

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
3Cês Cadaval Clube	<a href="https://3cescadavalclube.wixsite.com/meusite">https://3cescadavalclube.wixsite.com/meusite</a>	<a href="mailto:3ces.cadavalclube@gmail.com">3ces.cadavalclube@gmail.com</a>	Associação dos funcionários do Município do Cadaval.
A Comdignitatis - Associação Portuguesa Para a Promoção da Dignidade Humana	<a href="https://www.comdignitatis.org/">https://www.comdignitatis.org/</a>	<a href="mailto:geral@comdignitatis.org">geral@comdignitatis.org</a>	Desenvolvem um trabalho social, na saúde, na educação, da psicologia e da formação, da cultura, do lazer e da promoção da qualidade de vida, regendo-nos pelo respeito máximo pela pessoa.
AADRM - Associação Académica Desportiva de Rio Maior	<a href="https://academicariomaior.pt/">https://academicariomaior.pt/</a>	<a href="mailto:academicarm@gmail.com">academicarm@gmail.com</a> <a href="mailto:geral@academicariomaior.pt">geral@academicariomaior.pt</a>	Produzem atletas para o mais alto nível competitivo, ao mesmo tempo que promovem uma sólida formação, baseada em valores desportivos, pessoais e sociais.
AAP_HSM (Associação de Apoio a Profissionais do Hospital de Santa Maria)	<a href="http://www.casastmaria.pt/">http://www.casastmaria.pt/</a>	<a href="mailto:geral@casastmaria.pt">geral@casastmaria.pt</a>	Tem como missão o apoio social e prestação de cuidados de saúde.
ABRAÇO, Associação de Apoio a Pessoas com VIH/SIDA	<a href="https://abraco.pt/">https://abraco.pt/</a>	<a href="mailto:geral@abraco.pt">geral@abraco.pt</a>	Desenvolvem ações de prevenção para a redução do número de novos casos de infeção pelo VIH.
Academia Sons & Harmonia - Associação Musical e Cultural	<a href="http://www.academiasonsharmonia.epizy.com/">http://www.academiasonsharmonia.epizy.com/</a>	<a href="mailto:academia.risos@gmail.com">academia.risos@gmail.com</a>	A Academia Sons & Harmonia é uma Associação Musical e Cultural sem fins lucrativos.
ADSFAN - Associação de Desenvolvimento social da Freguesia de A-dos-Negros	<a href="https://www.ads-fan.org/">https://www.ads-fan.org/</a>	<a href="mailto:geral@ads-fan.org">geral@ads-fan.org</a>	Ajudam pessoas e famílias necessitadas com serviços de qualidade que promovem o envelhecimento ativo e uma qualidade de vida digna.
ADSO - Associação de Dadores de Sangue do Concelho de Odivelas		<a href="mailto:adsodivelas19@gmail.com">adsodivelas19@gmail.com</a>	Sensibilizam a população, promovem e desenvolve ações de sensibilização para a importância da doação de sangue.
AIPNE - Associação para a Integração de Pessoas com Necessidades Especiais	<a href="https://aipne.webnode.pt/sobre-nos/">https://aipne.webnode.pt/sobre-nos/</a>	<a href="mailto:aipne.sec@gmail.com">aipne.sec@gmail.com</a>	Promovem a interação económica e social de pessoas com deficiência e intervenção individualizada.
Ajuda de Berço - Associação de Solidariedade Social	<a href="https://www.ajudadeberco.pt/">https://www.ajudadeberco.pt/</a>	<a href="mailto:ajudadeberco@ajudadeberco.pt">ajudadeberco@ajudadeberco.pt</a>	Ajudam e acolhem menores desprotegidos, sejam bebés ou crianças.
Alhandra Sporting Club	<a href="https://alhandrasportingclub.pt/">https://alhandrasportingclub.pt/</a>	<a href="mailto:alhandra_sc@hotmail.com">alhandra_sc@hotmail.com</a>	O Alhandra Sporting Club é uma associação sem fins lucrativos, dedicada à promoção da atividade desportiva com compromisso e paixão.
AMRT - Associação para a Mudança e Representação Transcultural	<a href="https://www.amrtranscultural.org/">https://www.amrtranscultural.org/</a>	<a href="mailto:amrt.transcultural@gmail.com">amrt.transcultural@gmail.com</a>	Trabalham para a integração e inclusão da comunidade migrante e em geral.
Amorama-Associação de Pais e Amigos de Deficientes Profundos	<a href="https://www.amorama.org/home.htm">https://www.amorama.org/home.htm</a>	<a href="mailto:geral@amorama.org">geral@amorama.org</a>	Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos vocacionada para o atendimento a cidadãos deficientes/dependentes.
APECI - Associação para a Educação de Crianças Inadaptadas de Torres Vedras	<a href="http://www.apeci.org.pt/">http://www.apeci.org.pt/</a>	<a href="mailto:direccao@apeci.org.pt">direccao@apeci.org.pt</a>	A Associação tem como objetivo principal dar apoio a pessoas com deficiência, nomeadamente com compromisso cognitivo ou necessidades educativas especiais.
APJIL - Associação de Pais do Jardim de Infância do Lumiar		<a href="mailto:apjilumiar@gmail.com">apjilumiar@gmail.com</a>	Associação de pais.
Apoiarte - Associação de Apoio aos Artistas	<a href="https://www.casadoartista.net/">https://www.casadoartista.net/</a>	<a href="mailto:geral@casadoartista.net">geral@casadoartista.net</a>	Apoiam e dignificam aqueles que exercem ou tenham exercido funções relacionadas com a atividade do espetáculo.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Ares do Pinhal-Associação de Recuperação de Toxicodependentes	<a href="https://aresdopinhal.pt/wp/">https://aresdopinhal.pt/wp/</a>	<a href="mailto:filipa.capela@aresdopinhal.pt">filipa.capela@aresdopinhal.pt</a>	Promover a inclusão social de pessoas em situação de vulnerabilidade, com ou sem comportamentos aditivos e dependências.
