

## Descrição da ações, inscrições e horários

### 1. Inscrições

Obtida a necessária autorização pela respetiva chefia<sup>1</sup>, as inscrições **deverão ser remetidas, até 18 de outubro, para o endereço de correio eletrónico [voluntariado@montepio.pt](mailto:voluntariado@montepio.pt)**, indicando:

- Nome do Participante:
- MGAM ou Participada do MGAM:
- Ação em que gostaria de participar:

Os trabalhadores-voluntários podem enviar a sua candidatura de forma individual ou coletiva (com outros colegas que pretendam estar presentes na mesma ação).

### 2. Horários e transportes

2.1. Todas as ações têm início entre as 9h e as 9h30 e os trabalhos decorrerão até às 16h30/17h, exceto o “jantar comunitário”, que se realiza em Rio Tinto.

2.2. As deslocações são asseguradas pelos trabalhadores-voluntários.

---

<sup>1</sup> No **Guia do Colaborador Voluntário Como Ser Solidário Sem Sair Do Trabalho**, no capítulo *Deveres do Colaborador-Voluntário do Montepio*, o **ponto 6** refere nomeadamente que: “Antes de se inscrever numa ação de Voluntariado Concreta, o colaborador deve solicitar previamente, com a antecedência mínima de 48h, a autorização da sua chefia imediata, de modo a não prejudicar o serviço”.

2.3. No final do período de inscrições, serão comunicadas por e-mail a cada voluntário inscrito a localização da entidade onde irão realizar a sua intervenção, os detalhes e o programa da ação.

## Ação 1: Um dia na Quinta do Conventinho, em Loures

**Parceiro Local:**



**Comunidade:** Loures

### **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):**

- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** 20 de outubro (6ª feira)

**Parceiro Local:** Câmara Municipal de Loures

**Intervenção:** Tarefas de monda no âmbito dos Viveiros Municipais de Loures e ação de conservação preventiva nas lápides em pedra à entrada do Museu (Quinta do Conventinho).

### **Beneficiários:**

Moradores do Concelho de Loures e visitantes do Museu da Quinta do Conventinho

### **Formato:**

Presencial, contando com a presença de elementos da equipa técnica da Câmara Municipal de Loures e dos trabalhadores-voluntários do Grupo Montepio

**Nº de Voluntários:** 10/12 trabalhadores-voluntários

**Nota:** Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação

**Programa:**

09h00 | Ponto de encontro: instalações da Quinta do Conventinho  
09h45 | Briefing geral  
10h00 | Início dos trabalhos  
11h30 | Intervalo  
13h00 | Almoço no local da ação  
14h00 | Reinício dos trabalhos  
16h30 | Fim dos trabalhos (fotografia de grupo)  
17h00 | Regresso a casa

**Contactos de apoio**

**Contactos entidade parceira local:**

Morada do local da ação: a indicar oportunamente

Nome e telemóvel do contacto local: a indicar oportunamente

**Contactos do dinamizador local:**

Nome: Paula Pinheiro

Telemóvel: 933 403 353

**Contactos do representante do GRS:**

Nome: José Resende

Telemóvel: 962 354 751

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

## Ação 2: Voltámos à casa do Senhor Paulo

**Parceiro Local:**



**Comunidade** Baixa/Chiado, Lisboa

### **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):**

- ODS 10 – Redução da Desigualdades;
- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** 27 de outubro (6ª feira)

**Parceiro Local:** Associação Mais Proximidade

**Intervenção:** Limpeza de habitações de pessoas idosas da Comunidade da Baixa/Chiado. Casa do Senhor Paula, na Mouraria.

### **Beneficiários:**

Beneficiários da AMP que apresentem os seguintes critérios: necessidade de limpeza habitacional, vontade de ter a sua casa limpa, mobilidade reduzida sem possibilidade de fazer a higiene habitacional de forma autónoma, insuficiência financeira sem possibilidade de pagar um serviço externo de limpeza.

