



*M. de L.*  
*ut.*

# Associação Fraternidade Jardim de Luz

## Instituição Particular de Solidariedade Social



# Plano de Atividades e Orçamento 2020



*Uel Luz*  
*Uel.*

## ASSOCIAÇÃO FRATERNIDADE JARDIM DE LUZ

### PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2020

#### Índice

1. Missão, Valores e Linhas de Orientação	02
2 . Projetos 2020	04
2. 1. Comunidade	05
2.1.1 Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual	05
2.1.2 “Mais Saúde”	07
2.1.3 “Artes”	08
2.1.4 Palestras / Cursos / Workshops / Passeios	09
2.1.5 Grupo de Trabalho “Comunidade” - Comissão Social de Freguesia da Ajuda	10
3. Rede Social e Parcerias	10
4. Voluntariado	11
5. Sustentabilidade	11
6. Associados	12
7. Comunicação, Informação e Divulgação	13
8. Considerações Finais	14
9. Orçamento 2020	15
10. Parecer do Conselho Fiscal sobre o Orçamento de 2020	18



W.  
Noel  
B.

## 1. Missão, Valores e Linhas de Orientação

A Associação Fraternidade Jardim de Luz, fundada em 2010, tem por missão contribuir com a sua ação para recuperação integral do ser humano, com base numa conceção holística e integral do ser humano e da vida.

Nesta perspetiva holística, a área de atuação da Fraternidade Jardim de Luz abrange as dimensões espiritual, psíquica, física e social, tendo os projetos levados a cabo ao longo dos anos da sua existência sido desenvolvidos no sentido de levar a cabo esta missão, que visa recuperar o ser humano a partir da sua essência. A Sacralidade e Unidade da Vida, que se espelha no próprio Homem e é elemento fundamental à sua cura e à sua recuperação, constituem princípios basilares sobre os quais a Fraternidade Jardim de Luz se funda e desenvolve a sua ação.

Esta consciência da Sacralidade e Unidade da Vida, encontra-se na base de princípios tão fundamentais como a Fraternidade e a Solidariedade, a Consciência Espiritual e Ecológica - da Natureza e da Vida - princípios fundamentais à cura integral do ser humano e consequente integração social. Nesta medida, a Fraternidade Jardim de Luz continuará a desenvolver a sua ação no sentido de promover estes valores e princípios, com o objetivo de contribuir com a sua ação para o desenvolvimento de uma consciência integral e holística resultante numa cura e recuperação social do ser humano.

Apesar de o ano 2020 se delinear como um ano de renovação da Fraternidade Jardim de Luz em múltiplos aspetos, em virtude de se colocar a necessidade de mudança de instalações e de eventual ou até mesmo provável mudança de área geográfica de atuação - freguesia ou concelho - a missão e valores que nortearam a sua fundação e atividade mantêm-se e continuarão a ser prioridade no ano 2020.



*Handwritten signature and initials in blue ink.*

Exatamente porque o ano 2020 será um ano mudança e criação de novas instalações, com todas as implicações que esta mudança traz, sejam elas de ordem económica, geográfica, alteração das infraestruturas disponíveis até então e consequente e eventual alteração dos projetos a levar a cabo, 2020 será também um ano de alguma introspeção e de renovação das áreas de atuação e projetos a levar a cabo.

Neste sentido, a Fraternidade Jardim de Luz terá como prioridade no ano 2020 a organização e mudança das instalações onde se sedia e desenvolve a sua atividade, numa primeira fase. A criação e organização de um espaço para a realização dos projetos no âmbito do desenvolvimento pessoal e apoio espiritual, permitindo a continuidade das atividades de cura energética, meditação, terapias individuais e em grupo destinadas à população em geral, numa primeira fase. A realização de atividades de âmbito cultural como palestras, cursos e workshops, que de algum modo contribuam para o desenvolvimento de uma consciência integral e holística e a promoção da cura integral do ser humano, numa segunda fase. Por fim, o levantamento das características e condições sociais envolventes, com o objetivo de repensar e refundar a sua atuação e projetos a levar a cabo no futuro.

Em 2020, projetos como o “Apoio à Família”, nomeadamente o “Apoio Alimentar”, realizado por esta Associação desde o ano 2010, assim como o “Atendimento e Encaminhamento Social”, ficarão em suspenso em virtude de não se encontrarem definidas as condições materiais e sociais - instalações da Associação, área geográfica de atuação e população alvo - para a sua realização.