ASAVIDA - Associação de Apoio Social Ajudar a Viver da Dagorda	<a href="http://www.asavida.com/">http://www.asavida.com/</a>	<a href="mailto:geral@asavida.com">geral@asavida.com</a>	Apoiam a crianças, jovens e famílias. Apela à integração social e comunitária, à proteção dos cidadãos na velhice e invalidez.
ASSINPREC - Associação Internacional de Prevenção Civil		<a href="mailto:geral.assinprec@gmail.com">geral.assinprec@gmail.com</a>	Associação Internacional de Prevenção Civil
Associação Auxílio e Amizade	<a href="https://auxilioeamizade.pt/">https://auxilioeamizade.pt/</a>	<a href="mailto:aaa@fec.pt">aaa@fec.pt</a>	Fazem atendimento social às famílias, visitas domiciliárias de diagnóstico e de acompanhamento. Apoiam e fazem visitas domiciliárias a idosos. Apoiam em géneros alimentares e disponibilizam psicólogos para os utentes.
Associação Cativart e Ser Feliz	<a href="https://www.cativart.com/">https://www.cativart.com/</a>	<a href="mailto:cativar.2022@gmail.com">cativar.2022@gmail.com</a>	Dar mais resposta, suporte e apoio, na intervenção terapêutica das necessidades especiais e famílias necessitadas.
Associação Cultural de Surdos da Amadora	<a href="https://www.acsa.org.pt/index.html">https://www.acsa.org.pt/index.html</a>	<a href="mailto:info@acsa.org.pt">info@acsa.org.pt</a>	Tem como objetivo a integração social comunitária, cultural e profissional dos surdos e o seu âmbito de atuação é a nível nacional.
Associação Cultural Recreativa "Os Amigos De Lapaduchos" - ACR Amigos Lapaduchos	<a href="https://associacaolapaduchos.blogspot.com/">https://associacaolapaduchos.blogspot.com/</a>	<a href="mailto:associacao.lapaduchos@gmail.com">associacao.lapaduchos@gmail.com</a>	O objetivo desta associação é o desenvolvimento sociocultural dos associados e da comunidade.
Associação de Acção Social do Carvalhal (Assoc. Ação S Carvalhal)	<a href="https://aascarvalhal.pt/">https://aascarvalhal.pt/</a>	<a href="mailto:aascarvalhal@gmail.com">aascarvalhal@gmail.com</a>	Instituição Particular de Solidariedade Social ao serviço da comunidade carenciada, no apoio a jovens e adultos com necessidades especiais.
Associação de Bombeiros Voluntários da Merceana	<a href="https://bv-merceana.pt/">https://bv-merceana.pt/</a>	<a href="mailto:bvmerceana@sapo.pt">bvmerceana@sapo.pt</a>	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação de Jardins - Escolas João de Deus - Torres Vedras	<a href="https://torresvedras.escolasjoaodeus.pt/index.php">https://torresvedras.escolasjoaodeus.pt/index.php</a>	<a href="mailto:torresvedras@escolasjoaodeus.pt">torresvedras@escolasjoaodeus.pt</a>	Instituição Particular de Solidariedade Social - IPSS, dedicada à educação e à cultura.
Associação de Pais e Encarregados de Educação da E.B.1/J.I. da Dagorda		<a href="mailto:apedagorda@gmail.com">apedagorda@gmail.com</a>	Associação de pais.
Associação de Pais E Encarregados de Educação dos Alunos da Escola Básica e Pré-Escolar de Murteira		<a href="mailto:nossoninho@hotmail.co">nossoninho@hotmail.co</a>	Associação de pais.
Associação de Pais e Encarregados de Educação dos Alunos da Escola Preparatória do Professor Delfim Santos		<a href="mailto:ricardafernandes@gmail.com">ricardafernandes@gmail.com</a> <a href="mailto:apeeds@gmail.com">apeeds@gmail.com</a>	Associação de pais.
Associação de Pais/Encarregados de Educação da Escola Básica 1º ciclo n. 3 da Bobadela	<a href="https://www.paisescolado.slapis.pt/">https://www.paisescolado.slapis.pt/</a>	<a href="mailto:apeeeb1ji3bobadela@gmail.com">apeeeb1ji3bobadela@gmail.com</a>	Associação de pais.
Associação de Paralisia Cerebral de Lisboa - APCL	<a href="https://www.apcl.org.pt/">https://www.apcl.org.pt/</a>	<a href="mailto:sede@apcl.org.pt">sede@apcl.org.pt</a>	A missão da APCL é apoiar e proporcionar tranquilidade às pessoas com paralisia cerebral e situações neurológicas. Luta pelos direitos das pessoas com Deficiência.
Associação de Residentes do Alto do Lumiar	<a href="https://aralumiard.wordpress.com/">https://aralumiard.wordpress.com/</a>	<a href="mailto:aralumiard@gmail.com">aralumiard@gmail.com</a>	Atua na educação, desporto, urbanismo, cultura e tempos livres, comércio, cidadania e qualidade de vida.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Associação de Socorros de Outeiro da Cabeça	<a href="https://asocouteiro.org/">https://asocouteiro.org/</a>	geral@asocouteiro.org	Prestam serviços sociais aos clientes, à comunidade e associados. Funcionam como centro de dia e tem serviço de apoio domiciliário.
Associação de Solidariedade Social do Areeiro	<a href="https://www.assa.pt/">https://www.assa.pt/</a>	geral@assa.pt	Ajudam a comunidade local na proteção à velhice e invalidez, apoio à família, jovens e crianças e apoio à integração social e comunitária.
