

PLANO DE ATIVIDADES



2025

ÍNDICE

PÁGINA

2

INTRODUÇÃO

3 A 5

UM POUCO DE NÓS ATÉ AGORA

Resumo das Atividades Realizadas em 2024 e Resultados Alcançados

6 A 8

OBJETIVOS

9 A 11

ESTRATÉGIAS E ORÇAMENTOS

11

CONSIDERAÇÕES FINAIS

12

AGRADECIMENTOS

13

GALERIA DE FOTOS

INTRODUÇÃO

Introdução ao Plano de Atividades

O Plano de Atividades da Mooves – Associação Cultural, Social e Desportiva para 2025 reflete o compromisso com a nossa missão:

promover o desenvolvimento cultural, social e desportivo na nossa comunidade, proporcionando oportunidades de formação, expressão artística e inclusão.

Através das iniciativas descritas, analisamos de que forma cada projeto se alinha com os nossos valores e objetivos, considerando sempre as necessidades e os desafios da nossa comunidade. Este documento permite-nos traçar um caminho claro e transparente, mostrando aos nossos parceiros, apoiantes e beneficiários a direção que queremos seguir e o impacto positivo que desejamos criar, que são os seguintes:

- **Revisão dos nossos projetos e objetivos:** Asseguramos que cada iniciativa está alinhada com a nossa missão e contribui para os nossos objetivos de longo prazo.
- **Implementação de melhorias:** Identificamos áreas de desenvolvimento e adaptamos as nossas ações de acordo com os resultados e as necessidades dos nossos beneficiários.
- **Construção de confiança e parcerias:** Promovemos uma comunicação aberta e clara com financiadores, apoiantes e a comunidade, reforçando a confiança nas nossas ações.
- **Promoção de uma cultura de aprendizagem:** Partilhamos o nosso progresso e desafios, incentivando um ambiente de aprendizagem e crescimento conjunto com outras associações e entidades.

Este plano foi desenvolvido para diferentes públicos, desde os nossos beneficiários até aos parceiros institucionais. Cada iniciativa é descrita em função dos resultados que pretendemos alcançar, dos indicadores de impacto e das estratégias que aplicaremos para superar eventuais desafios.

Desta forma, acreditamos estar a contribuir de forma significativa para a cultura e o desporto local, impactando positivamente a vida das pessoas que servimos.

Este documento reafirma o nosso compromisso com a comunidade e com os valores que nos guiam.

É com entusiasmo e dedicação que apresentamos o Plano de Atividades para 2025, certos de que estamos prontos para enfrentar novos desafios, aprender com as nossas experiências e celebrar as conquistas que estão por vir.

UM POUCO DE NÓS ATÉ AGORA

A NOSSA MISSÃO

A nossa missão continua a ser proporcionar experiências enriquecedoras e de excelência nas áreas cultural, social e desportiva, inspirando cada indivíduo a desenvolver o seu talento e paixão. Promovemos valores de inclusão, união e crescimento pessoal, utilizando as artes, o desporto e a cultura como ferramentas de transformação positiva.

Queremos que a nossa associação seja um espaço onde todos, independentemente da idade ou origem, possam encontrar oportunidades de desenvolvimento e enriquecimento, beneficiando tanto os nossos membros como a comunidade em geral.

OS NOSSOS VALORES

Na Mooves, a dedicação, o respeito e a integridade são os alicerces do nosso compromisso com a comunidade. Acreditamos no poder do trabalho em equipa e promovemos um ambiente acolhedor e inclusivo, onde cada pessoa encontra espaço para evoluir, tanto no desenvolvimento artístico quanto pessoal. A inclusão e a valorização da diversidade são princípios fundamentais da nossa associação, refletindo a nossa missão de inspirar e impactar vidas de maneira positiva e duradoura.

100%

DEDICAÇÃO

100%

TRANSFORMAÇÃO

UM POUCO DE NÓS ATÉ AGORA

RESUMO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM 2024 E RESULTADOS ALCANÇADOS

1. Promoção da Cultura e da Arte :

◦ Eventos Culturais e Desportivos:

- Apresentações na Gala do Desporto e Atividade Física de Caldas da Rainha, Urban Fest em Óbidos, Festas de Natal.
- **3ª Edição do Caldas Halloween Story:** Evento artístico de grande impacto para a comunidade, combinando apresentações criativas e inclusivas, fortalecendo a cultura local.
- **Participação no Festival de Grupos de Dança Arneirense:** Colaboração com outra associação local, fortalecendo os laços culturais e comunitários.
- **Espetáculo Super Trouper e "Dance Fever".:** Parceria artística com Risa Dance School, promovendo intercâmbio cultural e técnico.
- **Oficinas de Dança no Centro Cultural de Congressos:** Evento com lotação esgotada, destacando o interesse e impacto das iniciativas formativas.

