

vida
norte

ASSOCIAÇÃO DE PROMOÇÃO
E DEFESA DA VIDA E DA FAMÍLIA



Caros amigos,

Um novo ano é sempre um desafio - o desafio de estar à altura de quem nos procura e de saber receber de braços abertos, sempre com um enorme respeito, estas vidas que confiam em nós. O desafio de poder contribuir para um futuro mais digno e feliz destas famílias.

2020 espera-se um ano de consolidação do trabalho desenvolvido. Com uma equipa renovada, propomo-nos trabalhar de forma a cumprirmos cada vez melhor a nossa missão. Assim, no Porto e em Braga, vamos centrar a atividade no apoio às grávidas em situação de fragilidade, proporcionando-lhes um acompanhamento de proximidade, sempre realizado por técnicas especializadas. Continuaremos a disponibilizar o apoio material (enxovais, produtos de puericultura e alimentos) e a apostar na capacitação nas áreas dos cuidados pré-natais, nutrição, parentalidade, literacia financeira e empregabilidade. Face aos bons resultados obtidos no passado, será reforçado o enfoque na empregabilidade das famílias que acompanhamos. O nosso objetivo é, e será sempre, garantir a autonomia e uma vida mais digna para as famílias que nos procuram.

Temos também a ambição de divulgar e comunicar cada vez melhor o trabalho que desenvolvemos, de forma a que nenhuma mulher se sinta sozinha e que saiba onde encontrar quem a pode ajudar quando se depara perante uma gravidez não planeada.

O Plano de Atividades e Orçamento é ambicioso, mas com o apoio de tantos parceiros, patrocinadores, amigos, voluntários e uma equipa técnica apaixonada pelo trabalho que desenvolve, acreditamos que vamos conseguir!

Contamos com o contributo de todos! E juntos continuaremos a construir um mundo melhor!

Isabel Pessanha Moreira

👤 *Presidente*



OS PRIMEIROS ANOS

DE VIDA SÃO OS MAIS IMPORTANTES.



- 1 INTERVENÇÃO VIDA NORTE
- 2 FUNDRAISING
- 3 COMUNICAÇÃO
- 4 ADMINISTRATIVO/FINANCEIRO
- 5 VOLUNTARIADO
- 6 ORÇAMENTO



1

Intervenção Vida Norte

MISSÃO

APOIO À GRÁVIDA EM
SITUAÇÃO DE
DIFICULDADE

OBJECTIVOS

1. PREVENIR A GRAVIDEZ NÃO PLANEADA/INDESEJADA
2. APOIAR EM SITUAÇÕES DE DÚVIDA NO PROSSEGUIMENTO DA GRAVIDEZ
3. GARANTIR UM ACOMPANHAMENTO DE PROXIMIDADE À GRÁVIDA E SUA FAMÍLIA
4. CAPACITAR PARA A PARENTALIDADE RESPONSÁVEL, AUTONOMIA E INCLUSÃO SOCIAL
5. SENSIBILIZAR A COMUNIDADE
6. APOIO MATERIAL

CONCRETIZAÇÃO

PORTO
&
BRAGA

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

PREVENÇÃO

Ações de sensibilização em escolas

TOMADA DE
DECISÃO

Apoio à grávida em caso de dúvida no prosseguimento da gravidez

CAPACITAÇÃO



- Acompanhamento individual
- Visitas domiciliárias regulares



- Saúde
- Segurança



- Inserção profissional



LITERACIA FINANCEIRA
(dependente de
candidatura aprovada)

- Ações de Formação
- Consultoria Individual



Avaliação de
Impacto ao
cargo de:



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA
PORTO

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

1

PREVENÇÃO

2

APOIO NA TOMADA DE DECISÃO

3

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE

4

CAPACITAÇÃO

5

APOIO MATERIAL

6

SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

PORTO

BRAGA

PREVENÇÃO

- Ações de sensibilização em escolas sobre Sexualidade Responsável/ Parentalidade Positiva
- Oficinas de Saúde (Desenvolvimento de sessões no âmbito da Parentalidade positiva, em contextos desfavorecidos, em parceria com a CMP)
- Divulgação “Bebé App” .

- Ações de sensibilização em escolas e lares de acolhimento de crianças e jovens sobre Sexualidade Responsável/ Parentalidade Positiva
- Divulgação “Bebé App” .

