



**Associação de Apoio Social  
Nossa Senhora das Neves  
de Manique de Baixo**

*Instituição Particular de Solidariedade Social*

Praceta da Saudade, 22

Manique de Baixo

2645-614 Alcabideche

Telef. 21 445 80 94

geral@nevesmanique.net

[www.nevesmanique.net](http://www.nevesmanique.net)

**Plano de Atividades  
e  
Orçamento Rectificativos  
2021**

**Assembleia Geral 19 de junho de 2021**

# Plano de Atividades e Orçamento - 2021

## 1 - Nota Introdutória

O Plano de Atividades e Orçamento da Associação de Apoio Social Nossa Senhora das Neves que hoje vos propomos e o qual votaremos nesta assembleia, é um Plano de Atividades e Orçamento Rectificativo para 2021.

Em novembro de 2020, foi elaborado um Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2021, o qual, por forma a cumprir com a obrigatoriedade estatutária, pretendíamos ter apresentado em dezembro de 2020. Não tendo sido possível a realização dessa assembleia pelos motivos que todos conhecemos, vimo-nos obrigados a transferir esse momento para Janeiro de 2021.

Em janeiro de 2021, declarado que foi novo confinamento nacional, verificou-se nova impossibilidade de realização e votação do referido documento.

Tendo decorrido já cerca de seis meses do ano de 2021, e verificando-se que os pressupostos base do Plano de atividades e orçamento para 2021 foram absolutamente alterados, julga esta Direção ser o mais correto e objectivo verter neste Plano de Atividades e Orçamento Rectificativo de 2021 toda a realidade do ano de 2021 até esta data.

Pre vemos, no entanto, um último quadrimestre de 2021 mais consonante com a normalidade dos objetivos a que nos propomos, com a reabertura sem constrangimentos do nosso Centro de Convívio, retoma, de forma presencial, as aulas da nossa Universidade Sénior e a concretização possível não só dos habituais passeios, assim como toda a restante Atividade da nossa Associação.

## 1.2 - Linhas de orientação

A manutenção da nossa missão continuará a ser o estabelecer de todos mecanismos certos que visem recuperar e aumentar o impacto social.

Continuaremos a apostar na consolidação do trabalho que tem vindo a ser feito e, com base na aprendizagem e experiência, queremos desenvolver, estabilizar e sustentar o nosso modelo de intervenção.

Face à conjuntura atual, renovaremos os nossos esforços para que através de uma gestão refletida continuemos a prosseguir e a encontrar o equilíbrio financeiro e a sustentabilidade necessárias e desejadas.

## 1.3 - Objetivos

A Associação mantém como objetivos de atuação garantir respostas ajustadas às aspirações e necessidades dos seus Associados promovendo a inclusão social e incentivando a corresponsabilização da comunidade. Através de uma atuação conjunta e multidisciplinar apostamos na melhoria continua adaptando e planeando de forma a atingir melhores resultados. Assumimos como princípios, a qualidade da intervenção, o trabalho em parceria, a inclusão social e a intervenção comunitária. Demonstrando-se que os nossos Utentes trabalham para atingir o bem-estar biopsicossocial.

## 2 - Atividades previstas por valências

### 2.1 - Centro de Convívio

O Centro de Convívio é uma resposta social da Associação dirigida a pessoas com mais de 60 anos ou que já estejam reformadas. Aqui procuramos combater a solidão e o isolamento e contribuir para um envelhecimento ativo e bem-sucedido, promovendo um conjunto variado de atividades socio-recreativas e culturais.

#### 2.1.1 – Objetivos gerais

- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes;
- Desenvolver as capacidades ao nível emocional, fomentando as relações interpessoais e a inserção no meio sociocultural;
- Promover a inovação e as novas descobertas;
- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua autoestima e autoconfiança;
- Contribuir para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar, preservando capacidades físicas e mentais;
- Promover o desenvolvimento da autonomia pessoal;
- Proporcionar momentos de distração e boa disposição, fomentando a participação ativa dos idosos;
- Prestar apoio psicossocial.

