

ASSOCIAÇÃO
“POSITIVE LIFE”
**DOSSIER DE
APRESENTAÇÃO
DO POSITIVE
WORLD**



www.positiveworld.pt



Associação
Positive
Life





A ASSOCIAÇÃO POSITIVE LIFE

A **Associação Positive Life** é uma associação, sem fins lucrativos, criada em Portugal no ano 2024.

Resultou do sonho de juntar pessoas com **vidas positivas**, que estão dispostas a contribuir para a sociedade nos seus vários domínios.

As receitas da **Associação Positive Life** provêm de donativos recebidos de empresas e particulares, e servem exclusivamente para apoiar projetos de pessoas ou organizações que demonstrem inequivocamente que o apoio pode fazer a diferença no seu desenvolvimento futuro.





POSITIVE WORLD/ MUNDO POSITIVO

O projeto **Positive World/Mundo Positivo** nasceu no início do ano 2020 numa lógica de aproximar as pessoas que partilham a mesma **visão positiva** sobre a vida e o sobre o mundo.

Depois de uma interrupção temporal motivada pela Pandemia da COVID'19, o projeto renasceu integrada numa Associação Sem Fins Lucrativos – a **“POSITIVE LIFE”**.

Sun Tzu no seu livro **“A arte da guerra”** refere que *“o combatente inteligente olha para o efeito combinado da energia e percebe que não necessita de tantos indivíduos assim”*, assumindo então que o importante é a capacidade de escolher as pessoas certas e utilizar a mesma energia combinada. Dessa forma, e citando ainda Sun Tzu¹ *“a vantagem estratégica desenvolvida por bons guerreiros é como um movimento de uma pedra rolando por uma montanha de 500 metros de altura”* fazendo com que a força necessária seja insignificante comparada com os resultados espetaculares.

Os desafios futuros do mundo precisam de **Pessoas Positivas**, com **Vidas Positivas** e arrojadadas e com a firme convicção de que cada um de nós pode fazer mais e melhor.

Os membros do **Positive World**, partilham dessa visão e acreditam que **a mudança começa em cada um de nós**.

No que diz respeito à mensagem que se pretende transmitir, o foco será colocado na importância da relação corpo/mente, com destaque para o trabalho da mente, uma vez que é o cérebro que detém o comando dos nossos pensamentos e ações.

A Missão do Positive World é promover uma mentalidade positiva e otimista, nomeadamente, através da educação.

¹ Fonte: http://unes.br/Biblioteca/Arquivos/A_Arte_da_Guerra_L&PM.pdf



POSITIVIDADE

A definição de positividade remete para a psicologia positiva. A missão da psicologia positiva é entender e promover os fatores que permitem que indivíduos, comunidades e sociedades floresçam (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Seis factos científicos são evidenciados pela principal especialista mundial em positividade Barbara Fredrickson²; no seu entender, a positividade:

1. **Cria emoções positivas;**
2. **Muda o funcionamento da mente individual;**
3. **Transforma o futuro;**
4. **Coloca um travão na negatividade;**
5. **Obedece a um ponto de inflexão;**
6. **Pode ser aprendida e cultivada.**

É impossível viver a positividade 100% do nosso tempo, pois isso quase negaria a nossa humanidade; importante é que na relação entre interações positivas e negativas, o saldo seja positivo e satisfatório para gerar relacionamentos felizes e saudáveis.

Por outro lado, é inegável que existe um corelacionamento forte entre o positivismo, a felicidade e o bem-estar, ou seja, pessoas com comportamentos mais positivos, por norma, são mais felizes e referem sentir-se bem com as suas vidas.

Também é verdade que pessoas que se dizem mais felizes têm comportamentos mais positivos; a grande diferença é que enquanto a Felicidade é de difícil medição e bastante subjetiva, pois tem a ver com o contexto e com o momento, a Positividade é mais facilmente sentida no relacionamento e na comunicação entre as pessoas.

2 Barbara L. Fredrickson, Ph.D. Kenan Distinguished Professor; Department of Psychology and Neuroscience; University of North Carolina at Chapel Hill; Director, Positive Emotions and Psychophysiology Laboratory; President, International Positive Psychology Association. Disponível em: <https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/faculty-profile/barbara-l-fredrickson-phd>.



