

Caminhar

Associação Cristã de Apoio Social

Instituição Particular de Solidariedade Social (reg. 112/03)

Rua Movimento das Forças Armadas, 17 / 7400-246 Ponte de Sor, Portugal

www.caminhar.org | associacao@caminhar.org | +351 242 206 510 | +351 931 619 023

Programa de Ação e Orçamento 2022

Ponte de Sor, 25 de novembro de 2021

Índice

1. Enquadramento Institucional	3
2. Áreas de Intervenção e Serviços	4
3. Introdução ao Programa de Ação	5
4. Gestão e Funcionamento	6
5. Valências e Projetos	8
5.1. Família e Comunidade Vulnerável	8
Ponto de Contacto Atendimento e encaminhamento de toxicodependentes apoio a famílias	8
Vidas Acompanhadas Visitas domiciliárias a idosos e outras atividades Mais voluntariado... menos solidão!	9
Gabinete de Psicologia parceria Psicoresposta	9
Gabinete de Aconselhamento e Orientação	10
5.2. Infância e Juventude	10
TBC - Tempo de Brincar e Crescer Ocupação de tempos livres nas interrupções letivas e férias de verão 9 – 14 anos	10
Erasmus + Mobilidade e capacitação juvenil Corpo Europeu de Solidariedade (CES)	11
OTL - Ocupação de Tempos Livres Instituto Português do Desporto e Juventude	11
5.3. Formação e Educação não formal	11
USEPS – Universidade Sénior de Ponte de Sor - membro da Rede de Excelência da RUTIS	11
ABC - Aprender, Brincar e Crescer	14
Erasmus + Educação de Adultos Formação de pessoal (Ação-chave 1) Projeto Capacitar para Inovar / Empowering for Innovation	15
5.4. Voluntariado e Solidariedade	15
Banco de Solidariedade, Saberes e Serviços (BS3)	15
5.5. Cultura, Arte e Eventos	16
Coro Gospel de Ponte de Sor Ponte de Sor Gospel Choir	16
Eventos	18
5.6. Ações de divulgação e sustentabilidade	18
5.7. Construir Pontes CLDS 4G	19
6. A Caminhar como parceira / associada	23
7. Orçamento	24

1. Enquadramento Institucional

A Associação denominada **CAMINHAR – Associação Cristã de Apoio Social**, é uma instituição particular de solidariedade social, sem fins lucrativos (reg. n.º 112/03), inspirada nos valores cristãos como padrão de atuação na efetivação dos direitos sociais dos cidadãos.

Com sede na Rua Movimento das Forças Armadas, n.º 17, União de freguesias de Ponte de Sor, Tramaga e Vale de Açor, concelho de Ponte de Sor, tem por âmbito todo o território nacional. Atualmente, a sua intervenção incide sobretudo sobre o concelho de Ponte de Sor, abrangendo pontualmente utentes dos concelhos limitrofes.

A Caminhar tem como **objetivos** principais a prestação de serviços e de outras iniciativas de promoção do bem-estar e qualidade de vida das pessoas, famílias e comunidades, nomeadamente nos seguintes domínios:

- a) Apoio à infância e juventude, incluindo as crianças e jovens em perigo;
- b) Apoio à família;
- c) Apoio à população sénior;
- d) Apoio à integração social e comunitária;
- e) Prevenção, promoção e proteção da saúde;
- f) Educação e formação profissional dos cidadãos;
- g) Outras respostas sociais não incluídas nas alíneas anteriores, desde que contribuam para a efetivação dos direitos sociais dos cidadãos.

Secundariamente, a associação propõe-se desenvolver os seguintes objetivos:

- a) Promover o bem-estar integral (físico, mental / emocional, social e espiritual) dos cidadãos;
- b) Apoiar o evangelismo cristão.

Missão

Desenvolver um apoio social e educativo que promova a transformação e capacitação de pessoas, especialmente aquelas que se encontram em situação de maior vulnerabilidade.

Visão

Ver claramente o impacto da intervenção da Caminhar na comunidade local, nomeadamente ao nível da regeneração das famílias, da formação pessoal e social de crianças e jovens, do envelhecimento ativo e feliz dos seniores, do encontro das gerações, da transformação e capacitação das pessoas.

Valores

- | | |
|--------------------|--|
| Compaixão | Seguir os passos de Cristo, movendo-nos em favor do outro. |
| Dedicação | Total entrega à missão que temos em mãos: ajudar pessoas. |
| Excelência | Servir a comunidade fazendo o melhor, e sempre melhorando. |
| Fé | Crer em Deus para o impossível. |
| Inovação | Procurar novas soluções para novos problemas. |
| Integridade | Viver em coerência com aquilo em que acreditamos. |
| Serviço | Servir a todos, independentemente da sua origem, situação ou opções de vida. |

2. Áreas de Intervenção e Serviços

Áreas de intervenção	“Centro Intergeracional” (resposta social de Centro Comunitário)	
	Serviço (designação)	Serviço (breve descrição)
Família e Comunidade Vulnerável	Ponto de Contacto	Atendimento e encaminhamento de toxicodependentes / alcoólicos e apoio às suas famílias
	Vidas Acompanhadas	Visitas domiciliárias a idosos e outras atividades
	Gabinete de Psicologia (Parceria)	Acompanhamento psicológico e psicopedagógico
	Gabinete de Aconselhamento e Orientação	coaching individual e familiar, orientação vocacional e intervenção em situação de crise
Infância e Juventude	TBC - Tempo de Brincar e Crescer	Programa de ocupação de tempos livres nas interrupções letivas e férias de verão, 9 - 14 anos
	Erasmus + Juventude	Informação e acompanhamento à mobilidade e capacitação juvenil / Corpo Europeu de Solidariedade (CES)
	OTL - Ocupação de Tempos Livres	Informação, estabelecimento de parcerias e acompanhamento a projetos OTL (Instituto Português do Desporto e Juventude)
Formação e Educação não formal	USEPS – Universidade Sénior de Ponte de Sor (membro da Rede Excelência RUTIS)	Atividades letivas regulares e atividades socioculturais (pontuais) para maiores de 50 anos. Atividade física e artística adequada a seniores, promoção da intergeracionalidade e da participação/inclusão social dos seniores.
	ABC - Aprender, Brincar e Crescer	Programa de desenvolvimento de competências pessoais, sociais e académicas em crianças do 1º ciclo e competências parentais / educativas nos diversos atores educativos (pais, professores, técnicos, outros).
	Erasmus + Educação de Adultos	Projeto de Formação de pessoal (Ação-chave 1) “Capacitar para inovar” (nov. 2019 - ago. 2022)
Voluntariado e Solidariedade	Banco de Solidariedade, Saberes e Serviços (BS3)	Rede do voluntariado do concelho de Ponte de Sor (divulgação, gestão, monitorização e avaliação) Capacitação, informação e sensibilização da comunidade em geral
Cultura, Arte e Eventos	Coro Gospel de Ponte de Sor	Coro comunitário interconfessional
	Eventos de celebração e partilha	Aniversário, Almoço de Natal, Encontro de cooperadores

3. Introdução ao Programa de Ação

Na sequência do trabalho desenvolvido nestes dezanove anos de funcionamento da associação (2002-2021), este Programa de Ação para 2022 reflete a continuidade das atividades que têm caracterizado a intervenção junto da comunidade, no sentido da consolidação e sustentabilidade do projecto *Caminhar*.