### **Objetivos:**

<p>Proporcionar uma vida mais digna e saudável a um conjunto de pessoas idosas da Comunidade da Baixa/Chiado.</p>
<p><b>Formato:</b></p> <p>Presencial, com presença de elementos da equipa técnica da Associação e dos trabalhadores-voluntários do Grupo Montepio.</p>
<p><b>Descrição detalhada da ação:</b></p> <p>Muitos dos Beneficiários acompanhados pela AMP não conseguem manter a higiene habitacional como gostariam devido a problemas de saúde e mobilidade. Com o tempo, as casas vão ficando mais cheias, mais sujas e sem manutenção, principalmente quando não há possibilidade financeira para fazer face a esta despesa. Muitas pessoas identificam esta situação como sendo um problema no seu dia a dia, uma vez que não se sentem a viver de forma digna. Sentem que a sua casa já não é o que era, o seu lar não é confortável, têm receio do julgamento porque não querem passar uma imagem “pouco asseada” e têm vergonha do seu lar.</p>
<p><b>Nº de Voluntários:</b> 5 trabalhadores-voluntários</p> <p><b>Nota:</b> Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação</p>
<p><b>Programa:</b></p> <p>09h00/09h30   Ponto de encontro nas instalações do Montepio Associação Mutualista (Rua do Carmo) e briefing com a equipa da AMP  09h30/10h00   Deslocação para a habitação do Senhor Paulo, na Mouraria  10h00/13h00   Apoio na limpeza e arrumação habitacional  13h00/14h30   Almoço convívio  14h30/16h30   Apoio na limpeza e arrumação habitacional (continuação)  16h30/17h00   Lanche, preenchimento de avaliação e fotografia de grupo  17h00   Regresso a casa</p>
<p><b>Contactos de apoio</b></p> <p><b>Contactos entidade parceira local:</b></p> <p>Morada do local da ação: a indicar oportunamente  Nome e telemóvel do contacto local: Maria João Xavier, contacto: 964 357 577</p> <p><b>Contactos do dinamizador local:</b></p>

Nome: Laura Duarte  
Telemóvel: a indicar oportunamente

**Contactos do representante do GRS:**

Nome: José Resende  
Telemóvel: 962 354 751

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

## Ação 3: Jantares comunitários e noite de Fado só no Centro Social do Soutelo, em Gondomar

Parceiro Local:



Comunidade Rio Tinto, Gondomar

### Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):

- ODS 02 – Erradicar a Fome;
- ODS 10 – Redução da Desigualdades;
- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** 27 de outubro (6ª feira), a partir das 17h.

**Parceiro Local:** Centro Social do Soutelo

**Intervenção:** Confeção de um jantar de confraternização para os utentes dos Centros de Dia

### Beneficiários:

70 idosos utentes dos Centros de Dia (Rio Tinto e Campanha) e 50 crianças do programa escolhas.



**Objetivos:**

Proporcionar um momento de convívio e de ligação entre os utentes dos Centros de Dia, do Centro Social do Soutelo.

**Formato:**

Presencial, com presença da equipa do Centro e dos Voluntários do Grupo Montepio

**Descrição detalhada da ação:**

Preparação das refeições para serem servidas nas instalações do Centro Social de Soutelo aos utentes dos Centros de Dia

**Nº de Voluntários:** 10 trabalhadores-voluntários

**Nota:** Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação

**Programa:**

17h00 | Ponto de encontro nas instalações do Centro

17h15 | Briefing geral

17h30 | Início dos trabalhos

20h00 | Servir os jantares aos utentes

21h45 | Animação

22h30 | Fim dos trabalhos (fotografia de grupo)

23h00 | Regresso a casa

**Contactos de apoio**

**Contactos entidade parceira local:**

Morada do local da ação: a indicar oportunamente

Nome e telemóvel do contacto local: a indicar oportunamente

**Contactos do dinamizador local:**

Nome: Mário Alves

Telemóvel: 962 147 759

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

## Ação 4: Recuperar os espaços da Creche Encosta do Castelo para as crianças brincarem em harmonia

**Parceiro Local:**



**Bairro Mouraria, Lisboa**

### **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):**

- ODS 10 – Redução da Desigualdades;
- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** 10 de novembro (6ª feira)

**Parceiro Local:** Associação Renovar a Mouraria

**Intervenção:** Recuperar espaços na Creche Encosta do Castelo, na Mouraria

### **Beneficiários:**

Funcionárias e crianças que frequentam a Creche Encosta do Castelo , no Bairro da Mouraria.

