



Handwritten signature and initials in blue ink.

Associação Fraternidade Jardim de Luz
Instituição Particular de Solidariedade Social

Plano de Atividades
e Orçamento 2023



Handwritten signatures and initials in blue ink.

ASSOCIAÇÃO FRATERNIDADE JARDIM DE LUZ

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2023

Índice

1. Missão, Valores e Linhas de Orientação	02
2. Projetos 2023	04
"Ser Feliz" – Comunidade e Família	
2.1. Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual	05
2.2. "Saúde Integral"	06
2.3. "Apoiar e Integrar"	07
2.3.1 Apoio à Família	07
2.3.2 Apoio à Integração Social e Comunitária	08
2.4. "Culturar"	09
Palestras / Cursos / Workshops / Passeios / Artes/ Almoços - Lanches Convívio	
3. Voluntariado	10
4. Sustentabilidade	10
5. Associados	11
6. Comunicação, Informação e Divulgação	12
Considerações Finais	13
Orçamento 2023	14
Parecer do Conselho Fiscal sobre o Orçamento de 2023	18



Verdab
[Handwritten signatures]

1. Missão, Valores e Linhas de Orientação

Fundada em 2010 com a missão de promover a recuperação integral e holística do ser humano, contribuindo para a sua cura e inclusão social, a Associação Fraternidade Jardim de Luz irá em 2023 dar continuidade à sua missão e aos valores que a fundaram. Deste modo prosseguiremos com o mesmo empenho a promoção de uma Consciência da Unidade e Sacralidade da Vida, e de valores como a Fraternidade, a Solidariedade e o respeito pela Vida nas suas diversas manifestações.

Em 2023, a Fraternidade Jardim de Luz prosseguirá com o seu trabalho no âmbito do desenvolvimento pessoal, da saúde holística, do apoio a famílias e pessoas em situação de carência e/ou de exclusão social.

Num ano que se advinha de dificuldades e desafios acrescidos, dada a conjuntura económica e social em geral, a Fraternidade Jardim de Luz pretende continuar a desenvolver o trabalho realizado até ao presente e novas ações que de algum modo possam contribuir para o minimizar dos desafios com que alguns se possam vir a debater e para a recuperação integral e a inclusão social do ser humano.

Neste sentido, em 2023 a Fraternidade Jardim de Luz pretende desenvolver a sua ação levando a cabo projetos e atividades como:

- Articulação com a União de Freguesias de Algés, Linda-a-Velha e Cruz Quebrada – Dafundo e os respetivos Serviços de Apoio Social, na promoção de ações de angariação e na distribuição de bens alimentares ou outros bens essenciais no sentido de colmatar necessidades de carácter urgente de famílias e/ou pessoas na condição de Sem-Abrigo, refugiados ou outros;



Valeria
Q A

- Desenvolvimento do apoio a utentes da União de Freguesias locais, a refugiados, idosos ou pessoas na condição de Sem-Abrigo prestando um serviço de apoio no preenchimento de documentos;
- Promoção de estilos de vida saudáveis com a realização de diversas atividades, como Yoga, Chi Kung, Pilates, Caminhadas, Meditações, formações e palestras sobre alimentação ou outras, dirigidas à população em geral;
- Realização de terapias, consultas, rastreios e atividades que promovam a saúde, o bem-estar;
- Sessões de Educação para Saúde com a realização de formações, workshops, palestras no âmbito da prevenção e promoção da saúde;
- Realização de workshops, cursos, palestras, passeios, atividades artísticas e almoços/lanches convívio, visando a promoção do bem-estar e o desenvolvimento pessoal;
- Manutenção do Espaço-Templo de carácter eclético e de cariz meditativo, bem como do Projeto de Desenvolvimento Pessoal, "Apoio Espiritual" com a realização de sessões de cura energética destinadas à população em geral.



Handwritten signature and initials in blue ink.

