



Associação Fraternidade Jardim de Luz

Instituição Particular de Solidariedade Social

Plano de Atividades e Orçamento 2025



ASSOCIAÇÃO FRATERNIDADE JARDIM DE LUZ

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2025

Índice

1. Missão, Valores e Linhas de Orientação	02
2. Projetos 2025	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	11
Considerações Finais	12
Orçamento 2025	13
Parecer do Conselho Fiscal sobre o Orçamento de 2025	17

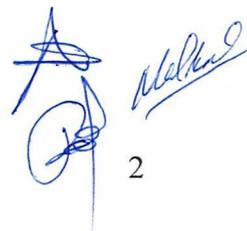


1. Missão, Valores e Linhas de Orientação

No ano de 2025, a Fraternidade Jardim de Luz pretende dar continuidade à missão e valores que a fundaram e que têm orientado a sua ação ao longo do tempo. A promoção da recuperação integral e holística do ser humano, a cura integral e a inclusão social, constituem a nossa missão e as linhas de orientação que conduzem a nossa atividade.

Consciente da Unidade e Sacralidade da Vida, a Fraternidade Jardim de Luz pretende em 2025, continuar a desenvolver a sua missão, promovendo valores como a Fraternidade, a Solidariedade, e a inclusão, 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, com o objectivo de colmatar necessidades de carácter urgente de famílias e/ou pessoas na condição de Sem-Abrigo, refugiados ou outros;
- Desenvolvimento do apoio a pessoas ou famílias na condição de Sem-Abrigo, com a distribuição de alimentos, vestuário, calçado, agasalhos, produtos de higiene, oferecendo uma palavra e ouvido amigo;
- Promoção de estilos de vida saudáveis com a realização de diversas atividades, como Yoga, Chi Kung, Caminhadas, Meditações, formações e palestras sobre alimentação, hábitos de saúde e outras, dirigidas à população em geral;
- Realização de terapias, consultas, rastreios e atividades promotoras da saúde e do bem-estar;





- Sessões de Educação para Saúde com a realização de formações, workshops e palestras no âmbito da prevenção e promoção da saúde;
- Realização de workshops, cursos, palestras, passeios, atividades artísticas e almoços/lanches convívio, tendo por objetivo a promoção do desenvolvimento pessoal, do bem-estar, a cultura e a formação 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 atividades meditativas e de cura energética destinadas à população em geral.



2. Projetos 2025

Comunidade e Família – “Ser Feliz”

Projetos dirigidos à Comunidade e à Família

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



2.1. Desenvolvimento Pessoal – Apoio Espiritual

Na continuidade da ação desenvolvida ao longo dos anos, a Fraternidade Jardim de Luz pretende dar continuidade a este projeto de desenvolvimento pessoal e espiritual, que visa promover o bem-estar e a cura integral do ser humano, 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
- Promoção da integração social

Atividades

- Sessões semanais de tratamentos de caráter energético
- Sessões de meditação e harmonização espiritual dirigidas aos voluntários a participar no serviço de cura e ainda a sócios
- 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



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, Acupunctura, 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 duas vertentes: ‘Apoio à Família’ e ‘Apoio à Integração Social e Comunitária’, tendo 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 a saúde psíquica e o 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, ecológico, 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 “Tem(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

No ano 2025 a Fraternidade Jardim de Luz irá dar continuidade à realização das suas atividades tendo por base o trabalho voluntário, tal como o fez desde a sua fundação, como forma de promover valores como a Solidariedade e a Fraternidade e a consciência da unidade entre todos os seres.

A angariação de voluntários e o aumento do número de voluntários a participar nas nossas ações, será um aspeto a privilegiar ao longo do ano, como forma de assegurar o desenvolvimento da nossa ação e o cumprimento da missão a que nos propomos.

4. Sustentabilidade

A sustentabilidade da Associação é um aspeto fundamental como garantia de continuidade da mesma e da sua ação. Assim, pretendemos continuar a trabalhar as seguintes estratégias de sustentabilidade:

- 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

O aumento do número de associados continua a ser uma das prioridades da Fraternidade Jardim de Luz, dada a sua importância para a garantia da sustentabilidade da Associação.

Neste sentido, é nosso objetivo sensibilizar o público em geral, empresas, e ainda aqueles que participam nas atividades que desenvolvemos ao longo do ano, para a adesão à nossa causa e à condição de associado de forma a apoiar a sustentabilidade e desenvolvimento da nossa missão.

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

O Plano de Atividades para o ano de 2025 reflete a proposta de continuidade da filosofia e linhas de orientação da Fraternidade Jardim de Luz e que ao longo dos anos tem pautado o desenvolvimento da sua ação.

