

AMP

**Relatório de
parceira:
Grupo Portugália**

**Associação Mais
Proximidade**

Por vidas mais vividas



Índice

<i>Enquadramento geral</i>	2
<i>Beneficiários AMP</i>	3
<i>Intervenção AMP</i>	4
<i>AMP e o Grupo Grupo Portugalíia: Celebrar a vida - enquadramento</i>	6
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: Celebrar a vida - em números</i>	7
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: Natal solidário</i>	13
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: à mesa nas festas</i>	14
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: durante a pandemia</i>	15
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: o Natal e equipa</i>	16
<i>AMP e o Grupo Portugalíia: consignar também é ajudar</i>	17
<i>AMP e o Grupo Portugalíia:2018 a 2024</i>	18
<i>Considerações finais</i>	19



Enquadramento geral

A **Associação Mais Proximidade (AMP)** é uma associação com estatuto de utilidade pública, de **apoio à população, com mais de 65 anos** de idade, residente na zona da Baixa de Lisboa e Mouraria.

A Associação tem como missão **reduzir o sentimento de solidão e isolamento** sentido pelas pessoas idosas, contribuindo para a **melhoria da sua qualidade de vida**. Esta providencia uma resposta a uma necessidade concreta - o combate ao sentimento de solidão e isolamento.

O serviço prestado pela Associação Mais Proximidade baseia-se no acompanhamento da pessoa como um todo, com **uma abordagem humanista, centrada na pessoa**, assente numa metodologia **de proximidade** com elevado nível de personalização da intervenção.

Em 2012, o impacto da intervenção AMP foi avaliada, ao nível de **S.R.O.I.** (Social Return on Investment) gerado, resultando num total estimado de cerca de **€4** por cada potencial €1 de investimento (ver currículo do projeto p.27).

"Há tanto tempo que não saía de casa... só mesmo vocês para me convencerem a sair e viver novamente.

A alegria para rir já não existe e nestes dias parece que me sinto mais leve e com mais forças para o dia de amanhã."

Amélia, 90º aniversário





Beneficiários AMP

Caracterização - dados referentes a 2024

133

Total de beneficiários

84

Média de idade

83%

Género feminino

60%

Vive sozinho(a)

44%

Em situação de isolamento

6

Média de anos de acompanhamento da AMP

Em 2024 a Associação Mais Proximidade acompanhou **133 beneficiários**, dos quais - 83% são mulheres, têm uma média de 84 anos de idade e 44% foi considerado em situação de isolamento indesejado, 60% dos beneficiários vive sozinho.

A **questão do isolamento** é analisada em várias dimensões, incluindo **o apoio familiar** e outros recursos, **o ambiente** em que a pessoa se encontra, as **condições de acessibilidade** do local de residência, entre outros aspetos. O suporte da família é especialmente crucial e é considerado pela equipa técnica como um critério de diagnóstico relevante. Em média, os beneficiários têm um filho, enquanto **24% não têm filhos**.

A equipa técnica dá atualmente apoio a beneficiários de **13 freguesias**, destacando-se a freguesia de Santa Maria Maior, com 65% dos casos, seguida da freguesia de Arroios, com 8% dos casos.

As respostas providenciadas pela AMP são gratuitas e assentam numa metodologia de proximidade. Através da metodologia de intervenção da AMP, procura-se cimentar uma **rede de parcerias** que proporcionem à população idosa o acesso a recursos que permitam **melhorar a sua qualidade de vida**. Pretende-se, acima de tudo, integrar a pessoa na comunidade onde reside, contribuindo para a melhoria do seu bem-estar físico, psicológico e emocional.



Intervenção AMP

Caracterização

Linha 1

Diminuição da solidão e isolamento

Linha 2

Promoção da saúde e bem-estar

Linha 3

Promoção da qualidade de vida no domicílio

● Diminuição da solidão e isolamento:

Atividades: Visitas no domicílio, contactos telefónicos, sinalização de datas festivas, como o aniversário e o Natal, passeios culturais, convites para atividades de grupo;

● Promoção da saúde e bem-estar:

Atividades: Acompanhamento e marcação de consultas, apoio psicológico no domicílio, monitorização dos valores da tensão arterial, passagem de informação com técnicos de saúde, aquisição de fármacos e outros bens relacionados com a saúde, pedido de transportes especializados;

● Aumentar a qualidade de vida no domicílio:

Atividades: Doação ou empréstimo de ajudas técnicas, acesso a bens e serviços, pequenas reparações ou obras no domicílio, procura de informações gerais.