Associação Desportivo, Recreativa e Cultural de Vila Verde dos Francos - ADRC Vila Verde Francos	<a href="https://www.facebook.com/ADRCVilaVerdedosFrancos/?locale=pt_BR">https://www.facebook.com/ADRCVilaVerdedosFrancos/?locale=pt_BR</a>	263 789 460	Clube social com fins desportivos, recreativos e culturais.
Associação dos Trabalhadores do Laboratório Nacional de Engenharia Civil	<a href="https://lnec.pt/pt/">https://lnec.pt/pt/</a>	lnec@lnec.pt	O LNEC tem por missão empreender, coordenar e promover a investigação científica e o desenvolvimento tecnológico, tendo em vista o contínuo aperfeiçoamento e a boa prática da Engenharia Civil.
Associação Espaço Nova Vida	<a href="https://www.facebook.com/ENV.espaconovavida/?locale=pt_PT">https://www.facebook.com/ENV.espaconovavida/?locale=pt_PT</a>	oprojetonovavida@gmail.com	Contribui para a melhoria da qualidade de vida de pessoas em situação ou risco de solidão e isolamento social, facilitando a sua participação em atividades sociais e cívicas e criando redes de suporte na comunidade, ao longo das várias etapas da vida.
Associação Espírita de Alverca - Missionários da Luz	<a href="https://espiritasemalverca.blogspot.com/">https://espiritasemalverca.blogspot.com/</a>	aeamissionariosdaluz@gmail.com	É uma casa dedicada ao estudo e à divulgação da doutrina espírita.
Associação Filarmonica e Cultural do Cadaval	<a href="https://www.facebook.com/Associacao.Filarmonica.e.Cultural.do.Cadaval/?locale=pt_PT">https://www.facebook.com/Associacao.Filarmonica.e.Cultural.do.Cadaval/?locale=pt_PT</a>	escolademusica_afcc@hotmail.com	Desenvolve atividades na área musical.
Associação Geração 98			Associação cultural e recreativa.
Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários da Pontinha	<a href="https://facebook.com/bvpontinha/">https://facebook.com/bvpontinha/</a>	bvpontinha@gmail.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Caneças	<a href="https://www.ahbvc.pt/">https://www.ahbvc.pt/</a>	geral@ahbvc.pt	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Odivelas	<a href="https://www.bvodivelas.com/sitemega/email.html">https://www.bvodivelas.com/sitemega/email.html</a>	secretaria.dir@bvodivelas.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Rio Maior	<a href="https://www.bvrm.pt/">https://www.bvrm.pt/</a>	geral@bvrm.pt	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Sobral de Monte Agraço	<a href="http://www.bvsobral.com">http://www.bvsobral.com</a>	geral@bvsobral.com direcção@bvsobral.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Cabo Ruivo (Cruz Amarela)	<a href="https://www.bombeiroscaboruivo.com/">https://www.bombeiroscaboruivo.com/</a>	comando@bombeiroscaboruivo.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários do Bombarral - Corpo de Salvação Pública	<a href="https://www.bvb.pt/">https://www.bvb.pt/</a>	bvb.geral@gmail.com bvb.secretaria@gmail.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários do Cadaval	<a href="https://www.bvcadaval.com/">https://www.bvcadaval.com/</a>	secretaria@bvcadaval.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Associação Juvenil de Peniche		ajpeniche@gmail.com	Tem como principais objetivos desenvolver atividades para crianças e jovens.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Associação O Dom Maior	<a href="http://www.dommaior.pt/">http://www.dommaior.pt/</a>	<a href="mailto:associacao@dommaior.pt">associacao@dommaior.pt</a>	Dedica-se a apoiar crianças e jovens com deficiência motora, intelectual, visual, surdez em termos de reabilitação, ensino especializado, desporto adaptado, encaminhamento socioprofissional e desenvolvimento de projetos que promovam espetáculos inclusivos por intermédio da dança, canto e teatro.
Associação Paleo XXI	<a href="http://www.paleoxxi.com/">http://www.paleoxxi.com/</a>	<a href="mailto:paleoxxi@gmail.com">paleoxxi@gmail.com</a>	Visa a divulgação e apoio ao modelo Paleo XXI – incluindo as suas variantes – em Portugal e junto das comunidades emigrantes.
Associação Paulo J. Bento	<a href="https://associacao-projecto-solidario-paulo-j-bento.webnode.pt/">https://associacao-projecto-solidario-paulo-j-bento.webnode.pt/</a>	<a href="mailto:associacaopaulojbento@gmail.com">associacaopaulojbento@gmail.com</a>	Apoiam mais de duas a três dezenas de associações, escolas, lares para a terceira idade, creches, centros de dia, e várias dezenas de famílias de forma direta mensalmente.
Associação Portuguesa de Esclerose Lateral Amiotrófica	<a href="https://www.apela.pt/">https://www.apela.pt/</a>	<a href="mailto:geral@apela.pt">geral@apela.pt</a>	Apoiam os doentes com ELA (Esclerose Lateral Amiotrófica) e familiares no sentido de os esclarecer e ajudar na resolução dos seus variados problemas.
Associação Portuguesa de Solidariedade Mãos Unidas, P. Damião	<a href="https://www.maos-unidas.pt/">https://www.maos-unidas.pt/</a>	<a href="mailto:geral@maos-unidas.pt">geral@maos-unidas.pt</a>	Associação Mãos Unidas Padre Damião trabalha no sentido de minorar as desigualdades sociais de pessoas ou grupos que se encontram em situação de vulnerabilidade.