A intervenção continua a centrar-se nas populações mais vulneráveis, nomeadamente os **seniores** e as **famílias com crianças e jovens em risco**, a par com o desenvolvimento das **redes de colaboração** criadas com as organizações locais, nas áreas social, cultural, da educação, da segurança e da saúde.

A visão subjacente a este Programa de Ação é a do valor inestimável da unidade e da cooperação, quer entre indivíduos, quer entre organizações. Assim, para além da pequena equipa de colaboradores a tempo inteiro, muita da dinâmica da instituição continua a ser resultado de uma forte aposta no **voluntariado**.

Este Programa de Ação reflete também uma crescente valorização das **relações intergeracionais** como motor, por um lado, da coesão social, e, por outro, do desenvolvimento pessoal.

Os diversos projetos e serviços da instituição constituem a resposta social de centro comunitário designada por **Centro Intergeracional**, que aguarda licenciamento definitivo por parte do Instituto da Segurança Social, IP e para o qual foram apresentadas em agosto 2018 e setembro 2019 candidaturas a acordo atípico no âmbito do PROCOOP.

O contributo regular da segurança social é imprescindível para que seja possível desenvolver a multiplicidade de atividades apresentadas envolvendo os nossos utentes e a comunidade.

Na sequência da pandemia pelo vírus COVID-19, que afetou bastante a dinamização das ações e serviços, nomeadamente entre março 2020 e o momento atual, este Programa de Ação é elaborado na expectativa de melhores dias, porém contando com a possível continuidade das limitações atuais por mais algum tempo.

As ações previstas serão realizadas numa situação de normalidade. Mantendo-se as limitações causadas pela pandemia por COVID-19, poderão ser alteradas ou canceladas.

4. Gestão e Funcionamento

Áreas	Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Gestão e manutenção de equipamentos	Gestão, manutenção e limpeza dos edifícios, mobiliário e equipamento geral	Manter os equipamentos em bom estado, fazendo uma boa gestão do existente	Maria Roque Auxiliar Equipa de limpeza (apoio Município)	todos	ao longo de todo o ano	
	Manutenção e atualização do equipamento informático		Pedro Lopes Técnicos / Voluntários			
	Manutenção da carrinha de 9 lugares		Leandro Abrantes Joaquim Martins			
	Cuidados e manutenção do jardim		Maria Roque Deolinda Martins			
Informação / comunicação	Divulgação de atividades através do sítio www.caminhar.org e das páginas Caminhar e USEPS no Facebook Envio de newsletters e divulgação de atividades em formato digital (e-mail) Produção de folhetos e brochuras. Divulgação regular das atividades junto dos associados Roll up informativo (eventos)	Divulgar as atividades atempadamente, a todos os (possíveis) interessados; manter os contactos atualizados; alargar rede de contactos; manter site atualizado; atualizar documentos de divulgação (brochuras, cartazes, outros); manter newsletter regular.	Elisabete Oliveira Pedro Lopes Tânia Lopes	comunidade	ao longo de todo o ano	computadores, Internet, impressão a cores em formato A3, papel, toners
	Recolher e guardar em segurança as informações pessoais estritamente essenciais e apenas pelo período estritamente necessário. Garantir aos seus titulares o direito de aceder aos mesmos, requerer a portabilidade, retificação, eliminação ou cancelamento de autorização. Eliminar os dados sempre que tal deva ser concretizado.	Fazer cumprir o Regulamento Geral de Proteção de Dados	Pedro Lopes	comunidade	ao longo de todo o ano	
Gestão financeira	Gestão dos recursos financeiros	Otimizar o máximo possível os recursos financeiros da Instituição	Pedro Lopes POCSOR (Contabilidade e consultoria)		ao longo de todo o ano	
	Recolha de quotas de proximidade	Recolher quotas junto dos associados	Maria Rosário Henriques Fernanda Lopes	associados individuais	ao longo de todo o ano (no início de cada mês)	
Serviços	Administração e secretariado	Manter um registo rigoroso e	Elisabete Oliveira		ao longo de todo o	

administrativos		atualizado de utentes, colaboradores, pagamentos, donativos, correspondência. Atender com qualidade, isenção e excelência a todas as solicitações.	Maria Roque Tânia Lopes		ano	
Gestão de recursos humanos	Gestão de candidaturas, contratações, acompanhamento e orientação aos profissionais ao serviço da instituição.	Comunicar regularmente com a equipa de colaboradores, ouvir as suas sugestões, manter um clima de trabalho motivador e calmo, criar as condições para que o trabalho se desenvolva com qualidade, garantir que cada elemento cumpre os seus deveres.	Elisabete Oliveira Pedro Lopes Tânia Lopes		ao longo de todo o ano	
Formação do pessoal	Ações de formação, workshops, seminários, conferências, encontros de cooperadores	Providenciar formação adequada às funções desempenhadas por cada um. Passar a visão / missão da instituição. Motivar para um desempenho de excelência e a valorização máxima da pessoa.	Direção	dirigentes, equipa interna, voluntários	a definir consoante a necessidade e oportunidades	a definir
Voluntariado	Gestão do voluntariado na instituição: recrutamento, acompanhamento, formação, avaliação, através da plataforma bs3.pt	Dar continuidade ao excelente trabalho de voluntariado desenvolvido na instituição, melhorando-o através da capacitação dos voluntários, e motivação de novos elementos.	Elisabete Oliveira Tânia Lopes	Comunidade	ao longo do ano	a definir
Serviços de apoio aos sócios e utentes	Bar dos sócios e utentes	Providenciar aos sócios e utentes dos serviços um serviço de bar com oferta de produtos essenciais para pequenos lanches, café, outros. Apoio à realização de eventos, atividades de formação e animação.	Maria Roque Voluntários USEPS	associados, colaboradores utentes	ao longo do ano, em regime de self-service	

