



Plano de Atividades - 2023



APQV

ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA
DA QUALIDADE
DE VIDA




Índice

1. Nota Introdutória	3
2. Órgãos Sociais	5
3. Objetivos Medidas de atuação	6
4. Atividades a desenvolver	8
5. Recursos Humanos a afetar	10
6. Recursos Materiais e patrimoniais afetos	11
7. Recursos Financeiros	12
8. Outros elementos relevantes	13
9. Orçamento para atividades 2023	14

1. Nota Introdutória

O Plano de Atividades é um instrumento de gestão, enquadrado no Sistema Integrado de Gestão e Avaliação do Desempenho na Administração Pública (SIADAP), estabelecido na Lei nº 66-B/2007, de 28 de dezembro, e norteado pelas orientações expressas no decreto-Lei nº 183/96, de 27 de setembro. No plano de atividades podemos encontrar as principais metas a atingir pelas diversas unidades orgânicas, bem como a prossecução dos respetivos projetos/atividades a desenvolver, tendo os objetivos estratégicos superiormente fixados, tendo o documento, em apreço, sido elaborado de forma participada, visando estimular uma maior motivação, empenho e corresponsabilização de todos na sua execução.

O presente Plano de Atividades tem por base os objetivos da agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, documento formalmente adotado por 193 países (inclusive Portugal), na Cimeira de Chefes de Estado e de Governo da ONU, realizada em Nova Iorque, entre 25 e 27 setembro de 2015. Pensando num futuro a curto prazo, a APQV foca o seu plano de atividades atendendo aos objetivos 4, 5, 8 e 10 da agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, na perspetiva de:

- Assegurar uma educação de qualidade, inclusiva e equitativa, e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos;
- Alcançar a igualdade de género e empoderar todas as mulheres e meninas;
- Promover o crescimento económico de forma sustentada, inclusiva e sustentável, emprego pleno e produtivo e trabalho decente para todos;
- Reduzir a desigualdade entre os indivíduos.

A promoção da qualidade de vida e da igualdade de género e de oportunidades são temas de extrema importância na agenda política atual. Acreditamos que é fundamental a colaboração de todos os setores da sociedade para o avanço nessas áreas.

Como associação, temos o compromisso de contribuir para a construção de um mundo mais justo e igualitário, onde todas as pessoas tenham as mesmas



APQV

oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional, independentemente do seu género ou origem.

Por isso, estamos empenhados em incluir no nosso plano de atividades iniciativas que visem a promoção da igualdade de género e de oportunidades, bem como a sensibilização para a importância destas questões. Pretendemos ainda estabelecer parcerias com outras organizações e entidades que partilhem da mesma visão, para que juntos possamos contribuir para um mundo mais justo e igualitário.

Deste modo, o presente Plano de Atividades para 2023 representa uma referência no desenvolvimento otimizado de todos os recursos e atividades, e traduz o compromisso generalizado de continuar a defender a excelência da Qualidade de Vida dos Portugueses, em cumprimento da sua missão.

2. Órgãos Sociais

Órgãos sociais (2022 – 2027)

Direção:

Presidente: José Manuel Barbosa Teixeira
Vice-Presidente: Sérgio Casimiro da Costa Queirós
Tesoureiro: Romeu Miguel Sousa de Oliveira
Secretária: Daniela Maria Teixeira de Magalhães
Vogal: Maria de Fátima Almeida da Silva
Vogal: Nina Alexandra Pinto David
Vogal Suplente: Elsa Rute Fernandes Teigão
Vogal Suplente: Márcia Andreia Queirós Nogueira
Vogal Suplente: Egas Manuel Sanfias Moura

Assembleia Geral:

Presidente: João Manuel Ferreira Gaspar
1º Secretário: Fábio Renato Lopes Macieira
2º Secretário: Alexandre João dos Santos Quinteiro
Vogal: Célia Maria Teixeira Vieira
Vogal: Ricardo Jorge Pereira Gonçalves
Vogal: Paula Maria Cunha Figueiras dos Reis de Oliveira Carqueja
Vogal Suplente: Júlio Manuel Peixoto Pinto
Vogal Suplente: Daniela Patrícia Sousa Coelho
Vogal Suplente: Hugo Miguel Moreira Aleixo

Conselho fiscal:

Presidente: Alberto Sérgio Pinto David
Vice-Presidente: Hélder Augusto Félix da Rocha
Secretária: Ana Fernanda Medeiros Ribeiro Rodrigues
Vogal: Rosa Maria de Almeida Rodrigues
Vogal: Ana Paula Teixeira Santos
Vogal: Sandra Patrícia Gomes da Silva



Vogal Suplente: José Eduardo Teixeira Lopes

Vogal Suplente: Hélder Teixeira de Sousa

Vogal Suplente: Fernando Miguel Costa Aires Faria

3. Objetivos | Medidas de atuação

O plano de ação possibilita a justificação da pertinência de determinada ação no quadro dos objetivos definidos, e discrimina as atividades e tarefas, dentro das mesmas menciona os destinatários, recursos humanos e financeiros, a ser implementado de acordo com o cronograma.

