

Plano de Atividades e Orçamento para 2025

Conteúdo

1.	ASSOCIADOS E LINHAS GERAIS DE TRABALHO	2
2.	PROJETOS EM CURSO	4
3.1.	BPI/La caixa 2024 - “O luto é a coisa com asas”	4
3.2.	AcompanhARTE.....	5
3.2.1	Na freguesia de Paranhos.....	5
3.2.2	Na União de Freguesias de Aldoar, Foz do Douro e Nevogilde	5
3.3.	Pontes com proximidade	6
3.	ANGARIAÇÃO DE FUNDOS	6
4.	ORÇAMENTO PARA 2025	7

Nos termos legais a direção da COMPASSIO - Associação para a Construção de Comunidades Compassivas, constituída em 06/06/2019 como Associação de Direito Privado, apresenta aos seus associados o plano de atividades correspondente ao ano de 2025.

1. ASSOCIADOS E LINHAS GERAIS DE TRABALHO

Preveem-se dois a três encontros com os associados, um deles na Assembleia Geral, marcada para 27 de março de 2025, e mais tarde um a dois encontros de reflexão, retiro e convívio.

A direção fará 7 a 11 reuniões durante 2025 e liderará o processo do Planeamento Estratégico para o triénio 2025-2027.

Os grupos de trabalho continuarão a decorrer, podendo ser alargados em termos de associados integrantes ou mesmo de novos temas importantes a trabalhar.

Continuaremos, em 2025, a trabalhar nas três áreas de atuação definidas:

- 1) Sensibilizar e capacitar a comunidade para uma cultura compassiva e para a naturalidade da morte e do luto;
- 2) Ativar e dinamizar redes comunitárias compassivas, para pessoas com doença e/ou idosas em situação de isolamento social/solidão;
- 3) Dinamizar atividades para pessoas em processo de luto.

As linhas gerais de trabalho para este ano são as seguintes:

- Realizar um **Plano Estratégico para o triénio 2025-2027**;
- Apostar mais na **comunicação** - Este ano pretendemos melhorar o site, que está inativo, comunicar mais os projetos e seu impacto, e continuar a dar passos para um plano de comunicação;
- Outra das apostas de 2025 é a Angariação de Fundos, nomeadamente na **diversificação de fontes de financiamento**, e queremos apostar na prestação **de serviços de formação e consultoria**;
- Este ano faremos uma **avaliação de impacto do projeto AcompanhARTE** por parte de uma entidade externa, a **Área Transversal de Economia Social da Universidade Católica Portuguesa**;
- Soubemos recentemente que foi aprovado, por uma **Comissão de Ética do Instituto de Serviço Social do Instituto Politécnico do Porto**, o **protocolo de intervenção das redes compassivas**. O nosso objetivo é poder apresentar no final do ano resultados do uso deste protocolo, e que esta nova ferramenta disponível abra portas a que o nosso trabalho possa vir a ser alvo de trabalhos de investigação, o que poderá valorizar muito a Compassio;
- Pretendemos realizar, pela primeira vez no Porto, um **Festival do luto** e fazer uma **campanha publicitária de sensibilização** para este tema a fim de contribuir para a literacia do luto;
- Iremos iniciar um novo serviço para organizações, que tem a ver com a pergunta: **como lidar com a perda e o luto no ambiente de trabalho?** É algo que tem surgido muito nas conversas com os parceiros: o que se faz quando morre um utente? Como lidam a equipa e os outros utentes com essa perda? Já temos uma organização – Os Albergues do Porto – que nos contratou este novo serviço;

- Continuaremos a ter **2 recursos humanos contratados a tempo inteiro**, Mariana Abranches - Coordenadora dos projetos, e Patrícia Galeão, Mobilizadora Comunitária. E **duas prestações de serviços pela Gabriela Silva e pela Rita Gilsanz**;

- Pretendemos, em sede de concursos a financiamento, começar a alargar a ideia do Porto Compassivo a uma escala maior, nomeadamente de **área metropolitana**, a iniciar no arco mais perto da cidade do Porto, algo que já começamos com o projeto O luto é a coisa com asas;

- Almejamos conseguir **financiamentos para uma escala temporal maior**, que não só um ano ou menos, como tem sido e como são os financiamentos atuais.