Expansão de Modalidades: Introdução de novas aulas como House, Wacking e Teatro durante a Semana Aberta, atraindo um público mais diversificado.

2. Apoio ao Desenvolvimento Desportivo :

- Participação com duas equipas de Dança em competições de renome, como Hip Hop Unite e "Mostra o que vales", promovendo a excelência desportiva.
- **Espetáculo com os Insert Coin:** Apresentação do grupo de dança em colaboração com artistas Nacionais como João Paulo Sousa (apresentador de televisão), valorizando a integração entre diferentes expressões artísticas.
- Showreel e espetáculos de dança aberto ao público, destacando os talentos locais.

3. Educação e Capacitação:

- **Participação na Convenção SchoolFitness:** Evento nacional onde três professores da Mooves foram convidados a lecionar aulas, demonstrando a excelência técnica e reputação da associação.
- **Workshops técnicos como Wacking e Afro House,** oferecendo formação contínua e especializada para alunos e professores e comunidade geral.
- **Sessões de Zumba e atividades coletivas para a comunidade,** ampliando o alcance formativo.

UM POUCO DE NÓS ATÉ AGORA

RESUMO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM 2024 E RESULTADOS ALCANÇADOS

4. Ações Inclusivas e Comunitárias :

- Criação do Programa de Bolsas de Estudo: Estruturado para beneficiar até 20 jovens com dificuldades financeiras, promovendo a igualdade no acesso à formação artística e desportiva. A atribuição ocorrerá em 2025.
- Participação em eventos comunitários, como apresentações na entrega de prémios escolares do Rotary Club de Caldas da Rainha, destacando a valorização dos jovens talentos e o envolvimento com instituições locais.
- Parcerias com outras associações e escolas, fortalecendo os laços comunitários e o impacto cultural.

Resultados Alcançados

- **Crescimento na Participação:** Aumento de 10 novos inscritos em relação ao ano anterior, representando um crescimento de aproximadamente 15%.
- **Fortalecimento da Representatividade Regional:** Presença consolidada em eventos culturais e desportivos de destaque, como convenções nacionais e competições.
- **Impacto Comunitário:** Ampliação da oferta cultural e desportiva, com atividades de lotação esgotada e maior envolvimento da comunidade.
- **Colaborações Locais:** Realização de eventos em parceria com escolas, associações e instituições locais, promovendo integração e visibilidade para o talento regional.

OBJETIVOS 2025

1

Participar ativamente nas competições:

Em 2025, a nossa associação pretende participar em diversas competições de dança, estabelecemos metas para competir em pelo menos 5 competições regionais, nacionais e/ou Internacionais, com 80% de participação dos nossos alunos.

2

Iniciar o programa de bolsas de estudo:

Em 2025, atribuiremos as primeiras 20 bolsas de estudo para apoiar os dançarinos com potencial, mas com dificuldades financeiras, permitindo-lhes seguir a sua paixão pela dança sem obstáculos.

Para consultar os critérios de elegibilidade e submeter a tua candidatura, por favor aceda ao link abaixo:

👉 [Candidaturas Bolsas de Estudo em Dança 2025](#)

3

Melhorar as instalações:

Vamos investir na melhoria e modernização das nossas instalações, criando um ambiente mais acolhedor e profissional para os nossos membros e permitindo que todos possam treinar e crescer em condições ideais.

4

Expandir a formação e a educação na dança:

A nossa associação irá investir em programas de formação contínua, convidando profissionais da área para workshops e mentorias, a fim de enriquecer o conhecimento técnico e artístico dos nossos membros.

OBJETIVOS 2025

5

Desenvolver programas para jovens talentos:

Criar programas específicos para identificar e apoiar jovens com talento para a dança, oferecendo oportunidades de treino especializado e orientação para o seu desenvolvimento artístico.

6

Aumentar a oferta de modalidades de dança:

Diversificar as opções de modalidades de dança oferecidas, incluindo novas técnicas e estilos, para atrair diferentes públicos e proporcionar um leque mais amplo de opções de formação aos nossos associados. Introduzir 3 novas modalidades de Dança até Dezembro 2025

7

Fortalecer a comunidade local:

Organizar 5 eventos culturais abertos ao público, atraindo pelo menos 200 participantes por evento, como forma de sensibilizar a comunidade sobre a dança e a inclusão social.