### **Objetivos:**

Recuperar alguns espaços devolutos da Creche para as crianças brincarem livremente.

### **Formato:**

Presencial, contando com a presença de elementos da equipa técnica da Associação, das crianças e funcionárias da Creche e dos trabalhadores-voluntários do Grupo Montepio.

<p><b>Descrição detalhada da ação:</b> Construção de floreiras e suportes para plantações e melhoramentos de alguns espaços físicos da Creche.</p>
<p><b>Nº de Voluntários:</b> 10 trabalhadores-voluntários</p> <p><b>Nota:</b> Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação</p>
<p><b>Programa:</b></p> <p>09h00   Ponto de encontro nas instalações da entidade parceira  09h45   Briefing geral  10h00   Início dos trabalhos  11h30   Intervalo dos trabalhos  13h00   Almoço no local da ação  14h00   Reinício dos trabalhos  16h30   Fim dos trabalhos (fotografia de grupo)  17h00   Regresso a casa</p>
<p><b>Contactos de apoio</b></p> <p><b>Contactos entidade parceira local:</b></p> <p>Morada do local da ação: Beco do Rosendo, 8 (Martim Moniz)  Nome e telemóvel do contacto local: Inês Andrade; 966 258 593</p> <p><b>Contactos da dinamizadora local:</b></p> <p>Nome: Maria do Rosário Silva  Telemóvel: a indicar oportunamente</p> <p><b>Contactos dos representantes do GRS:</b></p> <p>Nome: José Resende  Telemóvel: 962 354 751</p>

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

## Ação 5: Presença Amiga dos voluntários do Grupo Montepio no CECD

**Parceiro Local:**



**Parceiros Locais:** *UFAMS e ARPIMS*

**Bairro de** *Mira Sintra*

### **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):**

- ODS 10 – Redução da Desigualdades;
- ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis;
- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** *17 de novembro (6ª feira)*

### **Parceiro Local:**

CECD – Centro Educacional para o Cidadão Deficiente

### **Intervenção:**

Intervenção (limpeza/requalificação) no Parque Urbano de Mira Sintra;  
Presença Amiga: momentos de conversação e interação com séniores da comunidade e do Lar residencial do CECD.

**Beneficiários:**

Séniore da comunidade e do Lar residencial do CECD.

**Objetivos:**

- . Combater o isolamento social provocado pelo envelhecimento da população do bairro de Mira Sintra;
- . Promover o convívio intergeracional em ambiente inclusivo;
- . Investir na melhoria das condições do espaço público (Parque Urbano).

**Formato:**

Presencial, com presença dos técnicos do Centro e dos Voluntários do Grupo Montepio.

**Descrição detalhada da ação:**

- . Intervenção (limpeza/requalificação) no Parque Urbano de Mira Sintra;
- . Presença Amiga: momentos de conversação e interação com séniore da comunidade e do Lar residencial do CECD.

**Nº de Voluntários:** 20 trabalhadores-voluntários

**Nota:** Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação

**Programa:**

09h00 | Ponto de encontro no CECD (em Mira Sintra)  
 09h45 | Briefing geral  
 10h00 | Início dos trabalhos  
 11h30 | Intervalo dos trabalhos  
 13h00 | Almoço no local da ação  
 14h00 | Reinício dos trabalhos  
 16h30 | Fim dos trabalhos (fotografia de grupo)  
 17h00 | Regresso a casa