5. Valências e Projetos

5.1. Família e Comunidade Vulnerável

Ponto de Contacto | Atendimento e encaminhamento de toxicodependentes | apoio a famílias

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos	Parceiros / contributos
Atendimento e aconselhamento a toxicodependentes/ alcoólicos/as e familiares	Fazer o acompanhamento / aconselhamento aos/às toxicodependentes / alcoólicos/as utentes, e seus familiares, durante o processo de admissão e frequência.	Equipa de voluntários/as	Toxicodependentes e seus familiares, bem como outras pessoas envolvidas diretamente no processo	Mediante contacto pessoal ou telefónico	Carrinha e combustível caso seja necessário.	Desafio Jovem SICAD Outras instituições
Visitas Domiciliárias	Fazer o acompanhamento /aconselhamento aos/às utentes e seus familiares, admitidos em regime de visita domiciliária.	Equipa de voluntários/as	Toxicodependentes; Familiars; Presos/as; Hospitalizados/as	Pontual (Quando há processo a decorrer)	Carrinha Combustível	Pastores das igrejas associadas; outros/as voluntários/as
Acompanhamento dos/das utentes aos Serviços	Fazer o acompanhamento dos/das utentes em todas as diligências necessárias ao ingresso em tratamento/internamento.	Leandro Abrantes	Utentes em processo para internamento em comunidade terapêutica	Pontual (quando necessário)	Carrinha Combustível Portagens	Voluntários/as para transportar e acompanhar o/a utente
Encaminhamento para programas terapêuticos	Encaminhar para tratamento / internamento os/as utentes que preencham os requisitos necessários.	Leandro Abrantes	Utentes em processo para internamento em comunidade terapêutica	Pontual	Carrinha Combustível Portagens	Voluntários/as para transportar o/a utente
Formação	Formar/qualificar/reciclar a equipa de voluntários/as que participam neste trabalho e/ou outros/as interessados/as, através da frequência das ações de formação dinamizadas pelo Desafio Jovem (retiros de cooperadores; Reuniões do corpo técnico), e/ou de outras ações de formação que se achem pertinentes no contexto do trabalho a desenvolver.	Leandro Abrantes	Pessoas com interesse na intervenção junto de toxicodependentes e familiares	A definir pelo Desafio Jovem	Carrinha Combustível Portagens	

Vidas Acompanhadas | Visitas domiciliárias a idosos e outras atividades | *Mais voluntariado... menos solidão!*

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> - Visitas domiciliárias - Visitas ao Hospital - Visitas aos Lares e Centros Comunitários - Prestação pontual de pequenos serviços (ir às compras, marcar consultas, passar a ferro, pequenas limpezas, etc.) - Acompanhamento dos utentes a serviços locais - Passear com os idosos que tenham alguma mobilidade - Promover atividades lúdicas e de lazer, convívios, etc. - Conforto espiritual 	<ul style="list-style-type: none"> - Quebrar o isolamento e a solidão das pessoas idosas, ou com problemas de saúde incapacitantes. - Promover um voluntariado significativo. - Levar a comunidade a estabelecer redes de solidariedade que possam aproximar as pessoas e torná-las mais atentas e disponíveis para com o seu semelhante. 	<p>Equipa regular: Elisabete Oliveira Susana Esculcas alunas USEPS, jovens e adultos voluntários</p>	<p>Idosos acamados Idosos em situação de isolamento / solidão Pessoas de qualquer idade, com problemas de saúde graves Famílias carenciadas abrangidas / encaminhadas por outros projetos da Caminhar - A.C.A.S.</p>	<p>Uma visita semanal/quinzenal/mensal por utente ao longo de todo o ano.</p> <p>Dinamização de jogos com utentes das instituições, a definir em cada período escolar e nos períodos de férias letivas (atividades dinamizadas nas respetivas instituições e/ou na Caminhar).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Transporte (carrinha e motorista). - Jogos. - Portátil e CDs/DVDs. - Verba anual para adquirir novos jogos.

Gabinete de Psicologia | parceria Psicoresposta

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Consultas de Acompanhamento Psicológico a adultos, adolescentes e crianças	Avaliação Psicológica; Acompanhamento Psicológico através de Terapia Cognitiva-Comportamental, promoção do autoconhecimento e ensino de técnicas para resolução de problemas.	Ruth Leitão	Adultos, adolescentes e crianças	Semanalmente, sempre com marcação prévia	Gabinete de atendimento
Consultas de Apoio Psicopedagógico a crianças	Avaliação das capacidades cognitivas e ensino/treino de métodos de estudo adequados às necessidades e problemáticas encontradas e/ou diagnosticadas				

Gabinete de Aconselhamento e Orientação

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Aconselhamento e orientação	coaching individual e familiar orientação vocacional intervenção em situação de crise	Mirtes Santos (coach, voluntária)	Comunidade	semanal (por marcação)	Gabinete de atendimento

5.2. Infância e Juventude

TBC - Tempo de Brincar e Crescer | Ocupação de tempos livres nas interrupções letivas e férias de verão | 9 – 14 anos

Parceiros: Município (cedência de espaços, equipamentos desportivos, atividades no Centro de Artes e Cultura) e Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor (cedência de espaços e equipamentos desportivos)

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> - Atividades lúdicas - Recreação na Zona Ribeirinha/Skate park - Sessão de cinema - Apoio ao estudo (Atividades Escolares) - Atelier do conhecimento - Atelier de ciências - Atelier de culinária - Atelier de música - Atelier de expressão plástica e trabalhos manuais - Atelier de expressão dramática e corporal - Hora do conto - Visitas ao Centro de Artes e Cultura 	<p>Ocupar os tempos livres das crianças/adolescentes;</p> <p>Promover o desenvolvimento da expressão psicomotora, plástica, dramática e corporal;</p> <p>Complementar a ação educativa por parte da família e da escola, sendo mais um suporte para a inserção da criança/do adolescente na sociedade;</p> <p>Promover a compreensão do verdadeiro sentido da Páscoa, uma época especial</p> <p>Difundir atitudes e valores cristãos.</p>	<p>Tânia Lopes</p> <p>1 outro responsável</p> <p>Voluntários(as)</p>	<p>Crianças/adolescentes dos 9 aos 14 anos (número máximo de participantes a definir de acordo com as normas da DGS previstas para cada um dos períodos de férias e de acordo com as normas da instituição em vigor)</p>	<p>Férias semestrais: semana de interrupção letiva entre semestres a definir de acordo com o calendário letivo</p> <p>Férias da Páscoa: a definir de acordo com o calendário de férias</p> <p>Férias de Verão: a definir de acordo com o calendário de férias</p>	<p>Salas de atividades (1 sala)</p> <p>Materiais didáticos</p> <p>Vídeos e jogos educativos</p> <p>Materiais audiovisuais</p> <p>Material de desgaste (lápiz, canetas, papel, cartolinas, entre outros)</p> <p>Materiais diversos para as diferentes áreas de expressão (a definir de acordo com as atividades a realizar)</p> <p>Equipamento desportivo</p>

