



**TEIA D'IMPULSOS**

ASSOCIAÇÃO SOCIAL, CULTURAL E DESPORTIVA

## **Plano de Actividades para o ano de 2020**

**Assembleia Geral Ordinária da Teia D'Impulsos**

*15 de Dezembro de 2019*

## **Mensagem aos Associados**

Prezados Associados,

Eis que, volvido mais um ano, chega a altura de trazer ao vosso conhecimento o Plano de Actividades e o Orçamento para o ano de 2020.

O ano de 2019, que agora se aproxima do seu final, trouxe consigo diversas conquistas. Dentre dos projetos aprovados, destaca-se a candidatura relativa ao projeto “Vela Solidária” com os Campeonatos Nacional e Europeu de Vela Adaptada. Tivemos ainda uma mais uma edição do FICA Portimão e FICA Aljezur repleta de sucessos.

Por outro lado, lográmos o estabelecimento de novas pontes com novos parceiros e vincou-se uma aposta claramente assumida pela direção, no sentido do aumento dos índices de motivação dos trabalhadores promovendo momentos lúdicos e de convívio e investindo na formação.

Para 2020, e coerentemente com o rumo traçado, visar-se-á não apenas executar plenamente os projetos cuja aprovação se alcançou, aproveitando todas as suas potencialidades, como também conseguir a aprovação doutros projetos considerados essenciais para o futuro. Realça-se ainda que o ano de 2020 será um ano de reestruturação da organização da atividade Teia D'Impulsos, pelo que a forma como este Plano de Actividades será apresentado já reflete o novo Organograma da Associação.

A todos, uma palavra de agradecimento!

*A Direção da Teia D'Impulsos*

## **Introdução:**

A “Teia D’Impulsos – Associação Social, Cultural e Desportiva”, que adopta a sigla abreviada de TDI, é uma associação sem fins lucrativos que iniciou a sua actividade a 16 de Março de 2011, em Portimão.

Em 2020, a Teia D’Impulsos entra no seu 10º ano de actividades. Pretende-se que o próximo ano de existência da TDI contribua para fortalecer a sua presença a nível local, tendo em conta a sua missão de promoção de actividades de índole cultural, recreativa, formativa, desportiva e ambiental, abertas a toda a população dos concelhos do Algarve e em colaboração com outras entidades locais, visando o desenvolvimento humano social e cultural das comunidades.

O presente documento tem por intuito apresentar o programa das diversas actividades que a Direcção da Teia D’Impulsos (TDI) propõem para desenvolvimento e implementação ao longo do ano de 2020. Este Plano de Actividades será apresentado para discussão pelos associados da TDI na Assembleia Geral Ordinária que irá decorrer no dia 15 de Dezembro de 2019.

Este Plano de Actividades encontra-se organizado em função do novo organograma de funcionamento da associação que entra em vigor em Janeiro de 2020, podendo definir-se duas grandes áreas de intervenção, a Actividade Geral da Teia D’Impulsos, que se encontra expressa nas Unidades Funcionais Estruturais, e os Projectos Teia D’Impulsos para 2020, que se encontram organizados pelas diversas Unidades Funcionais de Projecto.

Importa, no entanto, registar que não se pretende a criação de um documento estanque que iria contra a dinâmica que norteia o funcionamento desta Associação. Em função das ideias e projectos dos seus associados, ou em virtude de parcerias com outras entidades públicas ou privadas, existirá a possibilidade de implementar outras actividades que não se encontram aqui descritas.

## **Unidades Funcionais da Teia D'Impulsos**

Dada a dimensão e a complexidade que a TDI apresenta actualmente, a atividade desenvolvida pela associação encontra-se organizada em Unidades Funcionais (UF). Cada UF tem autonomia relativa, pois todos os projectos continuarão a ter de ser sancionados pela Direcção. A sua composição não é estanque, funcionando em paralelo com as outras UF e partilhando os mesmos recursos humanos, técnicos e financeiros.

Cada UF deverá reunir periodicamente e encontra-se definido um Coordenador que terá a responsabilidade de orientar o funcionamento da mesma, em relação direta com o Diretor Executivo da associação.

Distinguem-se duas tipologias de UFs:

- I. Unidades Funcionais Estruturais (UFE), correspondem às UFs que são a base da estrutura da organização da Teia D'Impulsos e que apoiam a actividade desenvolvida pelas várias UFP.
- II. Unidades Funcionais de Projetos (UFP), correspondem às UFs que têm por objecto a realização dos vários projectos desenvolvidos pela Teia D'Impulsos.

Apresentam-se então se seguida as várias Unidades Funcionais, com as atividades que estão previstas vir a ser realizadas ao longo do próximo ano.