De seguida apresentam-se as atividades previstas para 2025, por áreas de atuação, e respetivos meses de implementação:

ATIVIDADES	J	F	M	A	M	J	JL	A	S	O	N	D	Total
Death cafes online Portugal Compassivo	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	11
Death cafés in Porto e arredores			X	X	X	X	X		X				6
Workshops presencial	X	X	X		X	X				X	X	X	8
Workshops online	X	X		X	X	X	X			X		X	8
Clube de Leitura da Compassio	X		X		X		X			X		X	6
Teatro - Tal como foi o silêncio [de lutos e luzes]					X								6
Programa Organizações mais compassivas									X	X	X	X	2
Programa Organizações que sabem lidar com o luto				X							X		2
Apresentações em conferências	X	X				X				X	X		5
Serviços contratados (formação/grupos de partilha, etc)		X	X		X	X	X			X	X		7
Minicursos Compassio	x	x				x	x			x	x		3
Dinamização de Redes Compassivas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	20
AcompanhARTE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	20
Pontes com proximidade		X	X	X	X	X	X	X	X				1
Grupos de partilha	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X		3
Retiros		X		X	X		X		X				5

Encontros com o luto		X	X		X	X	X						5
OCA's – Oficinas artísticas		X	X	X	x	x	x						7
Campanha “#emlutocontigo”					X	X	X	X	X	X	X	X	1
Festival do luto					X								1

2. PROJETOS EM CURSO

3.1. BPI/La caixa 2024 - “O luto é a coisa com asas”

O objetivo principal é contribuir para um maior diálogo e reflexão sobre a perda e a morte e para o aumento da qualidade de vida de pessoas em luto, com ou em risco de desenvolver doença mental, através do aprofundamento da espiritualidade, do estímulo da participação social e da promoção de redes de apoio comunitário na Área Metropolitana do Porto.

1 de out de 2024 a 30 de set 2025	Metas
OE1. Sensibilizar e capacitar a comunidade da Área Metropolitana do Porto, para o tema da perda, da morte e do luto, num ano.	<ul style="list-style-type: none"> - 6 <i>Death Cafes</i> - 6 <i>Workshops</i> - 1 memorial no lago - 1 campanha publicitária “emlutocontigo” - 12 Apresentações da peça de teatro “Tal como foi o silencio, de lutos e de luzes” - 5 Ciclos de Conversas organizado pelos participantes das atividades do OE.2
OE2. Apoiar 125 pessoas em luto através de iniciativas de promoção da espiritualidade, partilha, participação social e artística, bem como da promoção de redes de apoio comunitário, num ano.	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Grupos de partilha CASA - 2 Retiros “A hora dos zorzais” - Oficinas artísticas (semanais durante 6 meses) - 8 Cafés com Asas - encontros informais de escuta

cf J

3.2. AcompanhARTE

O projeto AcompanhARTE dirige-se à população sénior em solidão no domicílio, envolvendo 6 a 8 artistas e arterapeutas (a comunidade artística) em prol de uma luta contra o abandono e exclusão ou segregação. Proporciona experiências artísticas aos idosos que não conseguem sair de sua casa, ou mesmo da sua cama. Procura promover a qualidade de vida através da estimulação de capacidades físicas, mentais, afetivas, psicológicas, espirituais e sociais, através de atividades artísticas como o teatro, expressão plásticas, música ou literatura.

Além de esta ação contribuir para o bem-estar e saúde dos seniores, e para a sua relação social com o facilitador artístico, pretende-se também que o trabalho desenvolvido possa contribuir para o conteúdo de uma apresentação final, que pretende dar voz a estas pessoas.

Ao criar laços e redes entre as pessoas, potencia-se ainda o sentimento de pertença e a coesão social num território em que a participação dos seus membros é um princípio chave a ter em conta.

3.2.1 Na freguesia de Paranhos

1 novembro 2024 a 30 setembro 2025	Metas
OE1. Acompanhamento artístico no domicílio de 10 seniores	10 seniores beneficiários
OE1. Apresentação pública dos trabalhos desenvolvidos	1 apresentação pública

3.2.2 Na União de Freguesias de Aldoar, Foz do Douro e Nevogilde

1 dezembro 2024 a 30 de novembro 2025	Metas
Combater a solidão de 15 seniores através de visitas artísticas ao domicílio	Envolvimento de 5 a 9 artistas;
	15 seniores acompanhados
	450 a 570 visitas artísticas realizadas em casa dos 15 seniores em isolamento social/solidão;
	1 apresentação pública sobre o trabalho desenvolvido
	1 avaliação de impacto
	3 a 4 apresentações do projeto em conferências sobre o tema do envelhecimento e solidão

Este projeto irá estender-se por mais tempo neste território, visto ter sido vencedor do Orçamento Colaborativo de 2025, mas ainda não sabemos a data de início. A proposta é acompanhar, durante um ano, 20 idosos isolados com visitas semanais de artistas e arteterapeutas.

