



RELATÓRIO DE ATIVIDADES E  
CONTAS

**2021**

## Índice

Introdução .....	3
Objetivos.....	3
Atividades .....	4
Atividades permanentes.....	4
Atividades pontuais .....	5
Relatório de Contas .....	9
Conclusão .....	10

## Introdução

O presente Relatório de Atividades tem como finalidade evidenciar a participação e intervenção da Associação Apojovi na dinâmica social e cultural do concelho de Coimbra, com especial relevância para a União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, privilegiando a ação no âmbito do público sénior e do público juvenil.

Foi, por isso, elaborado de uma forma esquemática, simples e breve, de forma a dar uma perspetiva geral do que foi o nosso trabalho no ano de 2021.

## Objetivos

Durante o ano de 2021, praticou-se uma política de proximidade com os associados e com a população em geral, no sentido de gerar sinergias que contribuíssem para a dinamização da Associação Apojovi.

Colaborou-se com os Municípios (Coimbra e Montemor-o-Velho) nas atividades por estes promovidas, sempre que estas se adequaram aos objetivos e natureza da Apojovi.

Promoveu-se a intervenção na comunidade através da participação nas redes sociais locais, nomeadamente na Comissão Municipal de Proteção ao Idoso, na Comissão Social de Freguesia da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, no CLAS (Conselho Local de Ação Social) e na RUTIS – Rede de Universidades da Terceira Idade.

Promoveu-se uma estreita colaboração com instituições de ensino Superior, nomeadamente:

- Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (realização do ensino Clínico dos estudantes do Curso de Licenciatura em Enfermagem);
- Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (acolhimento de estágios curriculares e de observação no âmbito do Curso da Licenciatura em Ciências da Educação e do Curso do Mestrado Integrado em Psicologia; colaboração na recolha de dados para as teses de Mestrado de alunos dos Cursos de Mestrado em Ciências da Educação, Mestrado Integrado em Psicologia, e de Doutoramento em Psicologia);
- Instituto Superior Miguel Torga (desenvolvimento de um projeto de Design, no âmbito do Estágio Proposta da Licenciatura em Design de Comunicação)

Continuou-se a política, adotada nos últimos anos, de estabelecer protocolos e parcerias institucionais, com o intuito de potenciar sinergias e ganhos significativos para a Comunidade. Para além das parcerias já existentes, em 2021, estabeleceu-se protocolo com:

- O Município de Montemor-o-Velho, através do Apoio ao Movimento Associativo Cultural e Social, no âmbito do trabalho desenvolvido pela Pólo III da Aposenior em Tentúgal e nas regiões limítrofes;
- A Fundação Lá Caixa e os Prémios BPI no âmbito da aprovação do projeto Alinhando, resultante de uma candidatura aos Prémios BPI Rural 2021;
- A Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito da aprovação do projeto “Capacitar para Crescer”, resultante de uma candidatura ao Programa Cidadãos Ativos;

- A Câmara Municipal de Coimbra (renovação de protocolo) através do Apoio Financeiro Municipal para Atividade Permanente para 2021.

Investiu-se na promoção da Aposenior — Universidade Senior, valência da Apojovi, no sentido de a manter como uma instituição de referência no panorama social e cultural de Coimbra.

Investiu-se na promoção da Aposenior III – Pólo de Tentúgal de forma a continuar a facilitar a igualdade de oportunidades no acesso a atividades para promoção do envelhecimento ativo, saudável e consciente e da aprendizagem ao longo da vida junto da população sénior residente em meios rurais;

Promoveu-se a utilização da carrinha da Associação atribuída no âmbito da “Frota Solidária” do Montepio, com o objetivo de transportar mais seniores, crianças e jovens para as atividades da Apojovi e da Aposenior.

Investiu-se na dinamização, expansão e melhoria contínua da resposta social da Apojovi, Centro de Convívio, para a qual a Associação tem um acordo de cooperação com o Instituto da Segurança Social.