## **A. Unidades Funcionais Estruturais**

### **I. UFE Financeira e Recursos Humanos (Coordenador UFE: Luís Gonçalves)**

Definem-se as seguintes responsabilidades no âmbito desta UFE:

- **Secção Financeira**
  - Contabilidade
  - Finanças/Banca
  
- **Secção Recursos Humanos**
  - Gestão de Recursos Humanos
  - Recrutamento e Seleção
  - Estagiários/Alunos
  - Voluntários

### **II. UFE Gestão Geral, Relações Externas e Marketing (Coordenador UFE: Luís Brito)**

Definem-se as seguintes responsabilidades no âmbito desta UFE:

- **Posicionamento TDI**
- **Angariação de Apoios**
- **Relações Externas e Estabelecimento de Parcerias e Protocolos**
- **Gestão de Candidaturas**
  
- **Gestão de Documentos:** Em 2020 pretende-se com a reorganização do funcionamento da TDI criar o Manual de Funcionamento da Teia D'Impulsos que agregará de forma estruturada todos os regulamentos e normas de funcionamento da associação. Pretende-se assim uniformizar procedimentos e aumentar a eficácia da organização.
  
- **Gestão de Plano de Reuniões TDI:** Será definido um calendário anual de reuniões para gestão da atividade da Teia D'Impulsos
  - **Reunião Geral da TDI**, para realizar mensalmente na última 5ªF do mês, na sede da Teia, com início às 18h e duração prevista de 2h. Reunião para todos os colaboradores + Elementos dos Corpos Sociais + Conselho Consultivo.
  - **Reunião de Gestão da TDI**, para realizar mensalmente na 2ª 5ªF do mês, com início às 21h e duração prevista de 2h. Reunião para a Direção e consultores

- da Direcção. Em função dos assuntos a abordar poderá ser convidado o Diretor Executivo a participar na reunião.
- **Reunião Trimestral de Ponto de Situação**, para realizar trimestralmente reunião alargada com a participação de todos os colaboradores + Elementos dos Corpos Sociais + Conselho Consultivo para ponto de situação de todos os projetos da TDI.
  - **Reuniões de Formação**, para colaboradores e elementos dos corpos sociais e conselho consultivo com intuito formativo em áreas de interesse para a Associação.
  - **Reuniões de Unidades Funcionais e Projeto**, a agendar em função da necessidade e na qual participam todos os intervenientes na UF / Projeto. A convocatória é da responsabilidade do coordenador da UF ou do Gestor do Projeto.
- **Gestão de Eventos Gerais:**
    - **Comemoração do 9º Aniversário da TDI**
      - Agenda: 16 de Março 2020
    - **Comemoração do 4º Aniversário do Espaço Raiz**
      - Agenda: 7 de Dezembro 2020 com várias actividades no Espaço Raiz e participação dos outros utilizadores do espaço (avaliar parcerias associativas)
      - Associado às Comemorações do Dia da Cidade
    - **Encontro de Reflexão da Teia D'Impulsos** (último trimestre de 2020)
      - Participantes: Direcção, Coordenadores de Projecto e Convidados da Direcção da Teia D'Impulsos
      - Agenda a definir
      - Objetivo: Reflexão sobre a estrutura e orgânica de funcionamento da Associação. Planeamento das actividades para 2021.

### **III. UFE Comunicação, Design e Imagem** (Coordenador UFE: Maria Nobre de Carvalho)

Definem-se as seguintes responsabilidades no âmbito desta UFE:

- **Comunicação e Relações Públicas**
- **Estratégia de Comunicação da Associação Teia D'Impulsos**
- **Design e Imagem**
- **Gestão das Plataformas de Comunicação**

Em 2020 pretende-se apostar fortemente nesta área e para isso contribuirá muito a contratação de um colaborador especificamente com estas funções.

De entre as prioridades definidas identificam-se as seguintes:

- Organização dos contactos / agilização do processo de divulgação das actividades da associação
- Newsletter Teia D'Impulsos (Trimestral) / Publicação digital da Teia
- Produção de um Stand Promocional da Teia, que possa ser montado em todas as actividades onde a Teia D'Impulsos participe ou organize, funcionando assim como um veículo de promoção da associação na sua globalidade.

#### **IV. UFE Investimento e Infraestruturas (Coordenador da UFE: Luís Matos)**

Definem-se as seguintes responsabilidades no âmbito desta UFE:

- **Gestão do Investimento e das Infraestruturas**
- **Gestão de Compras e Económico**
- **Património e Inventário**
- **Veículos**
  
- **Gestão do Espaço Raiz**
  - Definição de objectivos e prioridades para a gestão do espaço do Espaço Raiz
  - Apoio às actividades ordinárias que decorrem no Espaço Raiz e respectiva articulação entre elas e com outras actividades da associação.
  
- **Informática (Gestor de Secção: Luís Gonçalves)**

#### **V. UFE Gestão de Associados (Coordenador da UFE: Tiago Águas)**

Definem-se as seguintes responsabilidades no âmbito desta UFE:

- **Angariação e Gestão de Sócios**
- **Vantagens Associado TDI**
- **Espaço Associado**

Para além das actividades que desenvolve, o número de associados que participam activamente na orgânica da associação é um elemento chave para garantir a sustentabilidade e o sucesso da TDI a longo-prazo.

