste ano tenha sido o número de pedidos de ajuda por mulheres em dúvida quanto a prosseguir com a sua gravidez: 462. Este enorme aumento (em 2022 tivemos 234 pedidos) que, em grande parte, se deve à parceria com a Profemina, mostra que continua a haver muitas mulheres que sentem necessidade de ser acompanhadas quando têm de decidir quanto à sua gravidez.

É para estas mulheres e para os seus bebés que o Apoio à Vida foi criado e queremos estar sempre “aqui” para ambos.

Estamos igualmente disponíveis para os pedidos de ajuda das mulheres com gravidezes mais adiantadas. Procuramos ajudar a que se libertem de apoios ou subsídios e, principalmente, que se tornem mais fortes desde o seu interior para educarem os seus filhos com mais alegria e confiança.

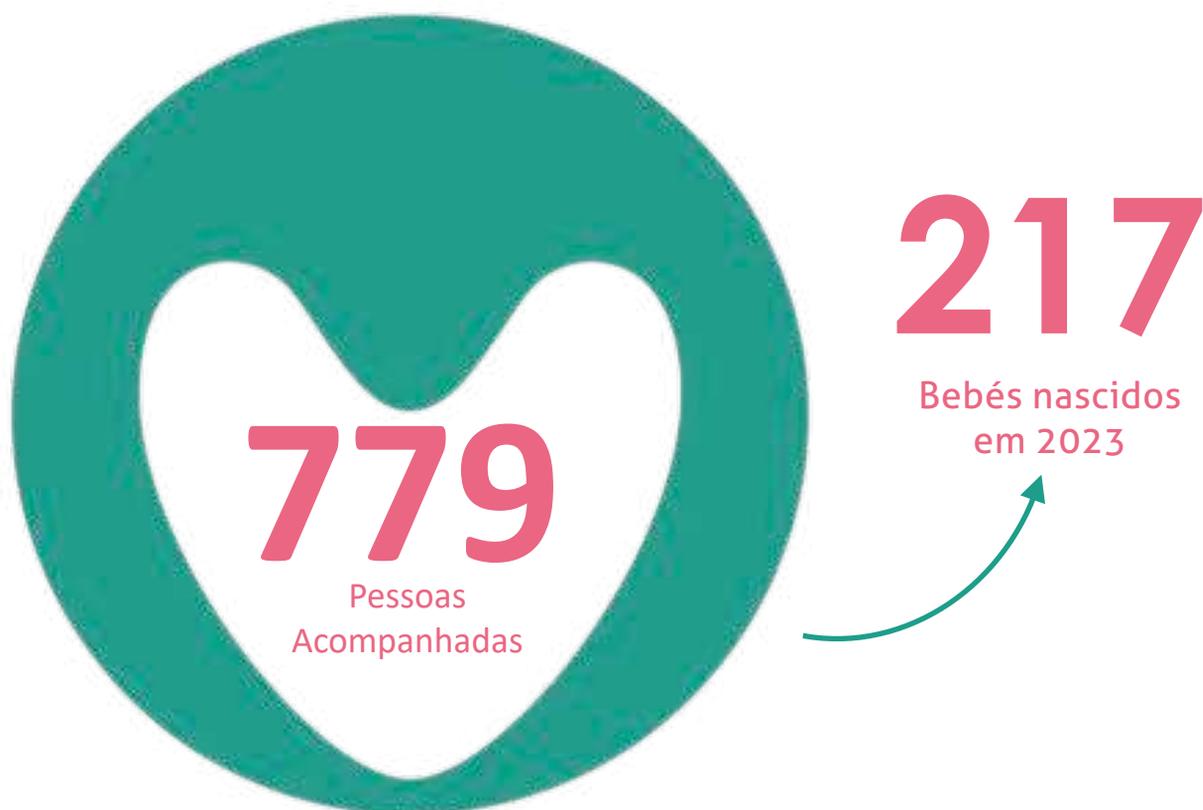
No limiar dos nossos 25 anos, estamos em pleno crescimento. E acreditamos que todas as mulheres grávidas continuarão a ter, no Apoio à Vida, um espaço de acolhimento onde podem reflectir e decidir livremente pelo *Sim* ao seu bebé ou, noutros casos, solidificar as suas famílias.

Muito obrigado por abraçar connosco esta causa e por nos ajudar em cada desafio.

A Direcção



# Principais Indicadores



462 + 134 = 596

Na fase de dúvida

Psicossocial

Novos pedidos



140 Mães do ano anterior + 43 Externas e Familiares (Inserção Profissional/Escola de Talentos)

Todas as mulheres grávidas  
podem contar com o Apoio à Vida



# Destaque

## Dois edifícios, melhores condições

Após inúmeros pedidos a diversas instituições, em 2023 o Apoio à Vida mudou para instalações adequadas às equipas e às necessidades da associação. Esta mudança tornava-se cada vez mais urgente, dado o aumento das equipas e dos pedidos de ajuda.

O Centro de Atendimento fez a sua mudança em Novembro e prevemos que a Casa de Santa Isabel se instale no primeiro trimestre de 2024.

A Escola de Talentos mudará também em 2024, sendo que as obras (bastante profundas) tiveram início em 2023.



O novo edifício do Centro de Atendimento e da Casa de Santa Isabel foi-nos cedido pelo Patriarcado de Lisboa. Conheça a sua história na próxima página.



O novo edifício da Escola de Talentos foi cedido pela Câmara Municipal de Lisboa. Esta valência completa 10 anos de vida em 2024.



# Destaque

## Uma casa cheia de história

No princípio do século XX, a Ameixoeira era conhecida por muitos médicos como o Sanatório de Lisboa, dada a pureza do ar que aqui se respirava. Uma jovem, D. Laura Cardozo Diogo da Silva, veio para aqui curar-se da tuberculose, hospedando-se na casa simples de um lavrador. Em gratidão, o seu marido, 1.º Conde de Monte Real, comprou a casa, fez obras profundas e chamou-lhe Casal de Nossa Senhora da Saúde.

A casa teve, depois, vários donos. Foi propriedade do Barão Henry James de Rothschild, que aqui se refugiou até 1946; do industrial Fausto Figueiredo; do professor neurocirurgião Almeida Lima e de Mário Mosqueira do Amaral, administrador do BES, que saiu do país em março de 1975 deixando-a vazia. No Verão desse ano, foi ocupada e vandalizada.

Os moradores da zona reagiram e apelaram ao Movimento das Forças Armadas (MFA), que tomou posse do edifício, entregando-o a uma comissão. A Câmara Municipal de Lisboa assegurou a verba para realização de obras e foi instalada uma escola primária (a escola da Ameixoeira estava em construção), bem como uma biblioteca e um posto médico.

Entretanto, o proprietário voltou para Portugal, recuperou a posse do Palacete e planeou fazer novas obras que, por preverem alterações estruturais, não foram autorizadas. O edifício ficou então na posse da CML que o vendeu às Irmãs Servidoras de Jesus do Cottolengo do Padre Alegre, uma ordem religiosa espanhola que se dedica ao cuidado de pessoas com deficiência.

\*Fonte: "Ameixoeira, um Núcleo Histórico", de Eugénio do Espírito Santo



Depois de longos anos de um trabalho admirável e de um excelente relacionamento com moradores e instituições locais, as Irmãs partiram para Espanha em 2022, confiando a casa ao Patriarcado de Lisboa, que a cedeu ao Apoio à Vida.

Após a realização de obras de adaptação, que incluíram a instalação de painéis solares para optimização energética, a mudança do Centro de Atendimento ocorreu em Novembro, estando prevista para breve a chegada da Casa de Santa Isabel.



# As mulheres que acompanhamos

## GD (Grávidas em Dúvida)

São as mulheres que consideram abortar. Inclui situações de suspeita de gravidez, quando a mulher afirma que seria terrível ou não saberia o que fazer se a gravidez se confirmasse, pondo a hipótese de fazer um aborto.

Pode ser qualquer mulher em idade fértil, independentemente da sua idade ou condição social.

Por vezes perdemos o contacto sem que nos digam o que decidiram, pois quem dá o primeiro passo é sempre a mulher e não queremos ser mais uma pressão na sua vida. Ao perceber que a GD se está a afastar, a técnica comunica-lhe que se mantém disponível para tudo o que ela precisar, mas não a força a manter o acompanhamento.

## Mães com Acompanhamento Psicossocial

São mulheres que já disseram *Sim* aos seus bebés e, no geral, são mais carenciadas do que a maioria das GD. A duração do período de acompanhamento não é rígida, mas temos por referência que o apoio em bens termine quando o bebé tem cerca de 6 meses.

A relação que se cria entre cada Mãe e as *suas* técnicas tende a permanecer. Muitas Mães fazem-nos visitas, trazem a roupa que já não serve aos seus filhos [“quero que vocês possam continuar a ajudar outras como eu] e algumas fazem-nos donativos regulares. Estão sempre prontas a testemunhar aquilo que o Apoio à Vida significa nas suas vidas e sabem que, uma vez que nos bateram à porta, esta nunca se fechará.

## Mães que vivem na Casa de Santa Isabel

O pedido de acolhimento pode ser feito pelas próprias, através da nossa Equipa Técnica, por outras instituições ou pelos tribunais e outros serviços oficiais. Por referência, podem viver na Casa de Santa Isabel até ao seu bebé ter seis meses mas, caso ainda não se encontrem autónomas, poderão permanecer mais algum tempo.

## Alunas da Escola de Talentos

Podem ser encaminhadas pela nossa Equipa Técnica ou por outras instituições. Após serem entrevistadas pela coordenadora da Escola e, caso demonstrem ter o perfil adequado, são admitidas no curso. Para quase todas as alunas, este é o passo que precede a autonomia.

## Familiares e Externas

São acompanhadas em Inserção profissional ou alunas da Escola de Talentos. As primeiras, como o nome indica, são familiares de Mães acompanhadas e contribuem para a respectiva autonomia. As Externas (damos preferência a Mães) chegam até nós por intermédio de outras instituições ou por antigas alunas da Escola de Talentos (ET) e, geralmente, são admitidas num dos cursos da ET.



# Mulheres grávidas em dúvida (GD)

## Pedidos de ajuda



A parceria com a Profemina continua a contribuir para que cada vez mais mulheres com dúvidas quanto a prosseguir com a sua gravidez nos peçam ajuda. A Equipa Técnica valoriza cada um destes pedidos. Procura esclarecer as dúvidas, mostrar que nenhuma dificuldade tem de ser um impedimento e ajudar cada mulher a decidir, livremente, pelo *Sim* ao seu bebé.

Em 2023, recebemos 462 pedidos de ajuda nesta fase, o que representa um aumento superior a 97%, ou seja, praticamente o dobro. A Equipa Técnica (assistentes sociais e psicólogas) dão resposta a cada pedido e três dos seus elementos são certificados para acompanhar, especificamente, as mulheres que nos contactam através do site Profemina.