Associação Promotora de Emprego de Deficientes Visuais	<a href="http://www.apedv.org.pt/">http://www.apedv.org.pt/</a>	<a href="mailto:info@apedv.org.pt">info@apedv.org.pt</a>	Tem como objectivo fundamental proporcionar condições para um aumento da qualidade de vida de deficientes visuais.
Associação Recreativa e Cultural Santa Barbara da Portela – ARC Santa Barbara Portela		<a href="mailto:luis candidato@live.com.pt">luis candidato@live.com.pt</a>	Associação recreativa e cultural.
Associação Sócio Cultural e Recreativa de Melhoramentos da Penha de França - Os Fidalgos da Penha	<a href="https://www.osfidalgosdapenha.pt/">https://www.osfidalgosdapenha.pt/</a>	<a href="mailto:geral@osfidalgosdapenha.pt">geral@osfidalgosdapenha.pt</a>	Tem como fim tomar e apoiar iniciativas de carácter social, cultural, cívico e recreativo.
Associação Sol	<a href="http://www.sol-criancas.pt/">http://www.sol-criancas.pt/</a>	<a href="mailto:associacaosol@netcabo.pt">associacaosol@netcabo.pt</a>	Instituição que apoia crianças infetadas e afetadas com o vírus VIH/Sida e as famílias.
Associação Vida Abundante	<a href="https://www.ava.org.pt/">https://www.ava.org.pt/</a>	<a href="mailto:geral@ava.org.pt">geral@ava.org.pt</a>	Apoia as populações de todas as faixas etárias, de forma a promover a sua integração social e comunitária.
Bombeiros Voluntários Bucelas		<a href="mailto:comandobvbucelas@gmail.com">comandobvbucelas@gmail.com</a>	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Caritas Paroquial de Vilar	<a href="https://agencia.ecclesia.pt/portal/">https://agencia.ecclesia.pt/portal/</a>	<a href="mailto:caritasvilar@sapo.pt">caritasvilar@sapo.pt</a>	Tem como missão a prestação de cuidados individualizados e personalizados em meio institucional a indivíduos e famílias.
Casa de São Vicente	<a href="https://www.casadesaovicente.pt/">https://www.casadesaovicente.pt/</a>	<a href="mailto:geral@casadesaovicente.pt">geral@casadesaovicente.pt</a>	Centro de atividades ocupacionais e lar residencial.
Casa Povo Maxial	<a href="https://casadopovodamaxial.org/">https://casadopovodamaxial.org/</a>	<a href="mailto:lardomaxial@sapo.pt">lardomaxial@sapo.pt</a>	Tem como objetivo o bem-estar físico e psicológico dos seus utentes, sendo que para tal, desenvolve atividades promotoras de equilíbrio e bem-estar.
Casa S. Pedro Alverca	<a href="http://www.casaspedroalverca.pt/">http://www.casaspedroalverca.pt/</a>	<a href="mailto:geral@casaspedroalverca.pt">geral@casaspedroalverca.pt</a>	Criar valor humano para o idoso.
CASN - Centro de Apoio Social do Nadadouro	<a href="http://casnadadouro.com/">http://casnadadouro.com/</a>	<a href="mailto:cas.nadadouro@gmail.com">cas.nadadouro@gmail.com</a>	Apoio de idosos no Nadadouro e freguesias vizinhas em: Centro de dia; Serviço de Apoio ao Domicílio (SAD); LAR.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Centro Apoio Social Vau	<a href="http://www.centrosocialvau.pt/">http://www.centrosocialvau.pt/</a>	<a href="mailto:cas.vau@gmail.com">cas.vau@gmail.com</a>	Centro de apoio a idosos que promove a autonomia dos idosos dependentes.
Centro Cénico e de Bem Estar Social da Cela	<a href="https://www.cccela.pt/">https://www.cccela.pt/</a>	<a href="mailto:geral@cccela.pt">geral@cccela.pt</a>	Os seus objetivos principais: a solidariedade social, e o bem-estar da população.
Centro Comunitário de Torres Vedras		<a href="mailto:susana.ribeiro@cctv.pt">susana.ribeiro@cctv.pt</a>	O Centro Comunitário de Torres Vedras, tem uma valência de Acolhimento para Crianças em Risco, onde temos 12 crianças dos 0 aos 12 anos.
Centro Comunitário Paroquial de Famões	<a href="http://ccparoquial-famoes.org/">http://ccparoquial-famoes.org/</a>	<a href="mailto:geral@ccparoquial-famoes.org">geral@ccparoquial-famoes.org</a>	Promove ações de intervenção social em parceria com a comunidade, tendo em vista o bem comum e a qualidade de vida dos cidadãos.
Centro Cultural e Desportivo dos Casais da Fonte Pipa – CCD Casais Fonte Pipa			Associação recreativa e cultural.
Centro de Apoio Social da Freguesia de São Gregório	<a href="https://www.casfsg.pt/">https://www.casfsg.pt/</a>	<a href="mailto:geral@casfsg.pt">geral@casfsg.pt</a>	Presta serviços sociais inovadores e de qualidade, de uma forma sustentada e integrada, assegurando a satisfação e expectativas dos seus utentes, contribuindo para a melhoria da sua qualidade de vida.
Centro de Bem Estar Santa Cruz		<a href="mailto:cbestacruz@sapo.pt">cbestacruz@sapo.pt</a>	Serviço de Apoio Domiciliário a Idosos.
Centro de Desenvolvimento Comunitário do Landal - CDCL	<a href="http://www.centrolandal.com/">http://www.centrolandal.com/</a>	<a href="mailto:direccao@centrolandal.com">direccao@centrolandal.com</a>	Centro Comunitário que possui diversas valências e áreas de solidariedade social e desenvolvimento local, abrangendo todas as faixas etárias da população na freguesia do Landal e zonas limítrofes.