AMP e o Grupo Portugália:

*Uma parceria que se
adapta!*



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida - enquadramento

Desde 2018 que a AMP e os seus beneficiários têm o privilégio de contar com o apoio do Grupo Portugália para **celebrar a sua data de aniversário**, através da oferta do almoço neste dia especial, não só ao beneficiário AMP, mas também a mais uma ou duas pessoas significativas para o mesmo.

Através desta parceira é possível o aniversariante poder **voltar a sinalizar o seu dia de anos** de forma digna e com companhia, criando memórias.

De referir que esta parceria foi-se **adaptando** às necessidades dos beneficiários da AMP e, para além dos almoços nas diversas unidades do Grupo Portugália, a parceira **entra em casa** de quem já não consegue sair de sua habitação, através do serviço *take-away*. Permitindo assim celebrar esta data no conforto da sua casa.

Salientar que não é apenas a oferta do almoço, não é apenas uma refeição, **é uma saída de casa, com companhia, um reviver de memórias** e, por vezes, de experimentar comidas que até então nunca tinham provado e que não teriam oportunidade e capacidade, sem este apoio.



"Frequento esta casa há muitos anos, e está cada vez melhor! Fiquei deslumbrada com as gambas à brás, foi a primeira vez que comi! Não me lembro da última vez que comi gambas."

Leôncia, 97º aniversário



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

(ano de 2024)

58

Aniversários festejados

161

Refeições oferecidas

6

Unidades
Grupo Portugália envolvidas

No ano de 2024, foram festejados **58 aniversários, envolvendo no total 161** pessoas, ou seja, 58 beneficiários da AMP mais respetivos acompanhantes escolhidos pela pessoa. Na maioria, as escolhas recaíram por familiares (quando existentes), técnicos ou voluntários da AMP.

Ao longo da parceria, a AMP foi percebendo o quão importante era para os beneficiários poderem ter a oportunidade de convidar pessoas para o seu aniversário. Esta mais valia só é possível, pois o **Grupo Portugália** além de reconhecer a importância, oferece não só o almoço ao aniversariante, como aos acompanhantes por ele escolhidos.

AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

(ano 2024)

Os festejos dos aniversários, no ano de 2024, envolveram **seis unidades do Grupo Portugália**: Almirante Reis, Cais do Sodré, Ribadouro, Belém, Armazéns do Chiado e excepcionalmente, Alvalade.

Neste sentido, é uma mais valia poder haver várias unidades aderentes à missão da AMP, pois permite que o beneficiários da AMP possam escolher a unidade mais perto de sua casa ou, no caso de utentes que já são acompanhados desde 2014, a oportunidade de poderem almoçar em cada ano, num espaço diferente e sempre tão caloroso e saboroso.



*"É sempre tão bom vir cá, já é da praxe!
E ainda bem que o Grupo Portugália
não se esquece de nós e nos alegra este
dia, para mim significa muito! Estava
tudo ótimo, como sempre! Muito, muito
obrigada!!"*

Camila, 85º aniversário



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

(ano de 2024)

Além das unidades envolvidas, o **Grupo Portugália**, possibilita a sinalização de aniversário, aos beneficiários da AMP que devido às suas dificuldades de mobilidade não possam deslocar-se às unidades.

Assim, através do **take away** foram sinalizados **nove** aniversários.

Os beneficiários partilharam que esta vertente os surpreende e deixa sem palavras, uma vez que permite que o serviço possa ir de encontro ao beneficiário que, devido à falta de mobilidade, já perde tanto no seu dia a dia. Sentem que mesmo estando “presos” em casa, o **Grupo Portugália** não se esquece deles.

Assim, no calor do seu lar festeja-se com a comida excepcional do Grupo Portugália.



