



PLANO DE ATIVIDADES & ORÇAMENTO 2026

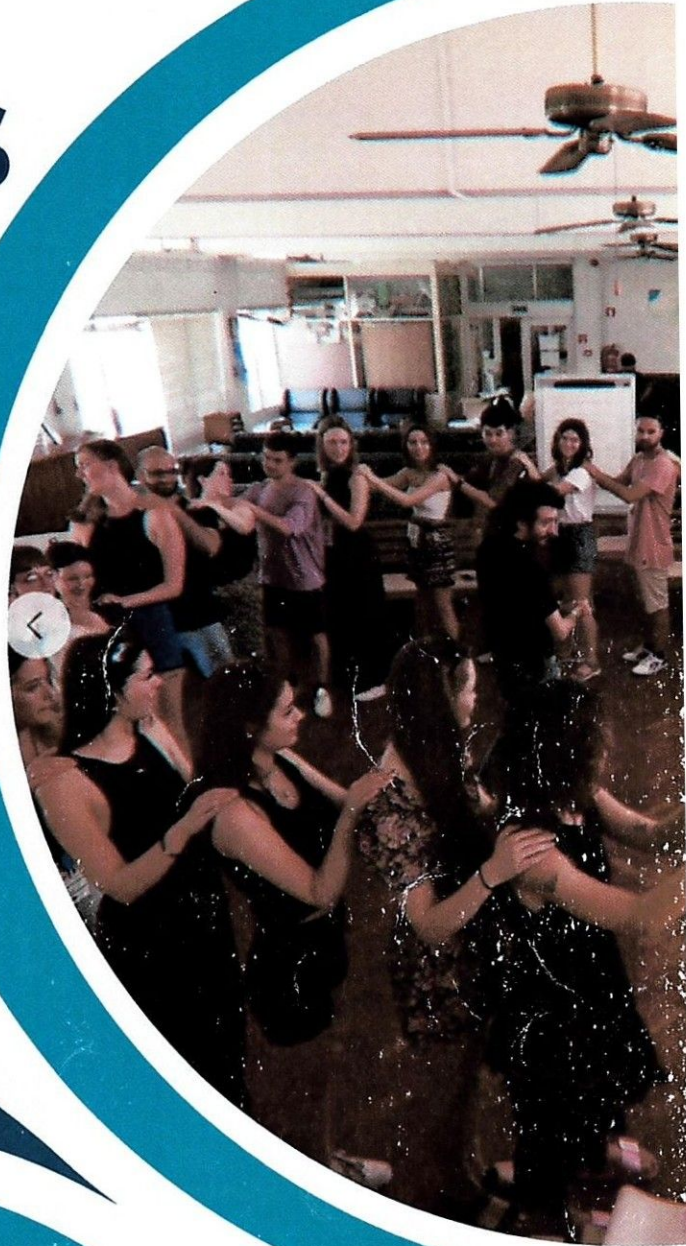
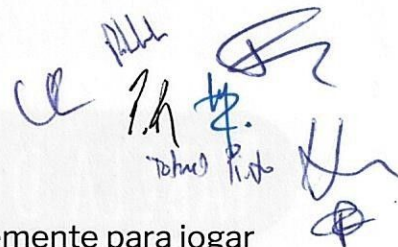


TABELA DE CONTEÚDOS

Handwritten signatures and initials in the top right corner, including names like P.H. and others.

Era uma vez...	2
Objetivos da Associação	3
Objetivo Geral	3
Objetivos específicos	3
Público-Alvo	4
Marketing & Comunicação	4
Compromisso com o Futuro	4
Atividades a Desenvolver	5
1. Emancipação e autonomia	5
2. Educação, formação e ciência	8
3. Cidadania e participação	11
4. Estilos de vida saudáveis	15
5. Cultura e criação livre	17
Projetos (Inter)nacionais	20
Parceiros	21
Orçamento	23
Nota Final	24
Votações	25
Parecer do Conselho Fiscal	27

Era uma vez...



No ano de 1994, um grupo de jovens que se encontrava frequentemente para jogar futebol, motivado pela ideia de oferecer aos jovens uma maneira enriquecedora de aproveitar o tempo livre, criaram uma organização dedicada à promoção de atividades culturais e desportivas.

Desde então, a Associação Sójovem tem trabalhado para promover uma série de iniciativas direcionadas para incentivar à cultura e ao desporto, aliadas a um estilo de vida equilibrado. Ao longo dos anos, a associação focou-se na realização de eventos desportivos, especialmente ligados ao futebol, mas também workshops de dança, abrangendo estilos como danças de salão, salsa, merengue e capoeira.

Demonstrando compromisso com a formação e o entretenimento juvenil, a Sójovem desenvolveu campos de férias durante a Páscoa e o verão, direcionados para crianças e adolescentes de Ermesinde. Para fomentar o interesse cultural, a Associação investiu em iniciativas ligadas à fotografia, de forma a estimular a criatividade e a expressão visual, promovendo um total de seis edições deste projeto.

A Associação também incentivou a exploração das riquezas culturais de Portugal por meio de viagens e acampamentos. Estas iniciativas revelaram tradições e costumes de diversas regiões, proporcionando uma verdadeira imersão na etnografia nacional. No âmbito internacional, Sójovem consolidou-se como referência ao participar e organizar intercâmbios, seminários e projetos de voluntariado europeu, fortalecendo a troca de experiências entre culturas distintas.

Estas iniciativas permitiram à Associação desenvolver ampla experiência em relações internacionais, promovendo a troca intercultural e a construção de pontes entre comunidades de diversas nações.