Centro Padre Alves Correia	<a href="https://www.cepac.pt/">https://www.cepac.pt/</a>	<a href="mailto:geral@cepac.pt">geral@cepac.pt</a>	Acolhe e apoia imigrantes, particularmente os provenientes dos países de língua portuguesa, bem como para acolhimento e apoio à integração social e comunitária de outras populações em situações de exclusão social.
Centro Paroquial de Assistência da Freguesia de Santa Maria de Belém	<a href="https://www.cpstmbelem.pt/">https://www.cpstmbelem.pt/</a>	<a href="mailto:sad.stmariabelem@sapo.pt">sad.stmariabelem@sapo.pt</a>	Serviço da Paróquia, com o fim de cultivar nos paroquianos a noção das suas responsabilidades sociais.
Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Atougua da Baleia	<a href="https://www.cpbesab.pt/">https://www.cpbesab.pt/</a>	<a href="mailto:dgap@cpbesab.pt">dgap@cpbesab.pt</a>	Serve a sociedade a nível local e regional, prestando serviços de qualidade de economia social e solidária.
Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Rio Maior	<a href="mailto:geral@larfaustanobre.pt">geral@larfaustanobre.pt</a>	<a href="mailto:geral@larfaustanobre.pt">geral@larfaustanobre.pt</a>	Respostas sociais a idosos.
Centro Social de Sacavém	<a href="https://www.centrosociaisacavem.pt/">https://www.centrosociaisacavem.pt/</a>	<a href="mailto:direccaocss@gmail.com">direccaocss@gmail.com</a>	Existência em prol da comunidade como: creche, jardim de infância e pré-escolar, serviço de apoio ao domicílio.
Centro Social e Paroquial de Aveiras de Cima		<a href="mailto:aprovisionamento@cspa-veiras.pt">aprovisionamento@cspa-veiras.pt</a>	Creche, estabelecimento de educação pré-escolar, serviço de apoio ao domicílio (idosos) e centro de dia.
Centro Social Paroquial da Lourinhã	<a href="https://www.csplourinha.pt/">https://www.csplourinha.pt/</a>	<a href="mailto:geral@csplourinha.pt">geral@csplourinha.pt</a>	Funciona como centro de dia, apoio ao domicílio e centro de convívio (academia sénior).
Centro Social Paroquial da Póvoa de Santo Adrião	<a href="https://www.cspps.org/">https://www.cspps.org/</a>	<a href="mailto:centro.ppsa@gmail.com">centro.ppsa@gmail.com</a>	Tem com missão fomentar ações de intervenção social em parceria com a sociedade civil na promoção e dignificação da pessoa humana.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Centro Social Paroquial de Aveiras de Baixo		<a href="mailto:cspavbaixo@gmail.com">cspavbaixo@gmail.com</a>	Creche, estabelecimento de educação pré-escolar, serviço de apoio ao domicílio (idosos) e centro de dia.
Centro Social Paroquial de Azambuja		<a href="mailto:geral@csparoqazambuja.pt">geral@csparoqazambuja.pt</a>	Creche, estabelecimento de educação pré-escolar, serviço de apoio ao domicílio (idosos) e centro de dia.
Centro Social Paroquial de Moita dos Ferreiro	<a href="http://www.cspmoitad.osferreirospt/">http://www.cspmoitad.osferreirospt/</a>	<a href="mailto:csp.moita.ferreiros1@sapo.pt">csp.moita.ferreiros1@sapo.pt</a>	Prestação de cuidados a idosos.
Centro Social Paroquial de Nossa Senhora da Piedade de Vidais		<a href="mailto:centrovidais@gmail.com">centrovidais@gmail.com</a>	Desenvolve atividades de centro de dia e convívio de idosos
Centro Social Paroquial de Nossa Senhora das Virtudes de Ventosa	<a href="http://www.centrosociald.aventosa.org/contactos.html">http://www.centrosociald.aventosa.org/contactos.html</a>	<a href="mailto:centro.ventosa@sapo.pt">centro.ventosa@sapo.pt</a>	Tem como principal missão o apoio caritativo às pessoas e famílias da região.
Centro Social Paroquial de Santo Antonio de Campelos	<a href="https://www.cspnac.pt/">https://www.cspnac.pt/</a>	<a href="mailto:cspnac@sapo.pt">cspnac@sapo.pt</a>	Participação na ação social de toda a comunidade paroquial.
Centro Social Paroquial de São Saturnino de Fanhões		<a href="mailto:cspssfanhoes@sapo.pt">cspssfanhoes@sapo.pt</a>	Promove ações de assistência aos paroquianos.
Centro Social Paroquial do Campo Grande	<a href="https://igrejacampogrande.pt/cspcg/">https://igrejacampogrande.pt/cspcg/</a>	<a href="mailto:direccaocss@gmail.com">direccaocss@gmail.com</a>	Centro social que tem como missão a solidariedade e fraternidade, apoio a idosos e crianças de todas as idades.
Centro Social Recreativo e Cultural da Maceira	<a href="https://csrcm.pt/">https://csrcm.pt/</a>	261 984 070	Associação recreativa e cultural.
Centro Social S. Domingos da Freguesia de Asseiceira		<a href="mailto:cssdomingos@gmail.com">cssdomingos@gmail.com</a>	Instituição Particular de Solidariedade Social Respostas Sociais: Centro de Dia e Apoio Domiciliário.
Centro Social, Cultural e Recreativo da Amoreira	<a href="https://www.cpcprd.pt/">https://www.cpcprd.pt/</a>	<a href="mailto:centroamoreira@sapo.pt">centroamoreira@sapo.pt</a>	Associação recreativa, desportiva e cultural.
Cerca Futebol Clube	<a href="https://www.facebook.com/cerca.fc.20/">https://www.facebook.com/cerca.fc.20/</a>	<a href="mailto:cercafc@hotmail.com">cercafc@hotmail.com</a>	O Cerca Futebol Clube é uma associação desportiva e cultural.