EIXOS DE INTERVENÇÃO / MEDIDA
Eixo 1: Formação
Objetivo geral: Melhoria da qualidade de vida das pessoas
Objetivos específicos: ✓ Promover um maior conhecimento acerca das temáticas da Qualidade de Vida; ✓ Promover formação destinada a populações em situação de maior vulnerabilidade
Eixo 2: Igualdade e oportunidades
Objetivo geral: Melhoria da qualidade de vida das pessoas
Objetivos específicos: ✓ Promover a igualdade de género; ✓ Sensibilizar para a promoção da Igualdade de Género ✓ Combater o isolamento social da pessoa vulnerável; ✓ Promover a melhoria da qualidade de vida da população em risco de exclusão e vulnerabilidade; ✓ Criar e desenvolver projetos.



Eixo 3: Apoio e trabalho em rede

Objetivo geral: Melhoria da qualidade de vida das pessoas

Objetivos específicos:

- ✓ Dispor consultadoria e apoio às organizações;
- ✓ Apoio social;
- ✓ Promoção de estratégias em rede com vista a melhoria da qualidade de vida das pessoas;
- ✓ Aumentar a participação com os CLAS de Felgueiras, Amarante e Lousada.

4. Atividades a desenvolver

Atividade	Objetivos	Destinatários	Cronograma (Mês/Dia)											
			Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.	Jul.	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.
Eixo 1	Desenvolvimento de projetos, da APQV – Associação Portuguesa da Qualidade de Vida	Promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal, através do desenvolvimento de ações de capacitação com vista a formação de populações com baixas qualificações e em risco de exclusão social	População em geral											
	Revista Científica	Informar a população geral sobre a Qualidade de Vida, através de estudos científicos.	Docentes, comunidade científica e comunidade em geral											

Atividade	Objetivo	Destinatários	Cronograma (Mês/Dia)											
			Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.	Jul.	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.
Eixo 2	Desenvolvimento de projetos, da APQV – Associação Portuguesa da Qualidade de Vida	Diminuir o risco de exclusão/marginalização da população vulnerável e consequentemente promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal	População em geral											
	Seminário "Violência doméstica/violência no namoro".	Sensibilizar para as questões da violência doméstica; Prevenir situações de violência no namoro.	Jovens											
	Seminário com a temática: AVC.	Alertar os sinais do AVC; Sensibilizar para a sua prevenção.	População em Geral											

Atividade	Objetivo	Destinatários	Cronograma (Mês/Dia)											
			Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.	Jul.	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.
Programa Nacional de Microcrédito.	Estimular a criação de emprego e o empreendedorismo.	População em geral												
Reuniões com as entidades envolvidas.	Negociar novos protocolos e renegociar os existentes.	Associados e parceiros												
Newsletter trimestral; Publicitar e divulgar as atividades no site da associação.	Dar a conhecer a vantagens dos associados; Fidelizar os sócios; Trazer mais sócios para Associação.	População em geral												
Desenvolvimento de projetos, do ONQV – Associação Observatório Nacional da Qualidade de Vida,	Promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal.	População em geral												

5. Recursos Humanos a afetar

No âmbito da execução do plano de ação a APQV tem uma equipa técnica afeta e multidisciplinar, com experiência nas temáticas e áreas de intervenção que se propõe atuar, nomeadamente:

- ◆ **1 Responsável Financeiro / TOC:** Profissional licenciado em Contabilidade, inscrito na OCC (Ordem dos Contabilistas Certificados), em regime de prestação de serviços através de Projetos financiados pelo FSE – Fundo Social Europeu.
- ◆ **2 Técnicas Superiores:** Responsáveis pela política dos projetos, pelo planeamento, execução, acompanhamento, controlo e avaliação do plano de atividades; Responsáveis pela gestão dos recursos humanos afetos aos projetos; Responsáveis por assegurar a realização da revisão às atividades; responsáveis pelo planeamento, pelo diagnóstico e pela articulação com outros recursos humanos.

Todos estes recursos têm uma importância muito relevante na associação, contudo acreditamos que associação é muito mais pelo seu conjunto de sócios e voluntários.

Devido à diversidade e abrangência dos projetos e atividades, a APQV apresenta equipas voluntárias de coordenação Nacional, Norte, Centro e Sul, sendo que um dos elementos de cada equipa tem o papel de coordenar, gerir e motivar a sua equipa, na sugestão e desenvolvimento de atividades na respetiva zona.

6. Recursos Materiais e patrimoniais afetos

A APQV abrange todo o território nacional e tem sede no concelho de Felgueiras e Filiais em Braga, Tabuaço e Évora, dispondo em cada uma delas de equipamentos e material de escritório. Atendendo aos projetos formativos, a APQV apresenta salas de formação, que cumprem as condições estipuladas na Portaria 851/2010 de 6 de setembro que regula a certificação de entidades formadoras.

