



# 2022

## PLANO DE ATIVIDADES E CONTAS

---

IMPULSAR – ASSOCIAÇÃO PARA O  
DESENVOLVIMENTO COMUNITARIO

---



Índice

Introdução .....	3
SOBRE NÓS .....	4
OBJETIVOS ESTRATÉGICOS PARA 2022 .....	5
Eixo 1. Intervenção Comunitária.....	6
Eixo 2. Sustentabilidade .....	15
Orçamento Previsional .....	16

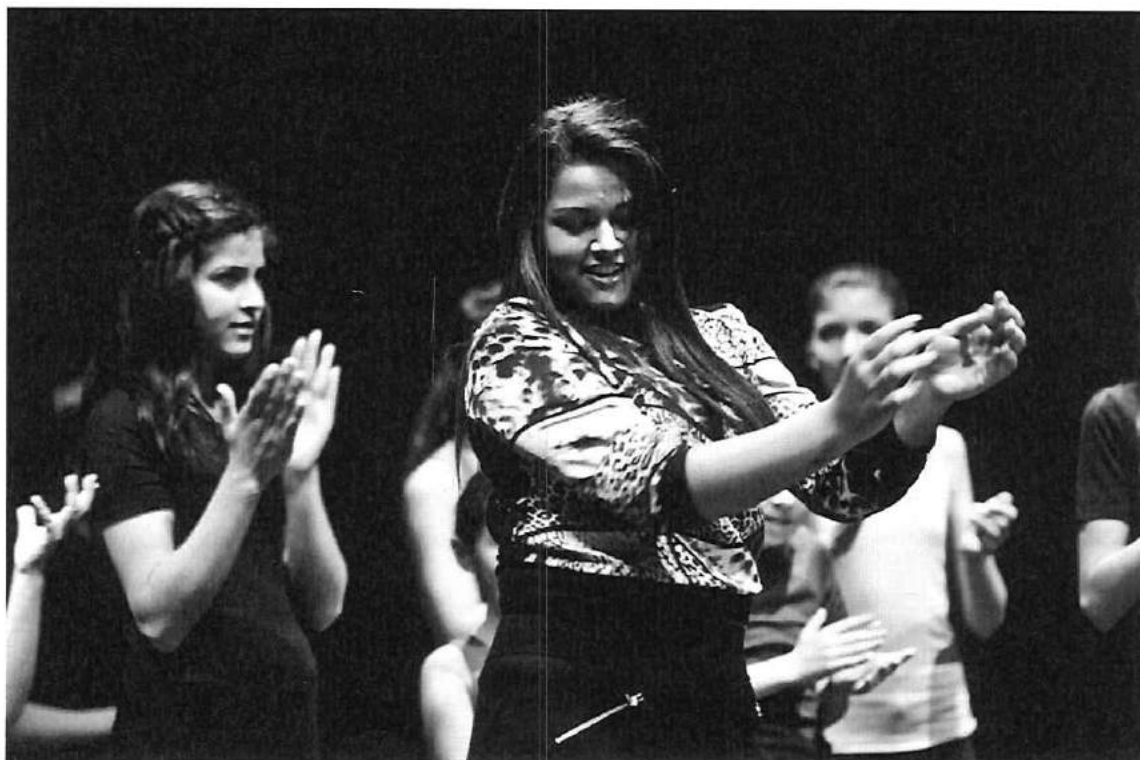


## INTRODUÇÃO

O plano de atividades e contas da InPulsar – Associação para o Desenvolvimento Comunitário para 2022, estrutura-se de acordo com os objetivos estratégicos da entidade e os objetivos específicos de cada projeto. O plano de atividades deve ser visto como um instrumento de gestão, pelo que a metodologia adotada na sua conceção teve em conta o contributo dos vários elementos da Direção, equipas técnicas dos projetos e beneficiários das ações em curso.

Considerando os objetivos estratégicos e operacionais traçados pela Direção e restantes responsáveis da InPulsar, salientamos a necessidade de criar sustentabilidade aos projetos em curso e alargar o foco de intervenção às áreas da educação, saúde e bem-estar através de uma abordagem integrada e de capacitação comunitária.

Em 2022 a InPulsar comemora 10 anos de atividade, pelo que será um ano marcado por iniciativas para assinalar essa data.



