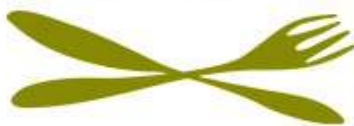


Newsletter Janeiro

cozinha com alma



Bolsa Acompanhar

Ano novo, Bolsa nova. Mais um ano e o compromisso de querermos acompanhar as nossas famílias continua com mais força.



Ao longo dos últimos anos, chegaram à Cozinha com Alma pedidos de apoio por parte de um perfil de famílias com rendimentos insuficientes (reformas/pensões) para fazer face a despesas elevadas (e.g., habitação, despesas de saúde), com baixo **potencial de mudança** e, por isso, com **necessidade de um apoio alimentar e acompanhamento de longa duração**.

O Programa Acompanhar apoia famílias/beneficiários com **mais de 65 anos ou em situação de dependência** (doença crónica ou incapacidade) que estejam a passar por dificuldades financeiras ou incapacidade de cozinhar.

Neste programa, são apoiadas actualmente **23 pessoas** através do **acesso a uma refeição completa por dia** para cada elemento do agregado familiar e de um **Plano de Acompanhamento**.

Desta forma ambicionamos, **combater o isolamento** e promover uma **vida activa e integrada**, no desenvolvimento das áreas de **Gestão do Orçamento Familiar, Valorização Pessoal e Participação Social**.

A par do Programa Acompanhar, a Bolsa Social apoia actualmente **145 pessoas no Programa Capacitar**, que tem como objectivo capacitar e garantir a autonomia financeira às famílias que se encontram em dificuldades financeiras temporárias, através de **refeição completa por dia** para cada elemento do agregado familiar e a um **Plano de Capacitação**.

A Cozinha com Alma aos olhos das...

Famílias mais felizes neste Natal

Mãe 40 anos:

"Não tenho palavras para descrever a minha alegria, quando olhei para aqueles 3 cabazes fiquei de lágrimas nos olhos. Não chegando ainda havia um presente para cada um de nós. Muito obrigada por tudo pelo esforço e dedicação de nós fazer um Natal tão feliz."

Filha: 17 anos

"Muito obrigada pelo gesto ! Foi algo inexplicável fiquei mesmo feliz ao receber ! Seja os cabazes seja o presente que me ofereceu !! Muito querida gostei mesmo muito obrigada por tudo e por ter feito o meu Natal ainda melhor :)"



Este mês, sugerimos...

Rosbife Chimichurri do "Chef com Alma" António Cyrne

Os "Chef's com Alma" doam receitas ao nosso projecto e hoje é dia de trazer até si o Rosbife Chimichurri do Chef António Cyrne.

Desfrute desta deliciosa combinação entre coentros, salsa, tomilho, alecrim e fatias de carne suculentas.

Tão simples e tão prático como, cobrir a carne com o molho Chimichurri até ficar com aspecto suculento e saboroso. Aproveite esta oportunidade para surpreender a família e amigos.

Dê uma folga à sua cara metade...

Dia de São Valentim

Estamos a chegar ao dia de São Valentim! Já pensou num programa para si e para sua cara metade? Neste dia especial, temos muitas surpresas para que possa surpreender quem mais gosta! Saiba mais no nosso Instagram ou na nossa loja e participe no nosso passatempo deste ano! Novidades em breve!

