

PLANO DE AÇÃO 2026

BEBÉS DE S. JOÃO | ASSOCIAÇÃO DE APOIO À MATERNIDADE



ÍNDICE

1. MISSÃO -INTERVENÇÃO

- Apoio Material/ Apoio Humano/ Formação
- Percurso de Acompanhamento

2. VOLUNTARIADO

3. COMUNICAÇÃO E MARKETING

4. ANGARIAÇÃO

5. OBJETIVOS

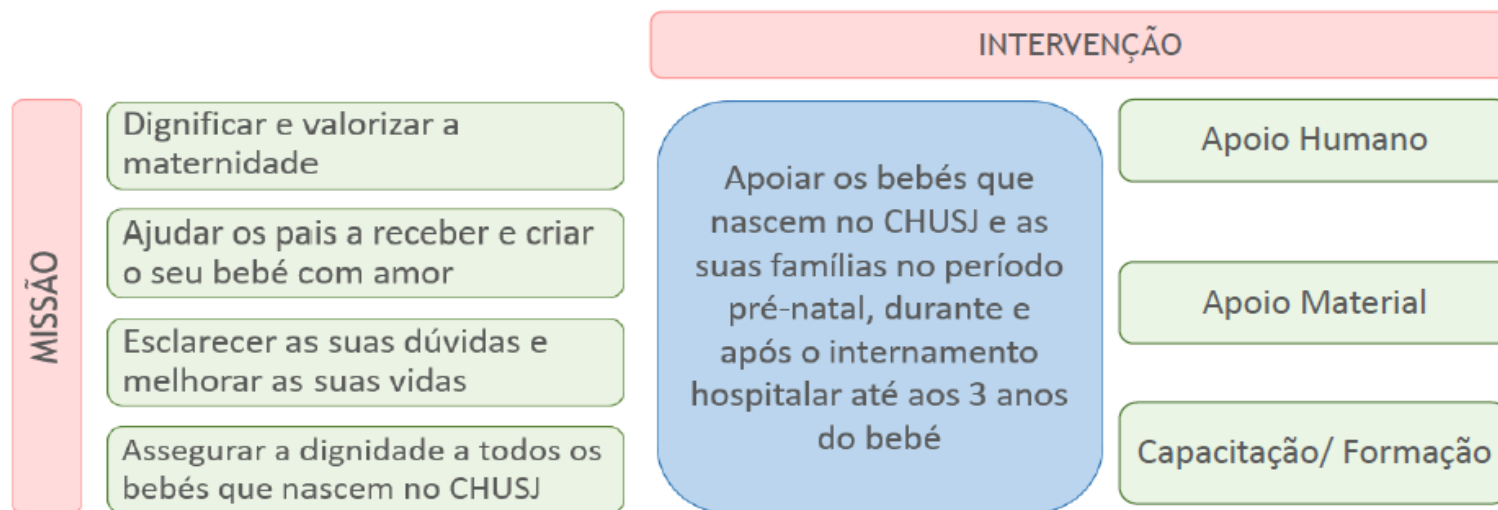
6. ORÇAMENTO



MISSÃO/INTERVENÇÃO

A Bebés de S. João – Associação de Apoio à Maternidade presta um serviço de apoio aos bebés nascidos no Centro Hospitalar e Universitário de São João (CHUSJ) e às suas famílias no período pré-natal, durante e após o internamento hospitalar, através da entrega de enxovais, prestando ajuda material e humana a famílias com poucos recursos económicos e desenvolvendo ações de formação.

Defende o ideal da vida e o seu serviço e o direito que todos os bebés têm de vir ao mundo e de serem criados de uma forma digna.



PERCURSO DE ACOMPANHAMENTO

ETAPAS	DETALHE
Sinalização	Todas as famílias são referenciadas por uma Assistente Social do Serviço Social do CHUSJ.
1ª Entrevista	Apresentação da BSJ e da família e proposta de adesão ao plano de acompanhamento com compromisso mútuo.
Encontro Pré-Natal	Caraterísticas e competências do feto e do recém-nascido; Saúde mental materna; Relações precoces dos pais com o bebé; Ambiente no pós parto; Prevenção da sobrecarga sensorial.
Integração no grupo	De acordo com o mês de nascimento do bebé.
Percurso Formativo	Mensalmente são abordados temas adaptados à idade da criança, associando atividades formativas e apoio material e humano.
Entrevista de Acompanhamento	No final do percurso formativo para balanço e avaliação das necessidades.
Apoio bimestral	A partir dos 2 anos o apoio humano e material passa a ser de 2 em 2 meses até aos 3 anos da criança.
Desenvolvimento Pessoal dos Pais	Rotinas e desenvolvimento de competências pessoais e parentais para uma família saudável.