Investiu-se na promoção da Sala de Estudo da Apojovi e dos seus campos de férias, procurando-se fazê-los chegar a um maior número de beneficiários;

Deu-se continuidade a projetos sociais e culturais iniciados em anos anteriores;

Procurou-se financiamento para projetos a implementar e garantir a sustentabilidade da instituição, tendo esta conseguido apoio no âmbito de dois projetos que se encontram a ser implementados:

- “Alinhando (Premiado e financiado pelo BPI Rural - La Caixa 2021);
- “Capacitar para Crescer” (financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito do programa Cidadãos Ativos)

Trabalhou-se no sentido de retomar gradualmente, dentro do possível, atividades e eventos que foram suspensos e/ou adiados devido à pandemia. Ainda assim, algumas das atividades previstas não se concretizaram devido ao elevado risco de transmissão da Covid-19.

## Atividades

### Atividades permanentes (Dados de 2021)

Atividades de apoio ao estudo	Aposenior	Aposenior III	Centro de Convívio
<b>13</b> ALUNOS	<b>190</b> ALUNOS	<b>10</b> ALUNOS	<b>173</b> UTENTES
<b>26</b> EM CAMPOS DE FÉRIAS	<b>22</b> TURMAS	<b>6</b> TURMAS	

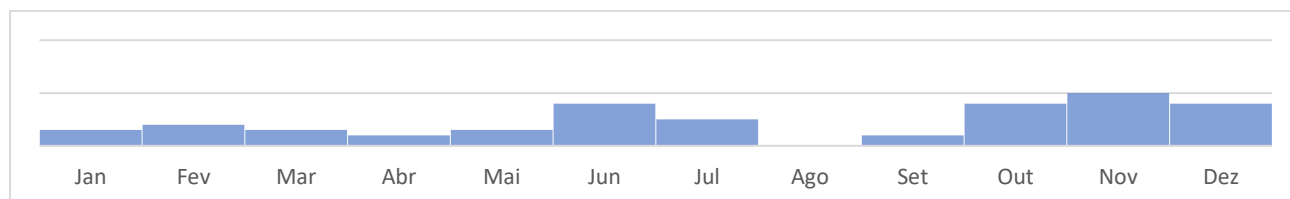
A Associação Apojovi teve como linhas de força da sua atuação:

1. **Atividades de apoio ao estudo**, dinamizadas ao longo do ano letivo, e implementação de projetos de férias que têm contribuído para enriquecer a comunidade pela sua qualidade educativa, lúdica, cultural e social.
2. A **Aposenior** - Universidade Sénior (criada em 2006), que disponibiliza 15 disciplinas e acolhe 190 alunos (destes, 173 integram também o Centro de Convívio) distribuídos por 22 turmas.
  - a. Participação dos grupos artísticos da Aposenior (Tiroliro; Vivências; Coro Misto; Grupo Folclórico; Grupo de Danças de Salão; Grupo de Teatro; Cantares do Zeca; Grupo Cénico da Aposenior – Pólo Tentúgal) em eventos de solidariedade social nos quais asseguram a animação do público – Aposenior Anima.
3. A **Aposenior III** (criada em 2018) que tem vindo a adequar as suas estratégias às características do seu público, muito motivado para a participação ativa na comunidade, dinamizando projetos com impacto para o desenvolvimento cultural e social de Tentúgal.
4. A resposta social “**Centro de Convívio**”, com início de atividade em Julho de 2020. Deste usufruem um total de 173 utentes (dados de dezembro de 2021).

### Atividades pontuais

Durante o ano 2021 foram executadas **56** atividades pontuais (47 em 2020), tendo a Associação revelado capacidade para se adequar às restrições impostas pelo COVID-19.

A distribuição de atividades pontuais ao longo do ano foi:



#### Janeiro

- Participação no Colóquio “Envelhecimento em Agenda: Desafios de problemáticas contemporâneas”, no âmbito do qual foi feito o lançamento público da obra "Aprender, Envelhecer, Ser: Agenda Científica de Gerontologia";
- Início da Sala de Estudo Virtual da Apojovi;
- Início das atividades online da Aposenior e do Centro de Convívio da Apojovi.