Pretende-se desencadear ao longo do ano iniciativas que convidem mais indivíduos a juntarem-se à Teia, nomeadamente:

- Disponibilização nas actividades públicas da TDI de informação acerca da associação, bem como de fichas de inscrição como associado.
- Criar condições favoráveis para associados da TDI nas actividades realizadas pela associação, bem como em parcerias em actividades que sejam efectuadas com outras entidades.

- Criação de parcerias com vantagens para associados, nomeadamente no sector do comércio e dos serviços.
- Criação e distribuição do Cartão de Associado da TDI, que identifica os associados e permite o acesso às vantagens de associado.
- Incentivo e apoio para os associados da TDI desenvolvam projectos no âmbito do Espaço Associado, que possam ser uma mais-valia para o desenvolvimento da associação.



## **B. Unidades Funcionais de Projecto**

### **I. UFP Social (Coordenador da UFP: Luís Brito)**

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

- **Vela Solidária (vertente social)**, projeto e plano de atividades geral encontra-se descrito na UFP Desportiva.
- **FICA I Férias Inclusiva para a Comunidade Algarvia**: O projeto **FICA- Férias Inclusivas para a Comunidade Algarvia**, da Teia D' Impulsos, procura prestar um serviço de qualidade promovendo autonomia, inclusão social, qualidade de vida e bem-estar a todos os participantes, nomeadamente às pessoas em situação de desvantagem e/ou incapacidade, em articulação ativa com as famílias, amigos, voluntários e associados.
  - Este programa, para além do valor lúdico, desportivo e cultural, tem como objetivo principal um carácter social e pedagógico, pretendendo preencher uma lacuna de organização e resposta social que se verifica na falta conceção de programas de férias especializados para as crianças e jovens com necessidades especiais.
  - Funcionamento: Férias escolares
  - Para o ano de 2020 prevê-se a continuação do projecto FICA no Concelho de Portimão e Aljezur e a implementação no Concelho de Lagos.
- **HOPE**, em 2020 pretende-se consolidar a oferta já existente para doentes oncológicos e alargar o leque de oferta e de potenciais utilizadores deste programa de apoio:
  - **HOPE I Doença Oncológica**: O HOPE surge para facilitar o acesso a um modelo de cuidados integrados ao longo das diferentes fases do processo de doença, numa óptica de responsabilidade social, fundamentada em processos de humanização e centralização de serviços.
    - As principais valências de actuação do projecto são: Serviço Social, Nutrição; Apoio Jurídico; Acções de Divulgação e Workshops; Medicinas Complementares e Alternativas; Actividades de Promoção de Bem-estar como: Exercício Clínico; Massagem, Cursos de Mindfulness, Reiki e Yoga.
    - Os beneficiários directos são os utentes portadores de doença oncológica e familiares de utentes portadores de doença oncológica.
    - Os beneficiários indirectos são os profissionais de saúde; familiares e amigos do utente portador da doença.
    - O plano de Intervenção para 2020 no projeto Hope, prevê a elaboração de parcerias com outras organizações que possam ser resposta à doença

oncológica. Colmatando as limitações de respostas existentes na comunidade.

- **HOPE I Outras Respostas Complementares**

Pretende-se no ano de 2020 alargar o âmbito de respostas do Projeto HOPE para outros problemas de saúde, nomeadamente:

- 1. Perturbações alimentares (anorexia e bulimia):** Assiste-se actualmente a um aumento da incidência das perturbações do comportamento alimentar aliada à crescente pressão exercida pelo “culto do corpo” cada vez mais presente na sociedade. A psicoterapia tem-se revelado um forte aliado no tratamento destas perturbações recorrendo frequentemente a terapias cognitivo-comportamentais. Ultimamente tem aumentado o interesse pelas terapias de 3ª geração das quais fazem parte o Mindfulness e a Acceptance and Commitment Therapy, muito em parte relacionado com a eficácia destas modalidades terapêuticas.
  - As principais valências de actuação do projecto serão: Nutrição; Acções de Divulgação e Workshops; Actividades de Promoção de Bem-estar como: Exercício Clínico, Cursos de Mindfulness.
  - Os beneficiários directos são os utentes portadores de doença e familiares de utentes portadores de doença. Os beneficiários indirectos são os profissionais de saúde; familiares e amigos do utente portador da doença
- 2. Obesidade Infantil:** A obesidade é uma doença crónica e complexa, com uma prevalência crescente em todo o mundo e considerada pela Organização Mundial de Saúde como a epidemia global do século XXI. Quando instalada a obesidade, a resolução desta situação tem de passar pela reeducação alimentar e pela prática de mais exercício físico, onde são estabelecidos objetivos (alimentares, exercício físico) adequados a cada criança/ jovem, com apoio de equipa multidisciplinar (nutricionista, psicólogo).
  - As principais valências de actuação do projecto serão: Nutrição; Acções de Divulgação e Workshops; Actividades de Promoção de Bem-estar como: Exercício Clínico, Cursos de Mindfulness.
  - Os beneficiários directos são os utentes portadores de doença e familiares de utentes portadores de doença. Os beneficiários indirectos são os profissionais de saúde; familiares e amigos do utente portador da doença