"Obrigada por um almoço tão cuidado. Eu já não consigo ir até ao restaurante mas o restaurante veio até cá a casa. Estava tudo tão bonito e com tanto cuidado que me emocionei. Até as entradas trouxeram. Festejar os 100 anos desta maneira deixa-me com vontade de chegar aos 101. Agradeço a todos o cuidado e a atenção que tiveram comigo".

Amélia, 100º aniversário

Associação Mais Proximidade



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

100%

Sentiram-se estimados

98%

Almoço teve muito impacto no seu dia

80%

Se não fosse a Grupo Portugália não celebrava aniversário

O almoço de aniversário no Grupo Portugália é visto como um momento onde os beneficiários da AMP se sentem **muito estimados** por todos, pelo que não houve qualquer pessoa que referisse o contrário.

Em termos de impacto, **99%** dos beneficiários partilham que o almoço oferecido pelo Grupo Portugália teve impacto no seu dia, até porque **80%** refere que, se não fosse esta forma de sinalizar o seu dia de anos, não iria ter forma de o fazer de outra forma.

Estes dados são muito interessantes, pois quando a AMP entrou na vida destas pessoas percebeu que muitas não sinalizavam o seu dia de anos, por diversos motivos, como: não ter com quem o fazer, não ter motivos para celebrar, não ter condições para o fazer.

Assim, a AMP foi em busca de um parceiro para poder transformar o dia de anos num dia de comemoração e festa, o que foi claramente atingido com a parceria com o Grupo Portugália.

Neste sentido, o Grupo Portugália tem um impacto muito positivo na **valorização da vida pessoa**.

"É tão bom saber que posso vir aqui almoçar no dia de anos que até penso já no ano seguinte. Para o ano quero estar aqui e quem me dera ser atendida por este Senhor tão simpático. O almoço estava delicioso, acho que até comi demasiado por me estar a saber tão bem. Desejo tudo de bom para quem ajuda a dar estes momentos."

Maria das Dores, 95º aniversário



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

Impacto

23%

Concorda

57%

Concorda totalmente

O almoço nas unidades do Grupo Portugália tem impacto na **mobilidade** e na **autoestima** da pessoa

A AMP apoia uma vasta diversidade de pessoas, desde os beneficiários que saem de casa de forma independente, aos que só saem com apoio ou até mesmo quem aos que já não conseguem sair de casa. Neste sentido a AMP procura respostas para este leque de condições.

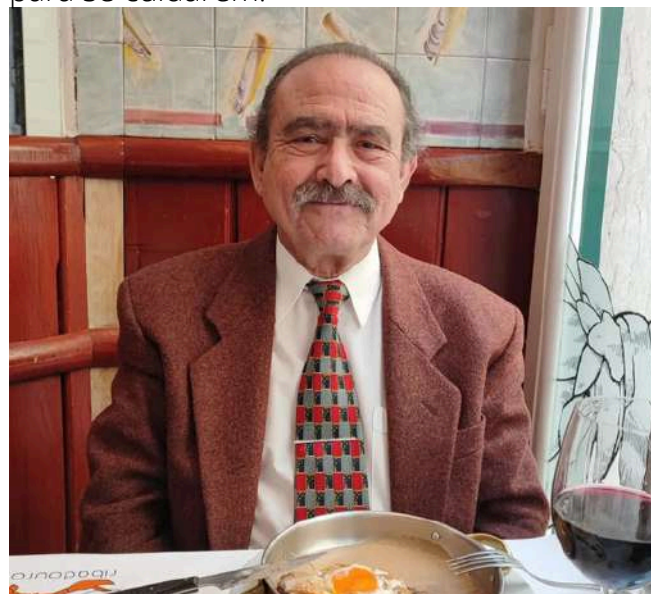
Os almoços nas unidades do Grupo Portugália são considerados bons motivos para sair de casa e assim promover a **mobilidade** dos beneficiários da AMP, tão importante de forma a assegurar uma contínua inclusão na comunidade.

Outro aspeto muito observado diz respeito à **autoestima** dos beneficiários.

