

## Plano de atividades e orçamento para 2022



### CONTEÚDOS:

I.	CONTEXTO ATUAL	2
II.	2022: UM ANO DE FORTALECIMENTO DA PRESSLEY RIDGE	3
III.	PLANO ESTRATÉGICO E ATIVIDADES	4
IV.	PLANO ORÇAMENTAL	10

## I. CONTEXTO ATUAL

O plano estratégico para o período de 2022 a 2025 manterá o foco na concretização da estratégia desenhada no anterior quadriénio, considerando o processo de consolidação da associação em curso, através de:

1. Afirmação dos valores e filosofia da organização, alicerçados naquelas que devem ser as suas atividades centrais, de acordo com as suas áreas de especialização e competência. Essa afirmação, reflete-se no modelo descrito em baixo e que serviu de referência para o caminho que a PR está a trilhar.

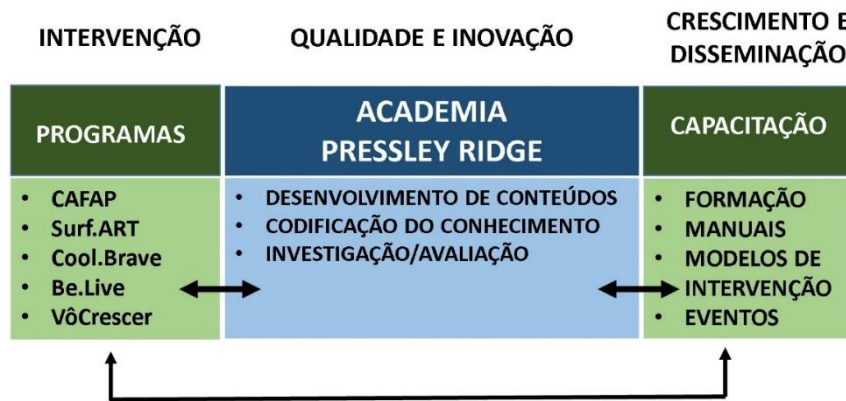
2. A Academia Pressley Ridge, que se assume como o “coração da organização”, uma vez que as suas dimensões de formação, codificação de conhecimento e avaliação/investigação, permitem contribuir para que a PR se diferencie na sua área de atuação e simultaneamente contribuir para a atualização de conhecimentos e a criação de respostas aos novos desafios.



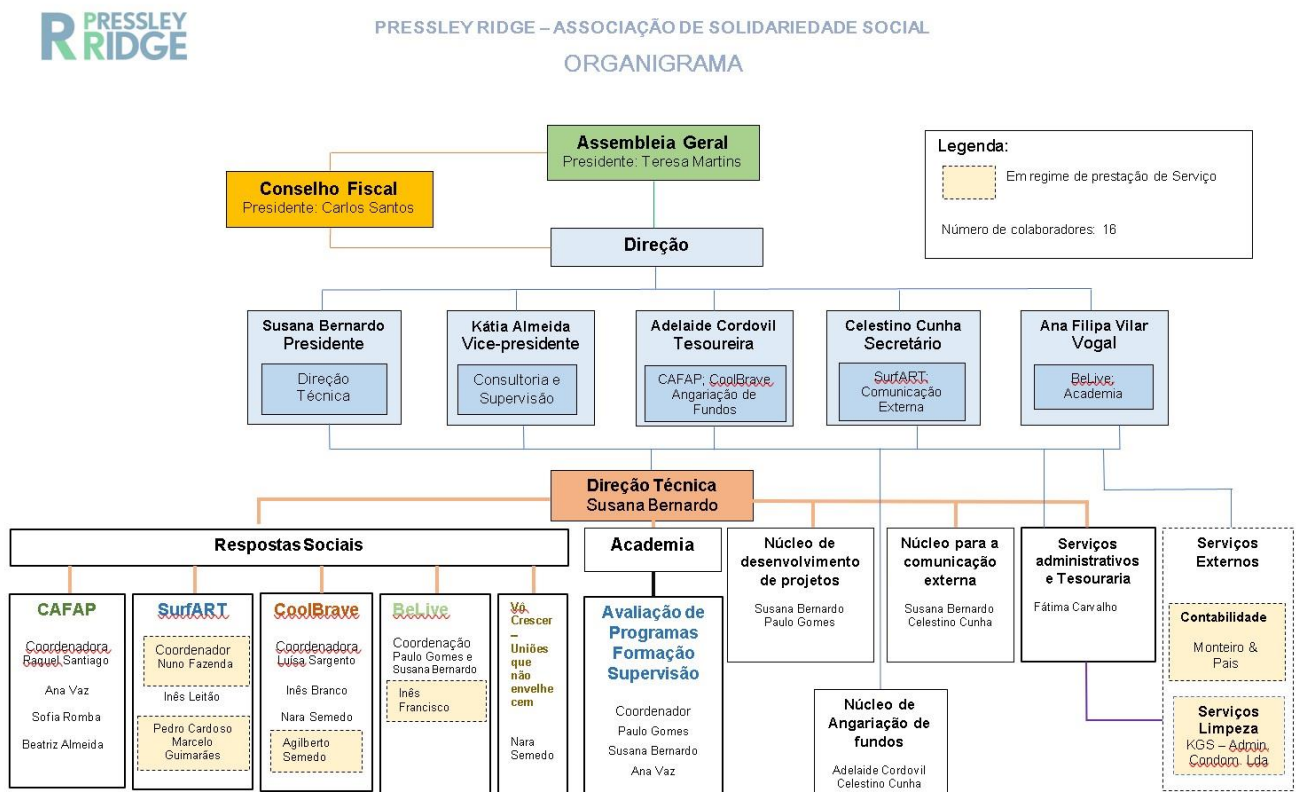
3. O facto da intervenção assentar fundamentalmente na resposta social protocolada com o ISS - **CAFAP** (Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental), nos **projetos atuais de intervenção com crianças e jovens** (Surf.Art, CoolBrave – E8G, Be.Live e VôCrescer), tendo em vista a promoção do bem estar, desenvolvimento integral e saúde mental das crianças, jovens e famílias.