VOLUNTARIADO

Voluntários regulares

ÁREA DE INTERVENÇÃO	DETALHE
Atendimento/ Interação com as mães	Acolhimento e acompanhamento diário das famílias.
Visitas no CHUSJ	Visitas ao Serviço de Obstetrícia – Consultas e internamento. Visitas aos Serviço de Neonatologia.
Recém-nascidos - Enxovais	Preparação de enxovais e alcofas.
Formação de voluntárias	Coordenação da formação regular das voluntárias e estabelecimento do Plano de Formação para integração de novas voluntárias.
Compras e Gestão de stock	Aquisição de fraldas e produtos de higiene. Seleção e triagem de bens, organização, armazenamento e otimização do espaço.
Confeção e tratamento de bens	Confeção de almofadas de amamentação, tapetes de atividades, babetes, sacos para o “Kit 10 minutos”, cordeirinhos. Triagem, lavagem e reaproveitamento de tecidos e roupa.
Actividades de apoio	Apoio administrativo e de secretariado. Manutenção da base de dados. Recolha de bens.
Comunicação e marketing	Comunicação Interna e externa. Manutenção do site e redes sociais



VOLUNTARIADO

Voluntários especializados nas seguintes áreas:

- Cuidados Pré-natais
- Cuidados ao recém nascido
- Desenvolvimento psico-motor do bebé
- Segurança e prevenção de acidentes na 1ª infância
- Alimentação saudável
- Higiene oral
- O sono do bebé
- Desenvolvimento pessoal dos pais
- Comunicação e marketing



COMUNICAÇÃO

Implementação do Plano de Comunicação da BSJ

- Comunicação Interna:
 - ✓ Implementar novas formas de comunicação entre voluntárias; Reforçar importância das reuniões de início e conclusão do dia;
 - ✓ Comunicação CHUSJ - Reuniões regulares com o Serviço de Comunicação do CHUSJ, apresentação da BSJ junto dos serviços do hospital e de outros grupos de voluntários;
- Comunicação Externa:
 - ✓ Manutenção do site e das redes sociais (Facebook e Instagram);
 - ✓ Apresentação da BSJ junto das Centros de Saúde e Juntas de Freguesia, nomeadamente das zonas de Paranhos e Campanhã;
 - ✓ Relação com os Media (entrevistas/notícias em jornais e participação em programas de rádio e televisão);
 - ✓ Apresentação da associação em empresas, escolas, entidades financiadoras.



ANGARIAÇÃO

Formas de angariação de bens

- Em dinheiro:
 - ✓ Quotas dos associados e donativos de Amigos
 - ✓ Promoção do Livro da Mãe
 - ✓ Consignação IRS 2025
 - ✓ MBWAY Solidário
 - ✓ Candidaturas e Prémios
 - ✓ Captação de donativos regulares junto de empresas
 - ✓ Promoção de eventos (leilões solidários, concertos solidários, ...)
- Em espécie:
 - ✓ Empresas - angariação de fraldas e produtos higiene, *teambuilding* solidário
 - ✓ Campanhas para angariação de produtos específicos (fraldas, carrinhos, etc.) ou em épocas especiais (natal, início de aulas, etc.) dirigidas a empresas, escolas e farmácias.
 - ✓ Presença em Feiras e Vendas



OBJETIVOS 2026

- Estabelecer parcerias e captar voluntários com competências específicas – terapia ocupacional, enfermagem, nutrição, psicologia, medicina dentária, assistência social, comunicação e marketing;
- Reforçar a formação específica de desenvolvimento pessoal dos pais no último ano de acompanhamento do bebé;
- Criar uma equipa coordenadora de formação para as voluntárias e para estabelecer um Plano de Formação regular para novas voluntárias;
- Criar uma equipa de angariação de fundos, organização de eventos e candidaturas a projetos sociais;
- Criar uma equipa responsável pela informação (ferramentas de comunicação) e a implementação do Plano de Comunicação da BSJ;
- Aumentar a rede de apoio entre as famílias e a comunidade;
- Definir a metodologia para avaliação do impacto da intervenção da BSJ junto das famílias;
- Sensibilizar o CHUSJ para a concluir a obra de reparação dos danos causados nas instalações da BSJ;
- Melhorar o espaço - conseguir parceiros para melhoria e decoração das instalações da BSJ.



ORÇAMENTO

Receitas

- Consignação de 1% IRS 2025	5.000 €
- Donativos	8.500 €
- Quotas	1.000 €
Total de Receitas	14.500 €

Despesas

- Fraldas e produtos de higiene	12.500 €
- Contabilidade	1.500 €
- Diversos (comunicação, marketing e outras despesas correntes)	500 €
Total de Despesas	14.500 €





BEBÉS DE S. JOÃO | ASSOCIAÇÃO DE APOIO À MATERNIDADE

Contactos:

22 091 9188 • 96 133 3143 • 96 125 4095

bebes.saojoao@chsj.min-saude.pt

www.bsj.pt • www.facebook.com/bebesDeSaoJoao • www.instagram.com/bebes_de_s_joao