## **SOBRE NÓS**

### **VISÃO**

Contribuir para a inclusão social e económica de populações em situação de vulnerabilidade e exclusão social numa perspetiva de proximidade e de envolvimento das populações, centrando a sua intervenção no cidadão e nas capacidades da própria comunidade.

Pretende promover a dinâmica, as competências e o “pulsar” das comunidades envolvidas, através de metodologias participativas e promotoras de *empowerment*, abordando os problemas e soluções de forma integrada e articulando vários conhecimentos transdisciplinares.

### **VALORES**



**Equidade**



**Articulação e Participação**



**Inovação e Impulso**



**Responsabilidade**



**Flexibilidade**

### **VISÃO**

Ser uma instituição de referência no âmbito da intervenção social, criando respostas sociais inovadoras junto da comunidade local.

Construir um núcleo de reflexão e debate sobre a situação atual da entidade e a sua orientação face ao futuro.

## OBJETIVOS ESTRATÉGICOS PARA 2022

Em consonância com a missão, valores e visão da InPulsar tem priorizado dois eixos com os seguintes objetivos estratégicos para 2022:

### Eixo 1. Intervenção comunitária

1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras

### Eixo 2. Sustentabilidade

2. Promover uma comunicação eficaz
3. Garantir a sustentabilidade da InPulsar nomeadamente através das seguintes iniciativas:
  - Consignação de IRS de 2022;
  - Promover o apadrinhamento por mecenas, por exemplo de atividades para os participantes dos projetos.



## EIXO 1. INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras	Promover a inclusão social de criança, jovens e famílias do Bairro Social Cova das Fátas através de mediação comunitária.	Abranger 60 participantes	1. Gira com todos: -Treino de competências sociais e emocionais	Giro ó Bairro	Anual	Câmara Municipal de Leiria	Câmara Municipal de Leiria
	Promover o sucesso escolar e uma maior responsabilização dos encarregados de educação no processo educativo.	Acompanhar 20 crianças e jovens em idade escolar	1. Estuda Comigo: -Estudo Acompanhado	Giro ó Bairro	Anual	Câmara Municipal de Leiria	Câmara Municipal de Leiria

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras.	Gira Comigo	Abranger 40 participantes (crianças jovens e adultos entre os 6 e os 35 anos)	1. <u>Desenvolver competências:</u> -Dinamização de oficinas de literacia digital e não digital; -Oficina de Stop Motion dirigida a crianças e jovens; -Acompanhamento das sessões de educação emocional.	Impulsar / Gira Comigo  Impulsar / Gira Comigo  Escola das Emoções	Até Nov 2022	EEA Grants Fundação Calousie Fundação Gulbenkian e Bissaya Barreto	Câmara Municipal de Leiria  Escola das Emoções  Riballambição
			2. <u>Empoderar Saberes:</u> -Oficinas Criativas; -Workshop de construção de caixas flamencas; -Sessões sobre história e cultura cigana	Impulsar / Gira Comigo  Riballambição  Riballambição			
			3. <u>Capacitação para a cidadania inclusiva:</u> -Oficina de intervenção e construção coletiva do bairro; -Sessões dirigidas à comunidade cigana e maioritária sobre percursos positivos de integração escolar e profissional; -Oficina de capacitação para a criação de um grupo comunitário de Leiria	Impulsar / Gira Comigo  Riballambição  Riballambição			



2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras	Diminuir os riscos e minimizar os danos associados ao consumo de substâncias psicoativas	Acompanhar 85 utentes na área da RRMD	1. Giros de Equipa de rua	Giros na Rua	Anual	SICAD, Ministério da Saúde	Câmara Municipal de Leiria, União das Freguesias de Leiria,
	Aumentar as competências sociais e pessoais junto de pessoas em situação de exclusão social	Realizar um acompanhamento continuado a 80 utentes	1. Apoio Psicosocial, Apoio psicológico 2. Cuidados de enfermagem 3. Atividades ocupacionais 4. Procura ativa de emprego 5. Grupo terapêutico Giros à conversa	Giros na Rua	Anual	SICAD, Ministério da Saúde, Câmara Municipal de Leiria	Pousos, Cortes e Barreira, GAT, UCC Centro de Saúde Arnaldo Sampaio e UCC Gorjão Henriques
	Atuar ao nível da advocacy e desconstrução de preconceitos acerca dos utilizadores de SPA e PLA	Dinamizar 1 sessão anual sobre a RRMD e SPA (fórmula, seminário e/ou workshop) Dinamizar 2 ações de participação cívica envolvendo os participantes do projeto Realizar 1 ação anual dirigida à comunidade com vista à desconstrução de preconceitos	1. Grupo de discussão sobre temas pertinentes na área da RRMD 2. Seminário/ formação em RRMD 3. Reuniões interinstitucionais	Giros na Rua	Anual	SICAD, Ministério da Saúde, Câmara Municipal de Leiria	