Atualmente, a associação mantém parcerias estratégicas com programas como Erasmus+ Juventude em Ação, Erasmus+ Sport, Corpo Europeu de Solidariedade e Europa para os Cidadãos, ampliando sua atuação e impacto.



OBJETIVOS DA ASSOCIAÇÃO

Objetivo Geral

Promover a cooperação e solidariedade dos jovens, através de iniciativas que visem abordar temáticas adequadas. Contribuir para uma melhor ocupação dos tempos livres do público-alvo, cooperando com todas as entidades públicas e privadas capazes de dignificar os objetivos propostos.

Objetivos Específicos

- Aproximar a associação da comunidade envolvente;
- Transmitir informações relevantes por meio do site e das nossas redes sociais;
- Fornecer aos jovens informações sobre os programas e oportunidades de mobilidade existentes;
- Despertar o interesse do voluntariado juvenil;
- Formar voluntários em áreas específicas de atuação;
- Cultivar o espírito de amizade e serviço voluntário para jovens;
- Promover a cooperação e a solidariedade entre os seus membros com base na realização e apoio a iniciativas relacionadas com a juventude;
- Afirmar-se como um substituto do tempo livre dos jovens para cooperar no desenvolvimento da comunidade e prevenir comportamentos desviantes.

PÚBLICO-ALVO

O público-alvo principal da Sójovem são as crianças e jovens de Ermesinde. No entanto, devido ao sucesso das iniciativas realizadas, a associação expandiu seu alcance para toda a região do Porto, envolvendo um número cada vez maior de participantes.

Handwritten notes and signatures in the top right corner, including the text "Temo Porto" and several illegible signatures.

MARKETING & COMUNICAÇÃO

Com os olhos postos nas tendências do mercado laboral e no crescimento das ferramentas digitais, a Sójovem prioriza a comunicação eficaz como um dos pilares da sua estratégia. A sua presença online é fortalecida através de um site oficial, redes sociais (Facebook, Instagram e LinkedIn) e colaborações com parceiros promotores.

No ano de 2026, a Associação irá apostar numa nova abordagem ao introduzir o Tiktok como uma das suas redes sociais, tendo como objetivo aumentar o alcance e o reconhecimento junto do público mais jovem.

Complementando esta abordagem digital, campanhas de marketing tradicional, como cartazes, mupis e distribuição de flyers, são utilizadas para reforçar a visibilidade a nível local e promover a adesão de novos associados.

COMPROMISSO COM O FUTURO

Comprometida com o desenvolvimento sustentável, a Associação integra práticas que incentivam o uso consciente de recursos e o envolvimento ativo da comunidade em ações que promovam a inclusão social e valorizem tanto o indivíduo quanto o coletivo. Essa visão reflete seu empenho em construir um futuro mais inclusivo e responsável.

Em 2026, a Associação pretende fortalecer ainda mais a sua relação com a comunidade local, ampliando sua presença em eventos e atividades que promovam a interação direta com a população.

ATIVIDADES A DESENVOLVER



Para atingir os objetivos anteriormente referidos, as iniciativas serão direcionadas à construção de uma sociedade mais inclusiva, conectada e sustentável, alinhando-se aos eixos definidos pelo Plano Nacional para a Juventude.

1. Emancipação e autonomia

• gerAÇÃO29 - Afirma-te Já

O gerAÇÃO29 é um projeto da Associação SóJovem que apoia jovens NEET (18-29 anos), promovendo o desenvolvimento de competências pessoais, digitais e profissionais, através de oficinas, mentoria e experiências reais de formação e emprego, para facilitar a sua integração sustentável no mercado de trabalho

Objetivos Gerais

- Promover a inclusão profissional e social: Criar percursos personalizados que ajudem cada jovem a sentir-se parte ativa da comunidade e do mercado de trabalho.
- Desenvolver competências pessoais, sociais e profissionais: Proporcionar experiências práticas que reforcem o autoconhecimento, a comunicação e a capacidade de trabalhar em equipa.
- Aumentar a autonomia, a confiança e a empregabilidade dos jovens: incentivar os jovens a acreditarem nas suas capacidades e a assumirem um papel ativo na construção do seu futuro.
- Facilitar o acesso a oportunidades reais de formação, estágio ou trabalho: Estabelecer pontes entre os jovens e o tecido empresarial, garantindo experiências concretas de inserção profissional.



• Mundo de Oportunidades

O projeto Mundo de Oportunidades visa capacitar os jovens a explorar e aproveitar as diversas possibilidades de desenvolvimento pessoal, educacional e profissional. Através de palestras, materiais educativos e suporte contínuo, pretende-se apresentar um leque de recursos e ferramentas que permitam aos jovens tomar decisões informadas e construir um futuro promissor.

Objetivos Gerais

- Ampliar os horizontes dos jovens, sensibilizando-os para as oportunidades disponíveis no seu percurso formativo e profissional.
- Capacitar os jovens com ferramentas práticas para aceder a programas, projetos e iniciativas de desenvolvimento pessoal.
- Estimular a proatividade e a autoconfiança, incentivando os jovens a explorar ativamente as opções que lhes são apresentadas.

Objetivos Específicos

- Identificar e divulgar programas relevantes, como bolsas de estudo, intercâmbios, estágios e eventos comunitários.
- Proporcionar experiências interativas em palestras que incluam partilha de histórias reais de jovens e especialistas.
- Criar plataformas de suporte para orientar e acompanhar os jovens no acesso a oportunidades específicas.
- Promover debates abertos e atividades dinâmicas que fomentem o diálogo sobre interesses e aspirações dos jovens.
- Fortalecer as redes de apoio comunitário através de parcerias com escolas e entidades locais.

