



Plano de Atividades 2019

Aventura Social – Associação

**Instituição Particular de Solidariedade Social
(IPSS)**

Lisboa, 30 de novembro de 2018

Índice

1. Introdução.....	1
2. Previsões da Direção	1
3. Identificação da Instituição e da Resposta Social	2
4. Serviços	3
4.1. Gabinete de Apoio Psicológico e Promoção da Saúde (GAPPS).....	3
4.2. Formação Supervisão e Consultoria	3
4.3. Investigação	3
4.4. Atividades férias escolares.....	4
4.5. Programas	4
4.5.1 Programas de Promoção de Competências	4
5. Constituição dos Órgãos Sociais	6
6. Área de Intervenção Geográfica.....	7
7. Recursos Humanos da Instituição	8
8. Parcerias	8
9. Plano Anual de Atividades.....	9
9.1. Atividades	9
9.2. Formações	10
9.3. Eventos.....	10
9.4. Projetos a decorrer	11
a) GAPPS Pontinha - Gabinete de Aconselhamento Psicológico e Promoção de Saúde da Pontinha	11
b) Aventura Social Intercultural – E6G.....	11
c) Capacitar	12
d) Projeto SER+	13
e) Plano de Promoção de Competências Pessoais e Sociais - Colégio Maria Pia	13
f) Aventura Artemoção em Cascais.....	14
10. Divulgação da Associação.....	14
11. Sustentabilidade da Associação.....	15

1. Introdução

O Plano de Atividades apresentado tem como principal finalidade a definição de objetivos, estabelecimento de metas, descrição de formas de organização e planeamento de atividades a realizar no decorrer do ano civil de 2019.

A Aventura Social – Associação encontra-se atualmente a intervir em três áreas geográficas: na cidade de Lisboa, mais especificamente na Freguesia de Marvila através da realização de um Projeto de Intervenção na Comunidade; no município de Odivelas, na União de Freguesias de Pontinha-Famões e ainda no município de Sintra, na união de freguesias de Massamá e Monte Abraão.

A equipa multidisciplinar desenvolve um trabalho que assenta na promoção de saúde e qualidade de vida dos utentes e população de entidades parceiras, através do desenvolvimento de projetos de intervenção específicos para cada necessidade encontrada. Assim como também na intervenção na doença através do trabalho desenvolvido no contexto de clínica privada sob forma de consultas de psicologia clínica.

No que diz respeito à população- alvo, esta pode abranger as várias faixas etárias e classes socioeconómicas, através do desenvolvimento de ações que potenciem a autonomia e as capacidades de cada utente, estimulando e promovendo hábitos e práticas de saúde no seu dia-a-dia.

No presente documento, são descritas as atividades que já se encontram planificadas para o ano de 2019 sendo que a todo o momento é possível que ocorram alterações à planificação apontada inicialmente pelos mais diversos fatores que possam surgir.

2. Previsões da Direção

Para o ano de 2019 a direção prevê um desenvolvimento da associação. Tal como no decorrer no ano de 2018, irá dar-se continuidade ao esforço para o alargamento dos serviços de forma a abranger mais freguesias, com um investimento por parte da equipa na oferta de respostas para a população e no aumento do número de parcerias estabelecidas.

Na área geográfica de Lisboa pretende-se dar continuidade ao desenvolvimento dos projetos que estão a decorrer, assim como a realização de novas candidaturas a financiamentos para esta zona geográfica.

Como tem vindo a ser prática da associação, pretende-se também dar continuidade ao estabelecimento de protocolos e de parcerias com as mais diversas entidades do sector público e privado. Pretende-se ainda a ativação dos protocolos até à data estabelecidos com outras entidades com o intuito de melhor aproveitar os recursos disponíveis nas entidades.

Sempre com o intuito de abranger o maior número de população possível, tentando colmatar as suas necessidades, a direção irá também apostar na formação e qualificação dos seus profissionais, uma mais-valia para a qualidade dos serviços prestados à comunidade.

A direção prevê várias candidaturas a financiamentos, como por exemplo: RAAML e BipZip da Câmara Municipal de Lisboa, Programa Escolhas E7G, entre outros, que caso sejam aprovadas virão alterar a planificação inicial das atividades.