3. **Doenças Auto-imunes** : As Doenças Auto-Imunes são um conjunto vasto de doenças que podem atingir diferentes órgãos e sistemas com manifestações muito diversas onde predominam as dores articulares e a limitação funcional. A abordagem multidisciplinar destas doenças tem também claramente vantagens.
- As principais valências de actuação do projecto serão: Nutrição; Acções de Divulgação e Workshops; Actividades de Promoção de Bem-estar como: Exercício Clínico, Cursos de Mindfulness.
  - Os beneficiários directos são os utentes portadores de doença e familiares de utentes portadores de doença. Os beneficiários indirectos são os profissionais de saúde; familiares e amigos do utente portador da doença
- **À Bola para Ajudar** (parceria com o Portimonense Sporting Clube)
    - Reeditar um projecto que tem tido muito sucesso nas suas seis edições anteriores. Para o bom desenrolar desta iniciativa será imperativo o envolvimento do Portimonense Sporting Clube e da Portimonense SAD.
    - Para 2020, pretende-se para além da edição do Portimonense, promover pelo menos mais uma outra edição com um outro clube do Barlavento Algarvio
  - **Rota Solidária** (descrição englobada no projecto Rota do Petisco 2020)
  - **ECOS Oficina de Dança**: A dança é um meio de inclusão extremamente poderoso onde a comunicação é feita através do movimento corporal expressivo e das suas capacidades de comunicação não verbal, possibilitando assim a mudança da imagem social e inclusão de pessoas com deficiência na sociedade.  
Com início em Novembro de 2019, ECOS é um projeto a decorrer nas instalações (sede) da Associação Teia D'Impulsos em Portimão e será orientado por uma professora de Dança licenciada pela Escola Superior de Dança com experiência e formação em Atividade Física Adaptada, em articulação com os vários técnicos da Associação. Este projeto destina-se a todos os jovens e adultos com e sem deficiência e gosto por práticas desportivas e dança que tenha curiosidade em explorar as suas capacidades corporais.
    - O ECOS Oficina de Dança, surgiu da necessidade de se criar mais respostas que fossem ao encontro da falta de atividades de lazer que incluam portadores de deficiência.
    - Vamos portanto colocar a dança e o projeto ECOS Oficina de Dança, ao serviço da comunidade proporcionando aos jovens/adultos novas experiências e competências, consolidando as relações sociais e de entreajuda que se generalizam depois a outros contextos.

- O principal objetivo do ECOS Oficina de Dança é promover a prática de atividade de Dança inclusiva e adaptada regular junto pessoas com diferentes deficiências e características numa perspetiva de adaptação e igualdade de oportunidades, elevando a qualidade de vida e a integração social destas pessoas.
  
- **ECOS Oficina de Ginástica com Todos:** As oportunidade reais de pessoas com deficiência e/ou limitações integrarem atividades, principalmente de cariz social ainda está aquém do desejado e de forma alguma pode ser considerado satisfatório numa sociedade que se pretende justa e baseada na igualdade e equidade de direitos e oportunidades. A Associação Teia D'Impulsos, através do projecto ECOS ciente deste problema e da sua responsabilidade social, na sequência do Projecto FICA, aliou-se à Associação de Ginástica do Algarve e AAPACDM Faro e em parceria com o Portimão Dance Studio irá desenvolver em 2020 a Oficina de Ginástica com Todos.
  - Neste sentido prevê-se a criação de uma turma de ginastas do projecto ECOS, de regularidade semanal, com aulas de 1h30. Tendo como objectivo final a promoção de apresentações públicas, acrescentando elevados fatores motivacionais, de realização pessoal e de auto-estima. O processo realiza-se numa sinergia cooperativa entre pessoas com e sem limitações, ou seja, partilhando o mesmo objetivo.
  - Este é o âmbito deste projeto, criar através da ginástica uma resposta efetiva, prática e real para que pessoas com diferentes deficiências possam praticar desporto e demonstrar as suas capacidades em eventos públicos. Pretende-se com este projecto alargar a resposta a pessoas com limitações ou deficiência no concelho de Portimão e zonas limítrofes.