APOIO NA TOMADA DE DECISÃO

Apoio à grávida em caso de dúvida no prosseguimento da gravidez

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

1

PREVENÇÃO

2

APOIO NA TOMADA DE DECISÃO

3

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE

4

CAPACITAÇÃO

5

APOIO MATERIAL

6

SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

PORTO

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE



- Acompanhamento individual
- Visitas domiciliárias regulares

CAPACITAÇÃO



BPI SOLIDÁRIO 2017
Um prémio para combater a pobreza e a exclusão.



- Saúde
- Segurança



- ESPAÇO RUMO:
Inserção
profissional



LITERACIA FINANCEIRA
(dependente de
candidatura aprovada)

- Ações de Formação
- Consultoria Individual



Avaliação de Impacto ao
cargo de:



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA
PORTO

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

BRAGA

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE

- Acompanhamento individual
- Visitas domiciliárias regulares

CAPACITAÇÃO

- SAÚDE MATERNO-INFANTIL - sessões de grupo para a promoção da saúde, segurança e bem-estar infantil. Pretende-se estabelecer uma parceria externa para assegurar este plano de capacitação, à semelhança do Porto.

- AUTONOMIA – sessões em grupo: sensibilização para a empregabilidade

- LITERACIA
FINANCEIRA

Dependente de
candidatura
aprovada

- Ações de Formação
- Consultoria Individual



METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

1

PREVENÇÃO

2

APOIO NA TOMADA DE DECISÃO

3

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE

4

CAPACITAÇÃO

5

APOIO MATERIAL

6

SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

PORTO

APOIO MATERIAL

OBJECTIVOS

TIPO DE APOIO

DETALHE

IMPACTO

APOIO À
GRÁVIDA/MÃE E
FAMÍLIA

Apoio na Gravidez

Roupa, artigos de
puericultura, enxoval
do bebé, ...

Apoio na Maternidade

Leite adaptado, fraldas,
produtos higiene, ...

Apoio à Saúde

Vacinas, Leite de
Farmácia, Medicação,
etc.

Apoio Alimentar

Banco Alimentar

Gravidez e
Maternidade
acompanhada,
com garantia dos
bens necessários
para o
desenvolvimento
e crescimento
saudável do
bebé

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

BRAGA

APOIO MATERIAL

OBJECTIVOS

TIPO DE APOIO

DETALHE

IMPACTO

APOIO À
GRÁVIDA/MÃE E
FAMÍLIA

Apoio na Gravidez

Roupa, artigos de
puericultura, enxoval
do bebé, ...

Gravidez e
Maternidade
acompanhada,
com garantia dos
bens necessários
para o
desenvolvimento
e crescimento
saudável do
bebé

Apoio na Maternidade

Leite adaptado, fraldas,
produtos higiene, ...

Apoio à Saúde

Vacinas, Leite de
Farmácia, Medicação,
etc.

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE

1

PREVENÇÃO

2

APOIO NA TOMADA DE DECISÃO

3

INTERVENÇÃO DE PROXIMIDADE

4

CAPACITAÇÃO

5

APOIO MATERIAL

6

SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE

METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO VIDA NORTE



PORTO E BRAGA

SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE

Disseminação dos
valores e Missão
da Vida Norte

Construção de Blocos de Formação na área da Sexualidade
Responsável para Escolas (1º, 2º, 3º e 4º Ciclos , Secundário, Lares de
infância e Juventude)

Participação em encontros na área de intervenção de Terreno



.2

Fundraising



APOIOS FINANCEIROS PARTICULARES & EMPRESAS

PARTICULARES

ASSOCIADOS

Manter base de dados de sócios activa

AMIGOS

Aumentar o número de Amigos Regulares

PADRINHOS/
MADRINHAS

Aumentar o número de Padrinhos/Madrinhas

EMPRESAS

REGULARES

Aumentar o número de novas empresas

CAMPANHAS

Desenvolvimento de campanhas de Marketing Social

EVENTOS

Realização de eventos solidários a favor da Vida Norte

APOIOS FINANCEIROS PARTICULARES & EMPRESAS (CONT.)