• SóCozinha

O SóCozinha é uma iniciativa da Associação SóJovem, criada com o propósito de promover a troca cultural entre diferentes comunidades, incentivando o conhecimento mútuo e a valorização das diversas culturas do mundo. Este evento, realizado mensalmente, presencialmente ou por meio de conteúdos digitais, oferece aos participantes uma experiência imersiva, na qual tradições, histórias, gastronomia, música e outras expressões culturais são compartilhadas, criando um ambiente de aprendizagem, celebração e inclusão.

Ao longo do projeto, o SóCozinha procura inspirar o respeito à diversidade cultural, fomentar o diálogo intercultural e fortalecer os laços comunitários. É um espaço dedicado à descoberta, à convivência e ao entendimento global, promovendo uma sociedade mais inclusiva e tolerante.

Objetivos Gerais

- Promover o intercâmbio cultural e a diversidade como ferramentas para uma sociedade mais inclusiva e tolerante.
- Sensibilizar os participantes para a riqueza das tradições e valores culturais de diferentes regiões do mundo.
- Criar um espaço de convivência onde as pessoas possam aprender, compartilhar e celebrar as diferenças culturais.

Objetivos Específicos

- Proporcionar aos participantes experiências práticas e sensoriais, como degustação de pratos típicos.
- Incentivar a participação ativa da comunidade local por meio do envolvimento de voluntários e parceiros na organização do evento.
- Convidar representantes de diferentes culturas para compartilharem as suas histórias e conhecimentos, promovendo um contato direto e genuíno.
- Estimular o diálogo intercultural e a reflexão sobre a importância da diversidade cultural em um mundo globalizado.
- Consolidar o SóCozinha como um espaço de referência para a celebração e preservação cultural na comunidade.

2. Educação, formação e ciência

• **Academia de Competências e Educação Não Formal**

Este projeto é destinado a capacitar jovens desempregados em situação de vulnerabilidade social, econômica e educativa, promovendo o desenvolvimento das suas competências pessoais, sociais e profissionais, e facilitando a sua integração no mercado de trabalho e a sua participação ativa na sociedade. Através de formações personalizadas, apoio vocacional contínuo e atividades lúdico-pedagógicas, os participantes desenvolvem ferramentas para superar desafios vocacionais, construir projetos de vida sólidos e enfrentar as transições com maior confiança. O projeto inclui mentoria comunitária, workshops práticos de expressão, oficinas digitais e parcerias com empresas para estágios profissionais, proporcionando experiências que fortalecem a autonomia, a cidadania e a autoestima.

Objetivos Gerais

- Promover o desenvolvimento pessoal, social e vocacional dos jovens em situação de vulnerabilidade.
- Capacitar os participantes com ferramentas práticas para facilitar a sua inserção no mercado de trabalho.
- Fomentar a autonomia, a cidadania ativa e a integração social dos jovens participantes.

Objetivos Específicos

- Aumentar a participação dos jovens em atividades sociais, fomentando a sua inclusão comunitária ao longo de 6 meses de projeto.
- Melhorar a capacidade de comunicação dos jovens, com foco na expressão verbal e no uso eficaz de ferramentas digitais.
- Promover o desenvolvimento de competências de autonomia e cidadania, incentivando os jovens a assumir um papel ativo nas suas comunidades.
- Facilitar a inserção dos participantes em posições profissionais alinhadas aos seus interesses, num prazo de até 6 meses após a sua integração no projeto.

P.A. *Maia Porto*
H. P. P. P. P.

• Empregar+ - Fundação Calouste Gulbenkian

O Empregar+ é um projeto de 18 meses que visa promover a inclusão profissional de jovens NEET (16–34 anos) na Área Metropolitana do Porto (Maia Porto, Valongo), através de um modelo integrado que combina capacitação, orientação personalizada, experiências reais de trabalho e envolvimento comunitário.

Objetivos Gerais

- Aumentar a empregabilidade por meio de formação em literacia digital e financeira e competências transversais.
- Reforçar a autonomia, a autoestima e a motivação por meio de orientação vocacional e acompanhamento individual.
- Criar uma ponte eficaz entre jovens e o mercado de trabalho, por meio de estágios, job shadowing, mentoria e feiras de emprego.
- Construir redes locais de apoio entre associações, escolas, empresas e comunidade, garantindo continuidade e impacto sustentável.

• Inglês para todos

O projeto oferece sessões dinâmicas e informais de ensino da língua inglesa, destinadas a jovens em contextos sociais desfavorecidos. Através de métodos interativos e práticos, os participantes têm acesso a um ambiente de aprendizagem que facilita a compreensão e utilização do inglês em situações reais do quotidiano, promovendo uma abordagem acessível e envolvente.

Objetivos Gerais

- Proporcionar a aprendizagem da língua inglesa a jovens em situação de vulnerabilidade social, desenvolvendo as suas competências de comunicação e expressão.

Objetivos Específicos

- Garantir a aquisição de vocabulário essencial para o dia a dia, promovendo a expressão oral e escrita.
- Capacitar os jovens para compreender e interpretar textos simples e funcionais.
- Estimular o diálogo em inglês com outros jovens, incluindo aqueles de diferentes origens culturais.

• Youth Sessions

O Youth Sessions é uma iniciativa mensal que pretende criar um espaço dinâmico, seguro e inclusivo, onde os jovens podem conviver, participar de atividades sociais variadas e construir relações positivas com a comunidade. Estas sessões incluirão jogos de tabuleiro, jogos digitais, dinâmicas de grupo, debates informais, momentos criativos e música, entre outras atividades pensadas para estimular a interação, a criatividade e o bem-estar emocional.