3. Identificação da Instituição e da Resposta Social

Designação: Aventura Social – Associação

Morada sede: Rua da Penha de França, nº 123, 3º esq. 1170-302- Lisboa

Telemóvel: 963 276 649

Email: aventurasocialassociacao@gmail.com

Site: <http://www.aventurasocial-associacao.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/aventurasocialassociacao/>

Missão: A Aventura Social – Associação tem como missão a promoção da saúde integral (física, psicológica e social) e desenvolvimento saudável ao longo da vida, assente em três grandes pilares:

- 1) promoção de competências cognitivas, comportamentais, emocionais e de motivação;
- 2) promoção de suporte social através do envolvimento de famílias, comunidade e interajuda;
- 3) cidadania ativa no fomento de um maior envolvimento na comunidade e na promoção do seu bem-estar e dos que o rodeiam. Dinamização de atividades para a comunidade, abrangendo várias faixas etárias e estatuto socioeconómico.

4. Serviços

4.1. Gabinete de Apoio Psicológico e Promoção da Saúde (GAPPS)

No âmbito da promoção da saúde global da população, o GAPPS pretende ser um espaço de saúde mental, prestando serviços:

(1) Avaliação Psicológica na utilização de meios e técnicas que avaliam e descrevem o funcionamento psíquico da pessoa;

(2) Acompanhamento Psicológico com vista à melhoria da sensação de bem-estar, alívio de sintomas ou resolução de crises;

(3) Psicoterapia de Apoio no estabelecimento de um processo que permite à pessoa chegar a uma compreensão mais profunda de si;

(4) Neurodesenvolvimento e Neuroreabilitação na promoção e/ou reabilitação de competências mnésicas (memória) e cognitivas (exercício mental) em crianças com necessidades educativas especiais ou com problemas de comportamento e em seniores com declínio cognitivo;

(5) Aconselhamento Parental e Familiar com vista ao aconselhamento no contexto relacional da família, fornece estratégias e métodos facilitadores; e um espaço de saúde física na promoção de atividades desportivas.

4.2. Formação Supervisão e Consultoria

Formação - cursos, *workshops*, dinamização de *ateliers*;

Supervisão clínica - serviço de orientação a técnicos na sua prática profissional;

Consultoria - serviço de diagnóstico, apoio e intervenção a instituições/entidades.

4.3. Investigação

Prestação de serviços de investigação com vista à promoção de desenvolvimento de novos conhecimentos e de serviços de diagnóstico psicossocial em municípios e freguesias. Para conhecer os nossos trabalhos visite a nossa página *web* www.aventurasocial.com.

4.4. Atividades férias escolares

Durante o período de férias escolares realizamos diversas atividades de lazer, aventura, atividade física e cultura. As atividades podem decorrer nas instalações dos parceiros e em visitas ao exterior.

4.5. Programas

4.5.1 Programas de Promoção de Competências

CuidarCriança

No âmbito ao apoio de crianças em situação de risco psicossocial, junto das comunidades mais desfavorecidas, após identificação das situações (crianças dos 0 aos 15 anos de idade) em risco ou perigo ao nível do insucesso escolar, violência doméstica, negligência ou maus tratos, saúde mental, a equipa avalia a criança, a família, articula com a escola e com a equipa da CPCJ (se for o caso da família já ter sido sinalizada para esta entidade) e acompanha a crianças e família desenvolvendo em conjunto o projeto de reabilitação que passa pela promoção de competências parentais, competências na crianças e articulação com a escola. O que distingue a nossa intervenção é por um lado o sentido de missão e por outro a intervenção por proximidade. Cada caso tem um técnico mentor que acompanha o caso com grande proximidade. Este acompanhamento é no mínimo semanal, podendo ser diário em caso de necessidade.