8

Estabelecer parcerias com outras instituições culturais:

Em 2025, pretendemos criar novas parcerias com outras associações culturais e escolas, a fim de criar intercâmbios e eventos colaborativos que enriquecerão a experiência dos nossos membros

OBJETIVOS 2025

9

Garantir maior estabilidade para os profissionais:

Contratar 4 profissionais que atualmente trabalham a recibos verdes, proporcionando-lhes contratos estáveis e benefícios que garantam uma maior segurança no seu desenvolvimento profissional.

10

Renovar a página web:

Modernizar o site da associação para torná-lo mais acessível, funcional e interativo, com a **meta de aumentar em 30% as visitas mensais até dezembro de 2025**

11

Melhorar a presença nas redes sociais:

Reforçar a presença nas redes sociais, criando conteúdos mais relevantes e envolventes, aumentando a interação com o público e ampliando o alcance da nossa associação.

12

Proporcionar formação qualificada aos técnicos sem formação:

Oferecer programas de capacitação e formação profissional para 3 técnicos da associação que ainda não possuem formação especializada, com o objetivo de elevar o seu nível técnico e proporcionar-lhes as ferramentas necessárias para o seu desenvolvimento e sucesso na área da dança, **avaliando a melhoria do desempenho com indicadores claros de impacto.**

ESTRATÉGIAS / ORÇAMENTO PARA 2025

Em 2025, a nossa associação irá focar-se no desenvolvimento contínuo e na expansão da nossa influência na comunidade.

Através da participação em competições, melhoria das nossas instalações, lançamento de bolsas de estudo e diversificação da oferta formativa, pretendemos criar mais oportunidades para os nossos membros e fortalecer a nossa missão de promover a dança como ferramenta de inclusão e crescimento pessoal. Estas ações visam apoiar tanto o talento emergente quanto a formação de uma comunidade mais conectada e motivada, elevando o impacto da dança na nossa sociedade.

OBJETIVOS/PROJETOS	PRESSUPOSTOS	VALORES ESTIMADOS
Participar ativamente nas competições:	Participação em eventos regionais e nacionais, e internacionais Valores de inscrição variam de acordo com cada instituição e com o numero de participantes	€5.000
Iniciar o programa de bolsas de estudo	Identificação de jovens com talento e necessidade de apoio financeiro. 20 bolsas de estudo anuais - valor unitário 700€ - cobre mensalidade e seguro de acidentes pessoais 12 meses	€14.000
Melhorar as instalações	Renovação de espaços de treino, pinturas, colocação e arranjo do piso, criação de vestiários, compra de novos equipamentos.	€20.000
Expandir a formação e a educação na dança	Parcerias com profissionais para workshops, cursos de atualização e masterclasses.	€8.000

OBJETIVOS/PROJETOS	PRESSUPOSTOS	VALORES ESTIMADOS
Desenvolver programas para jovens talentos	Criação de programas de mentoria e apoio intensivo.	€5.000
Aumentar a oferta de modalidades de dança	Inclusão de novas modalidades e formação especializada. Ballet para adultos / Yoga / Pilates _3 professores	€5.000
Fortalecer a comunidade local	Realização de eventos culturais, apresentações e atividades abertas ao público. 5 eventos anuais_ Cada evento 1200€	€6.000
Estabelecer parcerias com outras instituições culturais	Colaboração com escolas, associações e centros culturais para eventos e intercâmbios	€5.000
Garantir maior estabilidade para os profissionais	Contratação de profissionais a tempo inteiro, com benefícios sociais. 4 profissionais a full time 12040€ cada	€48.160
Renovar a página web	Desenvolvimento de novo design, funcionalidade e conteúdo, domínio, alojamento, e manutenção	€5.000
Melhorar a presença nas redes sociais	Aumento da criação de conteúdo, campanhas de marketing digital. 300€/mês	€3.600
Proporcionar formação qualificada aos técnicos sem formação	Cursos de qualificação e certificação para técnicos. Curso CET 2200€ cada 3 profissionais + deslocações	€8.000