#### Fevereiro

- Lançamento da rúbrica digital “#Hoje há desafio!” - com desafios semanais para exercitar a mente, de modo a contribuir para a saúde mental e bem-estar;
- Lançamento da rúbrica digital “Apo@Informa” - Sessão de apresentação do projeto NET&SIGA - Segurança na Internet, criado pela Deco Proteste em parceria com a Google;
- Rúbrica digital “Apo@Informa” - IRS 2021;
- Realização da Festa de Carnaval virtual da Aposenior.

## **Março**

- Participação no VIII Congresso das Academias e Universidades Seniores, promovido pela RUTIS;
- Rúbrica digital Apo@Informa, com o tema "Saúde Mental - as dicas da Ordem dos Psicólogos Portugueses";
- Rúbrica digital Apo@Informa, com o tema "Terapias Holísticas".

## **Abril**

- Participação na Reunião Geral virtual organizada pela RUTIS, com o objetivo de fazer um ponto de situação das Universidades Seniores face à situação de pandemia.
- Preparação do Projeto (A)linhando - Experiência de recuperação da cultura do linho na freguesia de Tentúgal: semear, mondar, apanhar, ripar, molhar, secar e malhar. Esta atividade contou com a participação de várias pessoas da freguesia, no âmbito da estratégia seguida pela Aposenior III de implementar uma dinâmica intergeracional, não apenas para benefício do seu público senior mas visando, também, gerar impacto na comunidade. A Aposenior III tem desempenhado um papel ativo na dinâmica social e cultural da Freguesia de Tentúgal nomeadamente na preservação, transmissão e divulgação do seu património.

## **Maiο**

- Início das Tertúlias “Conversas para a nova Era”;
- Rúbrica digital Apo@Informa, com o tema "COVID-19";
- Realização da sessão de formação intitulada "Bem-estar e Autoestima em tempos de pandemia" no âmbito do projeto "Juntos à Distância”, dinamizado em parceria com a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.

## **Junho**

- Rúbrica digital Apo@Informa, com o tema "Vacinas - COVID-19";
- Realização da sessão de formação intitulada “Suplementos Alimentares: Produtos milagrosos ou propaganda?” no âmbito do projeto "Juntos à Distância”, dinamizado em parceria com a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra;
- Participação na Caminhada Nacional das Universidades Seniores promovida pela RUTIS no âmbito do dia do movimento europeu de promoção do desporto e da atividade física, que incluiu uma aula de Yoga;
- Receção de Professora do Instituto de Rodeira em Cangas, no âmbito de uma visita ERASMUS de job shadowing;
- Rúbrica digital Apo@Informa, com o tema "Diabetes";
- Colaboração no projeto "Escudo: Envelhecimento e Declínio Cognitivo na População Portuguesa: incidência, perfis, fatores de risco e proteção", desenvolvido pelo CINEICC (Centro de Investigação em Neurociências e Intervenção Cognitivo-Comportamental) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da UC;

- Realização da sessão de formação intitulada "Vamos ver como está a sua saúde" no âmbito do projeto "Juntos à Distância", dinamizado em parceria com a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra;
- Atuação do grupo de cavaquinhos Tiroliro no Centro de Apoio à Terceira Idade em São Martinho do Bispo, para comemoração dos Santos Populares.

## **Julho**

- Realização da II Caminhada Aposenior;
- Participação na "Caminhada de Tóquio" promovida pela RUTIS para demonstrar apoio aos atletas portugueses que participaram nos Jogos Olímpicos de Tóquio;
- Realização da sessão de formação intitulada "Alimentação Saudável", dinamizado em parceria com a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra;
- Início do Programa de férias de Verão da Associação Apojovi, destinado a crianças e jovens;
- Festa Final de Ano Virtual da Aposenior.