#### 2.1.2 – Atividades

##### 2.1.2.1 – Atividades Regulares / Semanais

(atividades que têm continuidade de um ano para o outro e que têm um horário semanal)

- Projeto “Seniores em Movimento” – Ginástica (JFA); - **Atividade Suspensa**
- Projeto “Seniores em Movimento” – Hidroterapia (CMC); - **Atividade Suspensa**
- Projeto “Conversas de Comadres” – Dinâmicas de Grupo; - **Atividade Suspensa**
- Medição da Tensão Arterial; - **Atividade Suspensa**
- “Hora do Terço” - oração; - **Atividade Suspensa**
- Tarde de Leitura e Escrita; - **Atividade Suspensa**
- Atelier de Artes; - **Atividade Suspensa**
- Yoga para Idosos; - **Atividade Suspensa**
- Projeto “Vamos Cantar”; - **Atividade Suspensa**
- Atendimento Psicossocial.

**No ano de 2021 não foi possível, até à data recuperar a totalidade das Atividades suspensas. Salienta-se, no entanto, que foram desenvolvidas outras formas de acompanhamento com os mesmos objectivos.**

**A partir de setembro prevê-se a normalização de todas as actividades.**

### **2.1.2.2 – Atividades Pontuais / Festivas**

(atividades temáticas, que se realizam pontualmente e que se alteram de um ano para o outro)

- Comemoração de datas festivas e de Dias Mundiais e Internacionais;
- Projeto “Seniores em Movimento” – Sessões de esclarecimento;
- Projeto “Lado a Lado” em parceria com outras instituições do concelho;
- Tertúlias / Debates sobre Saúde, em parceria com a Academia da Saúde;
- Caminhadas ligeiras – Projeto “Envelhecer com Saúde”;
- Passeios culturais / Visitas a Museus e outros monumentos históricos;
- Piqueniques e almoços de convívio;
- Exposição de trabalhos realizados pelos utentes;
- Reunião Geral com os utentes

**No ano de 2021 não foi possível, até à data, realizar quaisquer das acima elencadas**

**A partir de setembro prevê-se a normalização da maioria das atividades acima referidas.**



## **2.2 Universidade Sénior**

Numa época em que a aprendizagem ao longo a vida se afirmou como uma realidade incontornável, e em que as sociedades se deparam com uma população idosa cada vez em maior número, mais qualificada, com uma esperança de vida mais elevada, com tempo disponível e motivada para alargar conhecimentos, a Associação assume, desde 2010, a responsabilidade de contribuir para dar resposta às necessidades sociais, culturais, educacionais e de convívio desta faixa da população através da Universidade Sénior de Manique (UniMa).

A importância social das Universidades Seniores em Portugal, também já foi reconhecida oficialmente pela Resolução de Conselho de Ministros nº76/2016, de 29 de novembro de 2016.

A Universidade Sénior de Manique constitui-se como a resposta social a Associação, que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, culturais e educativas no contexto da formação ao longo da vida, em regime não formal e sem fins de certificação, dirigidas preferencialmente a cidadãos com idade igual ou superior a 50 anos.

Com os pés assentes na presente situação de pandemia mundial, mas com os olhos postos no futuro trabalharemos para que, progressivamente consigamos desenvolver de forma presencial todas as atividades assegurando o cumprimento das normas de segurança e de higiene imprescindíveis para o bem-estar dos nossos alunos e voluntários.

Assim, numa primeira fase estarão em funcionamento aulas e atividades apenas na UniMa ONLINE (Além das aulas, serão dinamizados vários encontros, tertúlias, palestras e workshops)

Numa segunda fase manter-se-ão em funcionamento as aulas e atividades na UniMa ONLINE e iniciarão, progressivamente e à medida do possível, algumas aulas e atividades presenciais.