"Se não fossem vocês eu já não festejava nada. Já não tinha vontade. Mas agora até vou ao barbeiro para estar à altura da companhia e do local"

José, 77º aniversário

É perceptível que os almoços são motivos para as pessoas voltarem a ter prazer em usar as suas melhores roupas, brincos e outros adereços, pois ir almoçar ao Grupo Portugália ou receber o almoço do Grupo Portugália é o motivo que muitas vezes falta para se cuidarem.



Associação Mais Proximidade



AMP e o Grupo Portugália

Celebrar a vida em números

Impacto

10%

Concorda

90%

Concorda totalmente

O almoço do Grupo Portugália tem impacto na **solidão** e no **reforços das relações interpessoais**

Os almoços não são apenas momentos para desfrutar do paladar. O Grupo Portugália ao possibilitar ao aniversariante levar acompanhante, permite que este tenha companhia nesse momento tão especial.

Assim, o almoço proporciona momentos de convívio, de partilha de memórias, de aprendizagens, de sorrisos e emoções, tão importantes para o **combate à solidão**, reforçando as **relações interpessoais** à mesa.





AMP e o Grupo Portugália

Natal Solidário!

Desde 2022 que a AMP desenvolve os presentes de natal solidários, de forma a que a compra dos mesmos, ajude na causa da AMP - o combate da solidão e do isolamento.

O Grupo Portugália tem sido o grande parceiro desta iniciativa, através da compra de presentes solidários para distribuição interna.

A aquisição dos presentes de Natal permite à AMP, por um lado, criar uma ação de voluntariado, envolvendo outro tipo de voluntários e, por outro, angariar dinheiro para as atividades diretas com beneficiários.



Em termos concretos, com o **valor angariado** com os presentes solidários de 2023 adquiridos pelo Grupo Portugália, foi possível efetuar **20 acompanhamentos** de beneficiários a consultas de saúde e realizar **100 contatos telefónicos.**

Este tipo de ações impacta na divulgação da AMP, que desta forma chegou **a mais de 200 pessoas.**

Muito Obrigada!

AMP e o Grupo Portugália

À mesa nas festas!

Ao longo do ano, a AMP desenvolve várias atividades de grupo e de forma promover o convívio, estas culminam sempre com um “lanche”.

O Grupo Portugália tem sido incansável, através da oferta de entradas, os famosos **croquetes do Grupo Portugália** e dos belos pastéis de nata da Manteigaria, que fazem a delícia de todos, sendo sempre os primeiros a acabar nas nossas mesas.



O apoio alimentar dado pelo Grupo Portugália nos diversos eventos contribuiu para **enriquecer e diversificar** os lanches das festas da AMP.

Melhorou a qualidade e a dignidade do lanche que foi apresentado aos beneficiários, voluntários, parceiros e equipa técnica. Sem este apoio a AMP teria de investir com fundos próprios ou não ter uma mesa digna.

AMP e o Grupo Portugália

Durante a Pandemia

Os anos de 2020 e 2021 foram anos particularmente desafiantes, devido à pandemia provocada pelo Covid-19, foi necessário adaptar a intervenção da AMP, de modo a proteger os seus beneficiários. Mais uma vez, o **Grupo Portugália** foi um parceiro muito importante e que adaptou com a AMP na mudança e permitiu manter a tradição de sinalização do aniversário das pessoas acompanhadas pela Associação.



Esta adaptação traduziu-se, para além da entrega de almoços em takeaway aos aniversariantes, também na entrega de croquetes, pacotes de bolachas e na pastéis de nata em épocas festivas, como o Natal e aniversário da AMP.

Este apoio permitiu sinalizar as épocas festivas, de uma forma segura, **aumentar o sentimento de estima e valorização da pessoa e diminuir o sentimento de solidão e isolamento** sentido, particularmente durante o período de pandemia.

AMP e o Grupo Portugália

O Natal em Equipa!

Ao longo do anos o Grupo Portugália tem também sido um importante apoio na celebração do Natal da equipa.

Anualmente o Grupo tem oferecido o **jantar de Natal à equipa AMP**, numas das unidades do grupo. Uma forma muito especial de celebração de uma época tão importante e que se estende a todos os elementos integrantes da equipa e Direção da AMP.