FuturoJovem

Contempla jovens dos 15 aos 21 anos que se encontram em abandono escolar e sem atividade profissional. Este programa passa pelo acompanhamento e encaminhamento para soluções escolares, de formação profissional e estágios. Os jovens são identificados por entidades parceiras, pelos municípios ou juntas de freguesia, a equipa faz um diagnóstico inicial ao nível da orientação vocacional, das competências (cognitivas, comportamentais, emocionais e motivacionais) e recursos familiares de cada jovem, de seguida elabora com cada jovem um projeto de desenvolvimento pessoais e académico/formativo/profissional. O projeto individual envolve a família, e tem diversas componentes:

(1) programa de competências pessoais, emocionais e sociais em grupo durante pelo menos 1 ano;

- (2) acompanhamento durante pelo menos 1 ano por um mentor da Associação;
- (3) articulação com os centros de qualificação e ensino profissional da zona;
- (4) ensino e emprego apoiado - articulação no mínimo semanal com o estabelecimento de ensino, formação ou estágio;
- (5) desenvolvimento de atividades de ocupação de tempos livres - desporto, cultura, entre outras porque o maior risco de recaída é "não ternária para fazer" palavras dos próprios jovens;
- (6) acompanhamento psicológico ou psicopedagógico aos jovens e/ou famílias quando necessário.

Find Your Own Style

No apoio da promoção da saúde global das crianças e jovens, este programa pretende com o apoio de entidades parceiras, municípios, juntas de freguesia, escolas, a identificação de jovens com fracas competências pessoais e sociais. Com o objetivo de desenvolvimento de competências em crianças e adolescentes, este programa com duração de um ano envolve a família e engloba:

- (1) diagnóstico psicossocial e de saúde;
- (2) elaboração de plano de intervenção em grupo;
- (3) intervenção em grupo no desenvolvimento das competências pessoais, sociais e emocionais dos jovens e intervenção individual no âmbito da promoção ou reabilitação cognitiva e mnésica nos casos em que se verifiquem problemáticas ao nível das dificuldades de aprendizagem e problemas de comportamento. Ao longo do desenvolvimento do programa os jovens serão integrados em atividades de ocupação de tempos livres no âmbito do desporto, cultura e dança.

Trim Your Style Up

Dirigido a desempregados, este programa de promoção de competências pessoais, sociais, técnicas e motivacionais conta com o apoio de entidades parceiras, municípios ou juntas de freguesia na identificação de indivíduos que se encontrem desempregados. Este programa com a duração aconselhada de um ano conta com três grandes etapas:

- (1) avaliação e diagnóstico psicossocial e de saúde;
- (2) elaboração de plano de intervenção;

(3) intervenção grupal no âmbito da promoção das competências pessoais, sociais, técnicas e motivacionais de procura ativa de emprego e intervenção individual no caso de verificadas necessidades de acompanhamento psicológico. A par deste plano serão desenvolvidas atividades de ocupação de tempos livres (desporto, cultura, etc.) e apoio na procura de emprego.

Find Your Own Age

Este programa pretende promover competências e exercício de cidadania ativa de adultos e seniores. Pretende ser um programa, anual passa pela estimulação e reabilitação cognitiva e mnésica como forma de manter/aumentar as capacidades cognitivas das pessoas com mais de 50 anos. Os adultos e seniores são identificados pelas entidades parceiras, municípios, juntas de freguesia, centros paroquiais, lares, realizando a equipa um diagnóstico psicossocial inicial e posterior plano de intervenção e se necessário, reencaminhamento para outras especialidades ou respostas. O projeto em grupo envolve a família, e engloba:

- (1) um programa de competências pessoais, emocionais e sociais em grupo durante pelo menos 1 ano;
- (2) atividades de ocupação de tempos livres (desportivas, cultura, dança);
- (3) elaborar e implementar propostas, junto com o grupo, no sentido de melhoria da qualidade de vida.

No plano individual, caso o problema se relacione com questões cognitivas e executivas, será implementado um programa de promoção ou reabilitação de competências e das capacidades físicas comprometidas. Este programa inclui ainda a vertente comunitária, no âmbito da formação de técnicos, voluntários e estagiários.