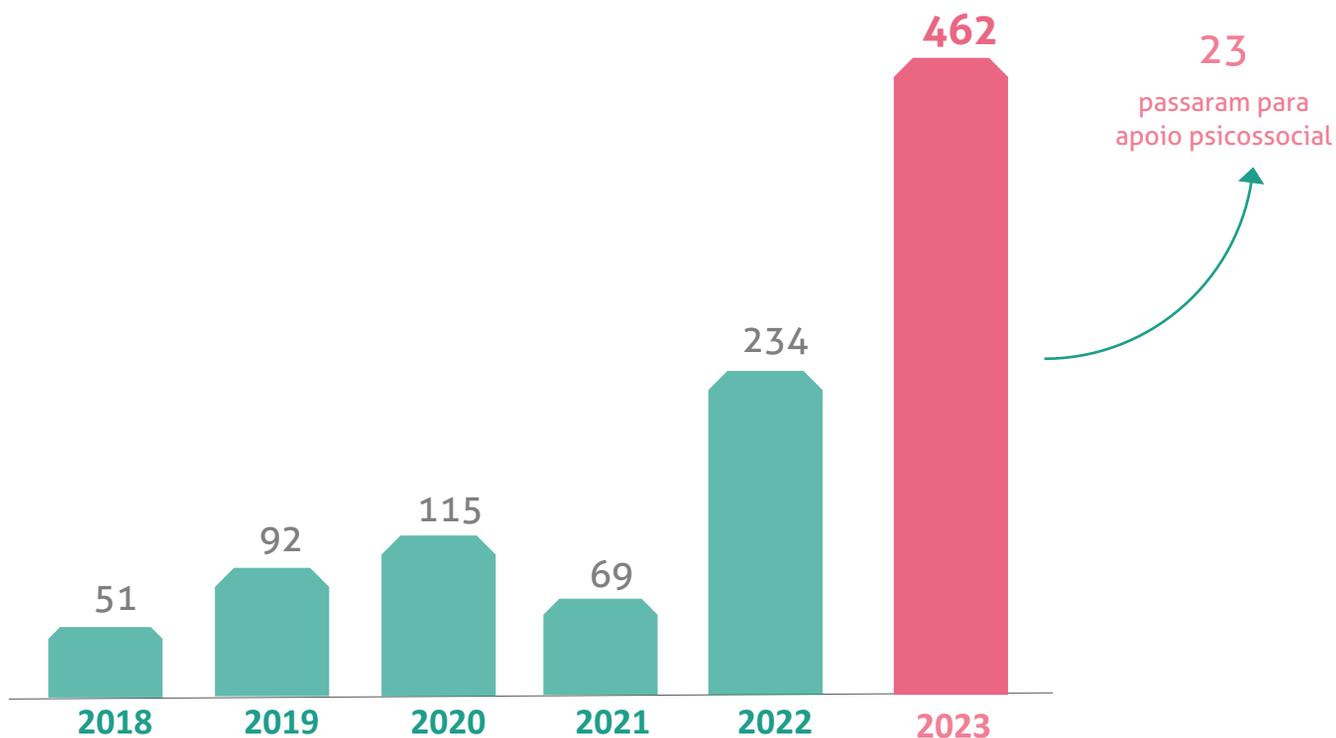
Esta realidade traz consigo o conhecimento de um número de abortos também maior, o que representa um desgaste acrescido para a Equipa que acompanha estes casos. Foi preciso reforçar o que chamamos “cuidado com a equipa”. Assim, a supervisão por uma psicóloga externa, de que a equipa de psicologia já beneficiava, foi alargada a todas as técnicas que acompanham GD, através da realização de reuniões quinzenais de formação e discussão de casos, o que veio a trazer mais qualidade ao acompanhamento.

Criámos, ainda, uma rectaguarda de oração: cada elemento da equipa tem uma freira de clausura a rezar por ela, pelas mulheres que acompanha e pelos seus bebés, e todos os dias há pelo menos um sacerdote católico que celebra Missa com a mesma intenção.

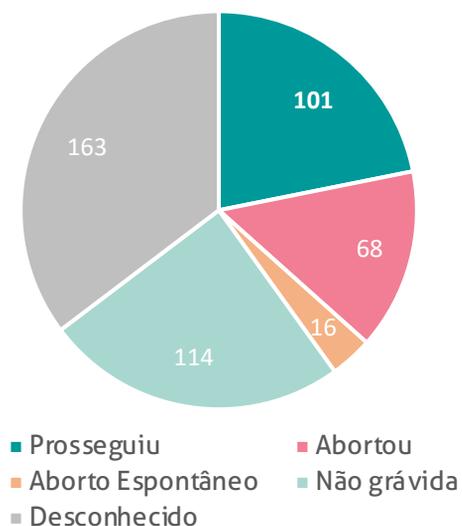


# Mulheres grávidas em dúvida (GD)

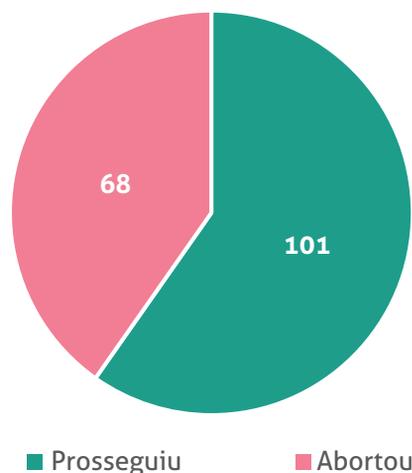
Pedidos de ajuda de mulheres grávidas em dúvida (GD) nos últimos 5 anos



Desfecho dos 462 casos de GD



Decisões conhecidas\*

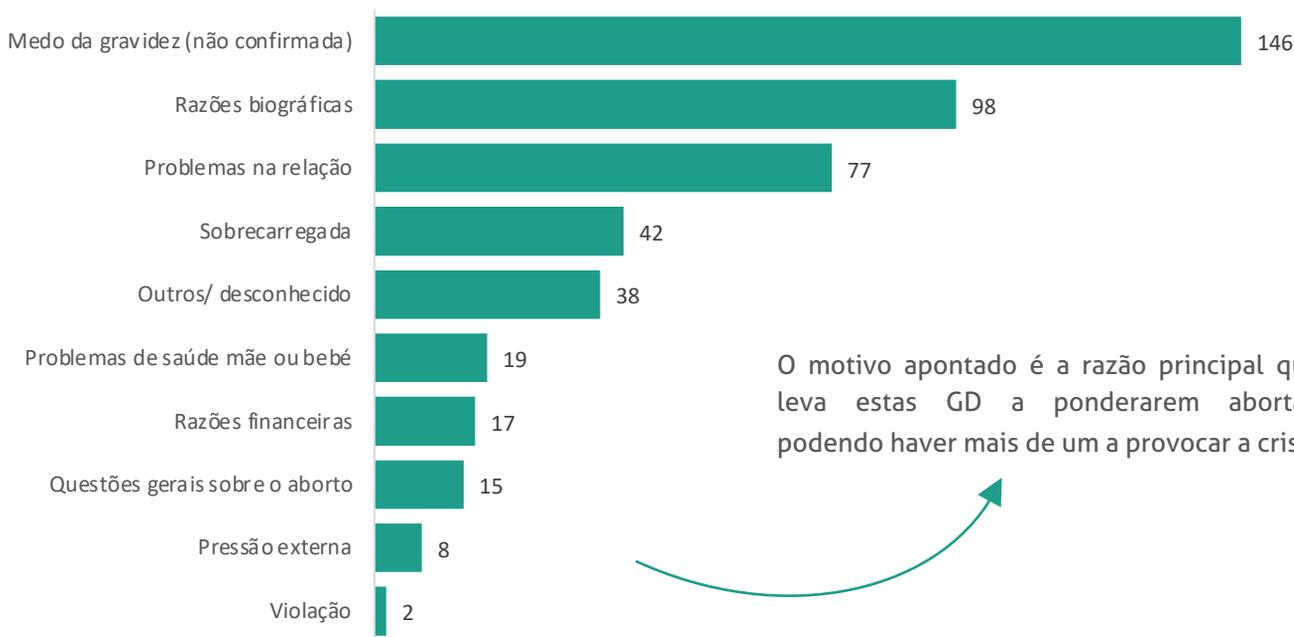


\*O gráfico considera as 169 decisões que nos foram comunicadas, sendo que *Aborto Espontâneo* e *Não Grávida* não são decisões.



# Mulheres grávidas em dúvida (GD)

## Motivo principal da crise



### Medo da gravidez

Casos em que a GD tem suspeitas de gravidez e afirma que seria terrível ou não saberia o que fazer, pondo hipótese de fazer um aborto caso a gravidez se confirme.

### Razões biográficas

Sentir-se demasiado nova/velha; ser estudante; estar em fase da carreira profissional que considera exigir toda a sua energia; mudança recente de trabalho; razões culturais (por ex.: países onde mães solteiras são discriminadas); questões religiosas (vergonha).

### Problemas na relação

Relação instável ou pontual; o pai não quer a criança; infidelidade; relação em crise; casal que se separou e descobriu a gravidez depois; violência doméstica; insatisfação com a relação (*Esta relação, assim, não dá/não quero ter um filho com ele*).

### Sobrecarregada

Responsabilidades profissionais; já tem filhos e mais um parece aumentar essa sobrecarga.

### Outros/ desconhecido

Mulheres que pediram contacto por WhatsApp mas não clarificaram a razão da dúvida. Dizem "preciso de ajuda, quero falar com alguém" mas não se abrem ao diálogo.

### Problemas de saúde da mãe ou do bebé

Malformação suspeita ou confirmada; doença física ou emocional da GD, que pode estar a tomar medicação psiquiátrica e ter medo de deixar de tomar ou de que esta faça mal ao bebé; cesariana recente.

### Razões financeiras

Desemprego; instabilidade laboral; considerar que não tem as condições financeiras que entende serem indispensáveis. Nem sempre são pessoas carenciadas.

### Questões gerais sobre o aborto

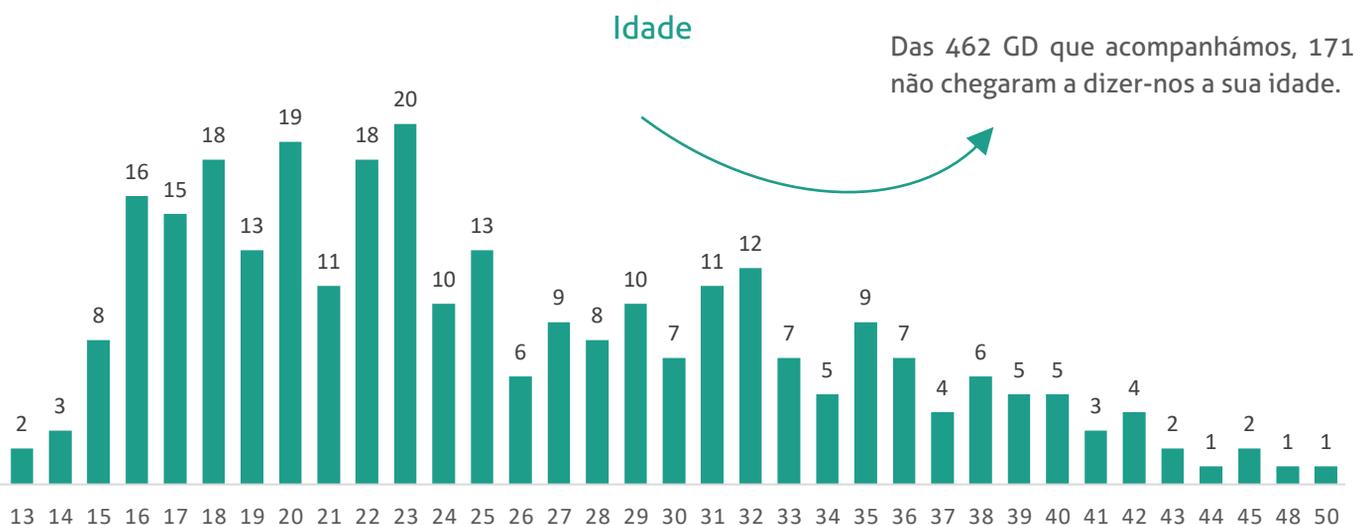
GD que entraram em contacto para saber como e onde podem fazer um aborto e não querem conversar sobre mais nada. Normalmente perdemos o contacto e não sabemos o desfecho.

### Pressão externa

Pressão evidente de terceiros (família/empregador/pai do bebé). A GD não quer abortar mas sofre ameaças e pressão (*Se tiveres este bebé saís de casa/nunca mais me vêes*).



# Mulheres grávidas em dúvida (GD)



## História de Vida

Quando chegou ao Apoio à Vida, a Mónica (nome fictício), mãe de duas crianças, estava desempregada e, tal como o seu companheiro, não planeava ter mais filhos. Embora o seu desejo não fosse abortar, começava a acreditar que talvez fosse o melhor para todos. O marido afirmava que o melhor seria abortar, que seria difícil sustentar mais um filho e que este bebé iria mudar para pior a dinâmica familiar. A Mónica, embora se sentisse perdida e sem saber o que fazer, tinha muito receio das consequências do aborto, sobretudo da culpa que iria sentir.

Estava muito desanimada, pois já tinha tentado convencer o marido de que conseguiriam organizar-se para receber aquele bebé. Não queria abortar, mas receava prejudicar o seu casamento e os dois filhos se prosseguisse com a gravidez.

Durante o acompanhamento, fomos conversando sobre o seu desejo profundo e sobre as consequências do aborto. Planeámos novas conversas com o companheiro, tentando fazê-lo compreender o que, para ela, significava abortar.