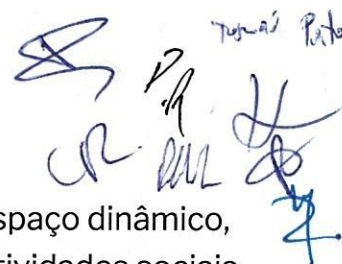
A atividade surge como resposta à necessidade de reforçar a participação juvenil, combater o isolamento social e promover um ambiente saudável em que todos se sintam bem-vindos.

Objetivos Gerais

- Promover o convívio social e o bem-estar dos jovens por meio de encontros mensais que integrem atividades lúdicas, criativas e participativas.
- Criar um espaço inclusivo onde jovens possam descobrir interesses, expressar-se livremente e se conectar com outros, por meio de atividades informais e experiências partilhadas.
- Fomentar momentos de convívio saudável e de aprendizagem não formal, oferecendo aos jovens oportunidades de interação positiva fora do contexto escolar.
- Reforçar o sentimento de pertença e o envolvimento juvenil na comunidade por meio de encontros mensais que valorizam a expressão, o diálogo e a participação ativa.

Objetivos Específicos

- Estimular a interação social e o desenvolvimento de competências como comunicação, cooperação e trabalho em equipa.
- Proporcionar um espaço seguro e inclusivo onde os jovens possam conviver e fortalecer o sentimento de pertença à comunidade.
- Oferecer atividades lúdicas e sociais diversificadas que promovam o bem-estar emocional e ofereçam alternativas saudáveis de ocupação dos tempos livres.



Tupã's Pato

RA 18/01/2026



3. Cidadania e participação

• Concurso de fotografia

O Concurso de Fotografia incentiva jovens até aos 30 anos a expressarem-se artisticamente por meio da fotografia, refletindo sobre temas sociais e culturais. A atividade promove a valorização das manifestações culturais locais, sensibilizando a comunidade e estimulando a criatividade dos participantes.

Objetivos Gerais

- Promover a expressão artística e cultural da população local através da fotografia.

Objetivos Específicos

- Incluir jovens residentes em Ermesinde no concurso.
- Promover o uso da fotografia como meio de reflexão sobre temas sociais e culturais.

• O Futuro: Azul e Verde

"O Futuro: Azul e Verde" é uma iniciativa que promove práticas ecológicas locais e sensibiliza as comunidades para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), envolvendo escolas, parceiros e a população em ações colaborativas. O projeto foca na literacia hídrica e ecológica, fortalecendo a cooperação regional e incentivando ações sustentáveis no dia a dia.

Objetivos Gerais

- Promover práticas ecológicas e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) a nível local.

Objetivos Específicos

- Promover ações individuais entre os jovens.
- Aumentar o conhecimento da comunidade sobre literacia hídrica e ecológica.
- Sensibilizar a população local para questões ambientais.
- Criar iniciativas locais colaborativas centradas em práticas ecológicas.

• **Holiday Camps (Easter, Summer e Christmas)**

Os Holiday Camps são iniciativas educativas e recreativas que promovem o crescimento e o desenvolvimento de crianças e jovens durante as interrupções letivas (Páscoa, verão e Natal). Estes campos têm como objetivo proporcionar experiências enriquecedoras que combinam diversão, aprendizagem e desenvolvimento pessoal, promovendo competências sociais, culturais e desportivas num ambiente seguro e estimulante. Durante os Holiday Camps, serão abordados temas como sustentabilidade ambiental, direitos humanos, igualdade, inclusão social e gestão de emoções.

Objetivos Gerais

- Promover a inclusão social de crianças e jovens através do acesso a atividades lúdico-pedagógicas que contribuam para o seu crescimento e desenvolvimento integral.

Objetivos Específicos

- Sensibilizar crianças e jovens para temas e preocupações atuais, utilizando metodologias de educação não formal e o "aprender fazendo".
- Proporcionar atividades que estimulem o desenvolvimento de soft skills, como criatividade, trabalho em equipa, liderança, comunicação, adaptabilidade e capacidade de resolução de problemas.
- Priorizar atividades em grupo para promover companheirismo e empatia entre os participantes.

• Do 8 ao 80

Este é um projeto intergeracional que visa unir jovens e idosos em torno de temas relevantes da sociedade atual. Propomos a criação de espaços de encontro e reflexão que promovam diálogo, a troca de experiências e o fortalecimento de laços comunitários, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva, justa e equitativa. Através de debates, workshops, palestras e dinâmicas culturais, este programa irá abordar questões como os Direitos Humanos, Democracia, Educação, Inclusão Digital, Sustentabilidade, entre outros, estimulando assim a participação e a aprendizagem entre gerações.

Objetivos Gerais

- Promover o debate intergeracional sobre variados temas da sociedade atual.
- Fortalecer laços entre diferentes gerações.
- Fomentar a Cidadania e Participação na construção de uma sociedade mais inclusiva, justa e equitativa.

Objetivos Específicos

- Criar laços para a troca de experiências e conhecimentos entre jovens e idosos, promovendo o diálogo intergeracional.
- Abordar temas contemporâneos de relevância social, como sustentabilidade, inclusão digital, saúde mental, direitos humanos e de gênero.
- Estimular a empatia, a solidariedade e o fortalecimento das relações comunitárias.
- Promover a conscientização sobre a importância da cidadania ativa e da participação cívica.
- Valorizar a diversidade de experiências e perspectivas como elemento enriquecedor da sociedade.
- Contribuir para a formação de jovens como agentes transformadores nas suas comunidades.