ESTRATÉGIAS / ORÇAMENTO PARA 2025

Mooves Associação Cultural Social e Desportiva

Cont	Descrição	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maior	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Acumulado
71	Vendas			1 000,00				1 000,00			1 000,00		1 000,00	4 000,00
72	Prestação Serv	4 023,80	4 023,80	4 023,80	4 023,80	5 657,12	4 023,00	6 047,60	7 047,60	6 047,60	7 852,36	6 047,60	6 047,60	64 865,68
75	Subsídios Explor													0,00
76	Reversões													0,00
78	Outros Rend Ganhos	11 000,00	20 000,00											31 000,00
79	Outros Juros													0,00
	Total Prov	15 023,80	24 023,80	5 023,80	4 023,80	5 657,12	4 023,00	7 047,60	7 047,60	6 047,60	8 852,36	6 047,60	7 047,60	99 865,68
31	Compras Mercad.	4 000,00	5 000,00	1 000,00	250,00	1 500,00	0,00	0,00	500,00	150,00	0,00	2 000,00	0,00	14 400,00
	Total Compras	4 000,00	5 000,00	1 000,00	250,00	1 500,00	0,00	0,00	500,00	150,00	0,00	2 000,00	0,00	14 400,00
62	Fornec. e Serv	5 522,22	15 000,00	123,00	123,00	623,00	123,00	123,00	123,00	2 123,00	1 230,00	470,00	123,00	25 706,22
63	Gastos Pessoal	3 440,00	3 440,00	3 440,00	3 440,00	3 440,00	3 440,00	6 880,00	3 440,00	3 440,00	3 440,00	3 440,00	6 880,00	48 160,00
64	Gastos Drep. Amortiz													0,00
67	Prov. Período													0,00
68	Outroa Gastos Perdas	8,31	8,31	8,31	8,31	8,31	8,31	8,31	2 000,00	8,31	8,31	8,31	8,31	2 091,41
69	Gastos Perd. Financ.													0,00
	Total de custos	12 970,53	23 448,31	4 571,31	3 821,31	5 571,31	3 571,31	7 011,31	6 063,00	5 721,31	4 678,31	5 918,31	7 011,31	90 357,63
	Resultado	2 053,27	575,49	452,49	202,49	85,81	451,69	36,29	984,60	326,29	4 174,05	129,29	36,29	9 508,05

Esta tabela representa uma estimativa geral dos custos vs receitas associados a cada objetivo, com base nas necessidades podem variar conforme as especificidades de cada ação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste primeiro ano de atividades, a nossa associação demonstrou um compromisso contínuo com o desenvolvimento da dança enquanto ferramenta de expressão artística, inclusão social e crescimento pessoal. Através de projetos e iniciativas cuidadosamente planejados, conseguimos impactar positivamente a nossa comunidade, proporcionando aos nossos membros oportunidades de aprendizagem, desenvolvimento artístico e integração social.

Apesar dos desafios financeiros, o apoio da comunidade, dos nossos parceiros e da Câmara Municipal de Caldas da Rainha tem sido fundamental para o progresso da Mooves. Este apoio permitiu-nos implementar atividades que promovem os valores de igualdade no acesso à arte e ao desporto, fortalecendo a dança como um meio de inclusão social e empoderamento comunitário.

Com as ações planejadas para 2025, como a melhoria das nossas instalações, a ampliação do acesso com o programa de bolsas de estudo e a realização de eventos abertos à comunidade, acreditamos que será possível impactar a vida de centenas de pessoas, promovendo a universalidade do acesso e destacando o mérito dos talentos locais. Estes esforços contribuem diretamente para o desenvolvimento humano, artístico e social da nossa região.

Reafirmamos o compromisso de continuar a crescer, inovar e promover a excelência cultural e desportiva, alinhando-nos aos objetivos municipais de valorização do desporto e da cultura como ferramentas de transformação social.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de expressar o nosso profundo agradecimento a todos que têm contribuído para esta jornada. O apoio inestimável dos nossos membros, parceiros e da comunidade é a base do nosso sucesso e da nossa determinação em alcançar novos patamares.

Com o apoio de todos, acreditamos que conseguiremos transformar a dança em uma plataforma ainda mais poderosa de crescimento humano e artístico, beneficiando não apenas os nossos membros, mas toda a comunidade que servimos. A nossa missão continua, guiada pelo progresso, inovação e pelo impacto positivo na vida das pessoas.

Elisabete Fernandes Silva - Presidente da Mooves Associação Cultural Social e Desportiva

OBRIGADA
POR APOIAREM A NOSSA
ASSOCIAÇÃO