Acabou por decidir prosseguir com a gravidez, mesmo contra a vontade do marido. Este esteve algum tempo sem lhe falar, zangado com a decisão, mas acabou por aceitar receber o bebé, que vai nascer em 2024. Sente-se feliz com a decisão.

*“Agradeço-lhe pelo apoio na fase inicial da gravidez, foram momentos difíceis, mas graças a si pude falar abertamente dos meus receios e isso fez-me ter forças para seguir com a gravidez quando todos eram contra. Muito obrigada”*



# Mulheres grávidas em dúvida (GD)

## História de Vida

A Joana (nome fictício) tem 22 anos e sentiu-se muito aflita quando descobriu a gravidez. Fez uma pesquisa na internet e descobriu o site da Profemina, onde fez o “teste do aborto”.

Na sequência deste teste e da resposta automática que recebeu, escreveu-nos apenas “necessito de falar com alguém”, tendo escolhido manter-se em acompanhamento por escrito.

Nos longos e-mails que trocámos, foi possível identificar os seus medos e dúvidas, mas também o seu desejo de tomar uma boa decisão. Chegou à conclusão que medo e amor andam lado a lado e, em conjunto com o seu namorado (conscientes de que as condições não eram as ideais nem as sonhadas), decidiram avançar com a gravidez e dizer *Sim* ao bebé.

Trabalharam, mudaram de casa, informaram-se, aproveitaram diversos apoios e começaram a preparar-se para receberem o novo membro da família.

Alguns meses depois enviou-nos uma fotografia do seu bebé, o que nos deu uma alegria enorme.

## História de Vida

A Filipa (nome fictício) contactou-nos porque procurava informação sobre Interrupção Voluntária da Gravidez. Já tinha uma relação longa com o companheiro mas este não queria, de maneira nenhuma, ter aquele filho.

Ao perceber que a sua gravidez já tinha ultrapassado o tempo legal para abortar em Portugal, sentiu-se aliviada, pois essa decisão, que a deixava muito desconfortável, passou a não ser possível. Mas o seu companheiro sugeriu-lhe ir a Espanha, onde o prazo é mais alargado.

Foi o início de tempos verdadeiramente difíceis, com conversas duras e pressão evidente. Mesmo assim, a Filipa teve a coragem de fazer um caminho muito profundo e foi ao encontro dos seus valores e convicções mais enraizados. Decidiu ser fiel aos seus princípios e proteger a vida do seu filho, deixando ao critério do companheiro ficar ou partir.

Infelizmente, semanas mais tarde, sofreu uma perda gestacional natural (aborto espontâneo), mas continuou feliz por ter protegido o seu filho e por ter a certeza que tinha tomado a decisão certa. Já tem dado o seu testemunho a outras grávidas em dúvida, partilhando a sua jornada interior até à decisão.



# Acompanhamento psicossocial

## Todas as valências ao serviço das Mães



O Apoio à Vida foi criado para que nenhuma mulher se sinta sozinha face a uma gravidez inesperada nem seja levada a fazer um aborto por não ter quem a apoie. No entanto, todas as mulheres grávidas e os seus bebés podem contar com esta associação.

Além das GD, recebemos muitos pedidos de ajuda de mulheres plenamente decididas a terem os seus filhos, muitas vezes em estádios adiantados da gestação. Para estas Mães e para todas as GD que precisam de um apoio adicional ao longo da sua gravidez, criámos as respostas que julgamos mais importantes para acompanhar estas mulheres e as suas famílias:

Linha telefónica 24h | Centro de Atendimento | Casa de Santa Isabel

Dep. Inserção Profissional | Escola de Talentos | Programa Famílias em Casa

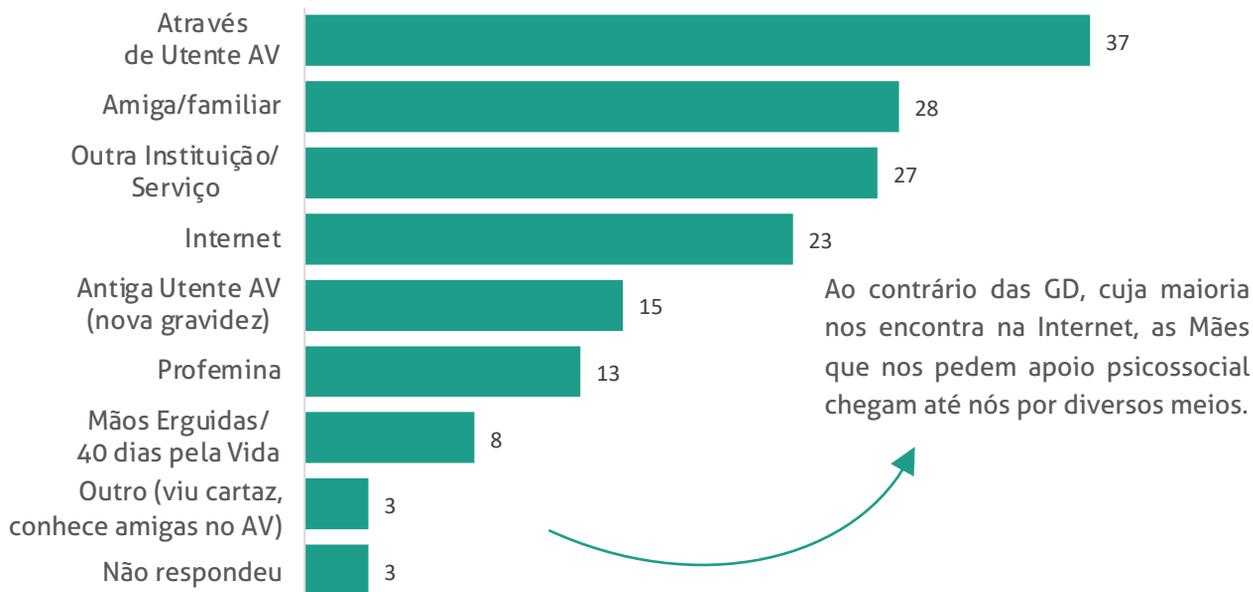
O objectivo da intervenção que propomos é sempre a autonomia, ajudando a libertar as Mães/Famílias da dependência de subsídios e, em muitos casos, combatendo a pobreza e a discriminação, bem como promovendo a sua adaptação à nossa cultura e ao nosso país.



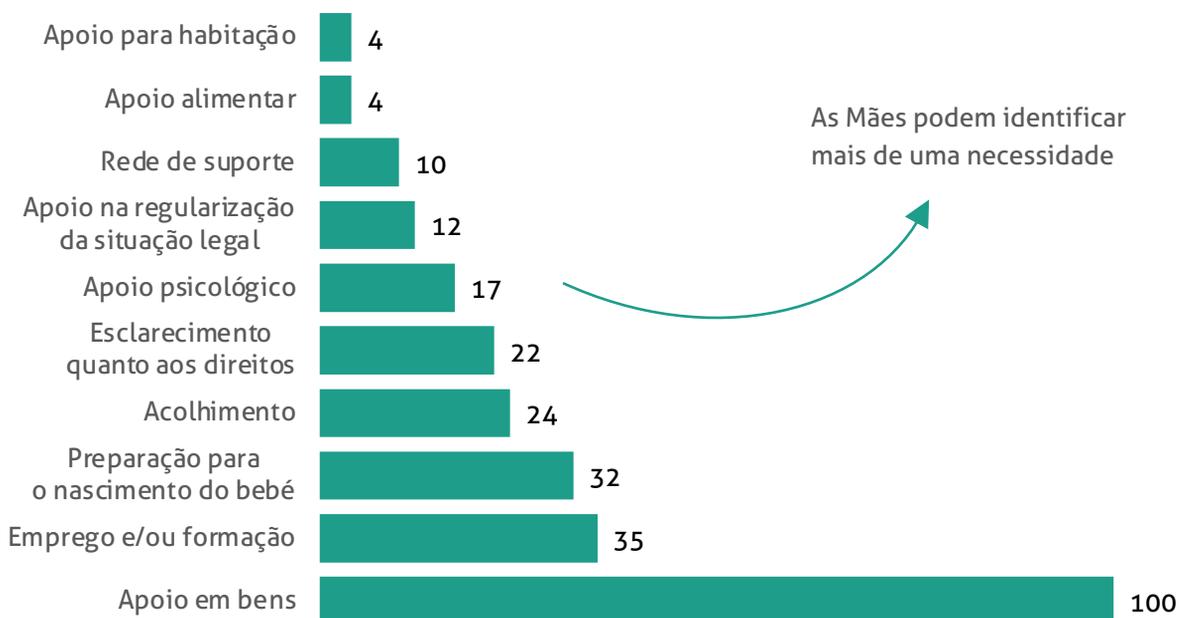
# Acompanhamento psicossocial

## Caracterização das Mães com Apoio Psicossocial

### Como encontrou o Apoio à Vida



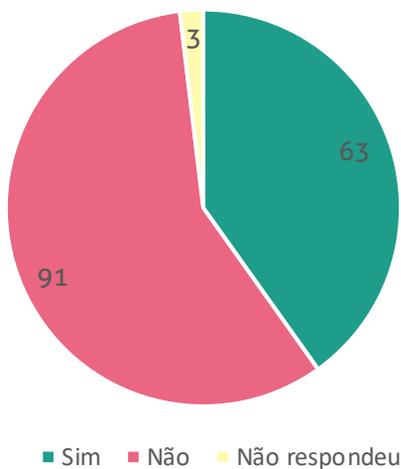
### Pedido inicial (necessidades sentidas pelas Mães no primeiro atendimento)



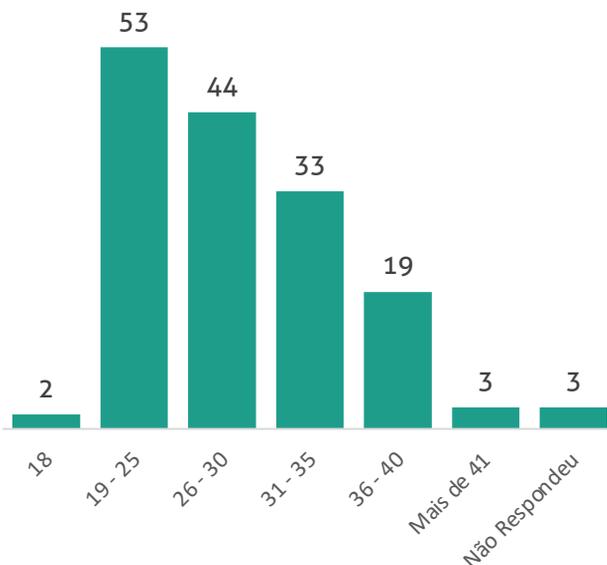
# Acompanhamento psicossocial

## Caracterização das Mães com Apoio Psicossocial

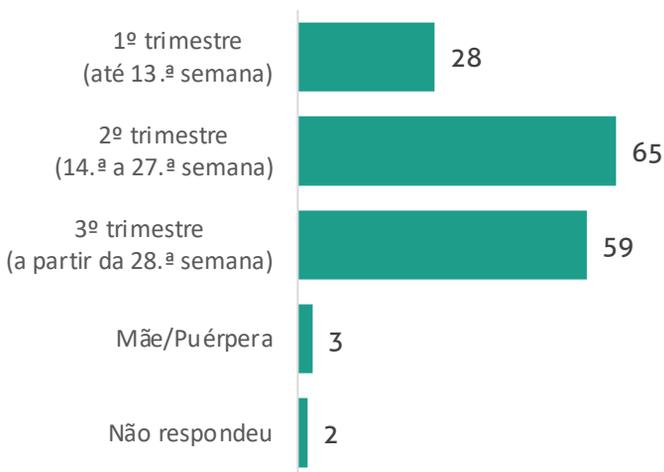
### Vive com o pai do bebé?