E por fim, numa terceira fase espera-se que todas as aulas e atividades decorram de forma presencial, ainda com as medidas de segurança, distanciamento e de higiene necessárias e imprescindíveis.

## 2.2.1 Objetivos

- Oferecer aos alunos, um espaço de vida socialmente organizado e adaptado às suas idades, para que possam viver de acordo com a sua personalidade e a sua relação social;
- Proporcionar aos alunos a frequência de aulas e cursos onde os conhecimentos possam ser divulgados, valorizados e ampliados;
- Desenvolver atividades promovidas para e pelos alunos;
- Fomentar e apoiar o voluntariado social;
- Criar espaços de encontro na comunidade que se tornem incentivos e estímulos a um são espírito de convivência e de solidariedade humana e social;
- Divulgar e preservar a nossa história, cultura, tradições e valores.

## 2.2.2 Atividades

### 2.2.2.1 Atividades Regulares/Semanais

Aulas/disciplinas em diversas áreas como: artes, atividade física, informática, línguas, música, literatura e cultura.

### 2.2.2.2 Atividades Pontuais/Festivas

- Ações de divulgação e sensibilização;
- Almoço comemorativo do 11º Aniversário. - **Atividade Suspensa**
- Atividades culturais e artísticas;
- Atuações dos grupos musicais e recreativos - **Atividade Suspensa**
- Conferências e tertúlias;
- Exposições de trabalhos; - **Atividade Suspensa**
- Festas comemorativas de datas nacionais e internacionais;
- Festas comemorativas do início e encerramento do ano letivo;
- Reuniões de professores;
- Visitas de estudo e passeios culturais e de convívio; - **Atividade Suspensa**
- Workshops e aulas experimentais- **Atividade Suspensa**;

**No ano de 2021 foi possível, até à data, realizar a maioria das atividades acima elencadas por via da resposta UniMa onLINE**

**A partir de outubro prevê-se a normalização da maioria das actividades.**



## 3 - Atividades para associados e população

### 3.1 – Introdução

Desde a sua fundação que a Associação promove atividades direcionadas aos associados e população. Sempre com o objetivo de angariar fundos, foram essas atividades que ajudaram à sua sustentabilidade. Apesar da crise financeira que se instalou no nosso país, as suas receitas continuam a ser parte importante para a sobrevivência da Associação.

No entanto, torna-se fundamental encontrar novas formas de financiamento, atendendo a que nos últimos anos as despesas aumentarem de forma muito significativa, principalmente em recursos humanos.

A criação de receitas para a sustentabilidade é uma preocupação da direção, pelo que esta tudo tem feito para encontrar novas formas de financiamento.

Apelamos assim aos sócios que participem não só nas atividades, como ajudem a encontrar soluções que permitam novas formas de gerar receitas.

### 3.2 - Objetivos

- Promover atividades diversas em tempo e espaço mobilizando a participação dos sócios por forma a criar estratégias de reforço da autoestima, bem-estar de valorização e de autonomia e desenvolvimento pessoal e social;
- Privilegiar a interação dos utentes com a família, reforçando desta forma o elo de ligação e os laços afetivos já que o seu meio familiar e social é parte integrante as suas vivências;
- Aproximar as famílias da instituição através da realização de atividades em conjunto;
- Proporcionar ocasiões de alegria e diversão;
- Proporcionar momentos de boa disposição e contacto com a comunidade;
- Recordar vivências, costumes e tradições populares

#### 3.2.1 - Atividades a desenvolver

- Comemoração do 28º Aniversário- **Atividade Suspensa**
- Jantar Dia da Mulher- **Atividade Suspensa**
- Almoços/festas de Convívio - **Atividade Suspensa**
- Almoços das quartas feiras- **Atividade Suspensa**
- Festas Temáticas- **Atividade Suspensa**
- Passeios - **Atividade Suspensa**
- Continuação de obras de beneficiação e melhoramentos projetadas

Estas são as atividades principais que desenvolvemos ao longo dos últimos anos destinadas a todos os associados.

