

Associação de Apoio Social Nossa Senhora das Neves

Plano de Atividades e Orçamento 2016



**Aprovado na Assembleia Geral de
29 de Novembro de 2015**

Plano de Atividades e Orçamento - 2016

1 - Nota Introdutória

Com a apresentação do Plano de Atividades para 2016, a direção termina o seu mandato referente ao triénio 2013-2015.

Continuamos a ter em atenção nas linhas de ação para 2016 critérios de eficiência, eficácia e qualidade, tendo em vista a existência de uma organização sustentável por via da sua ação operacional, com o objetivo de melhorar o desempenho da Associação, no cumprimento da sua missão e atribuições, criando meios que permitam uma diminuição do nível de dependência dos apoios públicos e em particular tendo em consideração o agravamento das condições económicas e sociais existentes no país e o seu impacto na organização.

1.2 - Linhas de orientação

Continua a ser como uma prioridade para o ano de 2016 a adoção de um conjunto de opções estratégicas que permitam à Associação atingir um modelo sustentável de funcionamento.

As maiores dificuldades com que a Instituição se debate estão relacionadas com a falta de verbas necessárias para a execução das suas atividades.

Dada a conjuntura económica do país, será necessário que sejam tomadas algumas iniciativas, quer por parte da Instituição, quer por parte dos nossos associados e amigos para angariação de fundos.

Apesar da situação económica não ser a mais favorável, a Direção continua a encarar o futuro de uma forma muito positiva. Com o esforço de todos, com grande disciplina e rigor, iremos continuar a trabalhar para que possamos aumentar e melhorar os nossos serviços, e assim atingir o objetivo a que a Instituição se propõe.

Estamos convictos que a Associação saberá estar na primeira linha desse desafio que é levar solidariedade a todos aqueles que mais precisam.

A apresentação deste Plano de Atividades e Orçamento para 2016 decorre num ambiente de profunda crise económica e social, motivo pelo qual não se pretender fazer, ou prometer fazer, mais do que uma gestão equilibrada e ponderada, de modo a não colocar em risco a sustentabilidade económica e financeira da Associação.

A consolidação financeira e a melhoria dos serviços prestados continuam a nortear as linhas estratégicas da Instituição para 2016.

Neste contexto, a Direção entende que as suas prioridades devem manter-se num conjunto de opções estratégicas cautelosas, no seguimento do previsto no Orçamento dos anos anteriores.

1.3 - Objetivos

Atingir um modelo sustentável e equilibrado de funcionamento.

Dinamizar, otimizando, a área de voluntariado e serviços.

Garantir a prestação de serviços de qualidade aos utentes e associados.

Consolidar um modelo de gestão assente no rigor, na responsabilização e na delegação baseada em competências demonstradas.

Implementar boas práticas em gestão de pessoas e de competências.

Reforçar a imagem da Associação junto de todas as partes interessadas.

Promover o desenvolvimento comunitário e o reforço da igualdade de oportunidades numa dinâmica de parceria e de trabalho em rede com entidades públicas e privadas.

2 - Atividades previstas por valências

2.1 - Centro de Convívio



O Centro de Convívio é uma resposta social da Associação que visa proporcionar uma vida mais ativa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, para uma maior participação na vida em comunidade. O centro de convívio tem ainda a finalidade de contribuir para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar, desenvolvendo a autonomia pessoal.

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;
- 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);
- Projeto “Seniores em Movimento” – Hidroterapia (CMC);
- Projeto “Hora do Conto”;
- Medição da Tensão Arterial;
- Grupo Coral;
- Projeto “Conversas de Comadres”;
- Oficina de Trabalhos Manuais;
- Atendimento Psicossocial;
- Alfabetização;
- Reunião mensal com os utentes.

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
- Projeto “Seniores em Movimento” – Sessões de esclarecimento Jogos em Grupo;
- Comemoração de Dias Mundiais e Internacionais;
- Passeios culturais / Visitas a Museus e outros monumentos históricos;
- Piqueniques e almoços de convívio;
- Exposição de trabalhos realizados pelos utentes;
- Atuação do Grupo Coral noutras instituições.