O apoio na sinalização desta data, dado pelo Grupo Portugália, tem um **impacto muito positivo na equipa**, na medida que permite não só a sinalização desta data, mas um **momento de convívio, partilha e de descontração** entre todas as técnicas e Direção da AMP.

Tudo isto, à volta de uma mesa e com uma comida de excelência!



AMP e o Grupo Portugália

Consignar também é ajudar!

A consignação do IRS é uma das principais fontes de financiamento da AMP, tão importante para manter a intervenção com os beneficiários.

Assim, a AMP divulga a campanha de consignação de IRS juntos dos beneficiários, voluntários, associados, parceiros e dos media.

Mais uma vez o Grupo Portugália mostrou-se incansável e aderiu à iniciativa, possibilitando a divulgação da **campanha de consignação de IRS** na unidade de **Alvalade**. Assim, de abril a junho, foram distribuídos **1200** panfletos apelando à consignação à AMP aos vários clientes da unidade de Alvalade - o que permite à AMP alcançar mais pessoas (+1200) que de outra forma não seria possível.

No ano de 2023, através da consignação do IRS, a Associação Mais Proximidade conseguiu angariar **12301,88 €** - o que permite a realização de **810 visitas** ao domicílio das 120 pessoas idosas acompanhadas pela AMP.



Nota - Não é possível detalhar o valor consignado pelos clientes do Grupo Portugália de Alvalade, uma vez que a AMP só tem conhecimento do valor total e de ano para ano, existem alterações nas forma de divulgação que influenciam o resultado final.



AMP e o Grupo Portugália

2018 a 2024

386

Aniversários festejados

905

Refeições oferecidas

743

Croquetes e outros
salgados

540

Pastéis de nata

6

Unidades Portugália
Envolvidas

4

Jantares de Natal AMP

Números de 2018 a Dezembro de 2024

Associação Mais
Proximidade



Considerações finais

A parceria entre a **AMP** e o **Grupo Portugália** tem sido fulcral ao longo dos anos, quer em termos diretos com a população acompanhada quer em termos institucionais.

Através dos almoços nos dias de aniversários, os beneficiários “ganham” a oportunidade de poder **sinalizar o seu dia de anos**, de forma digna e personalizada, podendo convidar a/as pessoa/as mais importante/s para si.

Os almoços para os beneficiários AMP são mais que “meras” refeições, são momentos que têm **impacto** na **valorização da pessoa**, na sua **autoestima**, no sentido de **estima** por parte dos outros, na **mobilidade**, e no **combate à solidão**, com o **reforço das relações interpessoais**.

Em termos institucionais, a parceria com o Grupo Portugália é um **selo de confiança** para outros parceiros/potenciais parceiros. Além do mais, o **Grupo Portugália** tem sido parceira nas várias ações de **angariação de fundos**, quer seja através da aquisição de **presentes solidários de natal**, como na divulgação da campanha de **consignação de IRS**, o que tem impacto direto no **aumento de receitas** para a AMP de forma a aplicar nas várias atividade com os beneficiários.

É de referir, igualmente, que através da parceria com o Grupo Portugália é possível a **poupança de custos**, através da **doação de bens** para os eventos institucionais promovidos pela AMP. Nestas atividades os bens doados, permitem, também, a **diversidade** da mesa de lanche com a **qualidade máxima**.

Outro aspeto potenciado com a parceira com o Grupo Portugália é o **alcance de mais pessoas** para a missão da AMP, quer seja **voluntários** para a realização de presentes solidários, como dos **colaboradores do Grupo Portugália** ou até mesmo **clientes**.

Assim, a AMP considera a parceira com o Grupo Portugália **fundamental** para a persecução das suas atividades, quer seja no **presente** como no **futuro**, não sendo possível calcular o impacto de uma eventual perda desta parceria.

Para **2025**, a AMP deixa a sugestão de poder desenvolver ações de **voluntariado corporativo** com o Grupo Portugália, de forma a aproximar, ainda mais, os colaboradores do Grupo Portugália, à população apoiada pela AMP.



PORTUGÁLIA

RESTAURAÇÃO



Associação Mais
Proximidade

RUA TERREIRO DO TRIGO, 66 1º DTO
1100-604 LISBOA
213 425 268
WWW.MAISPROXIMIDADE.PT