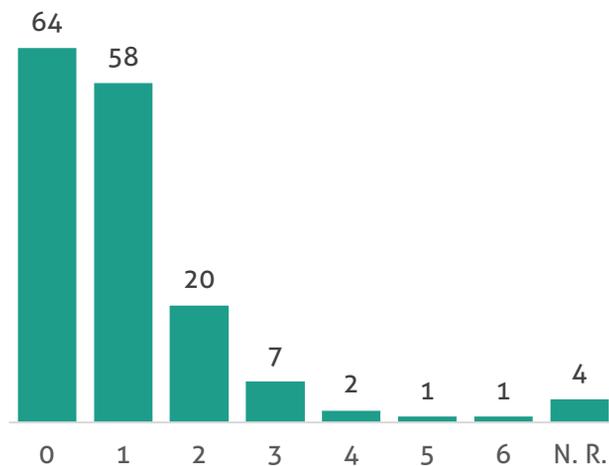
### Idade



### Tempo de gravidez



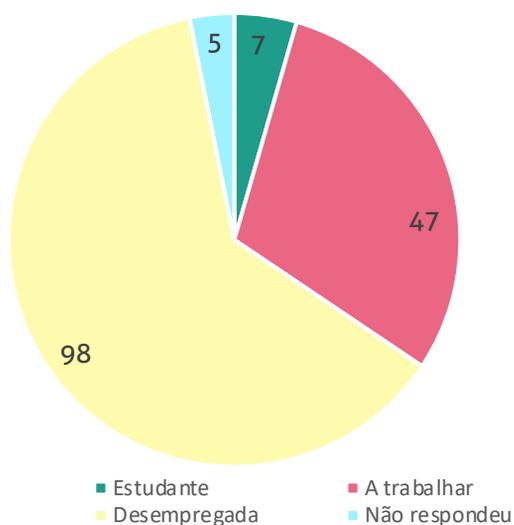
### Número de filhos nascidos



# Acompanhamento psicossocial

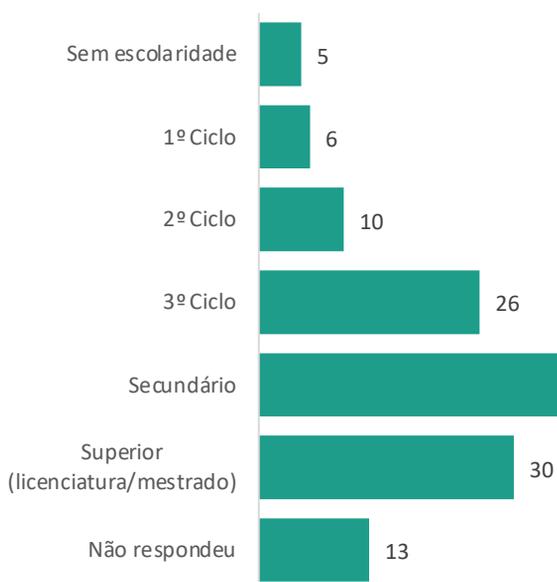
## Caracterização das Mães com Apoio Psicossocial

### Ocupação



A maioria das Mães com emprego trabalha por turnos ou como empregada doméstica.

### Escolaridade



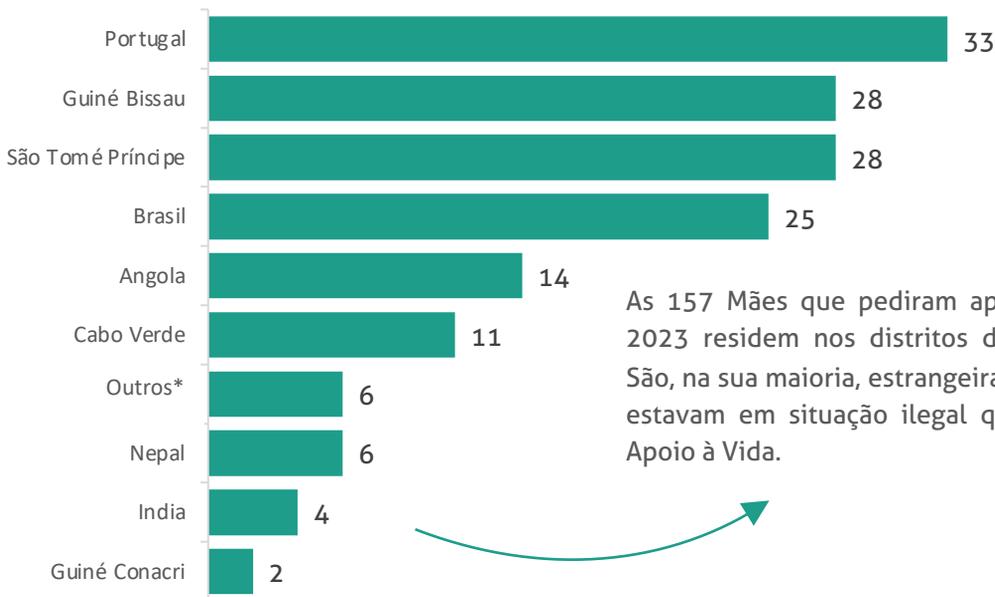
A maioria das Mães que nos pedem apoio psicossocial têm a escolaridade obrigatória em Portugal e algumas completaram o ensino superior.



# Acompanhamento psicossocial

## Caracterização das Mães com Apoio psicossocial

### Nacionalidade



As 157 Mães que pediram apoio psicossocial em 2023 residem nos distritos de Lisboa e Setúbal. São, na sua maioria, estrangeiras (124) e, destas, 40 estavam em situação ilegal quando chegaram ao Apoio à Vida.

\*Bangladesh, Nigéria, Filipinas, França, Colômbia, Moçambique

## História de Vida

A Susana (nome fictício) tem 24 anos e teve o seu primeiro filho, João, em Agosto de 2022. É natural de São Tomé e Príncipe e a terceira de onze irmãos. Veio para Portugal sozinha, há 2 anos, à procura de uma vida melhor.

Chegou ao Apoio à Vida com 29 semanas de gravidez e, desde então, mantém o acompanhamento connosco. Fez parte dos nossos grupos de formação, do programa de competências parentais no domicílio e atualmente frequenta o curso de serviços domésticos e de apoio à família da nossa Escola de Talentos. É uma *Super Mãe*, muito esforçada e preocupada com o bem-estar do João. Faz tudo por ele!

*“O Apoio à Vida é onde me sinto bem e sei que a equipa tem sempre as portas abertas para mim, em qualquer altura. Nunca desistiram de mim e sempre me ajudaram em tudo. Muito obrigada ao Apoio à Vida!”*



# Acompanhamento psicossocial

## Atendimentos Individuais

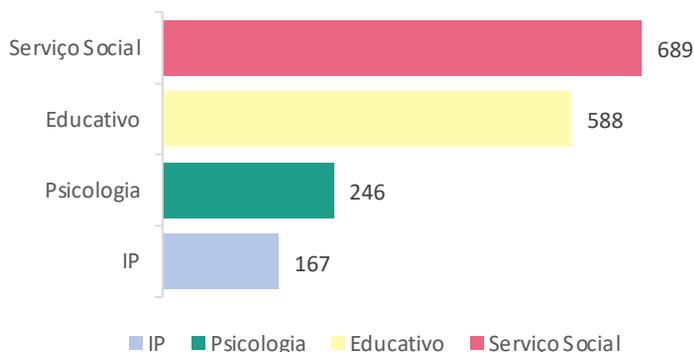
O Plano de Acompanhamento das Mães pode incluir serviço social, psicologia, inserção profissional ou acolhimento na Casa de Santa Isabel. A Equipa interage e as suas funções complementam-se. A Directora Técnica (assistente social) e uma das psicólogas dão apoio às Mães que vivem na Casa de Santa Isabel e uma psicóloga dá apoio às alunas da Escola de Talentos.

Cada Grupo de Mães é coordenado por uma psicóloga e uma assistente social.

O Departamento de Inserção Profissional é extensivo a todas as áreas/valências da Associação e procura a melhor situação laboral para as alunas da Escola de Talentos (colocações directas no mercado de trabalho).

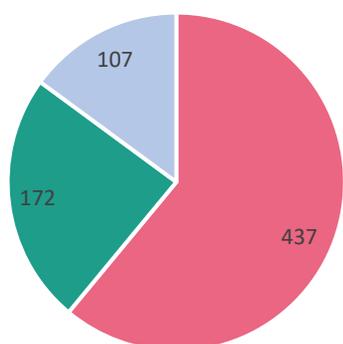
Em 2023 foram realizados 1691 Atendimentos Individuais no Centro de Atendimento (CA), na Casa de Santa Isabel (CSI) e em Inserção Profissional (IP).

### 1690 Atendimentos Individuais

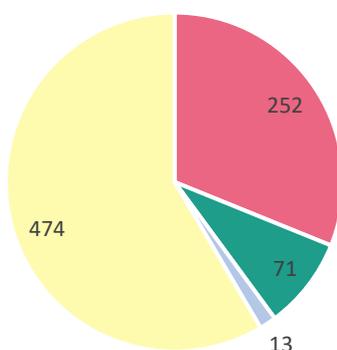


### Distribuição dos 1690 Atendimentos Individuais por área de actuação/valência

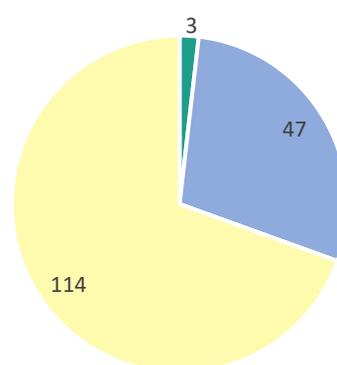
Centro de Atendimento



Casa de Santa Isabel

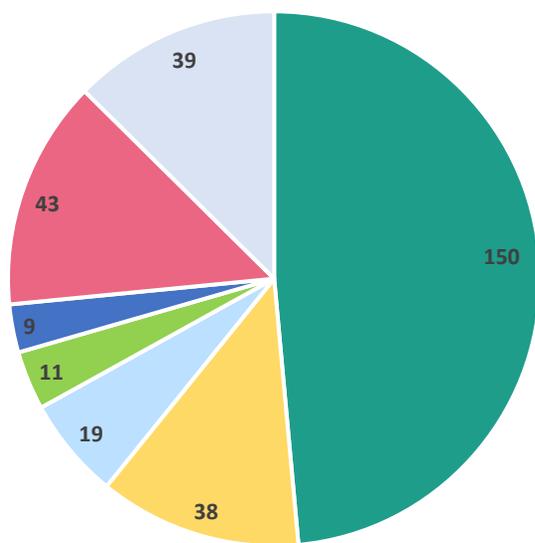


Escola de Talentos



# Acompanhamento psicossocial

## Desfecho de processos



- Autonomia
- Encaminhada para outro serviço
- Mudou de país/cidade
- Não aderiu a o Plano de Acompanhamento
- Não admitida na CSI/ET
- Sem critério para manter Acompanhamento (Perdeu o bebé/Fez uma IVG/ Deixou de ter um pedido concreto)
- Perdemos contacto

Estes processos referem-se a Mães, familiares e externas que iniciaram o seu Plano de Acompanhamento em 2023 ou em anos anteriores.

Muitas das Mães que pediram ajuda em 2023 continuarão em 2024 o seu acompanhamento.



# Respostas para apoiar a Vida



## apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade

# 2023



# Centro de Atendimento

## Apoio personalizado até à autonomia

No Centro de Atendimento decorre a maior parte das actividades relacionadas com o acompanhamento das mulheres grávidas em dúvida (GD) e com a intervenção psicossocial junto das Mães que não precisam de acolhimento na Casa de Santa Isabel.



É também no Centro de Atendimento que têm lugar as sessões dos Grupos de Mães, orientadas pelos elementos da Equipa Técnica ou por médicos, enfermeiros e conselheiras de amamentação, entre outros voluntários especializados.

A funcionar desde Novembro de 2023 nas novas instalações na Ameixoeira, o Centro de Atendimento conta com o apoio de voluntários que exercem tarefas tão diversas como, por exemplo, babysitting enquanto as Mães estão nas sessões de Grupo, arrumação de roupa e artigos para bebé que nos são doados, ou transporte de bens e contributos do Banco Alimentar contra a Fome.