Cercina - Cooperativa de Ensino, Reabilitação, Capacitação e Inclusão da Nazaré, CRL	<a href="https://cercina.pt/web/">https://cercina.pt/web/</a>	<a href="mailto:cercina.nazare@gmail.com">cercina.nazare@gmail.com</a>	Promove a inclusão, visando a satisfação dos clientes, suas famílias, colaboradores e parceiros.
CLACSA - Comissão para o Lar da Associação Cultural de Surdos da Amadora	<a href="https://www.acsa.org.pt/QuemSomos.html">https://www.acsa.org.pt/QuemSomos.html</a>	<a href="mailto:info@acsa.org.pt">info@acsa.org.pt</a>	Espaço de convívio entre surdos, familiares e amigos, que possibilita a participação efetiva de todos os sócios e o reconhecimento das diferentes capacidades e potencialidades dos deficientes auditivos.
Clave de Ti Associação	<a href="http://clavedeti.pt/Home.php">http://clavedeti.pt/Home.php</a>	<a href="mailto:geral@clavedeti.pt">geral@clavedeti.pt</a>	A Associação Clave de Ti é uma organização de musicoterapeutas ativos na comunidade.
Comissão Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos de São João da Talha	<a href="https://www.curpisjtalha.pt/">https://www.curpisjtalha.pt/</a>	<a href="mailto:curpisjoaodatalha@gmail.com">curpisjoaodatalha@gmail.com</a>	Desenvolve atividades com a população sénior da Freguesia de São João da Talha.
Comunidade Vida e Paz	<a href="https://www.cvidaepaz/">https://www.cvidaepaz/</a>	<a href="mailto:geral@alvalade.cvidaepaz.pt">geral@alvalade.cvidaepaz.pt</a>	Vão ao encontro e acolhem pessoas em condição de sem-abrigo, ou em situação de vulnerabilidade social, ajudando-as.
Cooperativa Solidariedade Social Os Amigos de Sempre	<a href="https://www.amigosdesempre.pt/">https://www.amigosdesempre.pt/</a>	<a href="mailto:geral@amigosdesempre.pt">geral@amigosdesempre.pt</a>	Desenvolve respostas sociais; Lar/Residência, Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Dia de idosos e Centro Comunitário / Voluntariado Social na Comunidade para apoio a jovens e famílias com dificuldades de inserção social.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Corpo Nacional de Escutas (C.N.E)- Escutismo Católico Português	<a href="https://escutismo.pt/">https://escutismo.pt/</a>	<a href="mailto:comunicacao@escutismo.pt">comunicacao@escutismo.pt</a>	Contribui para a visibilidade da dimensão e papel do Ecutismo na sociedade,
CREACIL - Cooperativa de Reabilitação, Educação e Animação para a Comunidade Integrada do Concelho de Loures, C.R.L.	<a href="http://www.creacil.pt/">http://www.creacil.pt/</a>	<a href="mailto:creacil@hotmail.com">creacil@hotmail.com</a>	Contribuir para a qualidade de vida das pessoas com deficiência.
Crinabel - Cooperativa de Solidariedade Social e de Ensino Especial, CRL	<a href="http://www.crinabel.pt/">http://www.crinabel.pt/</a>	<a href="mailto:geral@crinabel.pt">geral@crinabel.pt</a>	Cooperativa com estatuto de utilidade pública sem fins lucrativos. Por iniciativa de um grupo de Pais e de outras pessoas ligadas à reabilitação de crianças e jovens com atraso no desenvolvimento.
Cruz Vermelha Portuguesa	<a href="https://www.cruzvermelha.pt/">https://www.cruzvermelha.pt/</a>	<a href="mailto:sede@cruzvermelha.org.pt">sede@cruzvermelha.org.pt</a>	Constitui missão da CVP prestar assistência humanitária e social, em especial aos mais vulneráveis, prevenindo e reparando o sofrimento e contribuindo para a defesa da vida, da saúde e da dignidade humana.
Cruz Vermelha Portuguesa - Torres Vedras	<a href="https://torresvedras.cruzvermelha.pt/">https://torresvedras.cruzvermelha.pt/</a>	<a href="mailto:dtorresvedras@cruzvermelha.org.pt">dtorresvedras@cruzvermelha.org.pt</a>	Instituição Humanitária sem fins lucrativos e de voluntariado.
CSCRA - Centro Social Cultural Recreativo Arelhense		<a href="mailto:geral@arelho-obidos.com">geral@arelho-obidos.com</a>	Centro Social Cultural e Recreativo.
CSPNSPF - Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Penha de França	<a href="https://centrosocialpararoquialpenhafranca.pt/">https://centrosocialpararoquialpenhafranca.pt/</a>	<a href="mailto:csp.penhafranca@gmail.com">csp.penhafranca@gmail.com</a>	Responde às necessidades concretas dos habitantes da Paróquia, com opção preferencial pelos mais pobres (não só de bens materiais, mas também os que estão isolados, doentes e marginalizados).
CURPI - Comissão Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos	<a href="https://www.curpi-sjtalha.pt/">https://www.curpi-sjtalha.pt/</a>	<a href="mailto:curpisjoaodatalha@gmail.com">curpisjoaodatalha@gmail.com</a>	Promoção de um projeto de intervenção social de forma sustentada que promova o envelhecimento ativo e saudável.
Desafio Jovem - (Teen Challenge) Portugal	<a href="https://desafiojovem.com/">https://desafiojovem.com/</a>	<a href="mailto:geral@desafiojovem.com">geral@desafiojovem.com</a> <a href="mailto:admin@desafiojovem.com">admin@desafiojovem.com</a>	Organização que presta cuidados de pessoas com problemas de dependências, tendo em vista a sua autonomia.