Em 2020, a participação como membro da Comissão Social de Freguesia da Ajuda, e ainda a participação no grupo de trabalho ‘Comunidade’ desta Comissão Social de Freguesia poderão vir a ser alteradas, caso as instalações da Associação venham a ficar sediadas noutra freguesia que não a acima mencionada. Considerando esta última hipótese, haverá assim lugar a uma alteração da Comissão Social de Freguesia da qual a Associação será membro.



*Handwritten signature and initials 'WF.'*

## 2. Projetos 2020

### Comunidade

- Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual
- “Mais Saúde”
- “Artes”
- Palestras/Cursos/Workshops/Passeios e Almoços Convívio
- Comunidade - Crianças e Jovens - Grupo de Trabalho da Comissão Social de Freguesia da Ajuda



Aut.  
N.º 1/2020  
9

## 2.1. Comunidade

No ano 2020 a Fraternidade Jardim de Luz propõe-se dar continuidade à realização de ações e projetos dirigidos à Comunidade em geral, nomeadamente:

- Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual
- “Mais Saúde”
- “Artes”
- Palestras/Cursos/Workshops/ Passeios e Almoços Convívio
- Comunidade - Grupo de Trabalho da Comissão Social de Freguesia da Ajuda

### 2.1.1. Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual

Em 2020, a Fraternidade Jardim de Luz terá como prioridade a continuidade do projeto de ‘Desenvolvimento Pessoal - Apoio Espiritual’ levado a cabo desde a sua fundação em 2010.

Este Projeto visa dar continuidade ao trabalho de desenvolvimento de uma consciência integral e holística, e de consciência da sacralidade da Vida, junto da população em geral, enquanto elementos fundamentais ao desenvolvimento e cura física, psíquica, espiritual e social do ser humano.



*Belita*  
*aw.*

Após a mudança de instalações da Associação, será prioridade a criação das condições físicas, materiais e espirituais à continuidade deste Projeto. Neste sentido, é nosso objetivo a criação, ou refundação, de um novo espaço - Templo - não confessional e eclético, como espaço de cura e de meditação, a abrir à população e ao serviço da comunidade em geral.

Na sequência da criação deste novo espaço - Templo de Cura - procuraremos dar continuidade a atividades já antes realizadas como:

- Realização de duas sessões semanais de aplicação de tratamentos de carácter energético, tendo por objectivo a cura física e a harmonização mental e espiritual, dirigidos à população em geral e com carácter gratuito;
- sessões de meditação, de periodicidade quinzenal, dirigida àqueles que de forma voluntária participam na realização do serviço de cura, bem como aos sócios frequentadores da Associação;
- aulas, palestras, cursos e workshops de temática espiritual, ecléctica e holística, visando 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.



*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

## 2.1.2. “Mais Saúde”

Em 2020 a Fraternidade Jardim de Luz pretende dar continuidade à realização de atividades no âmbito da saúde, do bem-estar psíquico e físico, destinadas à população em geral, pretendendo contribuir ainda para a promoção de uma consciência holística e integral do homem.

“Mais Saúde”	
<b>Objectivo Geral</b>	Promoção da saúde física, psíquica e espiritual do Homem numa perspectiva holística e integral da saúde, contribuindo para o desenvolvimento harmonioso e integral do ser humano
<b>Objectivo Específico</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Proporcionar técnicas de saúde como a acupunctura, meditação e terapia com taças tibetanas e gongos, yoga, chi kung, massagens;</li><li>- Realizar dinâmicas de grupo com objectivo terapêutico;</li><li>- Promover o bem-estar emocional, psicológico e espiritual;</li><li>. Promover a saúde física e a clareza mental, a agilidade física e flexibilidade;</li><li>. Melhorar da Ligação Corpo/Mente, a Postura, Equilíbrio Corporal e o Sistema Imunitário</li><li>- Promover o desenvolvimento pessoal, a expressão e a comunicação social</li></ul>
<b>Público Alvo</b>	Público em geral dos 7 aos 77 anos
<b>Parceiros</b>	Terapeutas de diversas áreas
<b>Recursos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Terapeutas e facilitadores de diversas áreas</li><li>- Marquesas</li><li>- Tapetes de Yoga e almofadas</li></ul>



Mad, Luz  
wf.

### 2.1. 3 “Artes”

Em 2020 a Fraternidade Jardim de Luz pretende dar continuidade à realização do Projeto “Artes”, procurando realizar atividades no âmbito das artes com a realização de workshops, oficinas e cursos, momentos e experiências musicais - destinados à população em geral. O objetivo deste projeto é a promoção do desenvolvimento pessoal, o bem-estar e a contribuição, ainda que indiretamente, para a inclusão através da arte.