VÁRIOS ESTUDOS REFEREM QUE PESSOAS POSITIVAS VIVEM MAIS TEMPO.

Uma pesquisa³ realizada durante cinco anos pela *University College of London* confirmou que pessoas felizes e positivas vivem mais.

Quatro mil pessoas entre os 52 e 79 anos foram acompanhadas no período e a conclusão é a de que os que “estão de bem com a vida” têm 35% menos probabilidades de morte prematura.

Outros estudos recentes confirmam a pesquisa; um estudo realizado pela Universidade de Illinois, nos Estados Unidos, afirma que o bom humor reduziu a incidência de hormônios relacionados com stress e também fortalece o sistema imunológico, enquanto que a ansiedade, depressão e pessimismo foram ligados a doenças e redução do tempo de vida.

Ser positivo, acreditar que coisas boas vão acontecer e que o futuro será favorável, pode contribuir para uma esperança de vida superior entre 11 a 15% mais do que pessoas menos otimistas, de acordo com um estudo publicado no periódico PNAS (*Proceedings of the National Academy of Sciences*)⁴.

Segundo esta investigação, indivíduos positivos alcançam uma “longevidade excepcional”, chegando à idade de 85 anos ou mais, independentemente do status socioeconômico, condições de saúde, depressão, integração social ou hábitos de vida (alimentação, tabagismo e consumo de álcool).

Clovis Dattoli⁵, refere que existe uma correlação entre o otimismo e o sucesso profissional, e vai mais longe quando afirma que o otimismo faz parte das características de empreendedores de sucesso e, claro, de profissionais apaixonados pela sua área profissional, especialmente daqueles que prosperam no exercício da liderança.

3 Fonte: <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude/bem-estar/pessoas-felizes-vivem-mais-diz-estudo,0f883f04c2f27310VgnCL-D100000bbcceb0aRCRD.html>

4 Fonte: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/08/27/pessoas-otimistas-vivem-ate-15-mais-do-que-o-resto-da-populacao.htm>

5 Fonte: <https://obemviver.blog.br/2017/03/24/otimistas-tem-mais-sucesso-vivem-mais-e-sao-mais-felizes-por-que/>



Ser otimista e positivo não é viver no mundo da ilusão, é sim ter uma atitude de quem deseja efetivamente avançar, chegar a resultados melhores e influenciar os outros para que também avancem, *“ser otimista é ter atitudes seguras, em face aos problemas humanos e sociais, e considerá-los passíveis de uma solução positiva”*.⁶

Em suma, enquanto num contacto esporádico que mantemos com outras pessoas existe uma grande dificuldade em perceber se a pessoa é feliz, a **Positividade, é de fácil percepção e medição através da comunicação.**

Nesse sentido, o projeto **Positive World**, tem como Missão juntar o maior número de pessoas dos “quatro cantos” do Mundo, que partilhem a mesma Visão sobre a importância da Positividade no relacionamento entre as pessoas, entre as organizações e entre os próprios Países, promovendo iniciativas positivas que influenciem a comunidade onde estão inseridos, ajudando a criar uma “onda de positividade contagiante” que atravesse as fronteiras dos países, das religiões, das raças, entre outras, e permita simplesmente ligar as pessoas.



⁶ Fonte: <https://obemviver.blog.br/2015/04/07/a-importancia-do-otimismo-em-nossa-vida/>



O PROJETO POSITIVE WORLD

O projeto **Positive World** foi criado numa lógica de crescimento controlado, mas com efeito multiplicador.

Controlado porque somente poderão integrar o projeto pessoas que sejam convidadas por membros efetivos do projeto e que assumidamente cumpram com determinados requisitos, como mais à frente explicaremos.

Multiplicador, porque partindo de um núcleo fundador, pretende-se duplicar os seus membros a cada quadrimestre, tendo por isso, uma expansão sequencial, ilimitada e internacional.