Num primeiro atendimento, é feito um diagnóstico da situação e, em conjunto com a Mãe, é traçado um plano de acompanhamento que pode incluir todas as valências do Apoio à Vida: atendimentos individuais de serviço social, psicologia e inserção profissional; integração nos Grupos de Mães; acolhimento temporário na Casa de Santa Isabel; capacitação profissional com admissão no Curso da Escola de Talentos; apoio domiciliário (Programa “Famílias em Casa”) e, sempre que necessário, articulação com outras instituições. O objectivo é sempre a autonomia de cada Mãe e família.



# Centro de Atendimento

## Avaliação de Impacto

O Centro de Atendimento deu início a um programa de Avaliação de Impacto junto das Mães com apoio psicossocial. Baseia-se em quatro questionários preenchidos em quatro momentos diferentes:

- Quando chega ao Apoio à Vida;
- No final do acompanhamento;
- Um ano depois de terminado o acompanhamento;
- Três anos depois de terminado o acompanhamento.

Contamos ter os primeiros resultados — ainda incompletos, pois serão relativos ao primeiro ano depois de terminado o acompanhamento — no fim de 2024.



## História de Vida

A Sara (nome fictício) pediu-nos ajuda para a preparação do nascimento do seu bebé. Estava grávida de 21 semanas do seu primeiro filho. Foi uma gravidez não planeada, pois ainda que sempre tivesse sonhado ser mãe, não estava nos seus planos “para já”. O bebé nasceu em Março de 2023 e a Sara, com os seus 21 anos, veio a revelar-se – como esperávamos desde que a conhecemos – uma super-mãe: muito cuidadosa e atenta às necessidades do seu bebé.

Foi a presença mais assídua nas sessões de formação do seu Grupo de Mães. Esteve também em acompanhamento psicológico, ao qual vinha com regularidade, sempre com o seu bebé! Está sempre pronta para ajudar as outras mães, seja a dar dicas que possam ser importantes, como a oferecer as roupas que já não servem ao seu filho.

*“Muitas vezes, senti-me mais acolhida aqui do que em casa!”*

*“Das mães, gostei muito e ainda tenho contacto com três. As formações adorei todas”*



# Centro de Atendimento

## Grupos de Mães

O acompanhamento psicossocial inclui a participação em Grupos de Mães, que são formados consoante o trimestre de gravidez. Formamos 4 novos Grupos por ano cujas sessões de formação têm três objectivos:

**Acompanhar** – o grupo tem sempre as mesmas assistente social e psicóloga, o que facilita o esclarecimento de dúvidas, fortalece a relação com as Técnicas e favorece o trabalho com o lado emocional das Mães. Mensalmente, entregamos um apoio em bens para os bebés.

**Formar** – As sessões abordam temas que vão desde a preparação para o parto, amamentação e cuidados ao recém-nascido até à gestão orçamental, entre outros.

**Potenciar a rede de suporte informal das Mães** — Para que as Mães se identifiquem e se ajudem mutuamente, os grupos são criados consoante o tempo de gravidez/idade dos bebés.

*“Gostava que houvesse mais [grupos de formação]. Aquilo que já sabia actualizei, aprendi coisas novas e consegui tirar todas as minhas dúvidas”*

Grupos iniciados em 2023	4
Grupos que transitaram de 2022	3
N.º de mães que participaram	122
N.º de sessões	55
N.º de horas de formação	82



# Centro de Atendimento

## Famílias em Casa

“Famílias em Casa” é um projecto de proximidade criado com o fim de promover as competências parentais e sociais das famílias que acompanhamos, prevenindo situações de negligência e/ou de risco. Inclui 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 (Pré-Natal; Recém-nascido; 3 semanas; 6-8 semanas; 4 meses),
- Intervenção Psicossocial no Domicílio (IPD), com visitas em número e periodicidade flexíveis, conforme Técnica e Mãe considerem conveniente.

O Projecto inclui, ainda, o programa “Ajudar a Amamentar”, que consiste em apoio especializado de Conselheiras de Aleitamento Materno, no domicílio.

A experiência do Apoio à Vida tem demonstrado as vantagens da intervenção sistémica, abrangendo a rede de suporte da grávida/mãe. O alargamento da intervenção aos diversos membros da família, no seu próprio meio natural e a partir da criação de uma relação de confiança e compromisso entre estes e as Técnicas da Instituição, potencia enormemente o respectivo sucesso. Trata-se de uma abordagem inovadora, até pelo facto de basear toda a intervenção, de uma forma preventiva, no momento em que os progenitores lhe estarão mais receptivos, fruto da alegria pelo filho que acabaram de ter ou da ansiedade pelo filho que esperam.

### Famílias em Casa em 2023

N.º de Visitas realizadas	A Mães na Casa de Santa Isabel	A Mães acompanhadas no Centro de Atendimento	TOTAL
PCP	4	12	16
IPD	5	14	19
Total	9	26	35

N.º de famílias abrangidas	22
N.º de Programas PCP completos ou com mais de 3 visitas	4



# Centro de Atendimento

## História de Vida

A Joice (nome fictício) veio do Brasil em 2019 para morar com uma tia e uma prima, que são a única família que tem por perto. Trabalhou algum tempo a cuidar de idosos e de crianças, o que sempre lhe deu muito gosto. Gosta de cuidar de quem mais precisa!

Fruto de uma relação que mantinha há pouco tempo, surgiu uma gravidez inesperada, que a deixou sem saber o que fazer. Quando partilhou com o pai do bebé, este afastou-se deixando-a sozinha. "Foi um momento muito difícil", conta-nos. Nessa fase em que não sabia o que fazer, uma amiga falou-lhe do Apoio à Vida. Pediu para ser acompanhada e conseguiu encontrar a força que precisava para ter este bebé. No fundo, era o que sempre desejara!

Apesar de todas as dificuldades que viveu ao longo da gravidez, vimo-la sempre com muita vontade de conhecer e cuidar do seu filho.

No âmbito do "Famílias em Casa", fizemos o programa de Visitas PCP (Promoção de Competências Parentais), na gravidez e em momentos chave do desenvolvimento do bebé. Estas visitas serviram para dar um apoio mais estruturado à Joice, ajudando a colmatar algumas dificuldades mas, sobretudo, a tornar ainda mais especial a relação mãe-bebé.

A Joice ficou muito feliz com a oportunidade de receber estas visitas, pois não conseguiu marcar presença em algumas sessões do seu Grupo de Mães. Este programa fez a diferença, tanto porque se tratava da sua primeira gravidez como porque lhe faltava uma rede de apoio que a pudesse ajudar nesse sentido. Deram-lhe muita confiança no seu papel de mãe e, tal como a Equipa do Apoio à Vida esperava, a Joice é hoje uma Mãe apaixonada pelo seu bebé e não podia ser mais "babada".

*Quando o bebé fez 6 meses, a Joice conseguiu encontrar creche, voltou a trabalhar e, neste momento, tem a sua autonomia. Esta Mãe nunca esqueceu o Apoio à Vida e envia-nos fotografias muitas vezes, para nos mostrar a "coisinha mas linda do mundo".*



# Casa de Santa Isabel

## 20 anos em poucas palavras



Para compreendermos a origem da Casa de Santa Isabel, há que recuar até meados de 2002.

O Apoio à Vida já existia há mais de três anos e o trabalho do então chamado Gabinete de Atendimento Externo encontrava-se bastante estruturado. Além das mulheres com dúvidas em relação a prosseguir com a sua gravidez, o número de grávidas que precisavam de apoio social aumentava a olhos vistos. Para muitas, o atendimento externo era insuficiente.

O primeiro sinal foi dado pela assistente social da altura, a Bárbara Noronha de Andrade: era preciso criar uma Casa de Acolhimento. O projecto foi aprovado em Assembleia Geral e, a partir daí, havia que pôr mãos à obra. Primeiro, as instalações.

“Vimos muitos edifícios, nenhum correspondia ao que era necessário”, conta Fernanda Ludovice, directora da Casa de Santa Isabel desde que o projecto começou a ser montado. “Depois soubemos que o Dr. Pedro Santana Lopes, que tinha acabado de ser eleito presidente da Câmara Municipal de Lisboa (CML), tinha planeado entregar a instituições os edifícios municipais devolutos”, acrescenta.

Contactos feitos, visitaram-se os espaços disponíveis e, finalmente, encontrou-se o que mais se adequava ao projecto da Casa de Acolhimento do Apoio à Vida. Situado no Poço do Borratém, em plena baixa de Lisboa, o edifício tinha vagos os três últimos andares, que a CML tinha adaptado para um lar de estudantes, mas esse projecto acabou por não se concretizar. Fernanda recorda que “os quartos eram muito pequenos, havia uma kitchenette em cada piso. Tivemos de mudar tudo, mas a CML responsabilizou-se pelas obras”.

Depois havia que mobilar, arranjar a casa para ser um lugar acolhedor, onde as Mães que se viam forçadas a sair do seu ambiente se sentissem bem. As ajudas apareceram, como conta Fernanda: “a Gena e o Pedro Ricciardi, a Teresa e o Fernando Costa Duarte organizaram um jantar de angariação de fundos e asseguraram grande parte dos móveis e utensílios de cozinha, a Auchan fez-nos um donativo com que comprámos quase tudo o que faltava e também contámos com muitas outras ajudas de particulares.”

Aos poucos, a Casa de Santa Isabel passava do sonho à realidade.



# Casa de Santa Isabel

Os elementos da primeira equipa da Casa foram a Fernanda Ludovice (directora), a Bárbara Noronha de Andrade (assistente social) e a Maria Goes (psicóloga). Havia também seis monitoras e uma voluntária que ficava durante a noite.

“Inaugurámos no dia 25 de Março de 2003 com três Mães grávidas”, conta Mara Mota, assistente social e Directora Técnica do Apoio à Vida, que tem na Casa de Santa Isabel um dos focos importantes do seu trabalho, praticamente desde o início.

## 234 Mães, 157 bebés e 44 irmãos

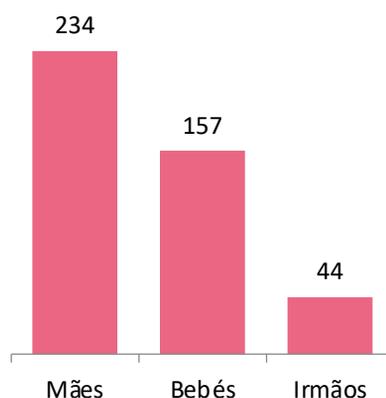
Nestes 20 anos, foram acolhidas 234 mulheres (grávidas ou com bebés menores de 3 meses) e nasceram aqui 157 bebés. Acolhemos também 44 crianças, irmãos dos bebés que nasceram na Casa. E se, no início, a grande maioria das Mães eram portuguesas e várias ponderavam fazer um aborto — acompanhar esse processo de decisão era uma parte significativa do trabalho da equipa —, hoje a CSI acolhe muitas estrangeiras, sobretudo africanas. Em termos de idade, também se nota muita diferença: as primeiras Mães eram muito jovens e hoje raramente são adolescentes.

A proposta da Casa é ajudar estas mulheres a serem Mães e a desenvolverem as suas competências a todos os níveis: pessoais, sociais e profissionais. O objectivo é, como em todas as valências do Apoio à Vida, o *Sim* ao bebé, a autonomia das famílias e o bem-estar dos bebés e das crianças. Daí as formações, o apoio social psicológico e de inserção profissional, a promoção de competências parentais e todo um trabalho de valorização da vida de cada pessoa que nos procura.

## A alegria é sempre um fruto

Quando se pergunta sobre as alegrias que o trabalho na CSI pode gerar, as respostas são sempre imediatas: “alegria é ver estes bebés nascerem, e perceber que as mães cresceram e se tornaram mulheres fortes”, diz Fernanda. “E também as Mães que nos procuram passados dez anos, quinze anos, as que nos visitam com outros filhos e as que nunca deixam de telefonar”, acrescenta Mara. Porque, por mais que haja mudanças, uma coisa é certa: a Casa de Santa Isabel foi criada para acolher Mães grávidas que precisam de uma nova orientação na sua vida e é para as ajudar a ganhar as forças necessárias que continuará a existir.

Pessoas acolhidas na Casa de Santa Isabel desde 2003



# Casa de Santa Isabel

## Histórias de Vida

### A Primeira Mãe da CSI

Lolita Alves, como gosta de ser chamada, é portuguesa, tem 41 anos e foi a primeira Mãe a viver na Casa de Santa Isabel. Guarda muita doçura num coração que também se revela magoado. E concorda quando lhe dizemos que é uma mulher muito forte “Ui! Por tudo o que eu já passei! Sim! Há quem me chame guerreira, mas não me considero como tal”.