• So(u)Jovem na Europa: Educar para a cidadania

Esta iniciativa pretende capacitar os jovens para uma cidadania ativa, dando-lhes acesso a oportunidades de aprendizagem informal e não formal, tanto a nível nacional como europeu, assim como promover o conhecimento sobre programas disponíveis, fomentar a participação cívica e reforçar competências essenciais para o seu desenvolvimento pessoal e profissional. Para tal, serão dinamizadas sessões disseminadoras sobre o Erasmus+, apoio à apresentação de candidaturas a projetos europeus e a promoção do balcão Eurodesk como ponto de informação. O projeto integra também os Cursos de Gestão e Escrita de Projetos, que orientam jovens e adultos de Valongo na identificação de oportunidades de financiamento e no desenvolvimento de projetos, contribuindo para a capacitação da comunidade.

Objetivo Geral

- Promover a participação ativa dos jovens na sociedade, reforçando a sua identidade europeia e o desenvolvimento de competências essenciais.

Objetivos Específicos

- Sensibilizar os jovens para oportunidades de mobilidade e aprendizagem na Europa.
- Incentivar a cidadania ativa e o envolvimento da juventude em iniciativas comunitárias.
- Apoiar a capacitação de jovens e organizações locais para a gestão de projetos e acesso a financiamento.
- Reforçar a ligação entre a Associação SóJovem e a comunidade, promovendo o seu papel como agente de desenvolvimento juvenil.

4. Estilos de vida saudáveis

• Movimento Jovem

O “Movimento Jovem” procura dar resposta à necessidade de criar espaços atrativos e dinâmicos para os jovens, num contexto onde a tecnologia e o sedentarismo limitam muitas vezes a interação presencial e a prática desportiva. Este projeto visa oferecer alternativas recreativas e saudáveis, contribuindo para o bem-estar físico e mental dos jovens, além de incentivar a formação de relações significativas e a participação em comunidade. Pretendemos, mensalmente, reunir e envolver jovens em atividades dinâmicas e desafiadoras, como paintball, escape rooms, surf, torneios de desportos coletivos, entre outros, criando um ambiente saudável para a diversão, cooperação e aprendizagem. Estas atividades são, ainda, pensadas para estimular habilidades como liderança, estratégias e trabalho de grupo.

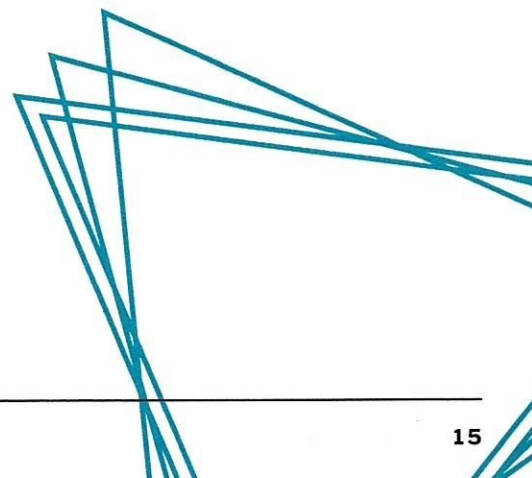


Objetivos Gerais

- Incentivar a prática desportiva
- Desenvolver competências interpessoais através de atividades mensais
- Promover o trabalho em equipa, a interação social e a criação de hábitos saudáveis entre os jovens participantes

Objetivos Específicos

- Oferecer espaços para a prática de desporto e atividades recreativas em grupo
- Desenvolver competências como liderança, comunicação, cooperação e resolução de problemas
- Estimular a interação social e a formação de laços comunitários entre os jovens
- Promover a inclusão social através de atividades acessíveis e diversificadas
- Fomentar o envolvimento dos jovens em atividades que promovam a saúde física e mental



• Youth Month

O Youth Month é um mês dedicado à celebração da juventude por meio de momentos de aprendizagem informal e de participação ativa. Mantendo a ligação com o Mês Global do Voluntariado, esta iniciativa pretende reforçar o envolvimento juvenil por meio de experiências leves, criativas e socialmente significativas.

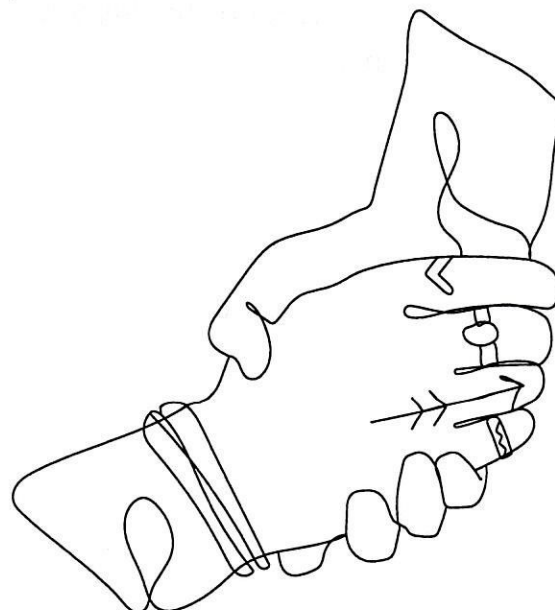
Ao longo do mês, serão promovidas atividades diversificadas — desde eventos culturais, jam sessions, encontros temáticos, tertúlias, convívios criativos e espaços abertos de expressão — que permitam aos jovens explorar interesses, desenvolver competências e fortalecer laços comunitários num ambiente descontraído e inclusivo.

Objetivos Gerais

- Promover a participação ativa e o desenvolvimento pessoal dos jovens por meio de um mês dedicado a iniciativas informais, culturais e comunitárias que valorizem a criatividade e a expressão juvenil.