5. Constituição dos Órgãos Sociais

Mesa da Assembleia Geral

Presidente - Maria Margarida Nunes Gaspar de Matos

Vice-presidente - João Frederico de Sousa Costa

Vogal – Maria de Lourdes Nunes Marques

Direção

Presidente - Tânia Gaspar Sintra dos Santos

Vice-presidente - Jorge Miguel da Silva Esteves Viana Barra

Tesoureiro - Teresa Cristina da Cruz Fatela dos Santos

Vogal – Marta Sena Brito

Conselho Fiscal

Presidente - Maria Celeste Rocha Simões

Vice-presidente - Gina Maria Quinas Tomé

Vogal – Marta Sofia Pereira dos Reis

6. Área de Intervenção Geográfica

A Aventura Social – Associação encontra-se atualmente a intervir nos seguintes territórios:

- União das Freguesias da Pontinha e Famões: Através do gabinete sediado na Escola Secundária Braamcamp Freire (atendimento à comunidade escolar) e em contexto privado a trabalhar em parceria com a Ponticlinic da Pontinha, onde são realizadas intervenções individualizadas a crianças, jovens e adultos;
- Freguesia de Marvila: (1) Através da continuidade dos acompanhamentos psicológicos iniciados no âmbito do projeto Aventura Social Intercultural – E6G que decorreu nesta freguesia entre janeiro de 2017 e dezembro de 2018; (2) Intervenção realizada no âmbito do Projeto Capacitar, financiado pelo Programa Bip/Zip da Câmara Municipal de Lisboa, onde é a entidade parceira; (3) Entidade parceira no projeto SER+, financiado pelo Câmara Municipal de Lisboa ao abrigo do Regulamento de Atribuição de Apoios pelo Município de Lisboa (RAAML); (4) implementação de um plano de promoção de competências pessoais e sociais, em parceria com a Casa Pia de Lisboa, nomeadamente com o Colégio Maria Pia;
- Cascais: Através do projeto Aventura Artemoção em Cascais que se irá iniciar no próximo ano na Escola Básica de Cascais e que será realizado em parceria com a Câmara Municipal de Cascais e o Agrupamento de Escolas de Cascais.

7. Recursos Humanos da Instituição

A Aventura Social – Associação conta com uma equipa multidisciplinar

- Psicólogos (Psicologia Clínica, Psicologia Educacional)
- Assistente Social
- Economista Social
- Voluntários
- Estagiários (Psicologia Clínica)
- Terapeuta da Fala
- Professores

8. Parcerias

Lista dos Parceiros da ASA

A Aventura Social – Associação tem vindo a assinar protocolos de colaboração com diversas instituições e entidades.

O principal objetivo destes protocolos prende-se com a possibilidade de chegar a um maior número de pessoas, oferecendo-lhes serviços com uma percentagem de desconto, a qual é acordada entre ambas as partes.

Os parceiros com os quais foram estabelecidos acordos de colaboração foram os seguintes: Universidade Lusíada de Lisboa; Ordem dos Psicólogos Portugueses; Nuclisol Jean Piaget; Casa Pia de Lisboa; Fundação Inatel; Centro de Dia de S. Sebastião da Pedreira; Serviços Sociais GNR; Gulliver; Força Aérea; EDP; Câmara de Loures; Câmara de Odivelas; Caixa Geral de Depósitos; ACA – Associação Conversa Amiga; Fundação PT; Freguesia de Alvalade; Associação Filadélfia; AID Global; Freguesia de Misericórdia; Maçã de Alcobaça; ACP – automóvel clube de Portugal; Areal editores; Associação de Proteção dos Diabéticos de Portugal; Escola Secundária Pedro Alexandrino; APER II – Associação de Pais e Encarregados de Educação da EB1 da Amoreira; Conservatório de Música D. Dinis.

Tendo em conta que a ASA concorre anualmente ao financiamento de projetos e que essa atividade é realizada em parceria com outras entidades, no âmbito de cada candidatura é necessário estabelecer novos contactos e assinatura de protocolos e parcerias. Os protocolos são redigidos e assinados por ambas as partes interessadas, e ativados sempre que considerado uma mais-valia.

No ano de 2019, continuará a ser um trabalho em desenvolvimento. A Aventura Social – Associação pretende continuar com o estabelecimento de parcerias com as mais diversas entidades, pois considera-se uma mais-valia para os utentes e associados.

9. Plano Anual de Atividades

Anualmente a Equipa Aventura Social – Associação desenvolve atividades que se podem repetir todos os anos, contudo, existe ainda a possibilidade de algumas alterações nessa planificação. Por circunstâncias que possam ocorrer, como por exemplo a atribuição de financiamento para realização de algum projeto ou por solicitação de parceiros, a planificação de atividades traçada pode sofrer pequenas alterações.