Espaço Ulmeiro Associação Cultural	<a href="https://www.espacoulmeiro.pt/espacoulmeiro">https://www.espacoulmeiro.pt/espacoulmeiro</a>	<a href="mailto:espacoulmeiroassoc.cultural@gmail.com">espacoulmeiroassoc.cultural@gmail.com</a>	Associação cultural na sequência de uma livraria com mais de 50 anos que recentemente saiu do local onde se encontrava, ficando grande parte do material sem espaço para ser guardados, desde revistas e livros.
Fábrica da Igreja Paroquial da Freguesia de Nossa Senhora da Conceição de Rio Maior		<a href="mailto:alzi.amado@gmail.com">alzi.amado@gmail.com</a>	Promover as boas práticas de separação junto dos alunos da catequese.
Fábrica da Igreja Paroquial da Freguesia de São Pedro de Óbidos		<a href="mailto:guiass.lourenco@yahoo.com">guiass.lourenco@yahoo.com</a>	Apoio a agregados familiares com dificuldades.
Fábrica da Igreja Paroquial da Freguesia do Santíssimo Salvador do Bombarral		<a href="mailto:laurambrodrigues@gmail.com">laurambrodrigues@gmail.com</a>	Apoio a paroquianos com dificuldades.
Fábrica da Igreja Paroquial da Paroquia de S. João de Deus	<a href="http://paroquiasaojoaodeus.pt/">http://paroquiasaojoaodeus.pt/</a>	<a href="mailto:igrejasjoaodeus@gmail.com">igrejasjoaodeus@gmail.com</a>	Serviços à comunidade: atendimento social, apoio alimentar, explicações gratuitas a alunos considerados economicamente carençados, funciona como lar e ATL e distribuem medicamentos consoante a necessidade da comunidade carenciada.
Fundação Claret	<a href="http://www.fundacaoclaret.pt/">http://www.fundacaoclaret.pt/</a>	<a href="mailto:fundacaoclaret@gmail.com">fundacaoclaret@gmail.com</a>	Promover a construção de um mundo mais justo e fraterno através de experiências de voluntariado enriquecedoras.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Fundação Inatel	<a href="https://www.inatel.pt/">https://www.inatel.pt/</a>	<a href="mailto:igor.neto@inatel.pt">igor.neto@inatel.pt</a>	Tem por missão a promoção das melhores condições para a ocupação dos tempos livres e lazer.
Fundação Lar de S. Francisco	<a href="https://fundacaolarsaofrancisco.pt/">https://fundacaolarsaofrancisco.pt/</a>	<a href="mailto:geral@fundacaolarsaofrancisco.pt">geral@fundacaolarsaofrancisco.pt</a> <a href="mailto:c.infantil@fundacaolarsaofrancisco.pt">c.infantil@fundacaolarsaofrancisco.pt</a>	Presta serviços nas áreas dos idosos e crianças.
Fundação Prof. Fernando de Pádua	<a href="http://www.fpfpadua.pt/index.php/pt/">http://www.fpfpadua.pt/index.php/pt/</a>	<a href="mailto:nassys2@hotmail.com">nassys2@hotmail.com</a>	Trabalha na promoção da saúde, do bem-estar e de melhor qualidade de vida com especial enfoque na prevenção das doenças cardiocerebrovasculares como AVC, enfarte do miocárdio, angina de peito, hipertensão arterial, insuficiência cardíaca, morte súbita, entre outras, e a das doenças não transmissíveis (DNT's) com factores de risco comuns.
Gimnofrielas - Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas	<a href="https://www.gimnofrielas.pt/">https://www.gimnofrielas.pt/</a>	<a href="mailto:gimnofrielas@gmail.com">gimnofrielas@gmail.com</a>	Associação Desportiva, Cultural e Social.
Instituto de Surdos da Imaculada Conceição	<a href="https://www.institutodaimaculada.pt/">https://www.institutodaimaculada.pt/</a>	<a href="mailto:isic.geral@gmail.com">isic.geral@gmail.com</a>	Tem três valências de intervenção: a valência Educativa, a resposta social do Lar e a resposta social do Centro de Atividades Ocupacionais (CAO).
Instituto Português de Pedagogia Infantil	<a href="https://www.ippi.pt/">https://www.ippi.pt/</a>	<a href="mailto:secretaria@ippi.pt">secretaria@ippi.pt</a>	Proporcionar às crianças dos 3 meses aos 10 anos um adequado desenvolvimento Cognitivo, Emocional, Físico e Social, ajudando a construir valores baseados na solidariedade humana em cooperação com as famílias e os parceiros sociais.
Irmandade da Misericórdia de Loures	<a href="https://www.misericordiadeloures.com/">https://www.misericordiadeloures.com/</a>	<a href="mailto:geral@misericordiadeloures.com">geral@misericordiadeloures.com</a>	Procura a melhoria do bem-estar da pessoa no seu todo e da comunidade, dando prioridade aos mais desprotegidos.
Juventude da Castanheira	<a href="https://juventudedacastanheira.pt/">https://juventudedacastanheira.pt/</a>	<a href="mailto:geral@juventudedacastanheira.pt">geral@juventudedacastanheira.pt</a>	Associação Desportiva.
Lar Nova Casa da Associação das Antigas Alunas do Instituto de Odivelas (Lar Nova Casa AAAI Odivelas)	<a href="https://www.aaaio.pt/">https://www.aaaio.pt/</a>	<a href="mailto:geral@aaaio.pt">geral@aaaio.pt</a>	Tem como objetivos a proteção na velhice, apoio à infância e juventude, integração social e formação profissional.