2. Projetos 2023

“Ser Feliz”

Comunidade e Família

- “Desenvolvimento Pessoal – Apoio Espiritual”
- “Saúde Integral”
- “Apoiar e Integrar”
- “Culturar”

“Ser Feliz” – Comunidade e Família

“Ser Feliz” expressa um dos anseios básicos da humanidade, simultaneamente motivador e instrumento de transformação, traduzindo de algum modo o objetivo para o qual a Fraternidade Jardim de Luz se propôs contribuir, ou seja, a recuperação integral do ser humano. Neste sentido, este anseio profundamente transformador e regenerador, dá nome ao nosso trabalho dirigido à comunidade em geral e à família.



2.1. Desenvolvimento Pessoal – Apoio Espiritual

Na sequência da ação que temos vindo a desenvolver desde a fundação da instituição em 2010, em 2023 iremos dar continuidade a este projeto no âmbito do desenvolvimento pessoal e do bem-estar, intitulado “Apoio Espiritual”, com a realização de sessões de cura energética num Espaço-Templo de cariz eclético.

Objetivos

- Contribuir para o bem-estar e desenvolvimento pessoal
- Cura física, psíquica e espiritual

Atividades

- realização de sessões semanais de tratamentos de carácter energético
- realizar sessões de meditação e harmonização espiritual dirigidas aos voluntários a participar no serviço de cura e ainda a sócios
- realizar aulas, palestras, cursos e workshops de temática espiritual, eclética e holística, visando promover a harmonia interior e um desenvolvimento pessoal integral
- “Encontros da Sabedoria do Coração” – encontros de partilha de Sabedoria Espiritual pelo Mentor Espiritual da Fraternidade Jardim de Luz ou seu representante
- Manutenção de um corpo de voluntários a participar na realização dos tratamentos, e na preparação dos trabalhos e atendimento ao público, como um corpo de “Secretárias” e “Guardiães”.

Público Alvo

Comunidade em geral



Handwritten signatures and initials in blue ink.

2.2. "Saúde Integral"

Objetivo Geral

- Promoção da saúde física, psíquica e espiritual numa perspetiva holística e integral da saúde
- Educação para a Saúde
- Promoção de estilos de vida saudáveis

Objetivo Específico

- Promoção da saúde física, do bem-estar emocional, psicológico e espiritual
- Proporcionar o acesso a terapias que promovam a saúde holística e integral
- Promover estilos de vida saudáveis
- Promoção da agilidade física, da ligação corpo/mente, a postura, equilíbrio corporal
- Realização de formações, cursos, workshops, palestras sobre a temática da saúde

Atividades

- Realização de Terapias como Massagens, Acupuntura, Terapia de Som com Taças Tibetanas e Gongos, Reiki, Yoga, Chi Kung, Tai Chi, Pilates, Consultas e Rastreios, e outras terapias;
- Dinâmicas de grupo com objetivo terapêutico
- Meditação
- Caminhadas na Natureza e práticas meditativas na Natureza
- Workshops sobre Alimentação Saudável – "Ser Vegetariano"
- Sessões de Educação para Saúde com a realização de formações, workshops, palestras no âmbito da prevenção e promoção da saúde, dos gestos que salvam vidas

Público Alvo

Comunidade em geral



2.3. Apoiar e Integrar

O Projeto “Apoiar e Integrar” compreende dois projetos: ‘Apoio à Família’ e de ‘Apoio à Integração Social e Comunitária’. Abrange como públicos alvo Famílias em situação de carência e pessoas em situação de frágil integração social ou de exclusão social, pessoas em condição de sem-abrigo , refugiados, idosos.

2.3.1. Apoio à Família

Objetivo Geral

- Apoio a Famílias em situação de carência
- Combate à pobreza e à exclusão social

Objetivo Específico

- Ajuda alimentar a famílias em situações pontuais de emergência alimentar
- Apoio com a atribuição de outros bens considerados de primeira necessidade ou outros que contribuam para o bem-estar e a integração social das famílias em situação de fragilidade.