Giros na Rua



Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
<p><b>Obj. Processo 1:</b> Envolver anualmente em atividades promotoras da melhoria dos resultados escolares e promotoras do desenvolvimento de competências TIC crianças, jovens e familiares da Quinta do Alçada / Marrazes.</p> <p><b>Obj. Mudança:</b> 1.1) Melhorar os resultados escolares; 1.2) Desenvolver competências na área das TIC</p>	<p>140 Crianças, Jovens e Familiares (presentes em 1 sessão)</p> <p>98 Crianças, Jovens e Familiares (presentes em 12 sessões)</p> <p>1.1) 44 crianças e jovens 1.2) 46 crianças, jovens e familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudar é Comigo</li> <li>- Tutor por um dia</li> <li>- TAB Games</li> <li>- Laboratório EI</li> <li>- Sempre Ligad@</li> <li>- Laboratório das TIC</li> <li>- Fram@LAB</li> <li>- IT Motion</li> <li>- Cidadania@Click</li> </ul>	Redes na Quint@	Anual	<p>Programa Escolhas</p> <p>+</p> <p>Pro Leiria (de janeiro a março 2021)</p>	<p>CPCJ Leiria; UFMB; CML; ARS Centro CRI de Leiria; ARS Centro UCC Arnaldo Sampaio; EAPN Portugal; ESALV; AEM; IPL</p>
<p><b>Obj. Processo 2:</b> Envolver anualmente em atividades promotoras de cidadania, da participação comunitária e do diálogo intercultural, crianças, jovens e a comunidade em geral da Quinta do Alçada/Marrazes</p> <p><b>Obj. Mudança:</b> 2.1) Promover hábitos de saúde e/ou de vida saudáveis 2.2) Desenvolver competências para o diálogo intercultural 2.3) Desenvolver competências pessoais e/ou sociais e/ou cognitivas</p>	<p>170 Crianças, Jovens e comunidade (presentes em 1 sessão)</p> <p>70 Crianças, Jovens e comunidade (presentes em pelo menos 12 sessões)</p> <p>2.1) 60 crianças, jovens e familiares 2.2) 72 crianças, jovens e comunidade em geral 2.3) 72 crianças, jovens e familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aqui Conligo</li> <li>- Saúde + na QdA</li> <li>- TAB Games</li> <li>- Laboratório de Emoções</li> <li>- Quinta de Férias</li> <li>- Pensar o Mundo</li> <li>- PT @ Todos</li> <li>- Movimento pró Bairro</li> </ul>	Redes na Quint@	Anual	<p>Programa Escolhas</p> <p>+</p> <p>Pro Leiria (de janeiro a março 2021)</p>	<p>CPCJ Leiria; UFMB; CML; ARS Centro CRI de Leiria; ARS Centro UCC Arnaldo Sampaio; EAPN Portugal; ESALV; AEM; IPL</p>

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras	Desenvolvimento de competências artísticas e de competências para o sucesso escolar	60% dos participantes	Oficinas artísticas e visitas guiadas a eventos de cariz cultural.	Sob o mesmo Céu	Anual	Programa PARTIS da Fundação Calouste Gulbenkian	CML; UFM; AMITEI; Escola das Emoções; AEM; ESALV; Festival a Porta; Jornal de Leiria; Riscas Vadias.
	Desenvolvimento de competências sociais e emocionais	60% dos participantes	Programa de Educação Emocional e Encontros Intergeneracionais	Sob o mesmo Céu	Anual	Programa PARTIS da Fundação Calouste Gulbenkian	CML; UFM; AMITEI; Escola das Emoções; AEM; ESALV; Festival a Porta; Jornal de Leiria; Riscas Vadias.
	Aumento do sentimento de pertença ao Bairro e maior coesão grupal	60% dos participantes	Apresentações de exposições/resultados	Sob o mesmo Céu	Anual	Programa PARTIS da Fundação Calouste Gulbenkian	CML; UFM; AMITEI; Escola das Emoções; AEM; ESALV; Festival a Porta; Jornal de Leiria; Riscas Vadias.

Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
<p>1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras</p> <p>CLDS D' El-Rei 4G"</p>	<p>Auxiliar e intervir em contexto emergencial junto das populações inseridas em territórios afetados por calamidades e/ou capacitação e desenvolvimento comunitários.</p> <p>Desenvolver ações de promoção da auto-organização dos habitantes do território, criação/revitalização de associações (moradores, temáticas ou juvenis) através de estímulo aos grupos-alvo, de acompanhamento de técnicos facilitadores das iniciativas</p> <p>Desenvolver instrumentos facilitadores do acesso das pessoas a serviços públicos de utilidade pública, a nível local, reduzindo o isolamento e a exclusão social.</p>	<p>"Todos Pró Bairro"</p> <p>"Oficinas Pla'Arte"</p> <p>"A alma da freguesia"</p> <p>"Reminiscências"</p> <p>"Oficinas do Tempo – Histórias D'El-Rei"</p> <p>"Gabinete 4G"</p> <p>"Gua D'El-Rei"</p> <p>"Gira a freguesia – Caminhos D'El-Rei"</p> <p>Conferência para a redução do risco de catástrofes</p>	CLDS   "D'El-Rei 4G"	Trianual	POISE (através do organismo intermédio ISS, I.P.)	CLAS (Todos os parceiros cuja área de incidência geográfica seja a da abrangência do CLDS   "D'El-Rei 4G")
	<p>Intervir junto das famílias, por forma, a prevenir a pobreza infantil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desenvolver processos de qualificação familiar, designadamente os que propiciam a informação sobre os seus direitos de cidadania, o desenvolvimento de competências dos respetivos elementos e de aconselhamento em situação de crise.</li> </ul>	<p>"Famílias crescidas"</p> <p>Coaching Parental</p> <p>"Crescer D'El-Rei"</p>	CLDS   "D'El-Rei 4G"	Trianual	POISE (através do organismo intermédio ISS, I.P.)	
	<p>Promover o envelhecimento ativo e a autonomia das pessoas através de ações socioculturais.</p>	<p>"Perspetivar a Idade"</p>	CLDS   "D'El-Rei 4G"	Trianual	POISE (através do organismo intermédio ISS, I.P.)	

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis e inovadoras através de estratégias/metodologias participativas e	<p><b>GERAL:</b> Promover a integração e autonomia de vida de Jovens Estrangeiros Não Acompanhados (JENA) nos concelhos de Leiria, Alcobaça e Nazaré, o projeto</p> <p><b>ESPECÍFICO:</b> Desenvolver, reforçar e consolidar competências pessoais, emocionais e sociais dos JENA no território, necessárias à gestão das diversas dimensões da sua vida com vista à aquisição de autonomia plena e integração.</p>	20 participantes	<p>Preparação do processo de saída do CAE</p> <p>Construção, execução, avaliação, revisão dos Planos Individuais de Intervenção</p> <p>Acompanhamento para questões do quotidiano</p>	Aqui Mundos	Anual	FAMI	Instituto de Segurança Social

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis através de estratégias/metodologias participativas e inovadoras	MORADA CERTA	15 participantes	<p>Apoio na transição da rua para uma casa;</p> <p>Gestão e manutenção da casa;</p> <p>Mediação com as estruturas de saúde e de apoio social da área residencial;</p> <p>Promoção da autonomização nas atividades da vida diária;</p> <p>Apoio na gestão da medicação;</p> <p>Educação e sensibilização para práticas de consumo com menores riscos;</p> <p>Apoio na utilização dos recursos da comunidade;</p> <p>Procura e arrendamento das casas no mercado imobiliário;</p> <p>Apoio no desenvolvimento de projetos individuais.</p>	Morada Certa	Anual	<p>Câmara Municipal de Leiria;</p> <p>Instituto de Segurança Social; Lusitaves;</p> <p>União das Freguesias de Leiria, Pousos, Cortes e Barreira</p>	<p>Câmara Municipal de Leiria</p> <p>Instituto de Segurança Social; Lusitaves;</p> <p>União das Freguesias de Leiria, Pousos, Cortes e Barreira</p>