Erasmus + | Mobilidade e capacitação juvenil | Corpo Europeu de Solidariedade (CES)

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Divulgação e motivação dos jovens à participação	Informar os jovens sobre o Corpo Europeu de Solidariedade e a possibilidade de realizar atividades no seu âmbito através da Caminhar A.C.A.S. (entidade acreditada); Acompanhar o processo de registo / candidatura dos interessados.	Pedro Lopes Elisabete Oliveira Ana Cabral Milene Alves Jovens Voluntários	jovens com idade igual ou superior a 17 anos	ao longo do ano letivo	folhetos, cartazes
Entidade de envio	Organizar o envio e acompanhar jovens nacionais que pretendam participar em programa de voluntariado no estrangeiro, no âmbito do CES.	Pedro Lopes Ana Cabral Milene Alves	jovens residentes em Portugal (18-30 anos)	2021 - 2027	recursos financeiros: programa Erasmus+ e percentagem suportada pelos jovens participantes

OTL - Ocupação de Tempos Livres | Instituto Português do Desporto e Juventude

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Projetos OTL Longa Duração	Integrar jovens enquanto parceiros no âmbito do programa OTL Longa Duração	Jovens maiores de idade, com disponibilidade (desempregados, à procura do primeiro emprego ou a terminar estudos)	Utentes das várias valências da instituição	ao longo do ano letivo	a definir caso a caso

5.3. Formação e Educação não formal

USEPS – Universidade Sénior de Ponte de Sor - membro da Rede de Excelência da RUTIS

Parceiros: Município de Ponte de Sor, União das Freguesias de Ponte de Sor, Tramaga e Vale de Açor, Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor, Centro de Saúde de Ponte de Sor, Guarda Nacional Republicana, Casa dos Avós, RUTIS - Rede Nacional de Universidades da Terceira Idade

Equipa de Coordenação 2021/2022: Fátima Pinheiro (Coordenadora), Armando Louro (Representante dos Professores), Elisabete Oliveira, Maria Roque e Tânia Lopes

Atividades	Objetivos	Dinamizadores * Público-alvo * Calendarização * Recursos
Atividades letivas		
<p>Arte em Papel, Atividade Física, Atividades de Estimulação Cognitiva, Conhecer a Bíblia, Costura, Cultura e Cidadania, Cuidar a Terra (ambiente) Dança Sénior, Filosofar Francês, História e Património, Informática, Inglês, Lavores, Literatura Portuguesa, Pintura, PowerPoint Trabalhos Manuais, Saúde Sénior, Tuna USEPS, Workshop Alimentação, Workshop Informática Workshop Smartphones, Grupo de Teatro (parceria Casa dos Avós), Grupo de Cantares (parceria Casa dos Avós).</p>	<p>Proporcionar aos alunos a frequência de aulas e cursos onde os seus conhecimentos possam ser divulgados, valorizados e ampliados; Desenvolver atividades promovidas para e pelos alunos; Proporcionar a partilha de saberes; Promover e consolidar a literacia digital; Fomentar e apoiar o voluntariado social; Promover o espírito de pertença à instituição e a valorização da aprendizagem ao longo da vida.</p>	<p>Professores voluntários; técnicos de entidades parceiras * Maiores de 50 anos Adultos e jovens inativos profissionalmente por motivos de saúde/ reforma antecipada / desemprego de longa duração * setembro a junho (horário semanal) (interrupções no Natal, Carnaval e Páscoa) * Salas de formação, ateliê de pintura e lavores, quadros brancos, videoprojetor, sala de computadores, máquina fotográfica, câmara de vídeo, fotocópias, instrumentos musicais, material de desgaste, outros.</p>

Organização do ano letivo		
<p>Sessão de abertura do ano letivo (reunião geral) Reunião-formação de professores Reuniões gerais (janeiro, abril, junho) Sessão de encerramento do ano letivo (reunião geral) Reuniões da Equipa de Coordenação</p>	<p>Organizar o trabalho a desenvolver. Informar e envolver colaboradores e alunos nas atividades. Promover o espírito de pertença à instituição e a valorização da aprendizagem ao longo da vida.</p>	<p>Equipa de Coordenação * Todos os elementos que compõem a USEPS * Impressões e fotocópias, computador e videoprojetor, tela de projeção, colunas de som</p>
Atividades de interesse sociocultural		
<p>Viagens USEPS +Cultura Almoços-convívio Comemoração de datas especiais do calendário Participações da Tuna USEPS em eventos Participações do grupo de Dança Sénior em eventos Sessões de informação / sensibilização Idas ao teatro, musicais e outros espetáculos Intercâmbios intergeracionais (mesas-redondas, convívios, caminhadas, piqueniques, participação em aulas, jogos) Intercâmbios com outras Universidades Seniores Participação em atividades da RUTIS (Concurso de Cultura Geral, Gala de Dança Sénior, outras) Participação em atividades e projetos do CAC VII Jogos da Primavera (abril 2022) "Torneio do Conhecimento" - jogos direcionados para treino da memória e da atenção/concentração Exposição de trabalhos realizados pelos alunos</p>	<p>Criar espaços de encontro na comunidade, que se tornem incentivos e estímulos a um sã espírito de convivência e de solidariedade humana e social; Divulgar e preservar a nossa história, cultura, tradições e valores; Desenvolver ações de formação social, pessoal e profissional para toda a comunidade; Promover o convívio intergeracional; Incentivar o enriquecimento cultural e abertura ao espaço europeu.</p>	<p>Equipa de Coordenação, Professores, Maria Roque * Alunos e colaboradores, comunidade em geral * Consoante a atividade</p>
Comunicação / divulgação		
<p>- USEPS no Facebook e site da Caminhar;</p>	<p>Divulgar a USEPS junto da comunidade local.</p>	<p>Equipa Caminhar e Equipa de Coordenação</p>

<ul style="list-style-type: none"> - e-mail de divulgação; - produção e distribuição de cartazes e folhetos; - Participação nas Festas da Cidade 		<p>* Comunidade local</p>
---	--	-------------------------------

ABC - Aprender, Brincar e Crescer

Projeto de intervenção em meio escolar | Promoção do sucesso escolar, competências pessoais e sociais e capacitação parental. | Parceria Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor e Município de Ponte de Sor.