## **II. UFP Cultural e Recreativa (Coordenador da UFP: Nuno Vieira)**

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

- **Rota do Petisco:** Em 2020, a Rota do Petisco irá ter a sua 10ª edição e mais uma vez irá apostar em uma única edição no ano a decorrer em todo o Algarve. O projeto irá manter o seu formato geral de funcionamento. O modelo de desenvolvimento do projeto estará dependente das parcerias, patrocínios e financiamentos que se conseguirem angariar a sua implementação. Por ser uma edição comemorativa dos 10 anos de Rota do Petisco, nesta edição será novamente efectuado um esforço de fazer chegar a Rota a todos os concelhos do Algarve. A definição dos moldes do projeto já foram apresentados no documento de apresentação da Rota do Petisco 2020 que entretanto já foi divulgado pelos principais parceiros do projeto.
  - Agenda: 1 a 31 de Maio de 2020, em todo o Algarve
  - Objectivo de alargar as parcerias com outras entidades para apoiarem a divulgar localmente a Rota e potenciar a venda de passaportes.
  - Rota Solidária funcionará nos mesmos moldes habituais relativamente aos anos anteriores.
  - Outras Rotas: Mantém-se Rota dos Chefs e a Rota dos pequeninos, agora denominada de Rota dos “*Moces Pequenes*”. A novidade será a *Rota dú Petisque*, onde figurarão iguarias verdadeiramente algarvias.
  - Aposta em dinamizar mais o programa de animação da Rota, este ano com o Dia dos Municípios a ser o destaque.
  - De forma a possibilitar a sustentabilidade do projeto pretende-se ainda envolver outras entidades privadas como patrocinadores da Rota do Petisco.
  
- **10 anos de Rota do Petisco em Portimão:** Estão previstas uma série de iniciativas para assinalar os 10 anos de Rota do Petisco em Portimão, estando as comemorações centradas no mês de Setembro de 2020:
  - Rota dos Clássicos 10 anos depois: Pequena Rota em Portimão que recorda a primeira Rota. Serão convidados a participar nesta Rota especial apenas os estabelecimentos de Portimão que entraram nas primeiras edições da Rota do Petisco. Decorrerá de 18 a 27 de Setembro, 10 dias para celebrar os 10 anos de Rota do Petisco que nasceu em Portimão.
  
  - Festa dos 10 anos da Rota: Gala comemorativa dos 10 anos da Rota do Petisco, a realizar no dia 18 de Setembro de 2020, onde se recordará a história deste evento e será sublinhado o impacto social que a Rota do Petisco tem tido para a região. Será também a altura para homenagear todos aqueles que foram fundamentais para o arranque deste projecto e os estabelecimentos que participaram sempre nesta iniciativa.

- Livro de divulgação dos 10 anos da Rota. Será uma publicação para divulgar a Rota, mas também para promover a Gastronomia Algarvia e a nossa cultura. O livro será lançado na Gala comemorativa dos 10 anos da Rota do Petisco.
- Exposição comemorativa dos 10 anos da Rota: A inaugurar durante o mês de Setembro. Propor que seja exposta pela primeira vez no Museu de Portimão e que depois seja itinerante por todo o Algarve.

- **O Algarve num Copo**

Depois de uma edição em 2018 itinerante pelos estabelecimentos comerciais aderentes, pretende-se em 2020 dar uma nova roupagem ao projeto, passando a tomar a forma de um festival e aberto não apenas ao vinho do Algarve, mas também a outras bebidas que sejam de produção algarvia. Será assim um evento de promoção de produtos do Algarve, acompanhado por um programa de animação apelativo.

- 3 a 5 de Setembro | Festival com 3 dias de duração
  - Local: Jardim 1º de Dezembro (a confirmar), horário de funcionamento entre as 18h e a 1h.
  - Parceria com os Vinhos do Algarve e com outras entidades produtoras / promotoras de produtos regionais do Algarve.
  - Para além da bebida, haver a possibilidade de mostra também da gastronomia do Algarve.
  - Construção de um programa de animação para acompanhar a gastronomia.
- **Mercados de Verão:** Em 2020, pretende-se dinamizar tanto o Lota Cool Market, como o Alvor Fixe Market como um único projeto global, de forma a facilitar a organização e a mobilização dos participantes. Desta forma, o desafio é que os eventos decorram em fins-de-semana consecutivos.

- **Lota Cool Market**

- Agenda: 23 a 26 de Julho | 4 dias de Mercado
- Repetir funcionamento geral da edição de 2019, mantendo o horário (18h à 01h)
- Pretende-se que a 6ª edição do Lota Cool Market, Mercado de Novo Artesanato, Design & Produtos Gourmet de produção nacional, traga novamente à Zona Ribeirinha de Portimão e Antiga Lota projetos de criativos nacionais e inovadores, revelando novas tendências e produtos originais
- É objectivo em 2020 testar uma nova organização do espaço de forma a dar mais dinâmica ao evento, mais voltado para o Rio e a envolver mais os transeuntes que circulam na Zona Ribeirinha.

- Esta edição também terá um tema específico, mas os ingredientes serão os mesmos, de forma a cultivar a liberdade, bem-estar, imaginação, transparência, desejo, emoção e descontração.
- Para complementar este ambiente, a organização aposta num cartaz musical com grupos e bandas preferencialmente locais.
  
- **“Alvor Fixe Market”**
  - Agenda: 30 de Julho a 01 de Agosto | 3 dias de Mercado
  - A realizar novamente na Zona Ribeirinha de Alvor, ainda a definir exactamente em que área da Zona Ribeirinha.
  - As linhas gerais de funcionamento estão na sequência do funcionamento do Lota Cool Market, embora com uma aposta maior nas comidas & bebidas e menos no artesanato. Em relação aos vendedores não existe uma escolha tão exigente como no Lota Cool Market, podendo a oferta ser mais diversificada.
  - Os suportes da venda (bancas, mesas, stand, balcões, ou outros) deverão ser da responsabilidade do participante
  - A organização estará mais uma vez dependente do apoio logístico e financeiro da Junta de Freguesia de Alvor.
  