O projeto **Positive World** não tem qualquer interesse económico, não é apoiado por quaisquer organizações públicas e crescerá unicamente através de donativos de empresas/organizações privadas e de contribuições simbólicas dos seus membros como se explica mais adiante.

O projeto engloba parcerias internacionais, algumas das quais já estão a ser protocoladas.



MOMENTOS:

Positive Summit



Em cada quadrimestre será organizado um evento no âmbito da **Positive World**, que tem como objetivo reunir todos os membros num ambiente de animação, formação e contágio positivo.

O evento contará com momentos de apresentação de novos projetos e reconhecimento aos membros que desenvolvam projetos e ações sociais no seu ambiente profissional e pessoal, de reconhecido mérito na área da Positividade, bem como aos membros corporativos pelas iniciativas sociais positivas, que promovam nas suas organizações.

Existirão também intervenções ou palestras de convidados que aportem valor acrescentado à Associação.

Os **Positive Summits**, realizar-se-ão presencialmente e/ou online aos sábados (à tarde) com a presença dos membros e convidados.

Para cada **Positive Summit** cada Membro Efetivo, convidará uma pessoa que cumulativamente na sua opinião, possua os valores da **Associação "POSITIVE LIFE"**, cumpra os critérios de admissão e mereça integrar o projeto.



A título simbólico, cada membro efetivo contribuirá com 1€, por cada elemento que convide.

Os valores são transferidos através duma plataforma de *Crowdfunding* criada para o efeito, de forma a simplificar os procedimentos e tornar todo o processo transparente. Estas contribuições (donativos) terão como fim exclusivo a comparticipação das despesas com a organização dos eventos.

Todos os membros que colaboram na organização dos eventos, fazem-no gratuitamente.

CRITÉRIOS DE ADMISSÃO NA ASSOCIAÇÃO POSITIVE LIFE E NA INICIATIVA POSITIVE WORLD



Só serão admitidos novos elementos através de convite de membros efetivos.

O membro efetivo, aquando do convite deve estar seguro de que o seu convidado cumpre os valores da **Associação Positive Life** assim como obedece à **Carta de Princípios da Positive World**.

No momento do convite deve apresentar e explicar o projeto e questionar o convidado sobre o cumprimento dos valores e dos critérios de integração.



VALORES DA ASSOCIAÇÃO POSITIVE LIFE

Honra

Justiça

Solidariedade

Exemplo

Verdade

Confiança

Honestidade

Empatia

Ética



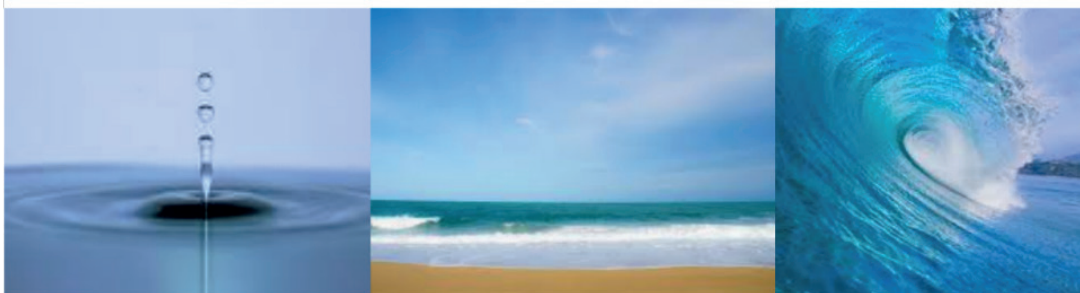
Associação
Positive
Life





CARTA DE PRINCÍPIOS POSITIVE WORLD

1. Sou grato;
2. Mereço tudo o que sou e tenho;
3. Sou bem disposto;
4. Sou otimista;
5. Gosto de conhecer pessoas;
6. Gosto de contribuir;
7. Gosto de contagiar os outros positivamente;
8. Gosto de desafios;
9. Acredito que é possível mudar o mundo,
UMA PESSOA DE CADA VEZ.



....da gota..... à onda eao tsunami POSITIVO

Let's Get
Together.



Associação
Positive
Life

www.positiveworld.pt