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parceiros
1. Atuar junto das populações socialmente vulneráveis e inovadoras através de estratégias/metodologias participativas e	GIP Imigrante	Prestar apoio a Imigrantes, jovens e adultos, desempregados no seu percurso de inserção ou reinserção no mercado de trabalho na Região de Leiria	Informação profissional	GIP Imigrante	Anual	Instituto de Emprego de Formação Profissional  Alto Comissariado para as Migrações	Instituto de Emprego de Formação Profissional  Alto Comissariado para as Migrações
			<p>Apoio na procura ativa de emprego</p> <p>Acompanhamento personalizado dos desempregados em fase de inserção ou reinserção profissional</p> <p>Encaminhamento para ofertas de qualificação</p> <p>Divulgação de ofertas de emprego e colocação nas ofertas disponíveis e adequadas</p> <p>Divulgação de programas comunitários que promovam a mobilidade no emprego e na formação profissional no espaço europeu</p>				

## EIXO 2. SUSTENTABILIDADE

2022 Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Resultados Esperados	Atividades	Responsável/ Departamento	Calendarização	Financiamento assegurado	Parcelos
Garantir a sustentabilidade da InPulsar	Angariar fundos	Angariar 7000€  Financiar atividades dos projetos	Divulgar a InPulsar junto do tecido empresarial  Atualizar trimestralmente a lista de necessidades dos projetos	Direção	Anual	Não	
	Divulgar a associação e a sua intervenção	- Angariar fundos -Alcançar novos sócios  Ser notícia nos jornais locais 1 x por mês, atualizar o site e promover o FB no mínimo com duas publicações por semana.	Divulgar a InPulsar em diversos meios Aumentar o volume de consignação do IRS  Definir uma estratégia de comunicação Divulgar as atividades dos projetos	Direção Grupo comunicação  Direção Grupo Comunicação	Atual  Anual	Não  Não	
Promover uma comunicação eficaz							



## ORÇAMENTO PREVISIONAL

O orçamento para o ano de 2022 está a ser desenvolvido com base nas fontes de financiamento previstas (e já garantidas) e na perspectiva de congregar outros financiamentos e apoios.

RENDIMENTOS E GASTOS	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022	2022
	Giró Bairro	Giros Na rua	Redes Na Quinta	SMC	Morada Certa	Del Rei 4G	Aqui Mundos	Gira Comigo	GIP	Geral	Total				
Vendas e serviços prestados															
Subsídios, doações e legados à exploração	20.000,00	45.000,00	52.800,00	18.930,00	120.000,00	205.000,00	104.800,00	27.400,00	12.000,00		605.930,00				
Fornecimentos e serviços externos	-3.500,00	-4.500,00	-7.300,00	-16.190,00	-95.000,00	-62.120,00	-32.000,00	-10.000,00	-1.200,00	-10.000,00	-241.810,00				
Gastos com o pessoal	-13.200,00	-40.000,00	-45.500,00	-2.740,00	-40.000,00	-142.000,00	-70.000,00	-16.700,00	-11.900,00		-382.040,00				
Outros rendimentos e ganhos					16.000,00					15.000,00	31.000,00				
Outros gastos e perdas										-600,00	-600,00				
<b>Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos</b>	<b>3.300,00</b>	<b>500,00</b>			<b>1.000,00</b>	<b>880,00</b>	<b>2.800,00</b>	<b>700,00</b>	<b>-1.100,00</b>	<b>4.400,00</b>	<b>12.480,00</b>				
Gastos/reversões de depreciação e de amortização										-3.500,00	-3.500,00				
<b>Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)</b>	<b>3.300,00</b>	<b>500,00</b>			<b>1.000,00</b>	<b>880,00</b>	<b>2.800,00</b>	<b>700,00</b>	<b>-1.100,00</b>	<b>900,00</b>	<b>8.980,00</b>				
Juros e rendimentos similares obtidos															
Juros e gastos similares suportados										-1.000,00	-1.000,00				
<b>Resultado antes de impostos</b>	<b>3.300,00</b>	<b>500,00</b>			<b>1.000,00</b>	<b>880,00</b>	<b>2.800,00</b>	<b>700,00</b>	<b>-1.100,00</b>	<b>-100,00</b>	<b>7.980,00</b>				
Imposto sobre rendimento do período															
<b>Resultado líquido do período</b>	<b>3.300,00</b>	<b>500,00</b>			<b>1.000,00</b>	<b>880,00</b>				<b>-100,00</b>	<b>7.980,00</b>				



**10 Anos**



**InPulsar**  
ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

910 829 160  
244 023 633  
geral@inpulsar.pt  
Rua Dr. José Gonçalves 55, Piso - 1  
2410-121 Leiria