- **Promoção do Património Imaterial do Algarve: FOrA**
  - Preparação do projeto Festival da Oralidade do Algarve (FOrA) ao longo do ano de 2020 para execução em 2021
    - Criação de grupo de trabalho
    - Ponderar uma mudança de formato - contactar autarquias, juntas, organizações e associações que assumam a realização de iniciativas; estender no tempo o FOrA (por exemplo, durante 1-2 meses), com actividades nos fins-de-semana, um pouco por todo o Algarve.
  
- **NUCA**

O NUCA visa a divulgação e sensibilização para o poder de uma história bem contada. O seu objectivo é criar um espaço de convergência e diálogo entre contadores profissionais e não profissionais em prol da delineação de projectos e estratégias para a promoção da arte de contar em quatro vertentes essenciais: a criação de pontes entre contadores, potenciais públicos e organismos mediadores (municípios, empresas, associações, espaços culturais, etc.); a divulgação do trabalho desenvolvido; promoção de oportunidades de formação e organização de eventos. Pretende-se ao longo do ano de 2020 continuar a possibilitar estes encontros.

  - Na sequência da actividade do NUCA, desenvolvem-se outros projetos como as “Desfiadoras” ou os “7 Ventos” que em 2018 e em 2019 integraram a



programação do DIVAM e que se pretende que em 2020 possam voltar a ser novamente apresentados ao público.

- **“Contos por Aí”**: Objetivos: Levar a narração oral para o espaço público e para o quotidiano. Um projecto de continuidade que pretende promover o resgate desta tradição, adaptando-a ao momento presente e à realidade multicultural Algarvia.
  - **Dinamizadores**: Ana Machado e Isabel Jordão (NUCA)
  - **Descrição**: Sessões de contos semanais durante 8 semanas, a decorrer ao Sábado á tarde ou Domingo de manhã, conforme a frequência habitual do espaço. Elenco composto por 2 contadores e 1 músico. Cada sessão com a duração de 1 hora. Para a totalidade das sessões haverá 6 contadores portugueses, 2 deles ingleses, e 4 músicos. Em Alvor e na Ponta da Bandeira, a equipa será composta por um contador de língua portuguesa e outro de língua inglesa.
  - **Agenda**: 8 fins-de-semana em Abril e Maio (ajustável)



### **III. UFP Desportiva (Coordenador da UFP: Luís Brito)**

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

- **Vela Solidária**
  - Pretende-se alcançar anualmente, 3 grupos/instituições para a deficiência, promovendo 40 atividades de Vela;
  - Pretende-se alcançar, anualmente, 3 instituições de crianças e jovens em risco e/ou exclusão social, promovendo 40 atividades de Vela;
  
- **Escola de Vela Adaptada:** Para o Ano 2020 pretende-se manter a gestão da Escola de Vela Adaptada a cargos dos velejadores que usufruem destas actividades, sob a coordenação do Guilherme Ribeiro. O plano de actividades será composto com treinos semanais e com acções de promoção da vela adaptada junto de pessoas com deficiência.

As provas Nacionais e Internacionais a participar são as seguintes:

- 1ª Prova de Apuramento Nacional

Organização: late Clube de Portimão / Vela Solidária

Local: Albufeira

Datas: Mês de Março em datas a definir

- Campeonato de Portugal

Organização: Federação Portuguesa de Vela

Local: Porto de Leixões

Datas: 28 de Março a 1 de Abril

- 2ª Prova de Apuramento Nacional

Organização: Clube Náutico de Almada

Local: Almada

Datas: Mês de Abril em datas a definir

- Campeonato Nacional

Organização: Sporting Clube de Aveiro - Academia de Vela

Local: Aveiro

- Campeonato do Mundo – Para WorldSailing

Organização: WorldSailing

Local: Los Angeles Yacht Club

Datas: 15 a 22 de Outubro

No ano de 2020 pretendemos mais uma vez levar o nome Vela Solidária além-fronteiras com o objectivo de participarmos na prova mais importante da vela adaptada, o Campeonato do Mundo Classe Hasa, a realizar em Los Angeles, USA. Face à distância, o orçamento para esta participação exigirá a procura de patrocínios que suportem parte e/ou a totalidade da despesa afeta a esta prova.

Este será um ano de grande investimento em equipamentos e consequentemente de busca de parceiros e patrocínios que suportem parte deste investimento em estrutura e logística.

- **Impulsos a Caminho:** Projeto de promoção da atividade física através de organização de passeios pedestres / caminhadas para grupos de associados da TDI. Trata-se de um projeto sem objectivo competitivo, mas apenas de promoção de hábitos mais saudáveis através da prática de caminhada.