Para além destes, a APQV dispõe de outros recursos disponibilizados mediante os protocolos estabelecidos com entidades públicas e privadas, que abrangem todo o território nacional.

7. Recursos Financeiros

Sendo a APQV uma associação sem fins lucrativos, apresenta um conjunto de estratégias para dinamizar de forma sustentável a associação, recorrendo deste modo a apoios de financiamento, através de candidaturas a projetos financiados por diferentes entidades. A obtenção de receitas passa essencialmente pelo desenvolvimento de atividades de cariz social cujo objetivo é o apoio solidário, a populações que se encontrem em situações de vulnerabilidade. De forma a manter a sustentabilidade da associação, a mesma apresenta um grupo de associados individuais e coletivos que restituem uma cota anual.

8. Outros elementos relevantes

A realização de projetos em comum com outras entidades, locais ou privadas, de forma a aproveitar sinergias produtivas existentes é também um dos objetivos de atuação da APQV.

A nossa associação entende que a criação de parcerias com entidades que possam ser importantes ao desenvolvimento das suas ações, é sem dúvida uma mais-valia para a prossecução dos seus objetivos. Assim, adotou como estratégia a criação de protocolos com várias entidades dos concelhos de Amarante, Felgueiras, Braga, Coimbra, Vila Real, Guimarães, Penafiel, Paredes, Matosinhos, Tabuaço, Peso da Régua, Alfândega da Fé, Reguengos de Monsaraz, Alandroal, Mourão, Matosinhos e concelhos limítrofes, que visem a promoção de ambas as entidades, a colaboração e promoção de eventos e atividades conjuntas, e a dinamização de respostas sociais, que permitam contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população residente, bem como criar valor e contribuir para uma sociedade verdadeiramente promotora da igualdade de oportunidades.





9. Orçamento para atividades 2023

Eixo 1 Formação

Atividade 1. Desenvolvimento de projetos, da APQV – Associação Portuguesa da Qualidade de Vida

Objetivo: Promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal, através do desenvolvimento de ações de capacitação com vista a formação de populações com baixas qualificações e em risco de exclusão social

Orçamento: Candidaturas a Financiamentos Públicos

Atividade 2. Revista Científica

Objetivo: Informar a população geral sobre a Qualidade de Vida, através de estudos científicos.

Orçamento: Doações e Donativos

Eixo 2 Igualdade e oportunidades

Atividade 1. Desenvolvimento de projetos, da APQV – Associação Portuguesa da Qualidade de Vida

Objetivo: Diminuir o risco de exclusão/marginalização da população vulnerável e consequentemente promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal.

Orçamento: Candidaturas a Financiamentos Públicos

Atividade 2. Seminário “Violência doméstica/violência no namoro”.

Objetivo: Sensibilizar para as questões da violência doméstica; prevenir situações de violência no namoro

Orçamento: Doações e Donativos

Atividade 3. Seminário com a temática: AVC.

Objetivo: Alertar os sinais do AVC; Sensibilizar para a sua prevenção.

Orçamento: Doações e Donativos



Eixo 3 Apoio e trabalho em rede

Atividade 1. Programa Nacional de Microcrédito

Objetivo: Estimular a criação de emprego e o empreendedorismo

Orçamento: 480,43€/projeto

Atividade 2. Reuniões com as entidades envolvidas.

Objetivo: Negociar novos protocolos e renegociar os existentes

Orçamento: Doações e Donativos

Atividade 3. Newsletter trimestral; publicitar e divulgar as atividades no site da associação.

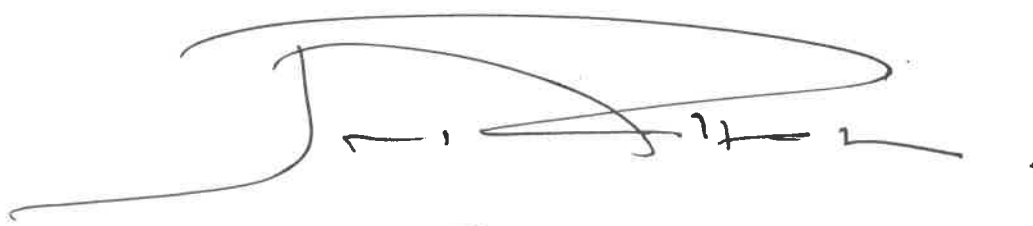
Objetivo: Dar a conhecer a vantagens dos associados; fidelizar os sócios; trazer mais sócios para Associação.

Orçamento: Doações e Donativos

Atividade 4. Desenvolvimento de projetos do ONQV – Associação Observatório Nacional da Qualidade de Vida.

Objetivo: Promover mudança e melhoria da Qualidade de Vida em Portugal.

Orçamento: Doações, Donativos e Financiamentos Públicos.



Romão Oliveira