“Artes”	
<b>Objectivo Geral</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Promover o desenvolvimento pessoal e da Inclusão pela Arte</li></ul>
<b>Objectivo Específico</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Desenvolver a autonomia pessoal e social e a auto-estima</li><li>. Promover as capacidades de expressão e comunicação</li><li>. Promover a interação com os outros, sem perda de individualidade e autenticidade</li><li>. Promover a experimentação de meios expressivos relacionados com as diferentes técnicas e desenvolver a motricidade</li><li>. Desenvolver o gosto pela Arte</li><li>. Participar em acontecimentos artísticos, conhecer ambientes de trabalho artísticos e realizar exposições e venda de trabalho produzidos</li></ul>
<b>Público Alvo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Sócios, voluntários e frequentadores da Associação</li><li>. Comunidade Local /Público em geral dos 7 aos 77 anos</li></ul>
<b>Parceiros</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Artesãos</li><li>. Professores, Artistas e técnicos de diversas áreas</li><li>. Fornecedores de material de artes</li><li>- Músicos e musicoterapeutas</li></ul>
<b>Recursos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Equipa de Artistas Plásticos, Músicos, etc</li><li>. Cavaletes</li><li>. Bancadas de trabalho</li><li>. Material de Pintura e de Artes Decorativas</li><li>. Aparelho de Som</li></ul>



## 2.1.4. Palestras / Cursos / Workshops / Passeios e Almoços Convívio

Em 2020, é objetivo da Fraternidade Jardim de Luz dar continuidade à realização de atividades culturais como a realização de palestras, cursos, workshops, eventos de palestras, música e dança, passeios e almoços convívio, promovendo o desenvolvimento pessoal, o bem-estar, o conhecimento e a divulgação cultural, a saúde e a consciência holística e integral.

### Atividades a realizar no âmbito deste projeto:

- **Passeios** de carácter cultural, ecológico e espiritual;
- **Cursos, workshops, palestras**
- **“Encontros da Sabedoria do Coração”** - momentos de partilha de conhecimento espiritual com o Mentor Espiritual da Fraternidade Jardim de Luz ou seu representante;
- **Eventos/Congressos e/ou Ciclos de Palestras e de Música e Dança**, nomeadamente a realização de **novas edições do evento “Espiritualidades por Uma Nova Terra”**; a realização de um evento sobre a temática **“Experiências de Quase-Morte” e “Vida após a Morte”**; entre outros.
- Continuidade do **Ciclo de visitas aos Templos e Comunidades de diferentes tradições religiosas e culturais, iniciado em janeiro de 2019, intitulado “Temp(l)os de Religar”**
- **Caminhadas meditativas e/ou de convívio** - a realizar durante a primavera e o verão;
- **Almoços Convívio** realizados na sede da Associação ou na natureza.



*Jardim de Luz*  
*Aut.*

### **2.1.5. Grupo de Trabalho “Comunidade” - Comissão Social de Freguesia da Ajuda**

A continuidade da participação da Fraternidade Jardim de Luz neste Grupo de Trabalho da Comissão Social de Freguesia da Ajuda, estará dependente da freguesia onde ficarão sediadas as instalações da Associação e da consequente pertença ou não a esta Comissão Social de Freguesia, caso se verifique uma mudança de freguesia da sede da Associação.

### **3. Rede Social e Parcerias**

À semelhança de anos anteriores, em 2020 a Fraternidade Jardim de Luz irá dar continuidade à sua participação da Rede Social de Lisboa - CLAS - LX, fazendo-se representar nas respetivas reuniões plenárias e/ou outras, como reuniões de trabalho.

A eventual alteração da sede da Associação Fraternidade Jardim de Luz para outra freguesia, poderá vir a dar lugar à candidatura a uma nova Comissão Social de Freguesia ao longo do ano de 2020.



Handwritten signature and initials in blue ink.

#### 4. Voluntariado

À semelhança de anos anteriores, todo o trabalho desenvolvido pela Fraternidade Jardim de Luz irá continuar em 2020 a assentar integralmente no trabalho voluntário, visando assim a promoção de valores como a Solidariedade e a Fraternidade - valores fundamentais para o equilibrado desenvolvimento do ser humano.

Em 2020, ano de reestruturação da Fraternidade Jardim de Luz, continuamos a contar com valores como a Solidariedade e a Fraternidade para refundar as bases da Associação e dar início a um novo ciclo em que estes valores continuem a constituir o pilar fundador.