#### **IV. UFP Formação (Coordenador da UFP: Tiago Águas)**

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

- **Programa de Formação Interno da TDI**, pretende-se em 2020 começar a definir um Plano de Formação Interno especialmente dirigido aos colaboradores da TDI, mas também aberto à participação de outros elementos activos na dinâmica da associação.

- **Gestão e desenvolvimento do Centro de Formação e Desenvolvimento - ForT**

Um dos cerne de especial interesse da Teia D'Impulsos é a promoção e desenvolvimento de projectos de formação, dando resposta a necessidades formativas identificadas em grande parte dos projectos desenvolvidos pela associação.

Identificam-se por exemplo necessidades de formação nas áreas do Empreendedorismo, Gestão Empresarial, Organização e Gestão de Projectos [Centro de Empreendedorismo e Inovação Social] | Cidadania, Associativismo, Voluntariado, Organização e Gestão de Projectos, Dirigismo [CAIC] | Gestão Desportiva, Formação de Treinadores, Desporto Adaptado [Vela Solidária] e “Saber mais para viver melhor”.

Justifica-se assim a criação dentro do organograma funcional da Teia D'Impulsos duma estrutura / projecto transversal, que coordene, dinamize e certifique as actividades formativas desenvolvidas, o **ForT**.

O **ForT** desenvolverá o seu processo de promoção e desenvolvimento em Plano Estratégico de Implementação a apresentar.

- **Parcerias de Formação: IEFP, Empresas de Formação e Escolas;**
- **ForTalks**
  - Palestras / Talks por oradores de áreas diversas a serem realizadas periodicamente no Espaço Raiz. Realizar 4 ao longo de 2020
    - Temas a definir, mas privilegiar as áreas do empreendedorismo, sector social, divulgação cultural e do património, desporto e ambiente.
- **Workshops “Vida Prática”**

Pretende-se ao longo de 2020 a promoção de workshops e formações de curta duração. Pretende-se dedicar workshops a um tema base que será a Vida Prática, tema este que será depois dividido em diversos subtemas a cada um dos quais se pretende dedicar um workshop com 4 horas. Pretende-se que estes workshops sejam transgeracionais de modo a promover a ligação e o convívio entre gerações de modo a ocorrer a partilha de conhecimentos e experiências.

Periodicidade: 1 por trimestre.

Sub-temas:

- Aquariofilia;
- A Arte do Bonsai;
- Orquidofilia;
- A Arte do Origami;
- Cozinha saudável.

- **Promoção da Saúde – Curso curto**

- Curso curto para a promoção da saúde e dos estilos de vida saudáveis.
- Módulos a incorporar: nutrição, atividade física, entre outros;
- Duração entre 8 horas;
- Apostar na divulgação local, classes de atividade física da CMP, Centro de Saúde de Portimão;

- **Inspiring Career Camp**

Tem o objetivo de ajudar os jovens a tomarem decisões mais conscientes sobre o seu futuro profissional e sobre a sua vida. São duas semanas de formação em soft skills e estágios em empresas onde o jovem poderá experimentar várias profissões e conhecer diferentes ambientes de trabalho para estar mais capacitado a escolher a sua futura carreira.

- **Cursos na área do dirigismo associativo**

Servem estes cursos para capacitar dirigentes e intervenientes associativos de modo a melhorar processos dentro das organizações associativas com vista à promoção do associativismo junto das comunidades locais. Estes cursos serão desenvolvidos durante todo o ano de 2020.

- **Curso de Organização de Eventos Desportivos**

Tendo em conta o know-how que a Teia D'Impulsos possui acerca desta matéria, é objetivo para o ano de 2020 promover um curso de organização de eventos desportivos no qual possam participar outras associações e clubes e também o público em geral. Curso a desenvolver no segundo semestre de 2020.

- **Bolsa de Formadores**

Desenvolvimento de uma bolsa de formadores.

## **V. UFP Educacional, Científica e Inovação** (Coordenador da UFP: Ricardo Louro)

No âmbito desta UFP, definem-se as seguintes áreas de intervenção.

- **Projetos Inovadores**
- **Desenvolvimento de Atividade Científica de âmbito social**
- **Projetos na Área da Educação**

Para o ano de 2020 pretende-se participar no **MARÇO JOVEM** com um projeto de promoção da educação para a cidadania e associativismo

**Destinatários:** População juvenil do ensino secundário:

- Escola Básica e Secundária da Bemposta (**Escola A**)
- Escola Secundária Manuel Teixeira Gomes (**Escola B**)
- Escola Secundária Poeta António Aleixo (**Escola C**)
- Profissionais Gil Eanes (CLCC) (**Escola D**)

### **Objetivos**

- Proporcionar, aos jovens, momentos de reflexão/discussão sobre associativismo
- Incentivar o espírito empreendedor associativo
- Criar dinâmicas de ação
- Ativar os apoios para os jovens implementarem os seus projetos associativos