2.2 - Universidade Sénior

2.2.1 - Introdução

Numa época em que a aprendizagem ao longo da vida se afirmou como uma realidade incontornável, e em que as sociedades ocidentais se deparam com uma população idosa cada vez em maior número, mais qualificada, com uma esperança de vida mais elevada, com tempo disponível, motivada para alargar



o seu conhecimento sobre temas diversos, a Associação assumiu a responsabilidade de contribuir para dar resposta a necessidades intelectuais desta população.

Nesse sentido, a Associação criou em 2010 a Universidade Sénior de Manique com a finalidade de contribuir para o desenvolvimento contínuo da pessoa humana pela via da formação cultural, científica e técnica dos cidadãos com idade igual ou superior a 50 anos.

2.2.2 - Princípios, Valores e Objetivos

2.2.2.1 - Princípios

- Associar o direito à educação com o dever de aprender ao longo da vida, em ordem à participação social e ao desenvolvimento pessoal e cultural.
- Reconhecer e valorizar os saberes e competências dos destinatários da aprendizagem, recentrando as estratégias educativas no primado da pessoa.
- Combater a solidão, a exclusão e o insucesso humano.
- Compatibilizar realidades culturais locais com a vocação universalista da cultura, passando pela afirmação duma cidadania ativa, aberta ao diálogo entre culturas.

2.2.2.2 - Valores

- Reconhecimento da população sénior como um ativo a valorizar.
- Incorporação de valor ao potencial sénior.
- Procura constante da melhoria de qualidade dos serviços prestados.

2.2.2.3 - Objetivos

- O desenvolvimento pessoal e social dos utentes, designadamente a promoção de competências orientadas para a resolução de problemas de vida e para o desenvolvimento sócio-cognitivo no sentido da compreensão e valorização das realidades dos próprios, dos outros e do mundo atual.
- A promoção da intergeracionalidade como forma de partilha de experiências e de perspetivas de vida e de evolução da sociedade.

- O estímulo à participação em projetos de desenvolvimento sociocultural.
- O apelo ao voluntariado e ao empenhamento cívico solidário.
- A formação para a participação ativa, crítica e reflexiva, enquanto pilares de uma sociedade de, e para todos.
- 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 a frequência de aulas, atividades e cursos onde os seus conhecimentos possam ser divulgados, valorizados e ampliados.
- Criar espaços de encontro na comunidade que se tornem incentivos e estímulos a um sã espírito de convivência e de solidariedade.

Divulgar e preservar a nossa história, cultura, tradições e valores.

2.2.3 - Estratégia

A promoção do desenvolvimento sustentável e contínuo da **UniMa** continuará assente nas seguintes estratégias:

- Angariação de Alunos e Professores;
- Divulgação e Partilha de Conhecimento.

2.2.3.1. Angariação de Alunos e Professores

O aumento do número de alunos é importante para garantir não só a sua participação ativa e para promover a sua aprendizagem contínua e ao longo da vida, como também para garantir um nível elevado de satisfação dos professores voluntários. Esta estratégia, que tem corrido muito bem e que muitos frutos tem gerado, continuará a passar por ações como:

- Garantir preços acessíveis e diversas outras vantagens para os alunos;
- Disponibilizar o maior número possível de disciplinas.

A participação voluntária de antigos e novos professores exige que, cada vez mais, seja feito um acompanhamento próximo e afetivo.

2.2.3.2. Divulgação e Partilha de Conhecimento

Continuar a aposta na divulgação das nossas atividades, nomeadamente através de parcerias com diversas instituições e empresas, através da promoção de uma interação com a realidade de outras Universidades Seniores, bem como através da comunicação e cooperação com outras instituições de solidariedade social. Além disto, é igualmente importante continuar a divulgar as atividades na comunicação social e nas redes sociais. Para promover uma maior interação entre alunos e professores, estamos a ponderar a criação de um fórum e/ou de uma plataforma *moodle*. Toda esta estratégia pretende adaptar o funcionamento e organização da Universidade às diferentes realidades sociais, à crescente globalização e aos avanços tecnológicos.

2.2.4 - Atividades a desenvolver

- Visitas de estudo e passeios;
- Conversas e debates;
- Espetáculos e festas temáticas;
- Projeção de filmes, música, dança, etc.;
- *Workshops* e aulas experimentais;
- Desenvolvimento do Jornal da **UniMa** e do sitio na internet;



2.3 - Rancho Folclórico

2.3.1 - Introdução

Em 2016 o Rancho comemora o seu 11º Aniversário.