#### 5. Sustentabilidade

O ano 2020 será um ano particularmente exigente ao nível da sustentabilidade e da criação de meios que a assegurem.

A necessidade de mudança de instalações da Associação, por um lado, e os valores que pautam o mercado imobiliário, de arrendamento e venda atualmente, poderão suscitar alguns problemas de sustentabilidade à Associação, exigindo um desenvolvimento de estratégias de angariação de fundos mais cuidado.

Como estratégias de sustentabilidade propomos:



- Aumento da visibilidade da ação e Projeto da Associação Fraternidade Jardim de Luz, no sentido de angariar mecenas e donativos que permitam levar a cabo os objetivos propostos;
- divulgação do Projeto intitulado Fraternidade Jardim de Luz junto dos órgãos de Comunicação Social e Redes Sociais;
- angariação de fundos junto do público em geral, empresas e órgãos oficiais;
- realização de atividades lúdicas e culturais que permitam a angariação de donativos e de sócios;
- desenvolvimento de protocolos ou parcerias que de algum modo contribuam para a sustentabilidade e a realização dos projetos a levar a cabo pela Associação;
- angariação de sócios e de voluntários.

## 6. Associados

Em 2020 o aumento do número de sócios da Associação continuará a ser uma prioridade, visando reforçar a estrutura e sustentabilidade da Associação.

A sensibilização daqueles que participam nas diversas atividades realizadas pela Associação, como as atividades de carácter cultural e de desenvolvimento pessoal, nomeadamente, para a adesão à causa perseguida pela Fraternidade Jardim de Luz e a sua participação de forma efetiva como sócios da Associação, será um trabalho a desenvolver ao longo do ano.



cel.  
Noel  
[Signature]

## 7. Comunicação, Informação e Divulgação

Comunicar, informar e divulgar serão aspetos fundamentais a continuar trabalhar em 2020, procurando tornar mais visível a Missão da Fraternidade Jardim de Luz, e os objetivos a que se propõe.

Em 2020 propomo-nos continuar a realizar as seguintes atividades:

- Divulgação do trabalho realizado pela Associação através do site: [www.jardimdeluz.org](http://www.jardimdeluz.org)
- Atualização, divulgação de notícias, projetos e atividades na página do Facebook
- Participação em eventos promovidos por outros parceiros sociais, nomeadamente a Rede Social de Lisboa - CLAS-LX, e Comissões Sociais de Freguesia da Ajuda e Belém, e/ou outros
- Divulgar das ações, eventos e projetos realizados pela Associação através da Rede Social de Lisboa e das Comissões Sociais de Freguesia da Ajuda e de Belém, ou outras
- Elaboração de materiais gráficos que permitam informar e divulgar o nosso trabalho
- Divulgação da atividade da Associação na Comunicação Social.



Conf.  
Mário Jorge Gomes Bernardo

## Considerações Finais

O ano de 2020 será um ano de reestruturação, “quase” refundação, em termos materiais, da Fraternidade Jardim de Luz. Será um tempo de novos recomeços, mas será também um tempo de reafirmação dos valores que nos fundam. Por isso, o ano 2020 será certamente um ano de desafios, mas também renovação.

Neste ano de refundação e de reafirmação da verdade que nos funda, desenha-se este Plano de Atividades para o ano de 2020 e respetivo Orçamento, procurando renovar as estruturas e bases materiais da Associação; reerguer os Projetos base da Associação e que de algum modo espelham os seus valores e missão, para posteriormente olhar para o futuro e desenvolver de forma renovada a sua ação.

Conscientes da missão a que nos propomos e das eventuais dificuldades com que nos possamos debater na concretização do presente Plano de Atividades, colocaremos no entanto o nosso melhor empenhamento na execução deste Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2020, contando com a adesão, colaboração, empenhamento e boa vontade de todos aqueles que abraçam e abraçaram ao longo dos anos de existência da Fraternidade Jardim de Luz os princípios e objetivos fundadores desta Associação.

**Lisboa, 25 de Outubro 2019**

### **A Direção**

Ana Cristina Matos da Costa (Presidente)  
Amélia Cristina de Almeida Marques (Vice-Presidente)  
Mário Jorge Gomes Bernardo (1º Tesoureiro)  
Alexandra Cristina Pereira da Silva (2º Tesoureiro)  
Maria Manuel Agostinho Henriques de Freitas (1ª Secretária)  
Ana Rita Henriques Freitas (2ª Secretária)  
Sílvia Cristina Pedras Gonçalves Araújo (Vogal)

Aut.  
Hed. (Hed.)