Em novembro de 2018 a previsão e planificação de atividades previstas para o próximo ano será a seguinte:

9.1. Atividades

- 1) Continuação da divulgação do trabalho desenvolvido pela equipa através da publicação de trabalhos científicos e participação em congressos;
- 2) Maior divulgação através do *site* da instituição, do *Facebook* e do *Instagram*, procurando uma maior divulgação do trabalho desenvolvido e dos serviços prestados;
- 3) É pretendida a continuação do alargamento de contactos e parcerias com instituições e entidades da região da grande Lisboa;
- 4) Prestação de serviços em contexto de gabinete: apoio individualizado (psicoterapia/psicologia clínica e psicologia educacional), avaliação psicológica, apoio psicopedagógico, avaliação neuropsicológica, orientação vocacional, aconselhamento parental, intervenção na crise/trauma e terapia familiar e de casal;
- 5) Submissão de candidaturas a projetos financiados por instituições públicas ou privadas, nacionais e internacionais;
- 6) Colaboração nos trabalhos de investigação realizados no âmbito da parceria com a Universidade Lusíada;

- 7) Realização de acompanhamentos clínicos individualizados aos alunos, colaboração com as respetivas famílias e planificação de atividades de promoção de saúde na escola são algumas das atividades a decorrer;
- 8) Implementação de dois gabinetes de atendimento resultantes da futura parceria com a Junta de Freguesia que terão como público-alvo os habitantes da freguesia e permitirão um atendimento a custos sociais;
- 9) Participação nas reuniões da Rede Social de Lisboa e da Rede Social da Freguesia Pontinha-Famões das quais a Aventura Social – Associação é membro integrante.

9.2. Formações

A Equipa Aventura Social colabora e participa em inúmeras atividades que incluem a prática da formação, quer no âmbito de projetos a decorrer, quer a título individual no seguimento de algum convite/solicitação.

A prática de formação é um serviço disponibilizado que pode ser adquirido por outras entidades. Podem ainda decorrer formações resultantes de pedidos de parceiros com os quais a ASA tem protocolo de colaboração e também formações solicitadas por autarquias e Juntas de Freguesia.

As propostas de formação realizadas pela Equipa têm como objetivo principal capacitar crianças e adolescentes em idade escolar, estudantes universitários, técnicos e pais a ultrapassar dificuldades do dia-a-dia, através da formação permanente direcionada a competências específicas que desenvolvam o bem-estar e uma boa qualidade de vida. Para além das formações apresentadas podem ser desenvolvidos outros programas específicos, de acordo com as necessidades de intervenção solicitadas.

9.3. Eventos

Como já vem sendo habitual, a Aventura Social – Associação irá associar-se e apoiar na organização de Congressos e Seminários dinamizados por instituições parceiras, nomeadamente Universidade Lusíada de Lisboa que anualmente organiza o Congresso Internacional da Psicologia da Criança e Adolescente, este ano para a sua 10ª edição.

9.4. Projetos a decorrer

a) GAPPS Pontinha - Gabinete de Aconselhamento Psicológico e Promoção de Saúde da Pontinha

Gabinete sediado na Escola Secundária Braamcamp Freire e dirigido a crianças, adolescentes, adultos e famílias da freguesia de Pontinha e Famões, tendo os seguintes princípios orientadores e objetivos:

- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar socioemocional da comunidade de Pontinha e Famões;
- Realizar atendimento específico individualizado nas áreas de orientação e aconselhamento psicológico, aconselhamento parental, psicoterapia de apoio, apoio em situações de crise e orientação escolar e profissional;
- Proceder a encaminhamento para outras áreas no âmbito de uma intervenção multidisciplinar (se necessário).

b) Aventura Social Intercultural – E6G

Este é um projeto do qual a Aventura Social – Associação é a entidade promotora, financiado pelo Programa Escolhas e que está a decorrer na Freguesia de Marvila. O projeto irá terminar em dezembro de 2018, mas está prevista a continuidade dos acompanhamentos psicológicos que estão a decorrer.

Direcionado a crianças, jovens e respetivas famílias, pertencentes a grupos socioeconómicos desfavorecidos, minorias étnicas, populações refugiadas e descendentes imigrantes. Pretende promover a inclusão social e intercultural com vista à igualdade de oportunidades e o reforço da coesão social.