Nos primeiros anos da sua existência teve o apoio da Câmara Municipal de Cascais, no entanto esse apoio foi perdido há uns anos atendendo que o regulamento Municipal não permite a atribuição de apoios a Instituições como a nossa: IPSS.

A fim de tentar resolver essa situação a Direção estabeleceu um acordo com o Grupo Musical e Desportivo 31 de Janeiro de Manique de Baixo, incluindo esta coletividade o Rancho nas suas atividades e formalizando uma candidatura à Câmara Municipal de Cascais, passando este a fazer parte integrante das duas instituições

Julgamos que com este acordo será possível continuar a sonhar com um futuro risonho para o nosso Rancho.

2.3.3 - Atividades a desenvolver

Durante o ano de 2016, pretende-se realizar o 11º Festival de Folclore, um encontro de folclore, bem como as atuações habituais a que fomos solicitados.

2.4 - Atividades para associados e população



2.4.1 - Introdução

Desde a sua fundação que a Associação promove atividades direcionadas aos sócios 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.

2.4.2 - 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 de contacto com a comunidade;
- Recordar vivências, costumes e tradições populares

2.4.3 - Atividades a desenvolver

- Cantar as Janeiras
- Comemoração do 23º Aniversário
- Almoços de Convívio
- Festa Solidária
- Caminhada Solidária
- Passeio Pedestre
- Festas Temáticas
- Excursões
- Feiras Solidárias
- Encontro de Folclore
- Encontro de Coros
- Encontro de Tunas
- Sessão de Fados
- Passagem de Ano

Estas são as atividades principais que desenvolvemos ao longo dos últimos 3 anos destinadas a todos os associados e que propomos a sua continuidade.

Contrariamente aos anos anteriores, não são indicadas datas previsíveis para a sua realização, deixando as mesmas ao critério dos novos Órgãos Sociais.

3 - Recursos Financeiros - Orçamento para 2016

RUBRICAS	RECEITAS	DESPESAS	SALDO
Água		1.500,00	-1.500,00
Almoços semanais	3.400,00	1.600,00	1.800,00
Atividades (Janeiras /Caminhadas / Espetáculos)	600,00		600,00
Bar	960,00	550,00	410,00
Carrinha (Transporte / Combustível / Manutenção / Seguro)	1.100,00	950,00	150,00
Comunicações internet e TV		1.540,00	-1.540,00
Confeção Produtos (Maravilhas / Licores / etc)	2.000,00	700,00	1.300,00
Conservação e manutenção		300,00	-300,00
Contabilidade		2.214,00	-2.214,00
Custos com pessoal		20.000,00	-20.000,00
Despesas representação		200,00	-200,00
Eletricidade		3.200,00	-3.200,00
Equipamentos		300,00	-300,00
Excursões	800,00	400,00	400,00
Feiras Solidárias	400,00		400,00
Festas/Almoços	7.100,00	5.400,00	1.700,00
Gás		400,00	-400,00
Centro de Convívio (Lanches / Atividades)	500,00	800,00	-300,00
Limpeza, higiene e conforto		1.260,00	-1.260,00
Material de Escritório e Correio		500,00	-500,00
Não especificados	50,00	1.256,00	-1.206,00
Protocolos Câmara	19.000,00		19.000,00
Quermesse	300,00		300,00
Quotização	6.000,00	1.200,00	4.800,00
Rancho	3.500,00	3.500,00	0,00
Rifas	1.000,00		1.000,00
Seguros		560,00	-560,00
Universidade Sénior	7.500,00	4.000,00	3.500,00
Vigilância		380,00	-380,00
Elevador		1.500,00	-1.500,00
Donativos			0,00
			0,00
			0,00
			0,00
			0,00
	54.210,00	54.210,00	0,00



ASSOCIAÇÃO DE APOIO SOCIAL NOSSA SENHORA DAS NEVES

Instituição Particular de Solidariedade Social

Praceta da Saudade, 22

Manique de Baixo

2645-614 Alcabideche

Telef. 21 445 80 94

geral@nevesmanique.net