EVENTOS VIDA NORTE

EVENTOS

JANTAR
SOLIDÁRIO

Jantar Solidário | Maio 2020

CONCERTO
SOLIDÁRIO

Concerto Casa da Música | Nov 2020

CANDIDATURAS

Candidatura a fundos nacionais e comunitários

APOIOS *PROBONO* (PRODUTO OU SERVIÇO)

APOIO À ESTRUTURA

Identificação de parceiros *probono* para fazer face aos custos remanescentes de estrutura

APOIO À ACTIVIDADE

Identificação de parceiros que possam apoiar a Vida Norte com produtos essenciais (leites adaptados, produtos higiene, etc.).

Desenvolvimento de campanhas de recolha de produtos:

- Campanhas Grandes Superfícies;
- Campanhas Escolas;
- Campanhas Farmácias;
- Outras.



.3

Comunicação

RENOVAÇÃO DAS IMAGENS DOS BEBÉS – realização de nova sessão fotográfica Bebés & Mães & Famílias

1º TRIM.

CAMPANHA DE CONSIGNAÇÃO DO IRS 2019

1º TRIM.

APRESENTAÇÃO RELATÓRIO & CONTAS

1º TRIM.

CAMPANHA DE DIVULGAÇÃO DA VIDA NORTE NO SEGMENTO MAIS JOVEM – identificar um INFLUENCER para Padrinho ou Madrinha da Vida Norte

2º SEM.

FILME INSTITUCIONAL VN – dar a conhecer o que fazemos e como fazemos

2º SEM.

CAMPANHA DE DIVULGAÇÃO DO NÚMERO SOLIDÁRIO **760 102 102**

2º SEM.

COMUNICAÇÃO - ONGOING

	ACÇÃO	DETALHE
INSTITUCIONAL	SITE	<ul style="list-style-type: none">• Manutenção do novo site com conteúdos regulares e actualizados
	Newsletter	<ul style="list-style-type: none">• Envio de newsletter trimestral com principais highlights
	PAO / R&C	<ul style="list-style-type: none">• Divulgação do PAO junto de particulares e empresas• Publicação do R&C no site VN
EXTERNA	Redes Sociais	<ul style="list-style-type: none">• Dinamização das páginas de facebook/instagram
	Media	<ul style="list-style-type: none">• Articulação com BA&N para presença nos media na divulgação de eventos e ações desenvolvidas pela VN



.4

RH / Administrativo-Financeiro

ÁREA	DETALHE	
RH	Processo Anual de Avaliação de Desempenho	1º TRIM.
	Encontro Anual de Reflexão Estratégica	3º TRIM.
ADMINISTRATIVO/ FINANCEIRO	Reuniões trimestrais com TOC para controlo orçamental	TRIMESTRAL
	Reunião Semestral para análise de Plano de Atividades	SEMESTRAL



.5

Voluntariado

ACÇÃO	DETALHE
REESTRUTURAÇÃO DA ÁREA DE VOLUNTARIADO	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="562 615 1387 644">• Implementação de novo organigrama área de Voluntariado
PROMOÇÃO DE UM ENCONTRO ANUAL DE VOLUNTÁRIOS	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="562 768 1740 836">• Promoção de Encontro Anual com todos os Voluntários Vida Norte para renovação de compromisso e formação geral
CAPTAÇÃO DE NOVOS VOLUNTÁRIOS	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="562 996 1760 1065">• Realização de Parcerias com Escolas e Universidades para captação de voluntários mais jovens para atividades de voluntariado regular e pontual<li data-bbox="562 1086 1760 1155">• Manutenção das Parcerias já existentes (GRÃO, FMUP, FEUP, UPS, REN, Frafetch, SONAE ...) e captação de novos parceiros



.6

Orçamento

Proveitos

	2020 Orçam.	%	2019 Estim.	%	2019 Ago.	%	2018	%
Proveitos	275.334	100%	373.080	100%	203.555	100%	399.558	100%
Quotas Associados	3.000	1%	2.700	1%	2.125	1%	3.390	1%
Subsídios Estado e Outros Entes Públicos	15.559	6%	56.761	15%	37.867	19%	60.232	15%
<i>IEFP</i>	5.059	2%	7.969	2%	1.954	1%	0	0%
<i>Projectos</i>	10.500	4%	48.792	13%	35.913	18%	60.232	15%
Doações e heranças	256.775	93%	313.127	84%	163.235	80%	335.248	84%
<i>Donativos em Dinheiro</i>	160.625	58%	214.675	58%	118.588	58%	232.595	58%
<i>Amigos e outros</i>	100.125	36%	169.325	45%	112.863	55%	175.632	44%
<i>Eventos & Campanhas</i>	60.500	22%	45.350	12%	5.725	3%	56.959	14%
<i>Donativos em Espécie</i>	96.150	35%	98.452	26%	44.647	22%	102.653	26%
<i>Donativos em espécie</i>	34.150	12%	39.621	11%	10.479	5%	50.993	13%
<i>Bens Doados às Famílias (campanha.</i>	62.000	23%	58.830	16%	34.168	17%	51.660	13%
Outros Rend. e Ganhos	0	0%	492	0%	328	0%	523	0%
Juros	0	0%		0%		0%	165	0%