Atividades

- Preparação e atribuição de cabazes de alimentos em situações de grande emergência alimentar, pobreza ou exclusão social
- Angariação de alimentos ou outros bens de primeira necessidade a serem atribuídos nas situações acima referidas
- Encaminhamento social de famílias em situação de carência
- Colaboração com a atividade social desenvolvida pela União de Freguesias local com a doação de bens essenciais ou a participação de voluntários em ações de apoio social

Público Alvo

- Famílias em situação de carência



2.3.2 Apoio à Integração Social e Comunitária

Objetivo Geral

- Promoção da inclusão social
- Apoio a pessoas em situação de frágil integração social e comunitária, pessoas em condição de sem abrigo, refugiados, idosos

Objetivo Específico

- Apoio a pessoas em situação de frágil integração social e comunitária, pessoas em condição de sem abrigo, refugiados, idosos, promovendo a integração social e comunitária

Atividades

- Atribuição de bens de primeira necessidade ou outros que contribuam para a promoção do bem-estar e integração social destas populações
- Encaminhamento social para Instituições com respostas sociais adequadas às necessidades específicas
- Apoio no preenchimento de documentos
- Angariação e distribuição de roupa a pessoas em condição de Sem-Abrigo, refugiados ou outras e ainda a instituições de apoio social

Público Alvo

- Pessoas em situação de frágil integração social e comunitária, pessoas em condição de Sem Abrigo, Refugiados, Idosos



2.4. “Culturar”

Palestras / Cursos / Workshops / Passeios / Artes/ Almoços - Lanches Convívio

Objetivo Geral

- Promoção do acesso à cultura, às artes e eventos promotores de relações interpessoais positivas como instrumentos de desenvolvimento pessoal e bem-estar

Objetivo Específico

- Realização de atividades de ordem cultural e artísticas, de desenvolvimento pessoal e promoção do bem-estar, visando a promoção do acesso à cultura, à arte e à educação; o desenvolvimento de competências pessoais e sociais; promoção das relações interpessoais positivas e promoção da saúde psíquica e do bem-estar.

Atividades

- Realização de Cursos, Workshops, Palestras sobre as mais diversas áreas do conhecimento, da cultura, da saúde e do desenvolvimento pessoal
- Passeios culturais, ecológicos, de cariz espiritual, de promoção da saúde física e mental
- Realização de eventos musicais e de dança, congressos, ciclos de palestras
- Retomar a realização de novas edições do evento “Espiritualidades por uma Nova Terra”
- Realização periódica dos “Encontros da Sabedoria do Coração” – momentos de partilha de conhecimento espiritual com o Mentor Espiritual da Fraternidade Jardim de Luz ou seu representante
- Retomar o Projeto “Temp(l)os de Religar” – Ciclo de visitas aos Templos e Comunidades de diferentes tradições religiosas e culturais
- Caminhadas meditativas e/ou de convívio na Natureza
- Workshops de Pintura e/ou de outras atividades artísticas
- Almoços/Lanches Convívio a realizar na sede da Associação ou em outros locais; e ainda de Picnics na Natureza

Público Alvo

- Comunidade em Geral



3. Voluntariado

À semelhança de anos anteriores, em 2023 a Fraternidade Jardim de Luz irá dar continuidade à realização das suas atividades tendo por base o trabalho voluntário.

Privilegiar o voluntariado contribui para a promoção de valores positivos como a Fraternidade e a Solidariedade, contribuindo ainda para a formação de cidadãos mais responsáveis e solidários, a inclusão social e o desenvolvimento pessoal.

Neste sentido, a angariação de voluntários e o aumento do número de voluntários a participar nas nossas ações, será sempre um aspeto a valorizar e a ser trabalhado ao longo do ano, nomeadamente pela realização de parcerias ou acordos com outras entidades.

4. Sustentabilidade

Dada a conjuntura económico-social de crise ou de possível recessão económica que se apresenta para o ano de 2023, a sustentabilidade será um fator a ter em conta nesta nova etapa.