Movimento de Defesa da Vida	<a href="https://mdvida.pt/home.php">https://mdvida.pt/home.php</a>	<a href="mailto:geral@mdvida.pt">geral@mdvida.pt</a>	Desenvolve a sua atividade através de capacitação da pessoa e da família.
Nuclisol- Jean Piaget -Associação para o Desenvolvimento da Criança, a Integração e a Solidariedade	<a href="http://www.nuclisol.org/">http://www.nuclisol.org/</a>	<a href="mailto:ana.amaral@nuclisol.org">ana.amaral@nuclisol.org</a>	Desenvolve respostas que promovam a integração e a inclusão social, com rigor, integridade, confidencialidade e privacidade, utilizando políticas e estratégias de proximidade e envolvimento com a comunidade.
O Companheiro - Associação de Fraternidade Cristã	<a href="https://www.companheiro.org/">https://www.companheiro.org/</a>	<a href="mailto:geral@companheiro.org">geral@companheiro.org</a>	A principal atividade é a inserção pessoal, social, laboral e cultural de pessoas que se encontrem em situação de exclusão social, tentando contribuir para a sua inclusão e integração sociedade.
ODROLLERS - Clube Desportivo de Odivelas	<a href="https://www.facebook.com/odrollers/">https://www.facebook.com/odrollers/</a>	<a href="mailto:odrollers@gmail.com">odrollers@gmail.com</a>	Clube desportivo dedicado à patinagem. Especializado na prática e aprendizagem da patinagem de velocidade.
Os Xanecos, U.A.A.D.A.-União De Amigos Dos Animais Desprotegidos De Alverca	<a href="https://axanecos.wixsite.com/axanecos">https://axanecos.wixsite.com/axanecos</a>	<a href="mailto:axanecos@gmail.com">axanecos@gmail.com</a>	Defende o respeito e bem-estar dos animais, em particular de cães e gatos.

# TONELADAS DE AJUDA

Ao reciclar, estás a ajudar!

NOME DA INSTITUIÇÃO	SITE	EMAIL	DESCRIÇÃO
Pais-em-Rede, Associação	<a href="https://paisemrede.pt/">https://paisemrede.pt/</a>	geral@paisemrede.pt projetos@paisemrede.pt oficinasdepais@paisemrede.pt	Há mais de 10 anos que capacitam famílias de pessoas com deficiência, dando-lhes voz através de iniciativas que eliminam as barreiras à sua plena inclusão.
Partilha, Ajuda Solidária do Oeste	<a href="https://www.bancoalimentar.pt/bancos/oeste/">https://www.bancoalimentar.pt/bancos/oeste/</a>	ba.oeste@bancoalimentar.pt	Instituições particulares de solidariedade social que lutam contra o desperdício de produtos alimentares, encaminhando-os para distribuição gratuita às pessoas carenciadas.
Ponto de Apoio à Vida - Associação de Solidariedade Social	<a href="https://www.apoioavid.pt/">https://www.apoioavid.pt/</a>	geral@apoioavida.pt	Instituição particular de solidariedade social que existe para dar às mulheres o poder de decidir com liberdade.
Porta do Mais - Associação	<a href="https://www.portadomais.org/">https://www.portadomais.org/</a>	portadomais@gmail.com	Associação sem fins lucrativos que dá apoio em situações de vulnerabilidade e pobreza extrema que exijam respostas de solidariedade social integrada e multidisciplinar.
Raízes - Associação de Apoio à Criança e ao Jovem	<a href="https://www.raizes.pt/">https://www.raizes.pt/</a>	Geral: geral@raizes.pt Direção: direcao@raizes.pt Coordenação de Projetos: projetos@raizes.pt	Instituição particular de solidariedade social com a missão de promover a participação ativa e a inclusão social para a melhoria da qualidade de vida e crescimento pessoal, profissional e coletivo da comunidade.
REAL Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Lisboa		carlascosta@gmail.com	Entidade que atua no salvamento da população em diversas situações.
Santa Casa da Misericórdia de Rio Maior	<a href="https://scmriomaior.pt/">https://scmriomaior.pt/</a>	geral@scmriomaior.pt	Funciona como centro médico, presta apoio social para pessoas.
Santa Casa da Misericórdia de Torres Vedras	<a href="https://scmtorresvedras.pt/">https://scmtorresvedras.pt/</a>	geral@scmtorresvedras.pt	Presta, desenvolve e cria respostas adequadas às necessidades da população, de acordo com as 14 Obras de Misericórdia informado pelos princípios da Doutrina e Moral Cristãs.
Santa Casa de Misericórdia de Caldas da Rainha	<a href="https://novosite.scmcr.pt/">https://novosite.scmcr.pt/</a>	geral@scmcr.pt	Norteadada pelos valores cristãos, apoia toda e qualquer pessoa, através de um serviço de qualidade.
SH4K - Super Heroes 4 Kids Associação	<a href="https://www.sh4k.org/en">https://www.sh4k.org/en</a>	geral@sh4k.org	Acompanhamento de crianças com cancro, elevando a alegria dos utentes e familiares.
Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla	<a href="https://spem.pt/spem-quem-somos/">https://spem.pt/spem-quem-somos/</a>	spem@spem.pt	A Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla (SPEM), criada em 1984, tem como missão contribuir para a melhoria das condições de vida dos portadores de esclerose múltipla, familiares e cuidadores.
Torre Laranja - Futsal Clube	<a href="http://torrelaranjafc.pt/">http://torrelaranjafc.pt/</a>	e.f.torrelaranja@gmail.com	A Torre Laranja Futsal Clube é uma associação desportiva e cultural.
APPW - Associação Portuguesa Prader Willi	<a href="https://appw.pt/">https://appw.pt/</a>	info@appw.pt	A APPW nasceu com o objetivo fundamental de proteção, assistência, educação e integração social de indivíduos com Síndrome de Prader-Willi.