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Apoio na organização pessoal. Apoio na realização de tarefas escolares.	Desenvolver métodos de trabalho e hábitos de estudo.	Elisabete Oliveira	Alunos de 1.º ciclo: → Alunos de continuidade. → Novos alunos sinalizados pelos docentes/ encaminhados pela EMAEI do Agrupamento no decorrer do ano letivo.		
Desenvolvimento de um programa de Competências Pessoais e Sociais, no contexto turma e/ ou pequenos grupos e, em articulação com professores titulares. Em qualquer um dos contextos, são abordadas diversas temáticas relacionadas com os valores sociais e humanos. Este programa é aplicado através da vivência de um conjunto de experiências mediatizado, lúdico-expressivo - dinâmicas de grupo e atividades de educação não formal.	Desenvolver competências pessoais e sociais a fim de otimizar a comunicação, melhorar as relações interpessoais e aprender a gerir as atitudes/ comportamentos.	Tânia Lopes	Aluna de 2º ciclo (de continuidade) Escolas: → EB Galveias → EB João Pedro de Andrade → EB Ponte de Sor → EB Tramaga → EB Vale de Açor	setembro 2021 a junho 2022	Material de desgaste e de escritório para uso diário e material específico utilizado nas diversas dinâmicas e atividades de expressões
Ações de Capacitação Parental - Mesas Redondas e outras iniciativas	Promover a participação dos pais / encarregados de educação no percurso socioeducativo dos seus educandos. Ajudar os pais / encarregados de educação a desenvolver competências parentais ao nível do acompanhamento e apoio aos seus educandos.	Organizadores: Tânia Lopes e Elisabete Oliveira Dinamizadores: oradores convidados (a definir)	Pais, encarregados de educação e restante família Técnicos, profissionais da educação Comunidade em geral		Material específico a definir em cada uma das sessões Honorários dos oradores: apoio financeiro do CLDS até final de agosto 2022

Erasmus + Educação de Adultos | Formação de pessoal (Ação-chave 1) | Projeto *Capacitar para Inovar / Empowering for Innovation*

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
<p>Desenvolvimento profissional da equipa de colaboradores (profissionais e voluntários)</p> <p>Participação em:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cursos de formação; - conferências; - atividades de job shadowing 	<p>De acordo com as metas estabelecidas no âmbito do Plano de desenvolvimento europeu da Caminhar, foram priorizados os seguintes objetivos:</p> <p>Objetivos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melhorar a qualidade do serviço prestado pela Universidade Sénior, nomeadamente ao nível da gestão, funcionamento e oferta educativa, desenvolvimento de boas práticas de intergeracionalidade e conhecimento do Património cultural comum com o país vizinho (região fronteiriça). 2. Desenvolver competências técnicas de gestão de projetos europeus nas pessoas envolvidas nesta missão, 3. Desenvolver a competência linguística em Inglês dos professores e elementos da coordenação, nomeadamente os que se envolvem em projetos internacionais. 4. Diversificar competências no âmbito da Dança Sénior, de modo a que esta possa constituir-se como uma atividade mais inclusiva. 	<p>Coordenação. Fátima Pinheiro Direção e Equipa técnica</p> <p>Voluntários: Ana Santos, António Lopes, Armando Louro, Milene Alves</p>	colaboradores (profissionais e voluntários)	<p>Implementação: novembro 2019 - abril 2021 (data de fim adiada para 31 agosto 2022)</p>	Financiamento da Comissão Europeia no âmbito do programa Erasmus+

5.4. Voluntariado e Solidariedade

Banco de Solidariedade, Saberes e Serviços (BS3)

Projeto de promoção do voluntariado no concelho, que consiste na criação e manutenção de uma plataforma de registo e acompanhamento / gestão do trabalho voluntário no concelho de Ponte de Sor.

Entidades parceiras: ACIPS - Associação Comercial e Industrial de Ponte de Sor; Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor; APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (Gabinete do Alto Alentejo Oeste); Associação de Pais do Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor; Câmara Municipal de Ponte de Sôr; União das Freguesias de Ponte de Sor, Tramaga e Vale de Açor; Casa dos Avós; Centro Comunitário de Ervideira; Centro Comunitário Nossa Senhora da Oliveira - Longomel; Centro Comunitário Valdoarquense; Centro Comunitário da Tramaga; Centro de Artes e Cultura de Ponte de Sor; Centro de Convívio de Reformados e Pensionistas; Conferência de S. Francisco de Assis; CPCJ - Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Ponte de Sôr; CRIPS - Centro de Recuperação Infantil de Ponte Sor; Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Ponte de Sôr; Magnólia - Lar Residencial; Santa Casa da Misericórdia de Ponte de Sor; Associação Cresce ao Sol; Segurança Social - Serviço Local de Ponte de Sôr.

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos	Parcerias
Gestão e manutenção do Banco de Solidariedade,	Contribuir para o desenvolvimento do voluntariado, da partilha de saberes e	Elisabete Oliveira Nuno Esculcas	comunidade, entidades da área	ao longo do ano	entidades	entidades registadas e envolvidas no Banco

Saberes e Serviços (www.bs3.pt)	da prática de uma solidariedade consciente e valorizadora da dignidade de cada ser humano no concelho de Ponte de Sor		social no concelho de Ponte de Sor			
Formação para os/as voluntários/as	Munir o/a voluntário/a dos conhecimentos/estratégias necessárias para o desenvolvimento do voluntariado. Sensibilizar a comunidade para o voluntariado e para os temas abordados em cada sessão.	organização: Elisabete Oliveira dinamização : oradores convidados (a definir)	Voluntários/as comunidade	ao longo do ano	Computadores, internet, videoprojetor, fotocópias, sala de formação e outro material específico a definir em cada uma das sessões	entidades registadas e envolvidas no Banco
Ações de divulgação /sensibilização nas escolas	Divulgar a Plataforma e angariar novos/as voluntários/as	Elisabete Oliveira e voluntários/as	alunos/as do AEPS	ao longo do ano (a definir)	a definir consoante cada ação	Agrupamento de Escolas de Ponte de Sor
Jornadas Experimentais do Voluntariado - 8.ª edição	Dar oportunidade à comunidade de poder "experimental" um dia o voluntariado. Captar novos/as voluntários/as para os projetos da comunidade.	Elisabete Oliveira	Comunidade	Férias 1.º semestre (1 a 3 fevereiro 2022) Férias da Páscoa (11 a 13 abril 2022)	a definir com cada entidade e consoante cada ação	Entidades registadas e envolvidas no Banco
Comemoração do Dia Internacional do Voluntário	Sensibilizar a comunidade para o voluntariado. Homenagear os/as voluntários/as envolvidos/as durante o ano. Dar a conhecer o balanço anual do Banco Local de Voluntariado.	Organização: Elisabete Oliveira Dinamização : rede de parceiros Bs3, equipa da Caminhar	Voluntários/as comunidade	Dia 5 de dezembro (a confirmar) e outras datas ao longo do ano	a definir	Entidades registadas e envolvidas no Banco