### **Descrição projeto:**

- 1ª fase – Um workshop para desenvolvimento de ideia/projeto em cada escola (8h?)
  - Momento storytelling/testemunho da temática, para inspiração – O que é o associativismo
  - Dinâmicas para criação e estruturação das ideias/projetos a apresentar
- 2ª fase – Momento Teia D'Ideias:
  - “Partilha as tuas ideias” – apresentação das ideias/projetos de cada escola
  - “Que ferramentas para os jovens empreenderem” - Apresentação do Conselho Municipal da Juventude
  - “Do planeamento à ação – Que padrinhos?” - Debate catalisador para implementação das ideias apresentadas

## **VI. UFP Cidadania Ativa e Intervenção Cívica (CAIC) (Coordenador da UFP:**

Nuno Vieira)

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

- **Jornadas do Arade e Teia D'Ideias**

Em 2020 o objetivo é construir um programa monotemático de discussão de um grande tema ao longo do ano, sempre prioritariamente com uma visão mais local e regional. Embora ainda careça de confirmação, o tema previsto será a Ecologia e a Promoção do Património Natural do Algarve. O enfoque principal estar nos 4 concelhos da bacia do Arade. O tema estará em discussão ao longo do ano em vários episódios do Teia D'Ideias e culminará com uma edição das Jornadas do Arade no final do ano. De forma a potenciar o projeto e as conclusões que forem retiradas, pretende-se envolver novamente de forma mais activa a comunicação social no projeto (rádio e jornal oficial) e no final do ano preparar uma publicação que será uma súpula do que foi abordado.

- **TEIA D'IDEIAS**

- Em 2020 decorrerá a 6ª Série do Teia D'Ideias. Pretende-se realizar cerca de 6 edições, a agendar ainda.
- O formato será diferente do habitual, mais curto, apenas com a presença geralmente de apenas 2 convidados. No início cada convidado terá espaço para fazer uma comunicação de 15 – 20 minutos com suporte audio-visual, seguido depois de uma discussão com a participação do público.
- Em relação ao local, este será rotativo por diferentes locais dos 4 concelhos da bacia do Arade.

○ **Jornadas do Arade**

- Em 2020 propõe-se a realização da 4ª edição das Jornadas do Arade, este ano pela primeira vez monotemáticas, e como habitualmente focadas nos 4 municípios da Bacia do Arade. Os cidadãos de Portimão, Lagoa, Silves e Monchique serão convidados a ouvir e partilharam os seus pontos de vista com os vários oradores que passarem pela mesa das Jornadas do Arade.
- Está também novamente prevista a possibilidade de participação com comunicações livres sobre a forma de comunicações orais.
- Agenda: 14 e 15 de Novembro
  - 14/11: Jornadas do Arade propriamente ditas, com as várias mesas de discussão ao longo do dia.
  - 15/11: Passeio / Iniciativa cultural
  - Local: A definir, será lançado o desafio aos municípios para ver quem pretende acolher as Jornadas e financiar a sua realização.

● **Promoção do Associativismo e Promoção da Cidadania Activa**

A Teia D'Impulsos pretende durante o ano de 2020 participar e dinamizar iniciativas de promoção do associativismo e da participação activa da comunidade. A ponderar, caso haja interesse de outras entidades, em voltar a realizar a Feira do Associativismo de Portimão.

## **VII. UFP Dinamização do Espaço Raiz (Coordenador da UFP: Luís Matos)**

No âmbito desta UFP, definem-se os seguintes projetos que se encontram planeados para o ano de 2020:

● **Gestão das Atividades Ordinárias do Espaço Raiz**

- Apoio às actividades ordinárias que decorrem no Espaço Raiz: Yoga, Meditação e Relaxamento para Crianças, TIPO (teatro infantil de Portimão), Ballet infantil, Pilates, Apoio ao Estudo, Treino Funcional, Workshops e Acções de Formação.
- Definição do calendário de actividades e promoção do crescimento da oferta disponível.
- Gestão e coordenação das diversas actividades da Teia que são dinamizadas no próprio Espaço Raiz: Aniversário do Espaço Raiz, Fortalks, Contos da Teia, Hope, etc.

● **Mercado da Bagageira Livre**

- 25 de Abril
- Repetir funcionamento geral da edição de 2019

- Destina-se à venda de produtos de áreas variadas (novos, vintage, 2ª mão)
- Os suportes da venda deverão ser automóveis ligeiros ou no caso das bancas, mesas, stand, ou outros, deverão ser da responsabilidade do participante
- Cada expositor é responsável pelo cumprimento das normas e leis inerentes à comercialização dos seus produtos
- O evento conta ainda com animação própria
- **Mercado da Bagageira Edição de Natal – "Natal com sabor"**
  - Inserido nas comemorações do Espaço Raiz em Dezembro pretende-se realizar uma feira de Natal com o objetivo de promover os produtos regionais, os seus produtores e comerciantes. Será ainda associado um programa de cantares de Natal pelos grupos de cantares da região do Algarve.
- **Arraiais de Verão**
- **Outras Actividades a realizar durante o ano de 2020 para dinamização do Espaço Raiz**