Objetivos Específicos

- Envolver os jovens em atividades culturais, sociais e expressivas que estimulem a criatividade, o sentido crítico e a ligação à comunidade.
- Criar oportunidades de encontro e partilha em que os jovens possam expressar talentos, interesses e opiniões em ambientes abertos e acolhedores.
- Celebrar a juventude por meio de eventos variados que reforcem a participação ativa, o espírito de iniciativa e a construção de relações positivas.



5. Cultura e criação livre

• **Atelier de Música**

O Atelier de Música é um espaço aberto, seguro e acolhedor onde jovens podem explorar livremente a música, praticar instrumentos, colaborar entre si e desenvolver suas competências musicais de forma informal. Este atelier funciona como um ambiente de aprendizagem entre pares, promovendo a troca de conhecimentos, a criatividade espontânea e a construção de relações positivas.

Os participantes têm acesso aos instrumentos da associação e podem experimentar, praticar individualmente, participar em pequenas jam sessions, colaborar com outros jovens e desenvolver a sua expressão artística ao seu próprio ritmo. O objetivo é criar um ambiente descontraído, amigável e inclusivo, onde todos se sintam confortáveis para aprender, errar, descobrir e criar.

Objetivos Gerais

- Fomentar o interesse e a apreciação pela música como forma de expressão artística e cultural.
- Proporcionar um ambiente inclusivo e motivador que permita o desenvolvimento musical dos participantes.
- Contribuir para o desenvolvimento pessoal e social dos participantes através da prática musical.

Objetivos Específicos

- Promover a expressão artística e musical dos jovens por meio de um ambiente de experimentação livre e prática colaborativa.
- Incentivar a aprendizagem entre pares, criando um espaço onde os jovens partilham conhecimentos, técnicas e inspirações musicais.
- Fomentar um espaço comunitário inclusivo, acolhedor e seguro que fortaleça a autoconfiança, a socialização e o bem-estar dos participantes.



PA
Tudo Pronto
7.
PA
PA

O SóCultura é um projeto desenvolvido pela associação com o intuito de promover a troca cultural entre comunidades, enriquecendo o conhecimento sobre diferentes tradições e identidades do mundo. Este evento mensal oferece uma experiência imersiva onde os participantes podem partilhar as suas histórias, gastronomia, música e expressões artísticas, criando um espaço de aprendizagem, celebração e respeito pela diversidade. Através desta iniciativa, fomentamos a inclusão e o diálogo intercultural, fortalecendo laços comunitários e promovendo um entendimento global mais amplo.

Objetivos Gerais

- Promover o intercâmbio cultural e a diversidade como ferramentas para uma sociedade mais inclusiva e tolerante.
- Sensibilizar os participantes para a riqueza das tradições e valores culturais de diferentes regiões do mundo.
- Criar um espaço de convivência onde as pessoas possam aprender, partilhar e celebrar as diferenças culturais.

Objetivos Específicos

- Proporcionar aos participantes experiências práticas e sensoriais, como degustação de pratos típicos, danças tradicionais e música autêntica.
- Incentivar a participação ativa da comunidade local, através do envolvimento de voluntários e parceiros na organização do evento.
- Convidar representantes de diferentes culturas para partilharem as suas histórias e conhecimentos, promovendo um contato direto e genuíno.
- Estimular o diálogo intercultural e a reflexão sobre a importância da diversidade cultural em um mundo globalizado.
- Consolidar o SóCultura como um espaço de referência para a celebração e preservação cultural na comunidade.



• A Arte do Teatro

“A Arte do Teatro” é um conjunto de workshops mensais conduzidos por um dos nossos trabalhadores juvenis com experiência na área teatral. Concebidos para um nível básico, estes workshops garantem a inclusão de todos os jovens locais, proporcionando uma introdução acessível às artes cénicas. Durante as sessões, os participantes explorarão técnicas de voz, presença em palco, metodologias teatrais e interpretação. No final, terão a oportunidade de apresentar um monólogo num evento de showcase, promovendo a expressão artística e a autoconfiança.

Objetivo Geral

- Aumentar o interesse dos jovens pelo teatro, promovendo as artes a nível local e reforçando a sua integração na comunidade.

Objetivos Específicos

- Oferecer oportunidades acessíveis para jovens, especialmente aqueles com menos recursos.
- Sensibilizar os participantes para temas sociais através do teatro.
- Desenvolver a autoconfiança, autoconsciência e autoestima dos jovens por meio da prática teatral.

PROJETOS (INTER)NACIONAIS



▼ Projetos Nacionais

ESTATUTO	PROJETO	ESTADO
Promotor	PAAJ	A iniciar
Promotor	Sockids	A iniciar
Promotor	Formar +	A iniciar
Promotor	Férias 5.0	A iniciar
Promotor	Geração Z	A iniciar
Promotor	Campos de Trabalho Internacionais	A iniciar
Promotor	Empregar+	A decorrer
Promotor	gerAÇÃO29	A decorrer
Promotor	Programa de Integração e Inserção Socioprofissional (PIIS)	A decorrer

▼ Projetos Internacionais

ESTATUTO	PROJETO	TIPO	ESTADO
Parceiro	Cooltural Layers: criando patrimonio en 3D	KA1	A iniciar
Promotor	Acreditação Erasmus+	KA150	A decorrer
Parceiro	Geleceği Şekillendir!	KA1	A decorrer
Promotor	Corpo Europeu de Solidariedade 2024	ESC	A decorrer
Promotor	Corpo Europeu de Solidariedade 2025	ESC	A decorrer



Por meio de colaborações estratégicas, procuramos estabelecer sinergias que possibilitem o desenvolvimento de projetos e iniciativas capazes de oferecer soluções sustentáveis para o nosso público-alvo e parceiros. Assim, a Sôjovem pretende afirmar-se como um aliado essencial na construção de respostas eficazes, gerando benefícios mútuos para todas as partes envolvidas.