5.5. Cultura, Arte e Eventos

Coro Gospel de Ponte de Sor | Ponte de Sor Gospel Choir

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Coro Gospel de Ponte de Sor	<p>O Coro Gospel de Ponte de Sor tem como missão unir vozes, unir corações e trazer esperança e uma alegria contagiante, avivando a fé e a espiritualidade de uma comunidade.</p> <p>Unir pessoas num propósito de alcançar os que estão sem fé e levar-lhes esperança através da Música Gospel e do “serviço e voluntariado” dos seus executantes na comunidade</p> <p>Ser uma escola de vida para jovens e adultos através do desenvolvimento pessoal pelas artes e pela prática coletiva da Música</p> <p>Cumprir a grande comissão de levar o “Gospel” a todo o Mundo, começando por Ponte de Sor...</p>	<p>Susana Esculcas Coordenadora e Mentora do Projeto</p> <p>Equipa de Coordenação</p> <p>Regente Coral - Eunice Cunha</p> <p>Regente Assistente - Lidia Rute</p> <p>Músicos</p> <p>Piano: Ricardo Miguel</p> <p>Baixo: Ricardo Souza</p> <p>Bateria: Eduardo Henriques</p> <p>Apoio Logístico</p> <p>Raquel Freitas, Telma Pereira,</p>	Crianças, Jovens e Adultos	Ensaios semanais	<p>Sala de Ensaios</p> <p>Sistema de Som</p> <p>Instrumentos (a definir)</p> <p>Projetor de vídeo</p> <p>Fardamento</p>
Workshops Pontuais	Preparação Musical e Vocal de todos os executantes do Coro e Banda em Workshops Pontuais	<p>Susana Esculcas Regente Coral</p> <p>Músicos Convidados</p>	Executantes do Coro e Músicos da Banda	a definir	Sala de Ensaios e Sistema de Som
Ensaios semanais Ensaio de naipes e Ensaio conjunto	<p>Preparação Vocal e Musical de todos os executantes do Coro e Banda</p> <p>Desenvolver o trabalho em naipes</p> <p>Gravação de músicas - CORO VIRTUAL</p>	<p>Responsáveis de naipe:</p> <p>Contraltos - Marisa Henriques e Telma Pereira</p> <p>Meso-soprano: Telma Pereira</p> <p>Sopranos - Elsa Lopes e Vera Rodrigues</p> <p>Tenores - António Zézere e Paulo Marques</p> <p>Baixos - David Falca</p> <p>Susana Esculcas</p> <p>Gravações do coro virtual - Ricardo Miguel</p>	Executantes do Coro e Músicos da Banda	<p>Ensaio de Músicos - Segundas</p> <p>Ensaio de naipes – Segundas</p> <p>Ensaio conjunto - Sexta-feira</p>	<p>Sala de Ensaios</p> <p>Sistema de Som: Colunas de Som</p> <p>SALA VIRTUAL</p> <p>CORO VIRTUAL - Equipamento de gravação</p>
Encontro Anual de Coros	<p>Unir todos os executantes do coro e músicos num momento de convívio e partilha com outros coros Gospel a nível nacional e/ou internacional.</p> <p>Workshops de capacitação.</p>	<p>Susana Esculcas</p> <p>Equipa de Coordenação do Projeto</p> <p>Regente Coral e Diretor Musical</p> <p>Músicos Convidados</p>	Executantes do Coro e Músicos da Banda	1 fim-de-semana sexta à noite e sábado todo o dia data a definir	<p>Logística para alimentação</p> <p>Som e instrumentos</p> <p>Projetor de vídeo</p>
Concertos Anuais	<p>Concertos organizados com objetivo específico de levar a Música Gospel à Comunidade de Ponte de Sor*</p> <ol style="list-style-type: none"> Concerto de Páscoa (quinta-feira ou Domingo de Páscoa) Participação nas Festas da Cidade ou outra data no Verão 	<p>Susana Esculcas</p> <p>Equipa de Coordenação do Projeto</p> <p>Regente Coral e Diretor Musical</p> <p>Coro e Banda</p>	Comunidade de Ponte de Sor	<p>Páscoa</p> <p>Concerto de Verão</p> <p>Natal</p>	<p>Logística e recursos a definir por concerto.</p> <p>Aluguer de Som</p> <p>Material Multimédia</p>

	3. Concerto de Natal	Músicos Convidados Editor vídeos			Deslocações de Músicos convidados Edição e produção de vídeos Coro Virtual
Participações em eventos	Participação nos eventos organizados pela Caminhar, igrejas e outras instituições da Comunidade	Coro e Banda e equipa de coordenação	Comunidade de Ponte de Sor e outros locais	De acordo com o Programa de Ação 2022 da Associação .	A definir

Eventos

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos
Aniversário	Recordar o início da história da instituição; promover a unidade dos seus membros; promover o seu papel na comunidade.	Direção, voluntários	Comunidade	setembro	a definir
Encontros de cooperadores	Contribuir para a motivação, capacitação e unidade dos elementos da instituição; proporcionar uma oportunidade de partilha e convívio.	Direção, voluntários	Sócios, amigos, colaboradores	a definir	a definir
Almoço de Natal	Proporcionar um convívio à volta da mesa a todos os colaboradores e utentes dos serviços da instituição. Marcar a celebração do Natal, como uma data de extrema importância para os cristãos.	Direção, jovens voluntários, Equipa USEPS	Comunidade Caminhar	a definir	Refeitório do Agrupamento de Escolas