A proposta Aventura Social Intercultural (ASI) pretende ser uma resposta integrada que propõe desenvolver ações em diversas áreas estratégicas do Programa Escolhas – E6G.

Na área estratégica educação e formação, essencialmente, no combate ao abandono escolar precoce e insucesso escolar, através do encaminhamento escolar das crianças e jovens para respostas já existentes e desenvolvendo atividades complementares como o apoio psicológico ou aconselhamento parental, co-responsabilizando os familiares no processo de supervisão parental e no desenvolvimento de competências integradas de forma a otimizar os resultados a obter.

Ao nível da capacitação e empreendedorismo pretende-se apoiar na criação de uma Associação de Jovens. É também objetivo encontrar parcerias estratégicas com empresas locais, de forma a possibilitar estágios de observação, aproximando os jovens do mercado de trabalho, promovendo assim a integração intercultural e a coesão social.

No âmbito da participação, direitos, deveres cívicos e comunitários, o projeto prevê realizar atividades sistemáticas lúdico-pedagógicas, desportivas e artísticas, quer através do encaminhamento e articulação com respostas já existentes, quer através de organização e dinamização de novas propostas de atividades.

O Projeto ASI está a decorrer na freguesia de Marvila e contará com vários espaços para desenvolvimento das atividades:

- GAPPS Marvila - Gabinete de Aconselhamento Psicológico e de Promoção de Saúde;
- Tu Decides! - Concretização de Projeto de Vida;
- Dream Teens Marvila - Promoção da participação social e cívica dos jovens;
- ArteAventura - Promoção de atividades de lazer e tempos livres;
- Smart Kids! – Apoio nas tarefas escolares e identificação de dificuldades;

c) **Capacitar**

Capacitar é um projeto financiado pelo Programa Bip/Zip da Câmara Municipal de Lisboa do qual a Aventura Social-Associação se constitui como entidade parceira da entidade Nuclisol Jean Piaget, a entidade promotora.

Este projeto tem como principal objetivo a intervenção na área da saúde mental e de promoção de competências pessoais e sociais e de estilos de vida saudável dirigida a um grupo intergeracional: população infantil – dos 5 aos 13 anos, jovens (dos 14 aos 34 anos), adultos (+ de 35 anos) e idosos (+ de 65) em situação de vulnerabilidade social, residentes na freguesia de Marvila ou área geográfica circundante.

O projeto pretende atuar em dois eixos principais: na prevenção primária desenvolvendo-se a intervenção através da promoção da saúde mental e de competências pessoais e sociais, através de um serviço de apoio psicossocial, gratuito à população. Um segundo eixo, de prevenção secundária para a promoção de estilos de vida saudáveis junto da população com comportamentos de risco ou pouco saudáveis (dependências, delitos, abandono e absentismo escolar, entre outros), através de intervenções individuais e de

grupo, tendo por base a abordagem ecológica envolvendo assim, os intervenientes no desenho da ação e atuando nos vários contextos (escola/instituições e comunidade) numa perspetiva intergeracional.

Pretende-se assim promover um acompanhamento integrado que trabalhe não somente a área da saúde mental, mas também a promoção de competências sociais e pessoais e a salutar ocupação dos tempos livres do público-alvo (comunidade de Marvila e das Galinheiras, entre os 5 e os 85 anos de idade), promovendo-se um espaço intergeracional onde a comunidade possa conviver como um todo, evitando-se maior segregação de grupos alvo.

d) Projeto SER+

A Aventura Social – Associação é entidade parceira no projeto “SER+”, financiado pela Câmara Municipal de Lisboa ao abrigo do Regulamento de Atribuição de Apoios pelo Município de Lisboa (RAAML).

Este projeto visa a intervenção na área da parentalidade, no âmbito da capacitação parental e da sensibilização para a gravidez na adolescência. Este projeto inclui diversas as seguintes atividades: (1) Desenho e implementação de Campanha de Prevenção da gravidez na Adolescência, com a participação dos jovens; (2) Implementação do Programa de Promoção de Competências Parentais junto de futuros ou recentes pais adolescentes e pais no geral; (3) Formação e Sensibilização para técnicos e comunidade no geral sobre Comunicação, Assertividade e Resolução de Problemas através da negociação.

e) Plano de Promoção de Competências Pessoais e Sociais - Colégio Maria Pia

Em parceria com a Casa Pia de Lisboa, nomeadamente com o Colégio Maria Pia, procedeu-se à implementação de um plano de promoção de competências pessoais e sociais, entre fevereiro e junho de 2019.