**Contactos de apoio**

**Contactos entidade parceira local:**

Morada do local da ação: a indicar oportunamente

Lígia Gonçalves:  
a indicar oportunamente

**Contactos das dinamizadoras locais:**

Nome: Denise Santos  
Telemóvel: 914 403137

Nome: Ana Isabel Carvalho  
Telemóvel: a indicar oportunamente

**Contactos do representante do GRS (se for o caso):**

Nome: José Resende  
Telemóvel: 962 354 751

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

## Ação 6: Quinta Quinta da Mina, no Barreiro

**Parceiro Local:**



### Comunidade da Cidade Sol/Bairro Quinta da Mina, Barreiro

#### Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS):

- ODS 04 – Educação de Qualidade;
- ODS 08 - Trabalho Digno e Crescimento Económico;
- ODS 10 – Redução da Desigualdades;
- ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis;
- ODS 17 – Parcerias para o Desenvolvimento.

**Dia da realização da ação:** 24 de novembro (6ª feira)

**Parceiro Local:** Cooperativa RUMO

#### Intervenção:

Voluntariado de competências: Ateliê/s de empreendedorismo e gestão financeira;

Voluntariado de coletivo: Plantação de árvores e plantas/arbustos.

**Beneficiários:** Comunidade do Bairro da Quinta da Mina

**Objetivos:**

Identificar temáticas/problemáticas sobre as quais os/as destinatários/as necessitem de informação/conhecimento e ganho de ferramentas

**Formato:**

Presencial, contando com a presença de elementos da equipa técnica da Associação e dos trabalhadores-voluntários do Grupo Montepio

**Descrição detalhada da ação:**

- . Voluntariado de competências: Identificar temáticas/problemáticas sobre as quais os/as destinatários/as necessitem de informação/conhecimento e ganho de ferramentas;
- . Voluntariado coletivo: Promoção do envolvimento e incentivo aos/as destinatários para a manutenção e melhoria continua dos espaços intervencionados.

**Número de Voluntários:** 10/12 trabalhadores-voluntários

**Nota:** Calçado confortável, luvas e roupa apropriada à ação

**Programa:**

09h00 | Ponto de encontro nas instalações da entidade parceira  
 09h45 | Briefing geral  
 10h00 | Início dos trabalhos  
 11h30 | Intervalo dos trabalhos  
 13h00 | Almoço no local da ação  
 14h00 | Reinício dos trabalhos  
 16h30 | Fim dos trabalhos (fotografia de grupo)  
 17h00 | Regresso a casa

**Contactos de apoio**

**Contactos entidade parceira local:**

Morada do local da ação: a indicar oportunamente  
 Nome e telemóvel do contacto local: a indicar oportunamente



**Contactos da dinamizadora local:**

Nome: Conceição Mendes

Telemóvel: a indicar oportunamente

**Contactos dos representantes do GRS:**

Nome: José Resende

Telemóvel: 962 354 751

**Equipa de Voluntários:**

Equipa a definir

### Notas Finais a ter em consideração:

1. Todos os trabalhos a desenvolver no âmbito das ações programadas são acompanhados por técnicos especializados.
2. Qualquer ação de voluntariado é uma contratualização que o Montepio efetua com as organizações da sociedade civil o que implica respeito e honestidade para com as mesmas, não devendo os trabalhadores do Montepio faltar ao compromisso no dia da ação.
3. Assim sendo, solicita-se a todos os trabalhadores-voluntários que, antecipadamente, até 48 horas antes da realização da ação, na impossibilidade de poderem estar presentes (exceto para imprevistos de última hora), comuniquem essa informação ao GRS (Gabinete de Responsabilidade Social do MGAM) de modo a que o normal funcionamento da iniciativa possa ser reajustado, procurando não penalizar o que foi previamente contratualizado com a instituição beneficiária da intervenção e preservar a imagem corporativa do Grupo Montepio.
4. Não são permitidas publicações nas redes sociais de imagens ou sons das ações de voluntariado que tenham sido captados pelos trabalhadores-voluntários. Pedimos a vossa melhor compreensão e a vossa colaboração para que os registos de som e imagem das ações sejam partilhados a partir meios dos comunicação internos e externos detidos pelo Grupo Montepio.

Dúvidas: [voluntariado@montepio.pt](mailto:voluntariado@montepio.pt)