3.3. Pontes com proximidade

Este projeto aborda duas temáticas. A primeira foca-se na solidão dos idosos procurando promover relações sociais, organizando encontros presenciais e *online* para pessoas em situação de isolamento social a fim de melhorar o seu bem-estar físico e mental. A segunda aborda a questão do tabu do tema do luto, e oferece uma peça de teatro (“Tal como foi o silêncio – de luto e de luzes”) que abre caminho à reflexão e suscita conversas entre as pessoas. Em ambas procura-se criar “pontes com proximidade”. Pontes entre idosos com interesses semelhantes. Pontes entre o tabu de não se falar de um tema desafiante e a importância de dar voz ao luto na comunidade.

1 fevereiro a 30 setembro 2025	Metas
Criação de pequenos grupos	2 a 5 pessoas por grupo
	12 a 14 sessões
A peça de teatro “Tal como foi o silêncio – de luto e de luzes”	6 apresentações

3. ANGARIAÇÃO DE FUNDOS

A estratégia de mobilização de recursos delineada pela Compassio está ancorada num racional de diversificação de fontes de financiamento, conforme se descreve sucintamente:

- (i) financiamento através de respostas a concursos ou prémios;
- (ii) através de donativos de particulares provenientes dos participantes nas atividades formativas desenvolvidas;
- (iii) através das quotas dos associados;
- (iv) através de prestações de serviços de formação nas áreas de especialidade da Compassio.

Relativamente ao (i) a prioridade foi, em 2024, concorrer ao Parcerias para o Impacto do Programa Portugal Inovação Social, por ser um apoio para um período de 3 anos. Concorremos com o modelo das comunidades compassivas, mas alargado à área metropolitana, a envolver, numa primeira fase, as cidades mais próximas, como Valongo, Maia, Matosinhos, Gondomar, e Vila Nova de Gaia. Iremos concorrer com o projeto AcompanhARTE aos Orçamentos colaborativos e aos Fundos de Apoio ao Associativismo Portuense de várias freguesias da cidade do Porto. E estaremos atentos a outras concursos que surjam.

Por último, iremos fazer uma aposta no ponto (iv). Já elaboramos várias propostas e algumas já foram aceites.

4. ORÇAMENTO PARA 2025

Para o ano de 2025 teremos a decorrer 5 financiamentos e esperamos obter um resultado líquido de 1.770,45€.

RESUMO ORÇAMENTO 2025		DESPESAS							
Centros de Custo	BPI LA CAIXA O LUTO É A COISA COM PENAS	ACOMPANHART E em Paranhos	Acompanharte UFAFDN 24/25	Pontes com proximidade UFAFDN	IEFP	Acompanharte e UFAFDN 25/26	Outros Fundos	COMPASSIO	TOTAL
1. Gastos com Pessoal	21 900,00 €	5 200,00 €	14 500,00 €	5 359,11 €	137,06 €	8 426,71 €	0,00 €	5 500,00 €	61 022,88 €
2. Gastos indiretos com RH	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	600,00 €	600,00 €
3. Despesas Administrativas	250,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	625,00 €	875,00 €
4. Despesas Espaços	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	75,00 €	75,00 €
5. Equipamentos, Mobiliário e Mater	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	250,00 €	250,00 €
6. Deslocações e Estadas	0,00 €	0,00 €	159,44 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	915,00 €	1 074,44 €
7. Serviços Externos	0,00 €	309,36 €	1 200,00 €	0,00 €	0,00 €	500,00 €	0,00 €	1 267,64 €	3 277,00 €
8. Comunicação e Imagem	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	605,00 €	605,00 €
9. Despesas Financeiras	0,00 €	195,84 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	4,16 €	200,00 €
10. Atividades	7 901,83 €	4 200,00 €	16 892,50 €	800,00 €	0,00 €	6 000,00 €	0,00 €	7 942,75 €	43 737,08 €
TOTAL	30 051,83 €	9 905,20 €	32 751,94 €	6 159,11 €	137,06 €	14 926,71 €	0,00 €	17 784,55 €	111 716,40 €

RESUMO ORÇAMENTO 2025		RECEITAS			
Centros de Custo	Subsídios e Financiamentos	Donativos	Recetas Próprias	Outras receitas	TOTAL
	93 931,85 €	4 000,00 €	15 555,00 €	0,00 €	
TOTAL	93 931,85 €	4 000,00 €	15 555,00 €	0,00 €	113 486,85 €

RESULTADO LÍQUIDO

1 770,45 €

Porto, 28 de fevereiro de 2025

A Direção

Sofia Rosa Faria
Carino Feijó