O plano destina-se a crianças e jovens entre os seis e os dezasseis anos, e envolve a realização de diversas atividades, de dinâmicas individuais e de grupo, de jogos, de reflexões, de discussões, de dramatizações e de *role-plays*, cujo objetivo consiste na promoção e no desenvolvimento de distintas competências pessoais e sociais.

Desta forma, o plano é constituído por cinco módulos, cada um destes dividido em duas ou três sessões, que visam desenvolver competências como o autoconhecimento, a autorregulação emocional, a autoestima e autoconfiança, a comunicação interpessoal e a resolução de problemas e tomada de decisão. Este plano de promoção de competências é realizado sob a forma de sessões grupais, sendo que foram realizadas 12 sessões, com duração de uma hora e meia a duas horas, colocadas em prática do espaço do Colégio Maria Pia.

Este plano foi implementado com um grupo constituído por dez participantes pertencentes ao primeiro ciclo escolar, com idades compreendidas entre os sete e os onze anos. As atividades desenvolvidas englobam a partilha de vivências e de experiências entre os distintos elementos do grupo e a reflexão acerca de determinadas temáticas, possibilitando o crescimento das crianças enquanto indivíduos em formação.

f) Aventura Artemoção em Cascais

A Aventura Social – Associação em parceria com a Câmara Municipal de Cascais dará início em 2019 ao projeto Aventura Artemoção em Cascais, que irá decorrer no Agrupamento de Escolas de Cascais.

Este projeto tem como principais objetivos: compreender e caracterizar as necessidades de saúde global das crianças e jovens; promoção de competências socioemocionais que conduzem ao bem-estar e desenvolvimento saudável das crianças, jovens e suas famílias e prevenção do insucesso e abandono escolar.

10. Divulgação da Associação

A equipa multidisciplinar que compõe a Aventura Social conta com diversos anos de experiência, principalmente ao nível da investigação científica. Os trabalhos que têm vindo a ser desenvolvidos constituem uma fonte de divulgação e de conhecimento, pois permitem a divulgação da equipa e a disseminação de resultados, normalmente publicados sob a forma de relatórios, os quais podem ser consultados no *site* do projeto (<http://aventurasocial.com/oprojecto.php>).

Nos últimos anos, a Aventura Social – Associação aplica os conhecimentos da investigação à intervenção na comunidade, tendo vindo a surgir espaços para atendimento no distrito de Lisboa.

A divulgação do trabalho desenvolvido, assim como dos espaços na comunidade é feita em congressos e apresentações públicas, assim como recorrendo às novas tecnologias. Com o intuito de chegar ao maior número de pessoas possível, a Associação disponibiliza um *site* na internet (<http://www.aventurasocial-associacao.com/>), uma página de *Facebook* (<https://www.facebook.com/aventurasocialassociacao>) e uma página de *Instagram* (<http://www.instagram.com/aventurasocialassociacao/>), como forma de divulgação e disseminação nas várias faixas etárias. Estas novas formas de divulgação permitem que a população-alvo tenha maior facilidade no contacto com a Equipa e procure os serviços disponibilizados. Podem ainda encontrar-nos e entrar em contacto com a equipa através do *Linkedin* (<https://www.linkedin.com/feed/>).

11. Sustentabilidade da Associação

A Aventura Social – Associação é uma Instituição Particular de Solidariedade Social inserida na comunidade, que conta como principal fonte de sustentabilidade a atribuição de verbas através de projetos sociais aos quais se concorre ao longo do ano, quer como entidade promotora, quer como entidade parceira.

Para além destes projetos, a ASA concorre também a financiamentos por parte das autarquias, com as quais pretende elaborar projetos locais de intervenção adaptados às necessidades da população.

Uma outra fonte de rendimento, que por si só não garante a sustentabilidade da instituição, dado o valor de cariz social, são os serviços prestados à comunidade, que são cobrados sob um valor social, e por isso, abaixo do valor de mercado.

A Direção



Tania Gaspar
Presidente da Aventura Social – Associação