A seguir, apresentamos as nossas entidades parceiras:

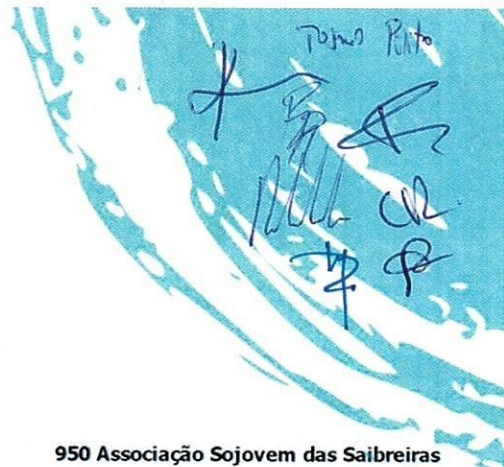
- ▶ Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ);
- ▶ Centro de Emprego da Maia;
- ▶ Centro de Emprego de Valongo;
- ▶ Município de Valongo;
- ▶ Município da Maia;
- ▶ Município de Baião;
- ▶ Agência Nacional Erasmus+ Juventude em Ação;
- ▶ Fundação La Caixa;
- ▶ Fundação Calouste Gulbenkian;
- ▶ Junta de Freguesia de Ermesinde;
- ▶ Junta de Freguesia da Cidade da Maia;
- ▶ Centro Social e Paroquial de Alfena;
- ▶ Casa do Povo de Ermesinde;
- ▶ Sociedade Comercial C. Santos, AS;
- ▶ REVEPAN;
- ▶ ADICE;
- ▶ Instituto Bom Pastor;
- ▶ Agrupamento das Escolas de Ermesinde;
- ▶ Agrupamento das Escolas de S. Lourenço;
- ▶ Escola Básica e Secundária de Campo;
- ▶ Polícia de Segurança Pública (PSP);
- ▶ Bombeiros Voluntários de Ermesinde (BVE);
- ▶ Bombeiros Voluntários de Baião (BVB);
- ▶ Fórum Cultural de Ermesinde;
- ▶ Cindor;
- ▶ FAJDP;
- ▶ Portugal Dance Academy;



ORÇAMENTO 2026



ORÇAMENTO



Demonstração Resultados (SNC ME)

950 Associação Sojovem das Saibreiras
4445-475
503882372

RUBRICAS	2026	DEZEMBRO 2025	PERÍODOS - SETEMBRO	
			2025	2024
Vendas e serviços prestados	216 112,86 €	236186,34	359778,09	321200,17
Subsídios à exploração	161 112,86 €	102521,35		27199,53
Variação nos inventários da produção				
Trabalhos para a própria entidade				
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas				
Fornecimentos e serviços externos	201520,28	172683,81	129512,86	138573,86
Gastos com o pessoal	175705,44	141550,40	106162,80	124520,86
Imparidades (perdas/reversões)				
Provisões (aumentos/reduções)				
Outros rendimentos				
Outros gastos	7,61	6,92	5,19	1022,21
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos	0,00 €	24466,56	124097,24	84282,77
Gastos/reversões de depreciação e de amortização				
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)	0,00 €	24466,56	124097,24	84282,77
Gasto líquido de financiamento				
Resultado antes de impostos	0,00 €	24466,56	124097,24	84282,77
Imposto sobre o rendimento do período				
Resultado líquido do período	0,00 €	24466,56	124097,24	84282,77

O Orçamento para o ano de 2026, obedeceu à projeção do orçamento executado no período de janeiro a setembro de 2025. No entanto, é possível observar que esta projeção sofre alterações em quase todas as rubricas, como forma de ajustado às expetativas, relativamente à contratação de pessoal, aumento de preços dos Fornecimentos de Serviços Externos, bem como a adequação das receitas previstas.

Importa referir que se prevê 11% no aumento da Receita e um aumento médio de 17% na despesa.

P. A.
Teresa Bato



NOTA FINAL

O Plano de Atividades para 2026 reflete o compromisso contínuo da Sôjovem em criar oportunidades significativas para os jovens, promovendo o seu desenvolvimento pessoal, social e profissional. Através de iniciativas inovadoras e da colaboração com a comunidade e parceiros, procuramos reforçar o nosso impacto e consolidar a associação como um espaço de aprendizagem, inclusão e crescimento.

Com uma equipa motivada e determinada, enfrentaremos este novo ano com entusiasmo e dedicação, garantindo que cada projeto e atividade contribua para a construção de uma sociedade mais participativa e dinâmica. Queremos que a Sôjovem continue a ser um espaço onde a partilha de experiências, o envolvimento ativo e a criatividade são valorizados, tornando-se uma referência a nível local, nacional e internacional.

2026 será ano de consolidação e afirmação na Intervenção Social junto dos jovens.