Comenta que era uma pessoa muito iludida, que se entregava de corpo e alma em tudo o que fazia, mas que hoje se sente mudada. Há quem lhe diga que se isola muito, mas Lolita escolheu assim: “É tão bom!”. Escreve, compõe música, faz *Tiktoks*... “Já tenho quase 5 mil seguidores” e ainda faz moda, sobretudo sessões fotográficas. Conta-nos a sua história com enorme generosidade, ainda que não seja fácil falar sobre tudo o que passou.

“Fui aluna interna da Casa Pia e a vida nunca me sorriu, antes pelo contrário. Acho que só agora é que acalmou um pouco. Entrei com 4 anos. Até lá, estive para adoção com 3 dos meus irmãos e depois entrámos todos na Casa Pia. Foi muito complicado. Os meus pais já faleceram e eu nunca tive contacto com eles. (...) Olhe, foi uma vida complicada.”

Lolita foi viver para a Casa de Santa Isabel em 2003 com a filha mais velha, com quem se dá muito bem. Estava grávida da segunda, que nasceu durante o acolhimento. Por razões que Lolita não reconhece, ambas as meninas lhe foram retiradas e Lolita viu-se obrigada a sair da Casa. Tornou a viver com o pai da segunda bebé e teve com ele a sua terceira filha. Entretanto separou-se e, de outra relação, teve a quarta filha, hoje com 17 anos, que vive com ela.

Tem orgulho na mulher que é hoje. “Sempre aprendi com os erros”. Trabalha na higiene urbana da Câmara Municipal de Lisboa, na recolha do lixo. “Já lá estou há três anos e já entrei para o quadro.” Esta estabilidade faz-lhe bem, tal como o facto de ter a sua própria casa, que a Câmara lhe atribuiu e pela qual esperou 25 anos. Quando a criticam, pensa: “Calça os meus ténis e vai viver um bocado do que eu passei. Depois da primeira semana acho que já não aguentavam. Acho que até desistiam da vida”.

Da Casa de Santa Isabel recorda momentos menos bons, como a dificuldade em aceitar as regras, mas também as amizades que fez “até tenho saudades de algumas [outras Mães acolhidas]”. Mas perdeu o contacto, seguiu o seu caminho, cuida da filha, cuida da casa, cuida de si e faz da solidão um conforto.

Esta e outras histórias de Mães que viveram na Casa de Santa Isabel serão publicadas no livro “20 anos, 20 histórias”, a lançar em 2024



# Casa de Santa Isabel

## Acolher e preparar para o futuro

A Casa de Santa Isabel (CSI) foi a segunda estrutura criada pelo Apoio à Vida, depois do Centro de Atendimento. Visa não só acolher mulheres grávidas, mas também ajudá-las a serem autónomas e a estarem aptas a educar os seus filhos com mais segurança.

A Casa conta com 7 colaboradoras permanentes: 1 Directora — que gere a Casa, acompanha as Mães que ali vivem no seu dia a dia e realiza os Atendimentos Individuais Educativos — e 6 Monitoras, graças às quais as Mães têm sempre companhia, ajuda no cuidado dos seus bebés e apoio em todas as tarefas inerentes ao quotidiano.

No acompanhamento das Mães intervêm também a Directora Técnica da Associação (assistente social), uma psicóloga da Equipa Técnica e a Técnica de Inserção Profissional. Além disso, é-lhes proporcionada formação em diversas áreas, para o que contamos com voluntários e o apoio de algumas instituições, de que a CUF (Enfermeiras do Hospital CUF Descobertas), é um bom exemplo.

Procura-se que a CSI replique as condições de vida de uma família estruturada. Além de cuidarem dos seus bebés e do seu espaço pessoal, as Mães são chamadas a participar nas tarefas diárias, tal como o farão na sua própria casa.

As Mães acolhidas são acompanhadas de perto, sendo que a directora da Casa reúne todas as semanas com a Equipa de Monitoras e, quinzenalmente, com a Direcção da instituição e restantes colaboradoras afectas à Casa, para discussão de casos e Planos de Acompanhamento.



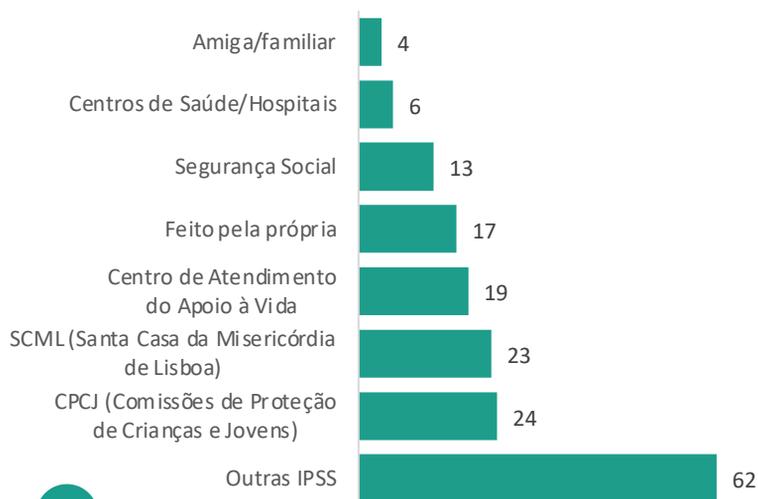
# Casa de Santa Isabel

## Mais pedidos de acolhimento do que vagas

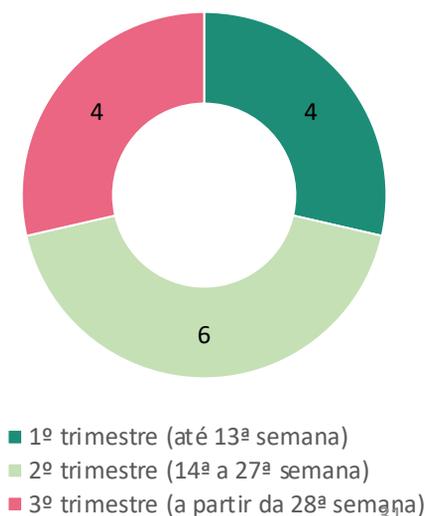
A CSI pode acolher 19 pessoas, entre Mães e bebés, e mantém uma vaga de emergência para uma mulher grávida em dúvida que precise de se afastar do seu ambiente ou seja expulsa de casa. Em 2023 recebemos 168 pedidos de acolhimento, dos quais 47 não tinham enquadramento, pois incluíam outros filhos com idade superior a 6 anos. Seleccionámos para entrevista de admissão 42 mulheres, das quais 19 desistiram por terem encontrado alternativa. Das 23 entrevistas realizadas, 14 Mães Grávidas foram admitidas.



### Proveniência do pedido de acolhimento



### Fase da gravidez

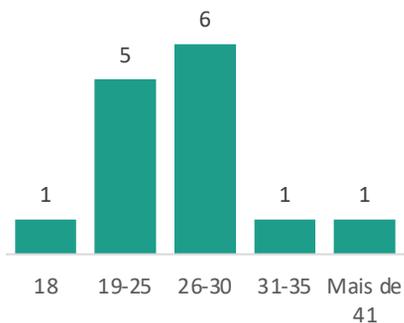


# Casa de Santa Isabel

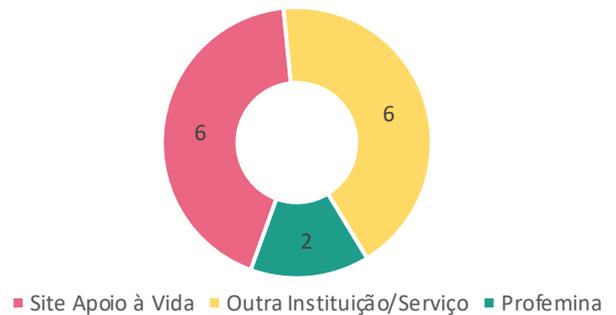
## Caracterização das Mães acolhidas

Das 14 Mães acolhidas em 2023, uma trouxe um filho menor de 6 anos. Quatro Mães já tinham um filho e três já tinham dois filhos que não estavam com elas. Apenas uma tinha coabitado com o Pai do seu filho. Quatro eram Grávidas em Dúvida (GD) e disseram SIM ao bebé.

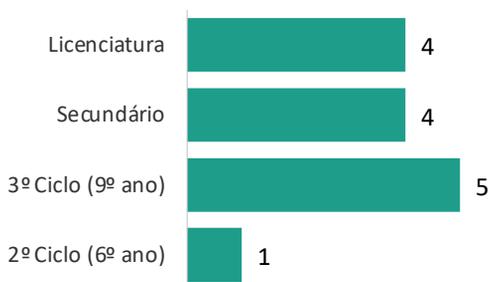
### Idade



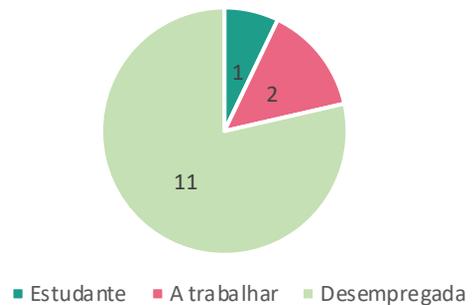
### Como encontraram a CSI



### Escolaridade



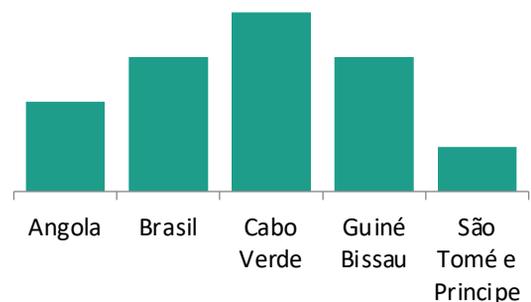
### Ocupação



### Nacionalidade



### País de origem das estrangeiras



Em 2023 nasceram 8 bebés na CSI, o que eleva para 157 o número total de crianças aqui nascidas.

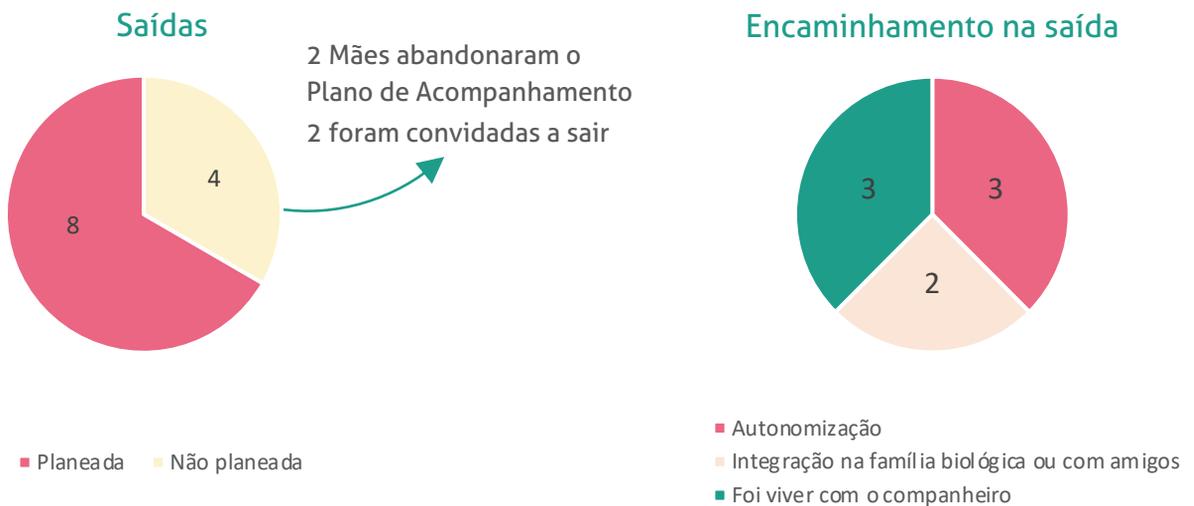


# Casa de Santa Isabel

## Saídas

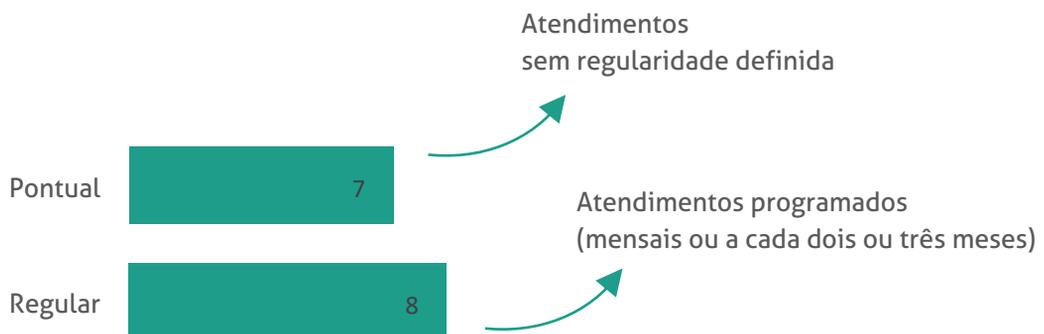
Uma vez conquistada a autonomia, ou seja, quando uma Mãe que vive na Casa de Santa Isabel tem emprego e possibilidade de sustentar o seu filho, prepara-se a sua saída da Casa. Sempre que necessário, o acompanhamento psicossocial mantém-se, com atendimentos e entrega de bens para o bebé, podendo ser regular ou pontual.