## **Setembro**

- Participação na Cimeira Ibérica de Economia Social 2021 no Convento São Francisco;
- Participação nas II Caminhadas Europeias das Universidades Seniores, promovidas pela RUTIS de modo a assinalar o Dia do Desporto Sénior no âmbito da Semana Europeia do Desporto, iniciativa da Comissão Europeia.

## **Outubro**

- Participação no evento "Envelhecer em tempos de pandemia" promovido pela DCR Funcional (com a parceria da Apojovi/Aposenior), no âmbito da celebração do "Dia Internacional do Idoso", que contou com uma comunicação da Aposenior acerca do envelhecimento saudável, desafios da pandemia e estratégias de intervenção;
- Participação na XV Reunião Magna das Academias e Universidades Seniores, em Almeirim;
- Realização da palestra "A Rainha Santa Isabel e a peregrinação a Santiago de Compostela" ministrada pela Dra. Maria José Azevedo Santos, no Pólo III da Aposenior, no âmbito da atividade Cultura do Bem Estar e do Bem Viver;
- Participação na sessão (online) anual de início da época desportiva no âmbito do projeto de Walking Football, promovida pela Fundação Benfica e a Rutis;
- Sessão de Cultura Portuguesa intitulada "A Literatura no Estado Novo", ministrada pela Dra. Teresa Meirinhos Cruz;
- Participação na ação de capacitação digital para adultos realizada pela Câmara Municipal de Coimbra em coorganização com o Programa EUSOUDIGITAL;
- Realização da palestra "O paço da Rainha em Santa Clara-a-Velha" ministrada pelo Dr. Diogo Dias no Pólo III da Aposenior, no âmbito da atividade Cultura do Bem Estar e do Bem Viver.
- Realização de Caminhada no âmbito do "Dia Mundial da Terceira Idade", como forma de envolver o público sénior numa atividade ativa, saudável e de convívio.

## Novembro

- Visita cultural, no âmbito da disciplina de Cultura Portuguesa, a Lisboa e Vila Franca de Xira, que contemplou uma visita guiada ao Museu do Aljube e ao Museu do Neo-Realismo;
- Festa do Magusto e de celebração do 15º aniversário da Aposenior, que contou com as atuações dos Grupos da Associação (Grupos TiroLiro, Vivências e Grupo Cénico do Pólo de Tentúgal);
- Participação no Programa “Casa Feliz” da SIC, no qual um dos temas abordados foi “Coimbra enquanto região emblemática e comumente associada aos estudantes”;
- Participação na iniciativa intitulada “Encontro Rede Social de Coimbra” no Convento São Francisco;
- Participação no Festival Social da Ciência promovido pela ESENF, com o objetivo de dar a conhecer o trabalho desenvolvido pelos cientistas da área da saúde;
- Participação no evento virtual de comemoração do “Dia Nacional das Universidades Seniores”, promovido pela RUTIS;
- Realização do projeto de produção do Calendário da Aposenior 2022 – “12 meses, 12 vontades” com fotografias temáticas feitas com os utentes da Universidade Sénior e do Centro de Convívio;
- Sessão de Cultura Portuguesa intitulada "A vida quotidiana e a situação da Mulher" ministrada pela Dra. Guilhermina Mota;
- Sessão de Cultura Portuguesa intitulada “Emigração e Estado Novo – As contradições que o território ainda hoje retrata”, ministrada pela Doutora Fernanda Cravidão, Professora catedrática jubilada da Universidade de Coimbra.
- Participação na Oficina de Conservação de Azulejo Mudéjar (azulejos quinhentistas exumados durante as escavações arqueológicas do MSCV)”, dinamizada no Mosteiro de Santa Clara-a-Velha.