VOTAÇÕES

Aprovado por unanimidade em Reunião de Direção a 08 de Dezembro de 2025

O Presidente

Pedro Ramalho Teixeira

Pedro Daniel Ramalho Teixeira

Vice-presidente

Tomás Pinto

Tomás Martins Pinto

Secretário

Pedro Pereira

Pedro Osvaldo Oliveira Pereira

Tesoureira

Helena Martins Pinto

Helena Martins Pinto

Vogal

Catarina Ramalho

Catarina Sofia Ramalho Ferreira

Aprovado por unanimidade em Assembleia Geral, a 22 de Dezembro de 2025

O Presidente

Tiago Filipe Ramalho Teixeira

Tiago Filipe Ramalho Teixeira

1º Secretário

Pedro Dinis

Pedro Dinis das Neves Ramalho

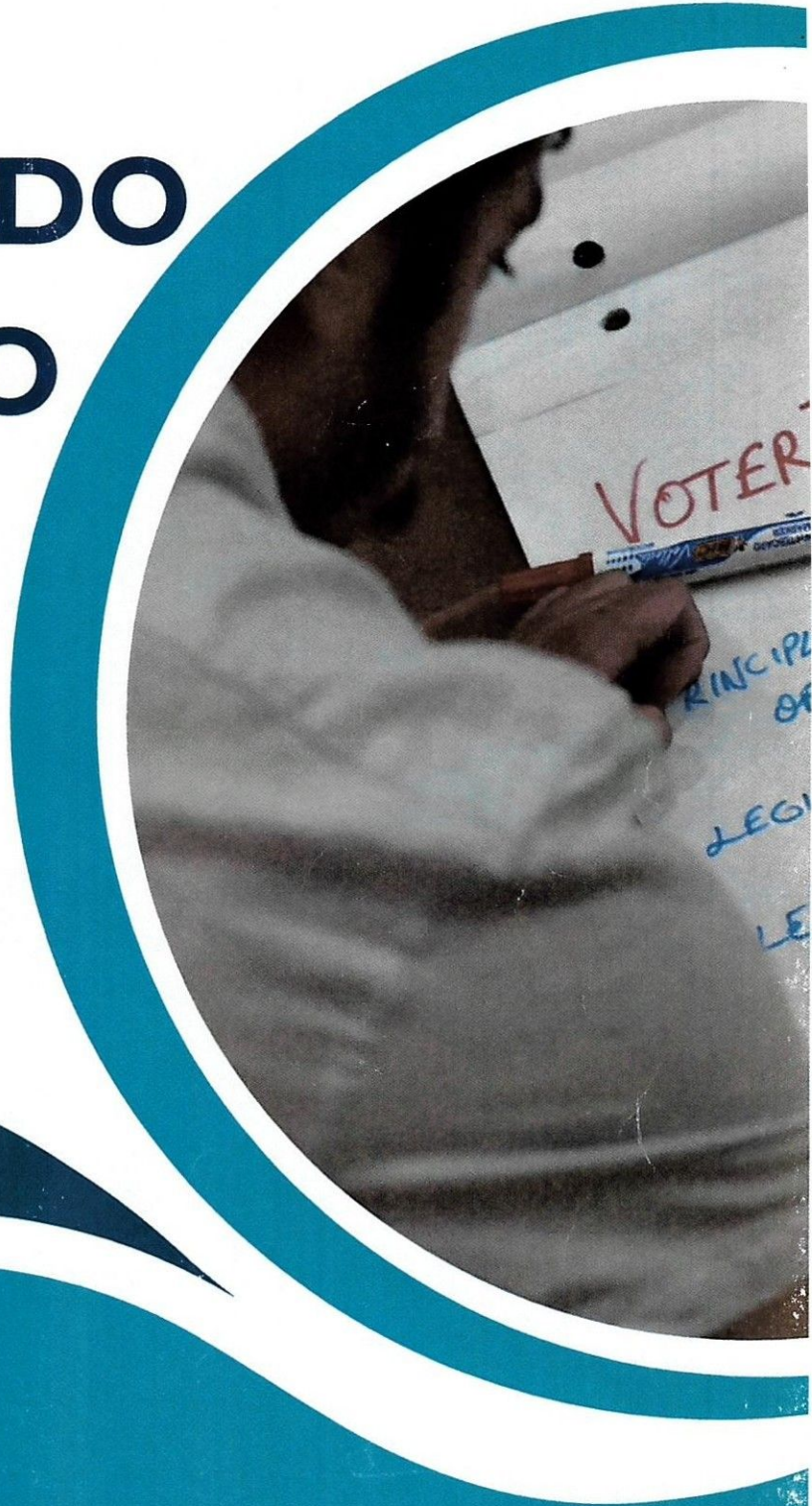
Pelo 2º Secretário

Luís Miguel

Luís Miguel Mendes Ramalho



PARECER DO CONSELHO FISCAL 2026



Parecer do Conselho Fiscal

“O resultado do esforço demonstrado nos documentos provisionais estratégicos da Associação, tem demonstrado o rigor na gestão da organização, por essa razão, o Conselho Fiscal, reunido a 12 de dezembro de 2025, decidiu, por unanimidade, emitir o seu parecer favorável ao Plano de Atividades e Orçamento para 2026.

A continuidade e adaptação das atividades, bem como a preocupação pela sustentabilidade transmite um conforto e confiança na gestão da organização, sem reservas.”

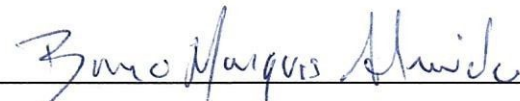
O Presidente do Conselho Fiscal



Marco António Moura Teixeira de Sousa

1º Vogal

2º Vogal


Bruno Mateus Marques de Almeida
Cármen Sofia de Sousa Santos



CONTACTO

🏠 Associação Sójovem das Saibreiras

📍 Rua Rodrigues de Freitas, 1202
4445-636, Ermesinde

☎️ (+351) 22 973 0108

🌐 www.sojovem.org

📘 <https://www.facebook.com/associacaosojovem>

📷 @associaçaosojovem