Aspetos como os já levados em conta e trabalhados em anos anteriores, terão que ser especialmente cuidados em 2023. Neste sentido, a Fraternidade Jardim de Luz pretende dar continuidade de forma mais cuidada a estratégias de sustentabilidade como:

- Aumento da visibilidade como forma de angariação de sócios, mecenas e donativos;



- Divulgação do trabalho realizado nas Redes Sociais/Comunicação Social;
- Angariação de fundos/donativos junto do público em geral, de empresas e de entidades oficiais;
- Realização de atividades de carácter lúdico e cultural, suscetíveis de gerar a angariação de donativos e o aumento do número de sócios;
- Desenvolvimento de protocolos ou parcerias;
- Angariação de voluntários.

5. Associados

Considerando que os sócios e o produto da sua quotização constituem a base de sustentabilidade de uma Associação, o aumento do número de associados é uma das prioridades a ter em conta num ano que se apresenta como um ano de crise económica ou de recessão. O aumento do número de sócios permitirá contribuir para a sustentabilidade da Associação e a expansão da sua atividade.

Neste sentido, em 2023 importa sensibilizar para a adesão à nossa causa e a angariação de novos sócios que participem de forma ativa no desenvolvimento da Associação.



6. Comunicação, Informação e Divulgação

Dada a importância da comunicação e da divulgação para a visibilidade da Associação Fraternidade Jardim de Luz e da sua missão, propomo-nos levar a cabo as seguintes atividades:

- Divulgação do trabalho realizado pela Associação através do site: www.jardimdeluz.org
- Atualização, divulgação de notícias, projetos e atividades na página do Facebook
- Participação em eventos promovidos por outros parceiros sociais
- Divulgar das ações, eventos e projetos realizados pela Associação através da Rede Social e das Comissões Sociais de Freguesia
- Realização de parcerias como forma de desenvolvimento da nossa ação
- Elaboração de materiais gráficos que permitam informar e divulgar o nosso trabalho
- Divulgação da atividade da Associação na Comunicação Social.



Considerações Finais

Num ano que se apresenta como um ano de desafios, consciente das dificuldades e crises que podem marcar 2023, a Fraternidade Jardim de Luz pretende continuar a desempenhar a sua missão com o mesmo empenhamento que tem caracterizado a sua ação e levar a cabo realização do Plano de Atividades que apresenta.

Este Plano de Atividades para o ano de 2023, reflete a filosofia e linhas de atuação que ao longo dos anos pautaram a ação da Fraternidade Jardim de Luz. Simultaneamente, traduz a reestruturação e a criação de estratégias no sentido de fazer face a condições nem sempre propícias ao desenvolvimento da sua ação e que resultem no proporcionar de mais respostas e apoios sociais.

Curar, Apoiar, Recuperar, Integrar, contribuir para o “Ser Feliz” de todos os seres, é o propósito da Fraternidade Jardim de Luz. Cumprir este propósito apenas é realizável pelo acreditar, a disponibilidade, o empenhamento, a boa vontade e a solidariedade. Em 2023 continuamos a acreditar, propomo-nos estar disponíveis, com boa vontade, empenhados e solidários.

Lisboa, 29 de novembro de 2022

A Direção



Melhor
[Handwritten signature]

Associação Fraternidade Jardim de Luz

Instituição Particular de Solidariedade Social

Orçamento 2023

Associação Fraternidade Jardim de Luz
Instituição Particular de Solidariedade Social



Handwritten signature and initials in blue ink.

Orçamento 2023

1. RECEITAS		
1.1 Receitas Fixas		
1.1.1 Quotas	9 000,00	
Total das receitas Fixas		9 000,00
1.2 Receitas Variáveis (Não inclui doações em bens e serviços)		
1.2.1 Joias	150,00	
1.2.2 Donativos de Associados e Freqüentadores	22 000,00	
1.2.3 Donativos de Pessoas e Entidades Externas	1 000,00	
1.2.4 Angariação de Fundos com Eventos e outros	4 000,00	
Total das receitas Variáveis		27 150,00
1.3 Outras Receitas		
1.3.1 Donativos angariados em outras atividades	700,00	
1.3.2 Outros Proveitos	2 500,00	
Total de Outras Receitas		3 200,00
TOTAL DAS RECEITAS		39 350,00



Handwritten signature and initials in blue ink.