# Associação Fraternidade Jardim de Luz

## Instituição Particular de Solidariedade Social

# Orçamento 2020



unt.  
Muel/Boles

**Associação Fraternidade Jardim de Luz**  
Instituição Particular de Solidariedade Social

## Orçamento 2020

<b>1.</b>	<b>RECEITAS</b>		
<b>1.1</b>	<b>Receitas Fixas</b>		
1.1.1	Quotas	9 600,00	
	<b>Total das receitas Fixas</b>		<b>9 600,00</b>
<b>1.2</b>	<b>Receitas Variáveis (Não inclui doações em bens e serviços)</b>		
1.2.1	Jóias	405,00	
1.2.2	Donativos de Associados e Frequentadores	25 500,00	
1.2.3	Donativos de Pessoas e Entidades Externas	500,00	
1.2.4	Angariação de Fundos com Eventos e outros	4 500,00	
	<b>Total das receitas Variáveis</b>		<b>30 905,00</b>
<b>1.3</b>	<b>Outras Receitas</b>		
1.3.1	Donativos angariados em outras atividades	650,00	
1.4.1	Outros Proveitos	2 000,00	
	<b>Total de Outras Receitas</b>		<b>2 650,00</b>
	<b>TOTAL DAS RECEITAS</b>		<b>43 155,00</b>



www.  
fraternidadejardimdeluz.org

<b>2. CUSTOS</b>		
<b>2.1 Custos Fixos</b>		
2.1.1 Renda	25 615,54	
2.1.2 Água, Electricidade e Gás	2400,00	
2.1.3 Limpeza, Higiene e Conforto	300,00	
2.1.4 Comunicações (Telefone, Correio, Internet, etc)	500,00	
2.1.5 Contabilidade	1 033,20	
2.1.6 Material de Escritório e similares	750,00	
2.1.7 Seguro Habitação	250,00	
2.1.8 Despesas com Viatura	550,00	
2.1.9 Outros	100,00	
<b>Total dos Custos Fixos</b>		<b>31 498,74</b>
<b>2.2 Custos Variáveis</b>		
2.2.1 Manutenção e melhoramento das Instalações	2 000,00	
2.2.2 Imobilizado (Equipamentos, mobiliário, outros...)	1 000,00	
2.2.3 Despesas com Organização de Eventos Sociais	700,00	
2.2.4 Apoio Social	6 650,00	
2.2.4.1 Comunidade	6 600,00	
Desenvolvimento Pessoal / Apoio Espiritual / Artes	6 600,00	
2.2.4.2 Custos com Voluntariado	50,00	
2.2.5 Custos Financeiros	20,00	
2.2.6 Viatura	100,00	
2.2.7 Outras despesas diversas	130,00	
<b>Total dos Custos Variáveis</b>		<b>10 600,00</b>
<b>TOTAL DOS CUSTOS</b>		<b>42 098,74</b>
<b>Resultados Operacionais Totais (1)-(2)</b>		<b>1 056,26</b>



UW.  
José Bruno

## PARECER DO CONSELHO FISCAL

Prezados Consócios,

O Conselho Fiscal, no cumprimento das suas funções e dos Estatutos da Associação Fraternidade Jardim de Luz, vem dar o seu parecer sobre o orçamento para o exercício de 2020.

Tendo acompanhado a elaboração do orçamento proposto pela Direção da Associação Fraternidade Jardim de Luz para o ano de 2020; facultados todos os elementos que serviram de base à elaboração do orçamento proposto; esclarecidas todas as dúvidas colocadas à Direção, o Conselho Fiscal apresenta o seu parecer positivo à aprovação do orçamento proposto para o ano de 2020.

Em face do exposto, propomos à Assembleia Geral que aprove o Orçamento para o ano de 2020, assim como o Plano de Atividades para o mesmo ano.

Lisboa, 25 de Outubro de 2019

### O CONSELHO FISCAL

João de Deus Lopes Belo Catarino

João Filipe Lopes da Silva Belo Catarino

José Bruno Guerreiro



O presente Plano de Atividades e Orçamento para o Ano de 2020 foi aprovado em reunião de Assembleia Geral ordinária realizada em 27 de novembro de 2019 na sede da Associação Fraternidade Jardim de Luz.

Lisboa, 27 de novembro de 2019

O Presidente da Mesa da Assembleia

Rui Fernando Vidinhas de Freitas

A 1ª Secretária da Mesa da Assembleia

Maria de Lourdes Silva Fadista

O 2º Secretário da Mesa da Assembleia

Jorge Noel Ramos Avelar