## II. 2022: UM ANO DE FORTALECIMENTO DA PRESSLEY RIDGE

O modelo de desenvolvimento estratégico mantém o foco nas 3 dimensões da Academia PR, sendo elas a codificação do conhecimento, a formação e a investigação/avaliação dos programas. Há uma relação direta e consistente entre os programas existentes (intervenção efetiva) com a Academia PR, num circuito que, por um lado, transporta conhecimento da atividade técnica para a Academia e, por outro, transporta desta para os programas, já devidamente elaboradas, propostas de avaliação e melhoramento



Enquanto instituição do ponto de vista da organização interna tornámos mais visível as funções de gestão e as da intervenção direta, traduzidas no organigrama em baixo, em que se mantém a direção técnica, que supervisiona todas as atividades da organização, com o apoio da direção. Os coordenadores de programa, assumem um maior envolvimento no desenvolvimento dos programas que coordenam, coadjuvados pela direção técnica e as atividades da academia.



### III. PLANO ESTRATÉGICO E ATIVIDADES

Apresentamos de forma detalhada o plano estratégico e as atividades para 2022, por programa/área de atuação:

#### ACADEMIA PRESSLEY RIDGE

##### OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

- 1) Ser uma referência para profissionais externos, na capacitação, desenvolvimento e uso de ferramentas para potenciar a mudança positiva na vida de muitas mais crianças, jovens e famílias.

Objetivo operacional	Ação	Meta	Prazo	RESPONSÁVEL
Envolver mais profissionais externos nos programas de formação e supervisão da Pressley Ridge	Dinamizar sessões de formação – podem ser presenciais ou online	8 sessões	Janeiro a novembro	Paulo Gomes
	Assegurar a supervisão na SCML	50 sessões	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes e Susana Bernardo
Criar ofertas formativas para empresas na área do auto-cuidado, comunicação/trabalho de equipa e desenvolvimento pessoal (com base no modelo do ACT usado no Be.Live)	Dinamizar ações de Formação - podem ser presenciais ou online - com a possibilidade de continuidade num registo de mentoria	4 ações de formação	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes e Susana Bernardo
Contatar novos e /ou antigos clientes para divulgar a formação e oferta formativa da Academia PR	Agendar reuniões com entidades para avaliar as necessidades da organização e apresentar propostas à medida (customizada)	Lista de 20 organizações chave	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes e Susana Bernardo
Transferir o conhecimento construído a partir da nossa intervenção, promovendo a credibilidade dos modelos da PR	Codificar o conhecimento da intervenção dos programas	Edição de 1 manual; de 2 artigos científicos; e participação em 5 ações (seminários/c onferências)	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes e equipas dos programas

- 1) Ser o suporte na formação interna dos colaboradores da PR na concretização do modelo de avaliação da intervenção realizada