Durante o ano de 2023, saíram da Casa 12 Mães: 11 com o seu bebé e 1 sem o seu filho, que foi entregue a uma instituição.



## Mães antigas em acompanhamento pela equipa da CSI

Existem casos em que, mesmo depois da autonomia, a Mãe continua a necessitar de algum apoio por parte da Casa. Em 2023 acompanhámos 15 Mães que mantiveram Apoio psicossocial e/ou em bens, com Atendimentos na CSI.

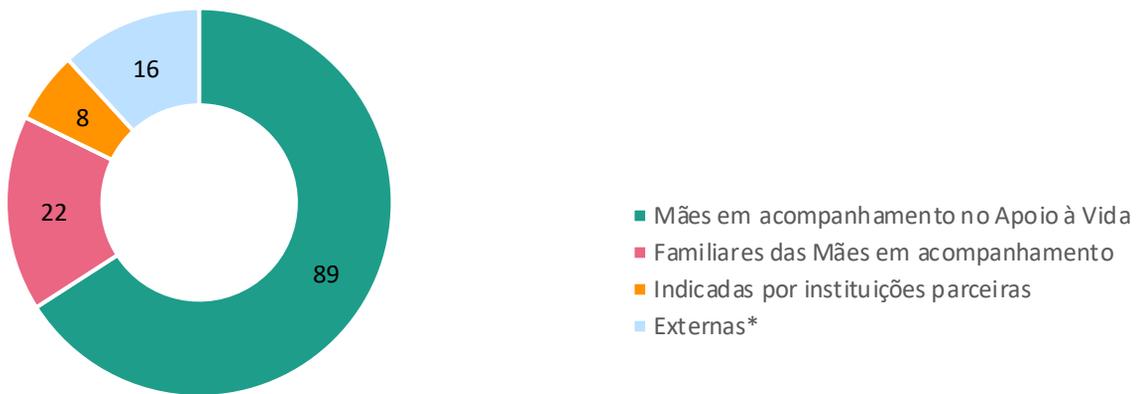


# Inserção Profissional

## Transversal e abrangente

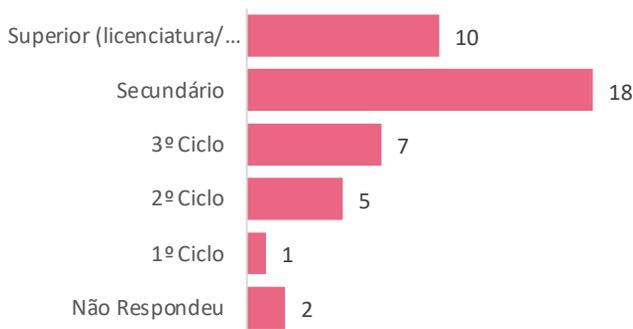
Criado em 2008, o Departamento de Inserção Profissional do Apoio à Vida actua em todas as áreas da associação. Apoia as Mães que acompanhamos, bem como o seu agregado familiar e outras pessoas que contribuam para a sua autonomia.

135 pessoas apoiadas em 2023

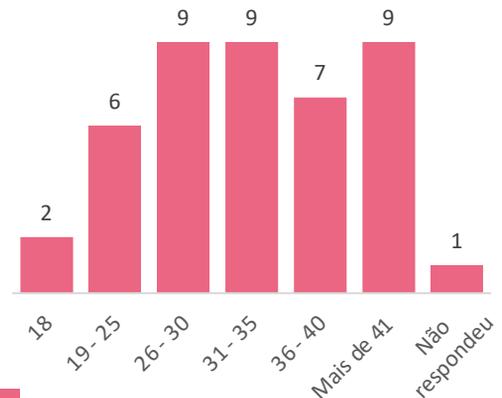


## Caracterização dos 43 Familiares/Externas e de Instituições Parceiras apoiadas em 2023

### Escolaridade



### Idade



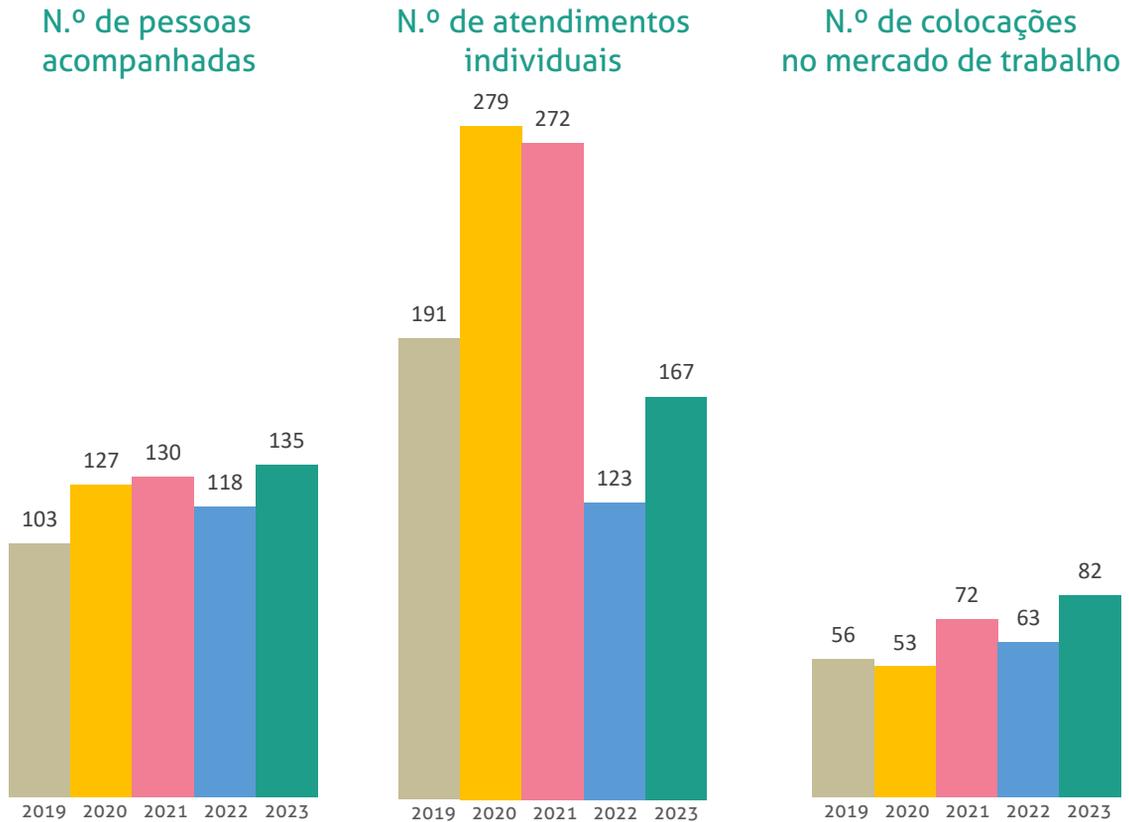
## Nova parceria

Em Novembro de 2023 estabelecemos uma parceria com a Randstad Portugal no âmbito da sua estratégia de Equidade, Diversidade e Inclusão (ED&I). Esta incide sobretudo na colocação no mercado de trabalho de Mães que acompanhamos, bem como dos elementos do seu agregado familiar. Contamos colher os primeiros frutos em 2024.



# Inserção Profissional

## Inserção Profissional no Apoio à Vida nos últimos 5 anos



## Histórias de Vida

Amadu é Guineense e reside em Portugal, onde vive com uma das mães acompanhadas no Centro de Atendimento. Encontrando-se sem emprego, foi apoiado pelo Dep. de Inserção Profissional, nomeadamente na construção do seu Curriculum, treino para entrevistas e na orientação do tipo de empresa mais adequado para se candidatar. Pouco tempo depois começou a trabalhar e mostra-se sempre muito grato.

*“Confirmo que recebi apoio e acompanhamento da Dra. Sofia em processo de procura de emprego, nomeadamente produção de um CV apropriado, encontrar empresas que estejam a procura de trabalhadores, aconselhamento e acompanhamento. Aproveito para agradecer do mesmo jeito que eu já outrora fiz pelo apoio prestado.”*



# Escola de Talentos

## Formamos para a Vida

A Escola de Talentos é a nossa área de capacitação para o mercado de trabalho. Criada em 2014 a partir de uma necessidade identificada pelo departamento de Inserção Profissional, já formou 237 alunas.



A formação que oferecemos através da Escola de Talentos (ET) consiste num curso de Serviços Domésticos e Apoio à Família, idealizado para alunas com um perfil muito específico: são jovens mães com muito poucas habilitações e quase nenhuma experiência de trabalho. Encontram-se, por vezes, emocionalmente fragilizadas no início do curso e por isso a ET, além de ser uma escola de formação — tão exigente como o mercado de trabalho —, também é uma escola de amor. Com 8 disciplinas, o curso tem como eixo central o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e profissionais, pelo que a Formação Humana, além de ser uma das 8 disciplinas, é transversal a todas as matérias.

### 5 Cursos e 30 alunas formadas

Anualmente realizamos 3 ciclos de formação com dois cursos cada um, com aulas diárias em part-time, sendo um de manhã e outro à tarde. Cada Curso tem 6 ou 7 alunas, logo formamos entre 36 e 40 alunas por ano.

Em 2023, por questões de logística, foram realizados 5 cursos com um total de 36 alunas.

**36**

Alunas admitidas  
nos 5 cursos realizados

**30**

Alunas  
formadas

**21**

Alunas colocadas  
no final do curso



# Escola de Talentos

## Novas instalações

Idealmente, as aulas do Curso são ministradas numa casa-modelo, onde as alunas – muitas estrangeiras – aprendem, na prática, como se cuida de uma casa portuguesa.

Depois de quase 10 anos a funcionar em instalações provisórias e nem sempre totalmente adequadas, em 2023 foi-nos atribuído pela Câmara Municipal de Lisboa um edifício onde teremos excelentes condições.

Tendo de realizar obras bastante profundas por nossa conta, angariámos os fundos necessários e, a 31 de Dezembro, os trabalhos encontravam-se bastante adiantados, prevendo-se que a mudança possa ocorrer em meados de 2024.



O novo edifício da Escola de Talentos situa-se na zona da Ajuda, em Lisboa.

## História de Vida

Joana (nome fictício) é Cabo Verdeana, mãe solteira de um filho. Chegou à ET através da CSI, onde se encontrava acolhida. Vinha fechada e magoada mas, aos poucos, foi-se abrindo, deixando cair as defesas e revelando o seu lado meigo. Foi sempre uma aluna comprometida, exigente, responsável e pronta para aprender mais. Terminou o curso e foi colocada em duas casas, uma de manhã e outra à tarde.