Apoiar, Curar, Recuperar e Integrar; a Consciência da Unidade e da Sacralidade da Vida, são os valores, princípios, e objetivos que nos movem e que nos permitirão fazer face aos desafios e dificuldades com que nos possamos debater ao longo do ano no cumprimento desta missão.

Em 2025, à semelhança de anos anteriores, é nosso propósito colocar todo o nosso melhor empenhamento na realização das actividades a que nos propomos, procurando cumprir este Plano de Atividades e Orçamento.

Lisboa, 29 de novembro de 2024

A Direção



Associação Fraternidade Jardim de Luz
Instituição Particular de Solidariedade Social

Orçamento 2025



Associação Fraternidade Jardim de Luz
Instituição Particular de Solidariedade Social

Orçamento 2025

1.	RECEITAS		
1.1	Receitas Fixas		
1.1.1	Quotas	11 700,00	
	Total das receitas Fixas		11 700,00
1.2	Receitas Variáveis (Não inclui doações em bens e serviços)		
1.2.1	Joias	180,00	
1.2.2	Donativos de Associados e Frequentadores	22 000,00	
1.2.3	Donativos de Pessoas e Entidades Externas	1 300,00	
1.2.4	Angariação de Fundos com Eventos e outros	1 500,00	
	Total das receitas Variáveis		24 680,00
1.3	Outras Receitas		
1.3.1	Donativos angariados em outras atividades	4 500,00	
1.3.2	Outros Proveitos	2 000,00	
	Total de Outras Receitas		6 500,00
	TOTAL DAS RECEITAS		42 880,00



2. CUSTOS		
2.1 Custos Fixos		
2.1.1	Renda	28 202,29
2.1.2	Água, Eletricidade e Gás	1 500,00
2.1.3	Limpeza, Higiene e Conforto	200,00
2.1.4	Comunicações (Telefone, Correio, Internet, etc)	2 000,00
2.1.5	Contabilidade	1 298,88
2.1.6	Material de Escritório e similares	400,00
2.1.7	Seguro Habitação	200,00
2.1.8	Despesas com Viatura	400,00
2.1.9	Outros	100,00
Total dos Custos Fixos		34 301,17
2.2 Custos Variáveis		
2.2.1	Manutenção e melhoramento das Instalações	250,00
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	5 850,00
2.2.4.1	Comunidade <small>Desenvolvimento Pessoal- Apoio Espiritual /Saúde Integral/Artes...</small>	5 100,00
2.2.4.2	Abrigo/Outras <small>Apoio Social a Famílias Carentiadas/Pessoas Sem</small>	500,00
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	200,00
Total dos Custos Variáveis		7 020,00
TOTAL DOS CUSTOS		41 321,17
Resultados Operacionais Totais (1)-(2)		1 558,83



Orçamento Donativos em Géneros 2025

1.	RECOLHAS E DOAÇÕES		
1.1	Recolhas e Doações		
1.1.1	Avaliação	26 550,00	
	Total das recolhas e doações		26 550,00
	TOTAL DAS RECOLHAS E DOAÇÕES		26 550,00
2.	DONATIVOS ATRIBUIDOS EM GÉNEROS		
-	-		
	Pessoas		
2.1	S.Abrigo/Famílias		
2.1.1	Alimentos	10 000,00	
2.1.2	Vestuário, Calçado e Roupas da Casa	4 000,00	
2.1.3	Produtos higiene	250,00	
2.1.4	Outros Produtos	300,00	
	Total		14 550,00
2.2	Outras instituições		
2.2.1	Vestuário e Calçado	12 000,00	
	Total Outras Instituições		12 000,00
	TOTAL DOS BENS DOADOS		26 550,00



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 2025.

Tendo acompanhado a elaboração do Orçamento proposto pela Direção da Associação Fraternidade Jardim de Luz para o ano de 2025, e todos os elementos que serviram de base à elaboração do Orçamento proposto; 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 2025.

Nesta medida, propomos à Assembleia Geral que aprove o Orçamento para o ano de 2025, assim como o Plano de Atividades para o mesmo ano.

Lisboa, 29 de novembro de 2024

O CONSELHO FISCAL

Jose Bruno Lusomano
José Bruno Guerreiro

João Filipe Lopes da Silva Belo Catarino
João Filipe Lopes da Silva Belo Catarino

Arménia de Sousa Brito
Arménia de Sousa Brito



O presente Plano de Atividades e Orçamento para o Ano de 2025 foi aprovado em reunião de Assembleia Geral ordinária realizada em 29 de novembro de 2024 na sede da Associação Fraternidade Jardim de Luz.

Lisboa, 29 de novembro de 2024

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