5.6. Ações de divulgação e sustentabilidade

Atividades	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos	Parceiros
Campanha “Amigos da Caminhar”	Criar uma rede de “Amigos da Caminhar” que contribua para a concretização dos objetivos da instituição com um valor anual determinado.	Direção Colaboradores Voluntários/as	Comunidade local Igrejas associadas	Ao longo de todo o ano	Fotocópias, impressões	Igrejas associadas (divulgação)
Protocolos e acordos de cooperação (benefícios e	Proporcionar a sócios, amigos, colaboradores, utentes e outros vantagens e descontos no acesso a serviços locais	Direção	associados Amigos	Ao longo de todo o ano	Fotocópias, cartões de identificação,	Clínica Dentária de Ponte de Sor

descontos)	na área da saúde, bem-estar e outros.		Colaboradores Utentes (variável)		correspondência, materiais de divulgação	Clínica de São Domingos Ótica Cláudia
Feira de produtos da horta / caseiros "Frutos da Terra"	Promover um momento mensal de angariação de fundos, aliado ao convívio e à promoção do consumo de produtos alimentares de produção tradicional / saudável. Divulgação de produtos e serviços locais.	Direção Maria Roque Voluntários/as	Comunidade	a definir		Pequenos produtores locais, Sócios, Outros
Bazar de utilidades	Proporcionar a oportunidade de vender objetos de que as pessoas já não necessitam ou que tenham sido doados à instituição com a finalidade de angariar fundos para a mesma.	Maria Roque Voluntários/as	Comunidade	Em simultâneo com a feira "Frutos da Terra"		
Participação nas Festas da Cidade	Divulgação de atividades da instituição; angariação de fundos.	Direção Colaboradores e Voluntários/as Sócios, Amigos	Comunidade local	Julho	Produtos alimentares e acessórios, transporte, folhetos, cartazes	
Sorteios e angariação de fundos	Angariação de fundos.	Voluntários/as	-----	Natal, Festas da Cidade, ao longo do ano	Géneros alimentares, cestas	Equipa Caminhar, Voluntários/as

5.7. Construir Pontes CLDS 4G

Projeto que se constitui como um instrumento de combate à exclusão social fortemente marcado por uma intervenção de proximidade e realizada em parceria | Promoção da inclusão social de grupos populacionais que revelem maiores níveis de fragilidade social, ao nível do desemprego, de situações críticas de pobreza, particularmente a infantil e do envelhecimento.

Ações	Objetivos	Dinamizadores	Público-alvo	Calendarização	Recursos	Parceiros
Reutilizar(-se)	Desenvolvimento de ateliês de trabalho em grupo e respetivo acompanhamento no sentido de mobilizar, envolver e capacitar desempregados/as para o aperfeiçoamento de competências empreendedoras no	Leandro Abrantes Equipa CLDS	Desempregados/as; jovens à procura do 1º emprego e RSI	5 sessões por ano	Material de desgaste rápido e material de oficina, Sala/comunicações	Empresários/as Parceiros Informais

	âmbito da reutilização de materiais.					
Seniores em 'movimento'	Dinamizar, regularmente, iniciativas de cariz desportivo para seniores com vista à promoção de um envelhecimento ativo e saudável; e redução da inação característica da população sénior.	Telma Pires Equipa CLDS Técnico/a Externo (a definir)	População Sénior	5 sessões por ano	Material de Apoio às sessões/jogos pedagógicos,, transporte, cartazes, seguros, contratação de dinamizador/a	CMPS Juntas de Freguesia Grupos Desportivos Associações Locais
Ateliê de Empregabilidade	Promover um atendimento personalizado/ sessões de esclarecimento/informação sobre técnicas de procura ativa de emprego; Apoiar no desenvolvimento de competências de procura ativa de emprego.	Leandro Abrantes Equipa CLDS	Desempregados/as; jovens à procura do 1º emprego e RSI	Ao longo do Projeto	Material de desgaste rápido, impressões, material promocional (Flyers/capas)	IEFP - SEFPPS AEPS CMPS Empresas/Instituições Locais
Ações de (in)formação para a inserção profissional	Dinamizar ações de informação, motivação/orientação para desempregados/as e outros/as grupos especificados nos/as destinatários/as.	Leandro Abrantes Equipa CLDS Técnico/a Externo (a definir)	Desempregados/as; jovens à procura do 1º emprego e RSI	1 ação por ano	Orador/a; despesas inerentes às ações: impressões, capas, material de desgaste; coffeekbreak	IEFP - SEFPPS AEPS CMPS Empresas/Instituições Locais
Ideias e Oportunidades	Desenvolver ações potenciadoras da criação do auto-emprego.	Leandro Abrantes Equipa CLDS Técnico/a Externo (a definir)	Desempregados/as; jovens à procura do 1º emprego e RSI	1 ação por ano	Técnico/a externo, apoio na participação de eventos de capacitem os/as destinatários/as, deslocações.	IEFP - SEFPPS ACIPS AEPS RSI RLIS Outros parceiros: Informais
Ações de sensibilização para empresários/as	Promover instrumentos de sensibilização e informação às potenciais entidades empregadoras, sobre medidas ativas de emprego e inserção profissional. Desenvolver sessões que potenciem, ainda, a igualdade de género e a integração da pessoa com deficiência e/ou incapacidade junto das entidades empresariais.	Telma Pereira Leandro Abrantes Telma Pereira Equipa CLDS	Entidades Empregadoras locais/Empresários/as	15 sessões por ano	Transporte, material informativo (flyers, brochuras), material de desgaste rápido, capa, impressões.	CRIPS IEFP - SEFPPS
Ateliê Jovem	Promover sessões sobre percursos formativos e profissionais diversos. Desenvolver ações de orientação escolar, vocacional e profissional. Contribuir para uma estrutura de apoio à Inserção na Vida Ativa (dentro ou fora da escola).	Telma Pereira Equipa CLDS Empresários/as	Jovens que abandonam ou concluem o sistema de ensino; Outros - alunos/as em transição do 3º ciclo para o secundário e com	Semestralmente, 2 ações por ano	Transporte; ingressos em eventos de relevo educacional, profissional, impressões, material	Empresas e associações locais AEPS IEFP - SEFPPS