Objetivo operacional	Ação	Meta	Prazo	RESPONSÁVEL
Dinamizar um programa de formação interna para os colaboradores	Avaliar com os colaboradores as necessidades de formação e elaborar um plano de formação interna que inclua os valores,	Criar 2 Programas anuais de formação interna	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes

	filosofia da PR e necessidades dos colaboradores			
Identificar oportunidades formativas fora da PR	Procurar formações externas de interesse para a capacitação dos nossos colaboradores, possibilitando uma bolsa de horas, cujo conhecimento adquirido possa depois ser transferido para a restante equipa PR	Em função da necessidade	Ao longo do ano	Paulo Gomes e Susana Bernardo
Cumprir com a execução do modelo de avaliação	monitorizar a recolha e tratamento de dados a partir da aplicação das medidas criadas para cada programa de intervenção	Elaborar conteúdos através da análise dos dados recolhidos	Janeiro a dezembro	Paulo Gomes e Coordenadores programas

## **PROGRAMA CAFAP**

### **OBJETIVOS ESTRATÉGICOS**

- 1) Melhorar a capacidade de resposta do CAFAP permitindo a concretização de intervenções complementares, respondendo de forma holística e sistémica, no âmbito da preservação e/ou reunificação familiar

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Aumentar o número de famílias que tenham atingido um bom nível de autonomia e de bem estar, através da aquisição de competências parentais e de vida	Realizar Sessões domiciliárias com as famílias, focadas: a) Treino de competências parentais; b) gestão de caso em diversas áreas da vida (saúde, educação, ação social, emprego/formação profissional, habitação, recursos da comunidade, articulação/encaminhamento para respostas sociais do município); c) intervenção terapêutica; d) intervenção na crise	1. As famílias acompanhadas cumprem com pelo menos 70% dos objetivos do PIAF  2. Pelo menos 70% das famílias acompanhadas tem uma rede de suporte social  3. Pelo menos 70% das crianças e jovens permanecem/ regressam ao lar	Ao longo do ano	Raquel Santiago
Alargamento do CAFAP para as modalidades de Preservação e Reunificação Familiar, assim como criação de nova resposta na modalidade de Ponto de Encontro Familiar	Manter o contacto com o Núcleo das Respostas Sociais do ISS para a criação de novos protocolos de cooperação	Depende de concurso	Depende da Abertura de Concurso PROCOOP	Susana Bernardo

2) Codificar e disseminar as metodologias de intervenção com as famílias

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Publicar o Manual de intervenção com Famílias	Criar parceria para a edição e lançamento do Manual	- ter a Fundação Calouste Gulbenkian como parceira	Até março	Susana Bernardo
Criar oportunidades de disseminação das metodologias de intervenção	- Organizar uma Conferência/Seminário de 2-3 horas - Desenhar e elaborar um Programa de Formação relacionado com os conteúdos do Manual -Divulgar o Programa de Formação para técnicos de CAFAP	- 1 conferência de lançamento do Manual - Programa de Formação dividido por módulos tendo por base as fases de intervenção	De abril até dezembro	Susana Bernardo, Paulo Gomes e Equipa CAFAP

**PROJETO SURF.ART – Atreve-te, Realiza-te, Transforma-te**

**OBJETIVOS ESTRATÉGICOS**

1) Replicar o modelo noutros territórios fazendo escalar a intervenção, diversificando as áreas de intervenção, nomeadamente participantes com necessidades educativas especiais.

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Abranger crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social de diversos contextos e territórios	Sessões de Educação Vivencial e de surf terapêutico que visam promover o bem estar geral e a saúde mental dos participantes	- envolver/ beneficiar: a) participantes oriundos de diferentes contextos (Amadora; Cascais; Almada; Peniche; Lisboa) b) com diferentes características (ex. jovens do ensino secundário) e necessidades (ex. autismo) – num total de 100 participantes	Ao longo do ano	Nuno Fazenda

2) Aumentar os recursos que assegurem uma maior sustentabilidade do projeto.