## Dezembro

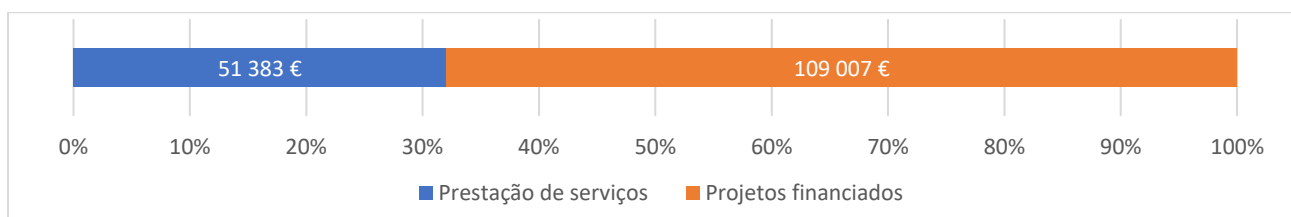
- Participação na Reunião da Rede Social de Coimbra - Grupo de Trabalho Crianças e Jovens;
- Participação na Reunião da Rede Social de Coimbra - Grupo de Trabalho Pessoas Idosas;
- Realização de Vista guiada às exposições (permanente e temporária) do Mosteiro Santa Clara-a-Velha;
- Ação de formação, dinamizada pela empresa Segmon, no âmbito das medidas de Autoproteção, intitulada “Prevenção e Gestão de Emergência em edifícios”. Esta formação foi destinada à equipa de segurança;
- Participação na Reunião do Conselho Municipal de Cultura de Coimbra no Convento São Francisco;
- Início da criação do Centro Interpretativo do Linho, inserido no Projeto (A)linhando, dinamizado no Pólo III da Aposenior;
- Participação da Aposenior – Pólo III Tentúgal na feira de Artesanato da Freguesia de Tentúgal, com uma exposição de peças de linho, que espelham toda a dinâmica da cultura e ciclo de linho na região e que demonstra os objetivos principais do projeto “Alinhando”
- Realização da Festa de Natal Virtual da Aposenior.



## Relatório de Contas

RENDIMENTOS E GASTOS	PERÍODOS	
	2021	2020
Vendas e serviços prestados	51.382,99	44.330,90
Subsídios à exploração	109.006,99	81.976,65
Fornecimentos e serviços externos	(64.848,72)	(61.687,77)
Gastos com o pessoal	(71.015,16)	(65.082,95)
Outros rendimentos		5.595,70
Outros gastos	(3.079,56)	(2.295,32)
<b>Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos</b>	<b>21.446,54</b>	<b>2.837,21</b>
Gastos/reversões de depreciação e de amortização	(1.543,50)	(1.543,50)
<b>Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)</b>	<b>19.903,04</b>	<b>1.293,71</b>
<b>Resultado antes de impostos</b>	<b>19.903,04</b>	<b>1.293,71</b>
<b>Resultado líquido do período</b>	<b>19.903,04</b>	<b>1.293,71</b>

Do ponto de vista financeiro, a intervenção da Associação Apojovi, quanto às fontes de financiamento utilizadas, desenvolveu-se em quatro planos distintos:



1. **Prestação de serviços** praticados pela Associação no âmbito das suas diferentes valências;
2. **Projetos financiados por dinheiros públicos**: apoio concedido pela Câmara Municipal de Coimbra (no âmbito do apoio ao Associativismo Cultural), Câmara Municipal de Montemor-o-Velho (no âmbito do Movimento Associativo Cultural) e Instituto da Segurança Social (no âmbito do Procoop);
3. **Projetos financiados por entidades privadas**: Hope Measure;
4. **Projetos financiados através da apresentação e aprovação de candidaturas** (BPI Rural - La Caixa 2021; Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito do programa Cidadãos Ativos).

No ano de 2021, a Apojovi apresenta um resultado líquido no valor de **19.903,04 euros**.