			perfil absentista/ em risco de abandono; Jovens que nem estudam, nem trabalham.		de apoio às sessões e oradores/as	
Academia do Empreendedorismo	Potenciar a criatividade e competências empreendedoras, através de sessões, incentivando a uma cidadania ativa e interventiva. Desenvolver ações de capacitação em grupo e Coaching ou mentoria individual para "Futuros(as) jovens empreendedores(as)".	Telma Pereira Equipa CLDS Parceria Técnico/a Externo (a definir)	Alunos/as do ensino secundário	5 sessões por ano	Material promocional dos eventos de relevo - cartazes (ex.Feira de Oportunidades), impressões, contratação de serviços de mentoria/coaching	Empresas e instituições locais/regionais Agrupamentos de Escolas e ensino complementar e superior Associações locais: Geração Inovar APEEAEPS
Intervenção Familiar e Parental	Contribuir para o desenvolvimento ou potencialização de competências parentais e familiares, para a qualificação de famílias na gestão e organização doméstica bem como para o aconselhamento em situações de crise.	Telma Pereira Tânia Lopes Elisabete Oliveira Equipa CLDS Técnico/a Externo (a definir)	Famílias, Crianças e Jovens	3 sessões por ano	Orador/a, material de desgaste e apoio às sessões, material promocional (cartazes, flyers)	CPC JISS - RLIS e RSI CMPS - Ação Social AEPS APAV
Núcleo de Apoio à Família	Desenvolver ações de capacitação que visem a mediação dos conflitos familiares em articulação com as equipas que intervêm com as famílias e/ou suas crianças, Promover a proteção e promoção dos direitos das crianças e jovens e o desenvolvimento de competências familiares e aconselhamento em momentos de crise.	Telma Pereira Equipa CLDS Técnico/a Externo (a definir)	Crianças, jovens e famílias	Ao longo do projeto	Coach para intervir com as famílias, material de desgaste e de apoio às atividades.	ISS - RLIS e RSI CPCJ CMPS - Ação Social AEPS APAV
Crescer saudável, Viver em pleno	Desenvolver instrumentos facilitadores de estilos de vida saudáveis, promovendo a capacitação de crianças e jovens enquanto cidadãos/ãs plenos/as, através de atividades diversificadas, intergeracionais e inclusivas de cariz desportivo, cultural e educativo.	Telma Pires Equipa CLDS	Crianças, Jovens e Pessoas com deficiência e/ou incapacidade, famílias; Outros	15 sessões por ano	Transporte, aquisição de serviços técnicos, Material de apoio às atividades, impressões	ISS - RLIS e RSI CPCJ CMPS - Ação Social AEPS APAV

						Fundação Benfica
Ações socioculturais para idosos/as	Promover um envelhecimento ativo e a inclusão social através de atividades diversificadas. Combater a solidão eo isolamento, promovendo a autonomia da pessoa idosa.	Telma Pires Elisabete Oliveira Equipa CLDS Voluntários/as BS3 USePS	Pessoas idosas	10 sessões por ano	Transporte, material de desgaste, impressões, material de desgaste e de apoio à dinamização das atividades, aluguer de espaços,	GNR IPSS de idosos/as Juntas de Freguesia CMPS
Ação de combate à solidão sénior	Promover iniciativas facilitadoras da mobilidade dos/as idosos/as do concelho em situação de isolamento e/ou dificuldade de mobilidade.	Telma Pires Equipa CLDS	Pessoas idosas	10 sessões por ano	Aluguer Transporte, cartazes, seguros, atividades de relevo sociocultural, géneros alimentares	GNR IPSS de idosos/as Juntas de Freguesia CMPS
Envelhecer com qualidade	Apoiar na capacitação de pessoas idosas e voluntários/as, bem como no alargamento de projetos de voluntariado com vista à redução do isolamento social na população mais envelhecida e dependente.	Telma Pires Elisabete Oliveira Equipa CLDS Voluntários/as BS3	Pessoas idosas e voluntários/as	3 ações ao longo do projeto	Transporte, material de desgaste, impressões, material promocional (cartazes, cartões e flyers), oradores/as para sessões de informação para voluntários/as;	GNR IPSS de idosos/as Juntas de Freguesia CMPS
Ações de inclusão e de Enriquecimento social de pessoas com deficiência e/ou incapacidade	Promover a capacitação de pessoas com deficiência e/ou incapacidade através do contacto com novas realidades e contextos de observação, bem como da interação com a comunidade, potenciando a inclusão sócio-profissional deste público-alvo.	Telma Pereira Equipa CLDS	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade	3 sessões por ano	Transporte, material de apoio às sessões, visitas, impressões, cartazes, organização inerente à produção/circuitos de produção, sala/comunicações.	CRIPS GNR CMPS AEPS IEFP - SEFPPS
Portas para novos desafios	Contribuir para a informação e para o encaminhamento de destinatários/as para ofertas de emprego e/ou qualificação; Follow up dos	Leandro Abrantes Equipa CLDS	Desempregados/as e jovens à procura de emprego, RSI; Jovens no	Ao longo do projeto	Impressões, comunicações, material promocional	IEFP - SEFPPS Associações e Entidades formadoras/educativas

	acompanhamentos/encaminhamentos; Contribuir.		ensino secundário/profissional		das ações	Empresas locais/regionais
--	--	--	--------------------------------	--	-----------	---------------------------

6. A Caminhar como parceira / associada

No decorrer da sua ação a Caminhar participa como elemento parceiro nas seguintes estruturas, comissões e projetos:

Projecto / Estrutura	Entidade promotora	Representante Caminhar
Conselho Local de Ação Social – Rede Social	Município de Ponte de Sor	Presidente da Direção
Programas OTL - IPDJ de Portalegre	Jovens candidatos	Elisabete Oliveira (interlocutora entre o IPDJ e os jovens dinamizadores)
BPI Sénior	Casa dos Avós	Fátima Pinheiro (Coordenadora USEPS)

A Caminhar é associada dos seguintes organismos e instituições:

ACIPS - Associação Comercial e Industrial de Ponte de Sor
Desafio Jovem - Teen Challenge Portugal
EAPN - Rede Europeia Anti-Pobreza
RUTIS - Associação Rede Universidades da Terceira Idade

7. Orçamento

ORÇAMENTO		
Código das Contas	RENDIMENTOS E GASTOS	PERÍODO DE 2022
71+72	Vendas e serviços prestados	25.500,00
61	Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas	
75	Subsídios, doações e legados à exploração	
	Subsídios/Protocolos	159.338,30
	Doações	7.500,00
73	Variação nos inventários da produção	
74	Trabalhos para a própria entidade	
62	Fornecimentos e serviços externos	-63.910,76
63	Gastos com o pessoal	-118.537,34
7622-652	Ajustamentos de inventários (perdas/reversões)	
7621-651	Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)	
78	Outros rendimentos e ganhos	26.145,00
68	Outros gastos e perdas	-515,00
	Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos	35.520,20
64	Gastos/reversões de depreciação e de amortização	-33.103,00
	Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)	2.417,20
79	Juros e rendimentos similares obtidos	
69	Juros e gastos similares suportados	
	Resultado antes de impostos	2.417,20
812	Imposto sobre o rendimento do período	
818	Resultado líquido do período	2.417,20

Ponte de Sor, 25 de novembro de 2021