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Apresentar projeto a outros parceiros tendo em vista a sua disseminação	- Fazer contactos institucionais com Câmaras e outras entidades financiadoras (ex. empresas – estratégia corporativa de responsabilidade social)	- Manter acordos de colaboração com os atuais financiadores (BPI, a Caixa e Câmara Municipal de Cascais) e estabelecer novos (Câmara Municipal de Almada e Câmara Municipal de Peniche)	Ao longo do ano	Nuno Fazenda e Susana Bernardo

Criar respostas auto sustentáveis de exercício da atividade	Criação de bolsa de participantes com vulnerabilidades específicas a nível do desenvolvimento (ex. espectro do autismo; síndrome de Down)	20 clientes em modalidade de intervenção individualizada ou em grupo	Ao longo do ano	Nuno Fazenda e Susana Bernardo
---	---	--	-----------------	--------------------------------

## **PROJETO COOLBRAVE – junt@s criamos mudança**

### **OBJETIVOS ESTRATÉGICOS**

Promover a inclusão pessoal e social de crianças e jovens entre os 6 e os 25 anos do Bairro da Estrada Militar do Alto da Damaia e Reboleira, através do desenvolvimento de competências pessoais e sociais e de competências de cidadania e/ou comunitárias.

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Manter a intervenção junto da comunidade do Bairro da Estrada Militar do Alto da Damaia com o alargamento para o território da Reboleira	Programa de atividades que utilizem a arte, o desporto, a cultura como canais para a promoção de competências pessoais, sociais, escolares e de cidadania	50 participantes diretos e 138 participantes indiretos	Ao longo do ano	Luísa Sargento
Promover competências pessoais, sociais e escolares de crianças e jovens entre os 6 e os 25 anos				
Promover a participação cívica de crianças e jovens dos 6 aos 25 anos enquanto agentes ativos da sua comunidade, desenvolvendo o espírito de cidadania e empreendedorismo				

## **PROJETO BE.LIVE – cria a tua mudança**

### **OBJETIVO ESTRATÉGICO**

O Be.Live ser uma resposta complementar à intervenção do CAFAP para a promoção da saúde mental e resiliência das suas crianças e jovens através de uma intervenção especializada e individualizada.

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Combater a falta de oportunidades de crescimento e valorização pessoal das C/J que têm processos de promoção e proteção, através da: a) melhoria do seu bem-estar geral; b) aumento da qualidade de vida; c) promoção do autoconceito; d) desenvolvimento de competências pessoais e	Sessões de intervenção terapêutica individualizada desenhadas tendo por base a Terapia da Aceitação e Compromisso (ACT)	- 20 crianças/jovens com medidas de promoção e proteção	Ao longo do ano	Inês Francisco, com o apoio de Susana Bernardo e Paulo Gomes
	Sessões de intervenção terapêutica em grupo desenhadas tendo	- 40 jovens em Acolhimento Residencial	Ao longo do ano	Inês Francisco, com o apoio de

sociais; e) construção de um projeto de vida com propósito.	por base a Terapia da Aceitação e Compromisso (ACT)			Susana Bernardo e Paulo Gomes
---	---	--	--	-------------------------------

## **PROJETO VÔCRESCER – uniões que não envelhecem**

Este projeto é financiado pelo Programa Bairros Saudáveis e suportado na parceria AURPID – Associação de União de Reformados, Pensionistas e Idosos da Damaia e a Pressley Ridge.

### **OBJETIVO ESTRATÉGICO**

A melhoria do bem-estar físico, mental, emocional e social, das pessoas idosas e dos jovens envolvidos, através de ações promotoras da criação de relações e de redes que combatam o isolamento e a exclusão social e que sejam promotoras do interconhecimento e do exercício duma cidadania ativa e solidária.

<b>Objetivo operacional</b>	<b>Ação</b>	<b>Meta</b>	<b>Prazo</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>
Diminuir o Isolamento dos idosos, promover a autonomia e ca criação de laços suportados uma rede de relações intergeracionais	Visita-me estou em casa – realizar visitas e outras formas de comunicação à distância que permitam o conhecimento e a interação com os idosos	Abranger 15 idosos e 15 jovens	Janeiro a Agosto	Equipa do projeto
	Realizar workshop com apoio da Semear Valores, com jovens e idosos para partilhar experiências de vida e valores de empatia e solidariedade entre outros		Janeiro a Agosto	Equipa do projeto e Semear Valores
Promover a saúde dos indivíduos e da comunidade	Realizar Sessões para promoção da saúde e do bem estar, abordando temas importantes para os jovens	Realizar 6 Sessões	Janeiro a Junho	Equipa projeto e colaboradores externos
	Realizar junto da comunidade Campanhas para as medidas de prevenção do covid 19	Realizar 2 Campanhas	Início do ano	Equipa do projeto, jovens e idosos
	Realizar Campanhas de limpeza no Bairro da Estrada Militar	Realizar 3 campanhas	Janeiro a Agosto	Equipa do projeto, jovens e JFAL
Promover a educação Ambiental, como fator essencial da sustentabilidade da vida das comunidades e do seu bem estar	Desenvolvimento de workshop e atividades intergeracionais para a conservação da biodiversidade e sensibilização aos problemas atuais	Realizar 7 sessões e 3 workshops	Janeiro a Agosto	Equipa do projeto e Ciência Viva