Apesar do impacto negativo que a pandemia causou na prestação dos serviços da Associação, conseguiu-se alcançar este resultado positivo devido à continuidade dada ao plano de recuperação iniciado em 2020 para superar os valores previamente atingidos. Para o sucesso deste plano de recuperação e, conseqüente, sustentabilidade da Apojovi, contribuíram, fundamentalmente, os financiamentos públicos, com destaque para o apoio prestado pelo Instituto da Segurança Social, à resposta social “Centro de Convívio” da Apojovi.

Importa, ainda salientar, que ao longo deste ano foi possível liquidar todos os acordos prestacionais que a Apojovi tinha com a Segurança Social, pagar toda a dívida relativa a Rendas, e continuar a liquidar outras dívidas<sup>1</sup> da Associação, tendo sido, para tal, fundamentais os financiamentos externos conseguidos. Prevê-se concluir a liquidação total da dívida em 2022.

É importante referir que, à semelhança do que tem feito ao longo dos seus 21 anos de existência, a Associação continuará a desenvolver estratégias para a promoção contínua da sua sustentabilidade e do seu crescimento, aproveitando a segurança financeira dos apoios conseguidos, não querendo, no entanto, ficar somente dependente deles. Continuar-se-á, por um lado, a criar projetos inovadores e, por outro, a investir na qualidade dos serviços prestados procurando-se fidelizar o público-alvo e angariar novos beneficiários, garantindo sempre a missão social.

Foi decidido, por unanimidade, que o resultado líquido fosse transferido para 2022 e utilizado para:

- Pagamento da dívida remanescente;
- Gestão de tesouraria a curto-prazo.

## Conclusão

O ano de 2021 foi bastante atípico dada a situação de pandemia provocada pela COVID-19. Ainda assim, houve lugar à realização de objetivos sociais, culturais e pedagógicos.

A Associação Apojovi continua a ser uma instituição respeitada, reconhecida e valorizada, fruto da qualidade dos serviços que presta e da sua intervenção na comunidade.

O “Centro de Convívio”, resposta social para a qual foi celebrado um acordo de cooperação com a Segurança Social em 2020, foi fortemente dinamizado e, apesar das circunstâncias adversas, conseguiu chegar a um número superior de seniores.

A Aposenior, a nossa Universidade Sénior, continua muito bem posicionada o que se reflete, não só no número de seniores inscritos e na sua satisfação, mas também na sua projeção através das plataformas digitais. Todo o trabalho desenvolvido online durante os períodos de confinamento permitiu chegar a um número alargado de pessoas de Coimbra e de outras regiões do país, o que se veio a refletir no número de novos inscritos nas nossas atividades.

O Pólo de Tentúgal continuar a ter uma boa adesão por parte dos habitantes locais e está, também, a contribuir para a projeção e alargamento do âmbito de ação da Aposenior.

Os grupos performativos mantêm um forte dinamismo, prestando uma valiosa colaboração às instituições sociais e culturais não só do concelho de Coimbra, mas também de outras zonas do país.

A carrinha de nove lugares, doada pela Fundação Montepio, continua a permitir alargar a frequência da Apojovi e da Aposenior a uma franja da população que dela estava excluída por falta de transporte.

No que diz respeito às atividades juvenis, destacamos o grau de satisfação dos pais das crianças que frequentam os nossos programas de férias e Sala de Estudo Acompanhado.

---

<sup>1</sup> A Associação, no final de 2021, tinha dívidas no montante de 15.000€ euros.

O ano de 2021 fica ainda marcado pela conquista de mais dois prémios para projetos da Associação, no âmbito de candidaturas apresentadas a financiadores.

É de salientar que, para o sucesso da Associação Apojovi, têm sido fundamentais a qualidade, competência, criatividade, resiliência, motivação e determinação da sua equipa técnica que não se poupa a esforços para ultrapassar as dificuldades e encontrar novas soluções para tornar mais dinâmico e diferenciador o papel desta instituição.

É nosso objetivo que as conquistas realizadas se repercutam no futuro da Associação, permitindo que continue a ser uma instituição de referência no panorama social e cultural de Coimbra.

Coimbra, 29 de março de 2022

A Direção

O Conselho Fiscal