*"Foi uma caminhada longa, no princípio tive um pouco de dificuldade mas consegui ultrapassar. Levo muita coisa da Escola de Talentos. Aprendi a gerir as críticas, ganhei novos conhecimentos, ganhei amigas e mais confiança em mim.*

*Gostaria de agradecer às Formadoras que fizeram com que esta caminhada fosse mais significativa e proveitosa. E só tenho a dizer que esta oportunidade de formação foi de extrema relevância para mim, pois permitiu-me adquirir muita experiência que será de grande valia para a minha vida profissional."*



# Interacção com a Comunidade

## Voluntariado e Logística

Os voluntários são elementos fundamentais no nosso dia a dia. Contamos com cerca de 60 voluntários regulares de diversas faixas etárias, que nos asseguram tarefas como o transporte de bens, babysitting, arrumação de roupa e apoio em campanhas, entre outras.

Em 2023, a responsável desta área continuou com as aulas sobre voluntariado nas escolas, uma acção que tem trazido muitos jovens voluntários que nos ajudam com regularidade e muito entusiasmo.

Os nossos voluntários estudantes têm entre os 15 e os 25 anos. São alunos do Ensino secundário e universitários. Assim, contamos com a generosa colaboração de voluntários provenientes da Universidade Católica, do Colégio do Sagrado Coração de Maria, Academia de Música de Santa Cecília, Colégio de São Tomás, Escola Profissional Profitecla, Faculdade de Psicologia de Lisboa, NovaSBE, Colégio Mira Rio e Externato Marista de Lisboa. Em 2024 prevemos contar também com estudantes do Externato Marista de Carcavelos.

### Logística e proximidade

A área de logística cultiva a proximidade com outras instituições como, por exemplo, a Bens de Utilidade Social (BUS), a Entrajuda, a Dona Ajuda e o Banco Alimentar Contra a Fome.

## Gestão de Stocks

Os bens que entregamos às famílias são angariados em escolas e empresas duas vezes por ano, ou oferecidos por particulares que, ocasionalmente, nos contactam para perguntar o que precisamos naquele momento. Muitas vezes são famílias que se juntam para nos fazerem doações. A gratidão que sentimos é uma das motivações que nos leva a gerir cuidadosamente os nossos stocks. Todos os artigos são contados e arrumados de forma a que nunca passem da validade, como é o caso dos leites e das papas. Tudo o que nos doam é entregue às famílias que acompanhamos.

Artigo	Angariado	Entregue às famílias
Toalhitas	1 995	989
Produtos Higiene	1 131	816
Soro Fisiológico	359	151
Compressas	418	147
Fraldas T0	595	379
Fraldas T1	20 805	9 832
Fraldas T2	6 841	7 033
Fraldas T3	11 748	10 973
Fraldas T4	8 164	5 962
Fraldas T5	2 810	2 853
Fraldas T6	1 439	926
Leites nº 1	378	237
Leites nº 2	242	120
Leites nº 3	32	31
Papas	596	398



# Interacção com a Comunidade

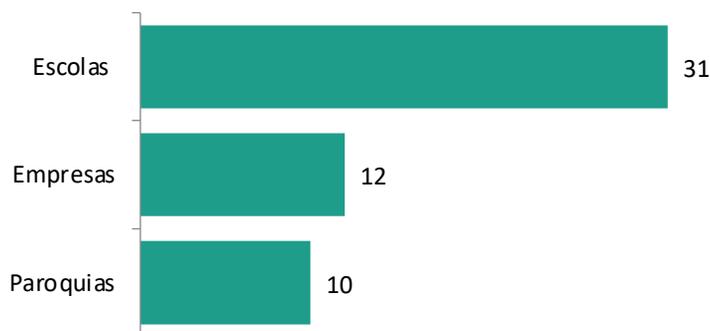
## Angariação de Fundos

A angariação de fundos é sempre uma oportunidade para estreitar o relacionamento com a entidade doadora. Por sermos uma associação sem fins lucrativos, só podemos dar continuidade ao nosso trabalho graças à generosidade das pessoas e organizações que compreendem a relevância da nossa causa. Mas dar a conhecer a associação, o trabalho que desenvolvemos e o impacto de cada donativo também é muito importante.

Em 2023 os projectos de *fundraising* principais foram:

- Projecto Memória e Futuro, com pedidos de donativos a empresas e particulares especificamente para as obras das novas instalações;
- Benfeitores particulares;
- Campanha do Biberon, com divulgação da associação e pedido de donativos em igrejas.
- O Prémio BPI “la Caixa” Solidário 2023, que nos atribuiu uma quantia para as obras na Escola de Talentos;
- A escolha da UP Portugal, que elegeu a Escola de Talentos para o seu projecto de responsabilidade durante 3 anos.
- Campanhas de recolha de bens em escolas e empresas;
- Consignação do IRS;
- Ensaio Geral Solidário, da Companhia Nacional de Bailado.

### Organizações com que contámos nas Campanhas de 2023



Em muitas destas organizações tivemos oportunidade de divulgar o nosso trabalho.

A Innovarisk, por exemplo, que há vários anos adere à nossa Campanha de Natal, convidou-nos para participar no seu *podcast*.



# Interacção com a Comunidade

## Estivemos na Jornada Mundial da Juventude



Levámos a beleza do "Início da Vida" aos participantes da Jornada Mundial da Juventude Lisboa 2023 (JMJ).

De 1 a 4 de Agosto, juntamente com a Fertility Care, estivemos num stand na Cidade da Alegria e falámos sobre o nosso trabalho em português, espanhol, inglês, francês e, por vezes, numa mistura de línguas com a ajuda de gestos. Foi muito bom perceber o interesse dos jovens (e menos jovens) sobre como lidamos com as mulheres que nos pedem ajuda.

Aos jovens de língua portuguesa, lançámos o desafio do "Kit Bebê" (inscrições para ajudarem a compor o enxoval de um bebé na sua cidade, tanto em Portugal como no Brasil ou Palop).

A todos os que nos visitavam, propusemos o jogo da Roda da Vida, que ajuda a perceber o que sente uma mulher quando descobre que está perante uma gravidez não planeada.

Tínhamos, ainda, quatro modelos científicos que mostram como é o bebé antes de nascer (tamanho e peso às 14, 18, 28 e 32 semanas de gestação) que nos ajudaram a transmitir a importância do papel que todos temos no apoio à mulher grávida e no SIM ao seu bebé.



Muitas crianças estiveram connosco neste dias, a conversar sobre bebés. A gravidez de uma das nossas técnicas foi um dos temas que as cativou. À direita, o cartaz do "Kit Bebê".



# Interacção com a Comunidade

## Estivemos na Jornada Mundial da Juventude

Também tivemos a alegria de receber visitas de pessoas que trabalham em instituições de defesa da vida pelo mundo fora. A JMJ foi um grande passo para a construção de uma força mundial mais poderosa a favor da vida.



Da esquerda para a direita, Antonio Mellado, do One of Us; Christopher West, especialista em Teologia do Corpo e membro do TOB Institute (ambos com Mafalda Libano Monteiro, membro da nossa Equipa Técnica) e a publicação de Savannah Dudzik, da equipa da Live Action, sobre a visita que nos fez.



À esquerda, a equipa do One of Us e Mafalda Libano Monteiro (membro da nossa Equipa Técnica). À direita, Mafalda está com Gustavo Brinholi, um dos realizadores do filme Human Life. Antes de vir para Portugal, Gustavo visitou a Profemina em Itália e trouxe-nos uma carta da equipa que Mafalda mostra na fotografia.



# Equipa



## 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

Clara Inocêncio, Psicóloga

Francisca Miranda, Psicóloga

Madalena Marques dos Santos, Assistente Social

Maria Themudo, Psicóloga

e Coordenadora da Escola de Talentos

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 LOGÍSTICA

Lúcia Martins

## FUNDRAISING E COMUNICAÇÃO

Rita Sousa Rêgo

## Avaliação de Desempenho

Em 2023 foi implementado pela primeira vez o Programa de Avaliação de Desempenho da Equipa, montado graças ao apoio da Egor, a quem temos muito para agradecer. Este programa tem como objectivo um maior alinhamento da equipa e oferecer, a cada elemento, a possibilidade de receber e transmitir feedback ao respectivo coordenador. Para as chefias, esta avaliação é uma oportunidade para reflectir sobre o papel de cada elemento, identificar as suas qualidades e, eventualmente, ajustar funções. Verificou-se que as reuniões das chefias com cada colaborador são de grande valor, pois ambos podem conversar abertamente sobre o trabalho desenvolvido, sempre com o intuito de avaliar a experiência em determinados temas, identificar oportunidades de formação e, em conjunto, ultrapassar ou minorar dificuldades.



# Apoios

## Particulares

Doadores Regulares

AMIGOS  
PARA  
A VIDA

PROJECTO  
83

Doadores Pontuais

BENS  
NUMERÁRIO

Campanha  
do Biberon

SEMANA  
DA VIDA,  
DIOCESE  
DE LISBOA

## Corporativos



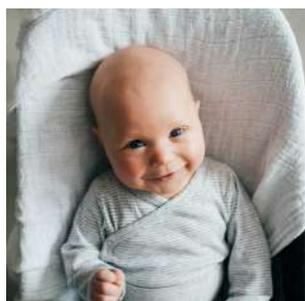
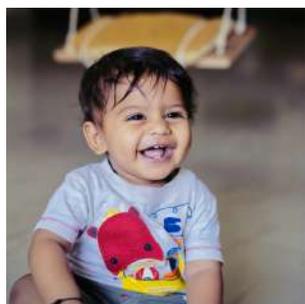
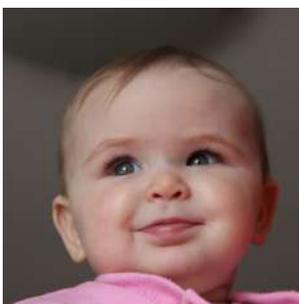
# Demonstrações financeiras



## apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade

# 2023



# Demonstrações financeiras

## Resultados

O total de proveitos auferidos pelo Apoio à Vida em 2023 ascendeu a perto de 489 mil euros, um valor praticamente idêntico ao registado no ano anterior. As verbas recebidas de entidades públicas, graças aos apoios à contratação atribuídos pelo IEFP, acusaram um aumento de 3,6% para, aproximadamente, 254 mil euros. A quase totalidade deste montante corresponde a verbas pagas pela Segurança Social ao abrigo de Acordos de Cooperação, as quais não chegam a cobrir metade das despesas suportadas pela Instituição.

Os donativos de particulares e empresas diminuíram cerca de 26 mil euros (11,1%) relativamente a 2022, fruto da queda registada pelos contributos de particulares, tanto “em espécie” como em numerário. Da parte de empresas e institucionais, para além dos quase 80 mil euros contabilizados em proveitos do ano, o Apoio à Vida beneficiou ainda de um total de donativos de 110 mil euros – designadamente os decorrentes do Prémio BPI Fundação “la Caixa” Solidário 2023 – destinados ao financiamento das obras de reabilitação das suas novas instalações.

## Proveitos Totais

(1,000€)	2023	2022	Variação	
			Valor	%
Subsídios e Donativos				
De Entidades Públicas				
Segurança Social	234,2	235,8	(1,6)	(0,7)
IEFP	19,9	9,6	10,3	108,2
Subtotal	254,1	245,4	8,7	3,6
De Outras Entidades				
Em Espécie / <i>Probono</i>	15,1	31,3	(16,2)	(51,7)
Em Numerário				
De Empresas e Institucionais	79,2	78,2	1,0	1,2
De Particulares	116,8	127,9	(11,0)	(8,6)
Subtotal	211,2	237,5	(26,3)	(11,1)
Total Subsídios e Donativos	465,3	482,8	(17,5)	(3,6)
Outros Proveitos	23,3	5,4	17,9	331,1
Total Proveitos	488,6	488,2	0,4	0,1

A reversão (em quase 20 mil euros) de uma provisão constituída em anos anteriores e as poupanças alcançadas ao nível dos custos de exploração – à exceção das despesas com pessoal, que, tendo aumentado cerca de 13 mil euros, representam já mais de 80% da totalidade daqueles custos – permitiram que o exercício se saldasse por um resultado ligeiramente positivo, pouco acima dos 1.900 euros.



Muito obrigado pela sua atenção



Em 2024 celebramos 25 anos.  
Contamos consigo para, juntos,  
continuarmos a apoiar a Vida



apoio à vida

ajuda a grávidas em dificuldade