## COMUNICAÇÃO EXTERNA E ANGARIAÇÃO DE FUNDOS

### OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

1) Dar maior visibilidade à intervenção que fazemos na PR

Objetivo operacional	Ação	Meta	Prazo	RESPONSÁVEL
Definir estratégia de comunicação da PR	- Agendar reunião de trabalho com Direção e Equipa para definir estratégia baseada na experiência de outras organizações sociais	Ter um plano de comunicação definido e pronto a ser implementado	Até março	Direção e Equipa PR
Definir estratégias de fidelização de associados e criar bolsa de embaixadores (particulares e empresas)	- Procurar recursos externos que nos permitam operacionalizar o plano (possíveis contributos da participação no evento <i>European Hackathon Youth 4 Youth</i> ) - Avaliar a possibilidade de investimento num Departamento de Comunicação	Ter um plano de acompanhamento e fidelização de associados/voluntários definido e pronto a ser implementado	Até março	Direção e Equipa PR

2) Criar uma rede de dadores particulares e empresariais

Objetivo operacional	Ação	Meta	Prazo	RESPONSÁVEL
Definir estratégia de angariação de fundos para a PR	- Agendar reunião de trabalho com Direção e Equipa para definir estratégia baseada na experiência de outras organizações sociais - Decidir qual o investimento num Departamento de angariação de fundos	- Ter um plano definido e pronto a ser implementado  - 3 campanhas micro (programas) - 1 campanha de angariação macro (PR)	Até março  De março a dezembro	Direção e Equipa PR

### OUTROS PROJETOS EM PROCESSO DE CANDIDATURA – Aguardamos aprovação dos Financiadores

Objetivos Estratégicos	1.Criar respostas complementares ao que fazemos 2. Escalar intervenções já testadas		
Projeto	Objetivo	Meta	Responsáveis
1. Candidatura ao <i>The Human Safety Net</i> do Grupo da Tranquilidade e Generalis	EPIC – Empower Parents In Caring - Projeto de Intervenção com famílias a 2 anos	78.513€ (Total 151.626€ )	Susana Bernardo e Paulo Gomes
2. Candidatura com o Surf.ART ao Fundo +PLUS da Casa do Impacto - Santa Casa da Misericórdia de Lisboa	Investimento num processo de <i>scaling up</i> do Surf.ART	97.950€	Nuno Fazenda e Susana Bernardo

## IV. PLANO ORÇAMENTAL

### PLANO FINANCEIRO PARA 2022

#### PROVEITOS

Descrição	Proveitos
Câmara Municipal da Amadora	1.000,00 €
Câmara Municipal de Cascais	30.000,00 €
ISS, IP (CAFAP)	135.130,00 €
Prémio BPI La Caixa	40.000,00 €
Prémio Caixa Social	12.500,00 €
Programa Escolhas - ACM	52.800,00 €
Programa Bairros Saudáveis - PRR	13.000,00 €
Formação e Supervisão	22.000,00 €
Donativos	5.000,00 €
Quotizações da associação	750,00 €
Diversos subsídios institucionais	11.500,00 €
<b>TOTAL PROVEITOS</b>	<b>323.680,00 €</b>

#### CUSTOS COM PESSOAL

Descrição	Custos
Recursos Humanos	<b>157.285,00 €</b>
Encargos com pessoal	44.585,50 €
Seguros Acidentes Trabalho	2.250,00 €
Segurança e Saúde no trabalho	1.000,00 €
Subsídios de refeição	13.850,00 €
Trabalhadores independentes	55.100,00 €
<b>TOTAL CUSTOS COM PESSOAL</b>	<b>274.070,50 €</b>

#### CUSTOS OPERACIONAIS

Descrição	Custos
Ocupação e equipamentos	14.940,00 €
Comunicações	3.400,00 €
Material de escritório e de desgaste	4.200,00 €
Ajudas de custo, deslocações, viagens	15.220,00 €
Custos gerais e administrativos	9.710,00 €
<b>TOTAL CUSTOS OPERACIONAIS</b>	<b>47.470,00 €</b>

**DESPESAS TOTAIS** **321.540,50 €**

**DIFERENÇA ENTRE CUSTOS / PROVEITOS** **2.139,50 €**