2. CUSTOS

2.1 Custos Fixos

2.1.1	Renda	25 400,00	
2.1.2	Água, Eletricidade e Gás	2 000,00	
2.1.3	Limpeza, Higiene e Conforto	200,00	
2.1.4	Comunicações (Telefone, Correio, Internet, etc)	1 293,00	
2.1.5	Contabilidade	1 180,80	
2.1.6	Material de Escritório e similares	400,00	
2.1.7	Seguro Habitação	250,00	
2.1.8	Despesas com Viatura	400,00	
2.1.9	Outros	100,00	
Total dos Custos Fixos			31 223,80

2.2 Custos Variáveis

2.2.1	Manutenção e melhoramento das Instalações	500,00	
2.2.2	Imobilizado (Equipamentos, mobiliário, outros...)	200,00	
2.2.3	Despesas com Organização de Eventos Sociais	300,00	
2.2.4	APOIO SOCIAL	5 150,00	
2.2.4.1	Comunidade	3 900,00	Desenvolvimento Pessoal- Apoio Espiritual /Saúde Integral/Artes...
	Apoio Social a Famílias Carentiadas/Pessoas Sem		
2.2.4.2	Abrigo/Outras	1 000,00	
2.2.4.3	Custos com Voluntariado	250,00	
2.2.5	Custos Financeiros	20,00	
2.2.6	Viatura	200,00	
2.2.7	Outras despesas diversas	130,00	
Total dos Custos Variáveis			6 500,00
TOTAL DOS CUSTOS			37 723,80

Resultados Operacionais Totais (1)-(2)

1 626,20



M. L. F.
[Handwritten signature]

Orçamento Donativos em Géneros 2023

1. RECOLHAS E DOAÇÕES		
1.1 Recolhas e Doações		
1.1.1	Avaliação	32 500,00
Total das recolhas e doações		32 500,00
TOTAL DAS RECOLHAS E DOAÇÕES		32 500,00
2. DONATIVOS ATRIBUIDOS EM GÉNEROS		
- -		
Pessoas Sem		
2.1 Abrigo/Famílias em situação de carência		
2.1.1	Alimentos	10 000,00
2.1.2	Vestuário, Calçado e Roupas da Casa	7 000,00
2.1.3	Produtos higiene	200,00
2.1.4	Outros Produtos	300,00
Total		17 500,00
2.2 Outras instituições		
2.2.1	Vestuário e Calçado	15 000,00
Total Outras Instituições		15 000,00
TOTAL DOS BENS DOADOS		32 500,00



PARECER DO CONSELHO FISCAL

Caros Consócios,

No cumprimento das suas funções e dos Estatutos da Associação Fraternidade Jardim de Luz, o Conselho Fiscal vem dar o seu parecer sobre o Orçamento para o exercício do ano de 2023.

Tendo acompanhado a elaboração do Orçamento proposto pela Direção da Associação Fraternidade Jardim de Luz para o ano de 2023, tomado conhecimento de todos os elementos que serviram de base à elaboração do Orçamento proposto e sido esclarecido em todas as dúvidas colocadas à Direção, o Conselho Fiscal vem apresentar o seu parecer positivo à aprovação do Orçamento proposto para o ano de 2023.

Nesta medida, propomos à Assembleia Geral que aprove o Orçamento para o ano de 2023, assim como o Plano de Atividades para o mesmo ano.

Lisboa, 29 de novembro de 2022

O CONSELHO FISCAL

João de Deus Lopes Belo Catarino

João Filipe Lopes da Silva Belo Catarino

José Bruno Guerreiro



José Bruno Guerreiro

O presente Plano de Atividades e Orçamento para o Ano de 2023 foi aprovado em reunião de Assembleia Geral ordinária realizada em 29 de novembro de 2022 na sede da Associação Fraternidade Jardim de Luz.

Lisboa, 29 de novembro de 2022

O Presidente da Mesa da Assembleia

Maria Alexandra Fonseca de Sousa Lopes

O 1º Secretário da Mesa da Assembleia

Rui Fernando Vidinhas de Freitas

O 2º Secretário da Mesa da Assembleia

Jorge Noel Ramos Avelar