## 4. Orçamento para 2021

Apresentamos o orçamento previsional para 2021.

<b>Demonstração de Resultados Orçamental</b>		(unidade: €)
<b>Rendimentos</b>		<b>2021</b>
Subsídios e donativos		32.000
Subsídios ao investimento		14.667
Universidade Sénior		9.500
Quotizações		5.435
Festas/Almoços		4.700
Centro de Convívio		2.100
Mascaras acessíveis		1.702
Outros - IRS		1.500
Rifas		900
Atividades recreativas/Passeios		500
		<b>73.004</b>
<b>Gastos</b>		
Gastos com pessoal		33.166
Amortizações		17.800
Serviços especializados (manutenção, segurança, contabilidade)		5.227
Eletricidade		3.218
Compras para eventos		2.960
Água		2.600
Limpeza, Higiene e conforto		2.600
Comunicações (fixas, móveis, dados e correio)		1.243
Gastos com viaturas		1.254
Materiais e equipamentos		1.000
Outros		735
Material escritório		700
Compras atividades e passeios		500
		<b>73.004</b>
<b>Resultado</b>		<b>0</b>

<b>Investimento Orçamental 2021</b>		(unidade: €)
<b>Plano de investimento - Ativos tangíveis em 2021</b>		
Obras pós-vistoria		-22.500
Subsídios ao investimento - 75%		16.875
Provisão 2020		5.625
		<b>0</b>
<b>Amortizações do investimento de 2021 - 50 anos</b>		
Valor amortização anual		-450
Subsídio ao investimento anualizado		338
Reversão provisão		113
		<b>0</b>

Manique, 1 de junho de 2021

## **A DIREÇÃO**

**Presidente** Paulo Duarte  
**Vice-Presidente** Maria de Lurdes Rodrigues  
**Tesoureira** Maria das Neves Ribeiro  
**Secretário** Sofia Machado  
**Vogal** Susana Elias

## **Parecer do Conselho Fiscal** Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2021

Nos termos das disposições legais e estatutárias, o Conselho Fiscal emite o seu Parecer sobre o Plano de Atividades e o Orçamento previsional e rectificativo da Associação de Apoio Social Nossa Senhora das Neves de Manique de Baixo, para o ano de 2021.

Da leitura dos documentos apresentados, o Conselho Fiscal verifica que o Plano de Atividades para o ano de 2021 prossegue a missão a que a Associação se propôs, reforçando, assim, a continuação e a credibilização do trabalho que tem vindo a ser realizado.

O Orçamento previsional e rectificativo apresentado para o ano de 2021 evidencia, como habitualmente, e atendendo as dificuldades financeiras com que a Associação se depara, de um resultado líquido zero euros, consolidando a tendência positiva que se tem vindo a verificar de o resultado não ser negativo.

É, ainda, importante realçar a cautela na apresentação deste documento assim como a vontade expressa na concretização e reforço das atividades da Associação logo que possível. Salienta-se igualmente o sentido da prudência para o suporte dos custos estruturais em período de tão difícil previsão.

Deixamos um incentivo aos Órgãos Sociais e a todos os Associados que se empenhem de forma mais ativa para que após esta fase tão desesperante seja possível apoiar o regresso das habituais Atividades assim como o apoio e participação em novas atividades que possam suportar os elevados custos que a Associação tem mensalmente.

Face ao exposto, o Conselho Fiscal é de parecer que **o Plano e Orçamento propostos para o ano de 2021 sejam aprovados.**

Manique, 1 de junho de 2021

## **O CONSELHO FISCAL**

**Presidente** Soraia Dorropio  
**1º. Vogal** Patricia Fino  
**2º. Vogal** Maria Eduarda Sarmiento