Custos

	2020 Orçam.	%	2019 Estim.	%	2019 Ago.	%	2018	%
Custos	298.847	100%	351.802	100%	228.359	100%	348.758	100%
Custo Mercadorias	62.000	21%	63.830	18%	45.593	20%	87.635	25%
Fornecimentos e Serviços Externos	55.941	19%	87.729	25%	55.922	24%	84.772	24%
Subcontratos	10.000	3%	9.289	3%	0	0%	8.238	2%
Serviços Especializados	28.041	9%	44.052	13%	29.658	13%	42.198	12%
<i>Contabilidade</i>	1.920	1%	1.860	1%	1.385	1%	2.040	1%
<i>Informática</i>	3.500	1%	321	0%	125	0%	377	0%
<i>Conservação e reparação</i>	2.500	1%	4.072	1%	3.294	1%	3.542	1%
<i>Honorários</i>	1.121	0%	9.296	3%	5.701	2%	8.690	2%
<i>Publicidade e Propaganda</i>	2.000	1%	1.951	1%	1.341	1%	5.478	2%
<i>Custos com Utentes</i>	750	0%	686	0%	457	0%	125	0%
<i>Trabalhos Especializados e Outros</i>	16.250	5%	25.866	2%	17.355	0%	21.946	6%
Materiais	5.600	2%	5.572	2%	1.990	1%	5.615	2%
Energia e Combustíveis	3.700	1%	3.629	1%	1.554	1%	3.375	1%
Deslocações, estadas e transportes	800	0%	888	0%	1.089	0%	2.718	1%
Serviços Diversos	7.800	3%	24.300	7%	21.631	9%	22.628	6%
<i>Rendas e alugueres</i>	0	0%	2.085	1%	2.966	1%	795	0%
<i>Comunicação</i>	2.700	1%	2.518	1%	1.697	1%	3.600	1%
<i>Seguros</i>	1.050	0%	1.853	1%	1.619	1%	1.325	0%
<i>Limpeza</i>	3.600	1%	3.136	1%	761	0%	3.991	1%
<i>Outros Serviços</i>	450	0%	14.708	4%	14.588	6%	12.917	4%
Custos com Pessoal	180.906	61%	198.457	56%	125.652	55%	174.288	50%
Outros Custos (impostos, taxas, banco)	0	0%	1.786	1%	1.192	1%	2.063	1%
Proveitos Exploração - Custos Exploração	-23.513		21.278		-24.804		50.800	
Depreciações e Amortizações	3.000		3.314		2.209		3.235	
Res. Antes Impostos	-26.513		17.964		-27.013		47.565	

**TODOS OS BEBÉS DEVEM TER A
POSSIBILIDADE** DE NASCER E CRESCER NUM
AMBIENTE PROTEGIDO, COM AFECTO E DIGNIDADE.

A close-up photograph showing two hands of different skin tones clasped together. The hand on the left is darker-skinned and wears a black wristband. The hand on the right is lighter-skinned. They are positioned over a vibrant, multi-colored woven mat with stripes of red, blue, green, yellow, and purple. A portion of a light blue fabric is visible on the left side of the frame. In the upper right corner, there is a pink rounded rectangle containing white text.

**JUNTOS
PODEMOS
MUDAR
O MUNDO**



ASSOCIAÇÃO DE PROMOÇÃO
E DEFESA DA VIDA E DA FAMÍLIA

Sede:

Av. Marechal Gomes da Costa, n.º 516
4150-354 Porto
Tel.: 226 063 046

Delegação Braga:

Hospital de São Marcos | Rua da Escola de Enfermagem
4700-099 Braga
Tel.: 253 216 163

Linha Confidencial (24h)

917 638 970

E-mail: geral@vidanorte.org

www.facebook.com/associacaovidanorte

www.vidanorte.org